



Erken Ergenlik Döneminde Dijital Oyun Bağımlılığı, Akran İlişkileri ve Serbest Zaman Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Mustafa SEZER¹ , Ömer CENGİZ² 

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Bingöl, Türkiye

²Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Siirt, Türkiye

DOI: 10.70736/spjses.284

Araştırma Makalesi/Research Article

Gönderi Tarihi/Received:
12.03.2025

Kabul Tarihi/Accepted:
19.04.2025

Online Yayın Tarihi/Published:
30.04.2025

Özet

Yapılan çalışmada erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı, akran ilişkileri ve serbest zaman aktivite düzeyi arasındaki ilişkileri ölçümlemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi; 2021-2022 eğitim-öğretim yılı Koç Ortaokulu 6. ve 8. sınıf öğrencilerinden basit seçkisiz örneklem yöntemiyle gönüllülük esasına göre elde edilen 413 öğrenciden oluşmaktadır. Veriler; “Dijital Oyun Bağımlılığı”, “Akran İlişkileri” ve “Serbest Zaman Aktivite Düzeyi” ölçeklerinin demografik sorularla birleştirilerek uygulanmasından elde edilmiştir. İlişkisel tarama modeli kurularak veriler SPSS 22 paket programıyla değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgularda serbest zaman aktivite düzeyi cinsiyete göre anlamlı farklılaşmazken, dijital oyun bağımlılığında erkekler lehine farklılık belirlenmiştir. Akran ilişkilerinde ise kızlar lehine koruma, yakınlık ve yardım alt boyutlarında anlamlı farklılık görülmüştür. Serbest zaman aktivite düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Yaş ile serbest zaman aktivite düzeyi; dijital oyun bağımlılığı ile akran ilişkileri arasında negatif yönde ilişki kurulmuştur. Serbest zaman aktivite düzeyi akran ilişkilerini pozitif yönde ve anlamlı etkilerken; serbest zaman, akran ilişkileri ve dijital bağımlılık arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı, akran ilişkileri ve serbest zaman aktivite düzeyi arasında ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Akran ilişkileri, erken ergenlik, dijital oyun bağımlılığı, serbest zaman

Investigation of the Relationship Between Digital Game Addiction, Peer Relationships and Leisure Time Activity Level in Early Adolescence

Abstract

In this study, it was aimed to measure the relationships between digital game addiction, peer relationships and leisure time activity level in early adolescence. The sample of the study consisted of 413 students obtained on the basis of volunteerism by simple random sampling method from 6th and 8th grade students of Koç Secondary School in the 2021-2022 academic year. The data were obtained by combining the ‘digital game addiction’, ‘peer relations’ and ‘leisure time activity level’ scales with demographic questions. Relational screening model was established and the data were evaluated with SPSS 22 package programme. In the findings obtained, while the level of leisure time activity did not differ significantly according to gender, a difference was determined in favour of boys in digital game addiction. In peer relationships, a significant difference was observed in the sub-dimensions of protection, closeness and help in favour of girls. No significant difference was found between leisure time activity level and digital game addiction. There was a negative relationship between age and leisure time activity level, digital game addiction and peer relationships. While leisure time activity level positively and significantly affected peer relationships, there was no significant relationship between leisure time, peer relationships and digital addiction. As a result, it was determined that there is a relationship between digital game addiction, peer relationships and leisure time activity level in early adolescence.

Keywords: Digital game addiction, early adolescence, leisure time, peer relationships

GİRİŞ

Küreselleşme, teknoloji ve beraberinde gelen hızlı gelişimler bazı değişimleri de getirmiştir. Çağın gerekliliği ve dijitalleşmenin uygulamalarla birlikte her alana yayılması sosyal ve kültürel tercihleri şekillendirmeye başlamıştır. Park ve halka açık alanlarda eğlence amaçlı yapılan oyunusal faaliyetlerin internet formu bir hale gelmesi dijital oyunları ortaya çıkarmıştır. Fare, joystick, klavye, konsol gibi yardımcı araçlarla pratik şekilde ve uzun süreler boyunca çevrimiçi oynanan oyunlar dijital oyun bağımlılığı sorunlarını ortaya çıkarmıştır (Ekinci & Sezer, 2024). Oyunların uzun zaman boyunca ve kontrolsüz biçimde oynanması ise bağımlılık tanımına yakınlştırılmasında etkili olmuştur. Günümüzde aileleri endişeye sürükleyen bir boyuta yaklaşan dijital oyun bağımlılığının artış eğiliminde olması nedenlerini, nasıl başladığını, serbest zamanların neden bu şekilde değerlendirildiğini araştırmaya itmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (2018) dijital oyun bağımlılığının madde bağımlılığıyla aynı seviyede olduğunu belirtse de WHO bu bağımlılık türünün ayrı bir kategoride “*Gaming Disorder*” adı altında davranışsal bağımlılık olarak değerlendirdiğini ve birçok açıdan zarar veren bir rahatsızlık olduğu belirtmiştir. Nitekim Bayram ve Sezer’de (2024) oyun oynamadığında kendini psikolojik anlamda rahatsız hisseden, diğer faaliyetlere karşı ilgi azalması yaşayan, olumsuz sonuçlarına rağmen hala oynamaya devam eden, oynama süresinin kontrolünde sıkıntılarla karşılaşan kişilerin dijital oyun bağımlılığıyla karşı karşıya olduklarından bahsetmiştir. Dijital oyun bağımlılığının gerçek hayattaki olaylar ve durumlarla bile karıştırılır seviyelere geldiği gözlemlenmektedir. Ergenlik dönemindeki akran ilişkileri ve serbest zaman değerlendirme seçimleri alışkanlığın meydana gelmesinde yönlendirici olabilmektedir.

Ergenlik bireylerin hem bedensel hem de mental açıdan gelişimlerdeki en önemli basamaklardandır. Çocukluk çağının son, yetişkinlik evresinin ilk adımı şeklinde tanımlanabilen bir dönemdir. Kesin şekilde çocukluk ve yetişkinlik ayrımı yapılması zor olsa da tam anlamıyla yetişkin veya çocuk olunmadığı farklılığından söz edilebilir. Yetişkin görev ve sorumluluklarına sahip olmayan ergenin kişilik ve keşifler barındıran ara dönemidir (Cloutier & Onur, 1982; Ceviz & Genç, 2021; Faraji & Özen, 2022). Birden çok gelişimin sosyal, fiziksel, ruhsal ve diğer açılardan etki oluşturduğu bir dönem olması çeşitli değişimleri beraberinde getirir ve akranlar daha fazla zaman ayrılan kişiler olmaya başlar. Çünkü ergen kendini tanıma ve gelişimini sağlama (Santrock, 2011) noktalarında çaba içinde olduğundan otoriteden kaçış yönündeki eğilimleri sık sık gösterebilir. Bireyde ailesinden uzaklaşma ve akranlarıyla daha çok iletişim içinde olma isteğinin baskın olmasında anne-babadan kaynaklı yönlendirmelerin varlığı yatar (Gül & Güneş, 2009). Ailesinden gelen öneri ve öğütleri değerlendirmek yerine akranlarıyla daha rahat ve istediği şekilde hareket etme fikri cazip gelmektedir. Henüz gelişim aşamasında olan erken ergenlik dönemi bireylerinin bireysel ve toplumsal sorumlulukları dışında kalan zamanlarını serbest zaman olarak değerlendirmek mümkündür. Serbest zaman bireysel seçimler ve zevk alınan faaliyetlere dayanan çeşitli etkinlikler içeren vakitlerden meydana gelir (Arslan, 2011; Şahin & Yalçın, 2024). Bu zamanların akranlarla geçirilmek istenmesi daha ön planda olduğundan etkilerinden kaynaklı kişisel değişimler yaşanabilir. Etrafındaki ilişkilerden etkilenen ve gelişim evresinde duygusal, akran eksenli veya kişiliği ilgi çeken kişilerle iletişim içinde olan ergenin çeşitli serbest zaman alışkanlıkları edinmesi kaçınılmazdır (Bayhan & Işıtan, 2010). Akran

ilişkilerinin varlığı birlikte hareket etme, ortak kararlar alma ve benzer faaliyetlerde bulunma yönünde oldukça etkilidir. Dijital oyun alışkanlıklarının akranlar arasında popülerliği artırması, farklı ortamlarda olunması halinde bile aynı oyunlarda zaman geçirebilme şansı vermesi, ortak bir alan yaratabilmesi ergenlik dönemindeki akranlarda serbest zaman alışkanlıkları arasına girmesine neden olmaktadır. Hatta teknolojik gelişim ergenlik döneminde ve serbest zamanlarda akranlar arasında en sık ilgi duyulan alışkanlıklar arasında sayılabilir. Çağımızın en önemli bağımlılık türlerinden birisi haline gelmesi dijital oyun bağımlılığı araştırmalarının yapılmasına zemin hazırlamıştır.

Dijital oyun bağımlılığı veya farklı alışkanlıkların ergenlik dönemine denk gelen zaman dilimlerinde edinilmeye başlandığı göze çarpan bir durumdur. Bundan dolayı erken ergenlik döneminde başlayan ve diğer yıllarda kalıcı ilişkilere dönüşebilen akran ilişkileri olumlu ve olumsuz yönleriyle alan yazında ele alınmış konulardan bir tanesidir. Okula uyum, akademik başarı, stres, bağımlılık, alışkanlık geliştirme gibi birçok faktörle arasında ilişki olup olmadığına dair çok uzun zamandır çalışmalar yapılmaktadır (Uludağlı & Sayıl, 2009; Zorbaz, 2014; Doğruyol & Yetim, 2019). Yapılan çalışmalarda erken ergenlik döneminde varlığı belirgin hale gelmeye başlayan akranların etkilerini ölçmek üzere belirlenen konuların ve örneklemelerin olduğu da gözlemlenebilir. Erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılıklarının olumsuz etkileri olabileceği yönünde elde edilen bulgular mevcuttur (Musluoğlu, 2016, Savcı & Aysan, 2016, Dursun & Çapan, 2018, Güvendi vd., 2019; Bayram & Şahin, 2024).

Bu çalışmanın asıl problemi ise erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı ile akran ilişkileri ve serbest zaman aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma, erken ergenlik dönemindeki bireylerde dijital oyunlara olan bağımlılığın, akran ilişkileriyle nasıl ilişkili olduğunu ve serbest zaman aktivitelerinin bu ilişki üzerindeki etkisini araştırmayı amaçlamaktadır. Bu doğrultuda aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur:

H₁: Ergenlerin dijital oyun bağımlılığı düzeyi ile akran ilişkileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₂: Ergenlerin serbest zaman aktiviteleri, dijital oyun bağımlılığı ve akran ilişkileri arasındaki ilişkiyi anlamlı şekilde etkilemektedir.

Bu kapsamda, araştırma erken ergenlik döneminde olan çocukların dijital oyun bağımlılıklarını, akran ilişkilerini ve serbest zaman değerlendirmelerini inceleyerek bu süreçlerin birbiri üzerine etkisinin değerlendirilmesi ve bu alandaki literatüre özgün katkılar sunması yönüyle önem arz etmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde, iki ya da ikiden fazla sayıdaki değişkenin aralarındaki değişimin var olma durumu veya bu durumun derecesinin belirlenebilmesi amaçlanmaktadır (Fraenkel vd., 2012, Creswell, 2017). “Dijital oyun bağımlılığı”, “akran ilişkileri” ve “serbest zaman aktivite düzeyi” olarak ele alınan üç değişkenin tek tek demografik özelliklerle arasındaki duruma

bakılmıştır. Ardından söz konusu üç değişken arasında ilişki olup olmadığına odaklanarak ilişkisel tarama modeli genişletilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Şanlıurfa İli Koç Ortaokulunda 6. ve 8. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Toplamda 658 öğrenci kapasitesi bulunan okuldan basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen ve gönüllü olarak katılım sağlayan 413 öğrenci (180 erkek-223 kadın) ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Özellikle, araştırmanın evreninin tek bir okuldan ve sınırlı sayıda öğrenciden oluşması, bu yöntemin uygulanabilirliğini kolaylaştırmıştır. Araştırmada kullanılan örnekleme yönteminde evrende bulunan tüm bileşkerler örnekleme seçilebilmek adına bağımsız ve eşit şansa sahiplerdir (Büyüköztürk vd., 2018). Örneklem büyüklüğünün belirlenme süreci istatistiksel temele dayandırılmıştır. Bu bağlamda, G*Power programı kullanılarak yapılan güç analizine göre, orta düzey etki büyüklüğü ($d=0.5$), %95 güven düzeyi ve %5 hata payı ile en az 242 katılımcının çalışmaya dahil edilmesi yeterli görülmüştür. Bu doğrultuda 413 kişilik örneklem büyüklüğü, araştırmanın güvenilirliğini artıracak düzeyde olup istatistiksel analizler için yeterlidir. 658 kişilik evrenden elde edilen bu örneklem sayısı, yaklaşık %63'lük bir temsil oranına denk gelmektedir. Bu oran, örneklemin evreni temsil etme yeterliliğini desteklemektedir. Araştırmanın örneklemini Tablo 1’de belirtilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerinin dağılımı

Değişkenler	Gruplar	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	233	56.4
	Erkek	180	43.6
Yaş	11 yaş	94	22.8
	12 yaş	126	30.5
	13 yaş	121	29.3
	14 yaş	72	17.4
	Hiçbir zaman	62	15.0
Ailenizle ne sıklıkla vakit geçirirsiniz?	Bazen	100	24.2
	Sık sık	73	17.7
	Her zaman	178	43.1

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet durumu değişkenine göre 223 (%56.4) kız, 180’i (%43.6) erkek olarak dağılmaktadır. Katılımcıların yaş durumu değişkenine göre 94’ü (22.8) 11 yaş, 126’sı (30.5) 12 yaş, 121’i (29.3) 13 yaş ve 72’si (17.4) 14 yaş olarak dağılmaktadır. Katılımcıların Ailenizle ne sıklıkla vakit geçirirsiniz? değişkenine göre 62’si (15.0) hiçbir zaman, 100’ü (%24.2) bazen, 73’ü (%17.7) sık sık ve 178’i (%43.1) her zaman olarak dağılmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Yapılan çalışmanın bu bölümünde çalışma verilerinin toplanması amacıyla kişisel bilgi formu ve “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, “Akran İlişkileri Ölçeği” ve “Çocuklarda Serbest Zaman Aktivite Ölçeği” kullanılmıştır. Kullanılacak ölçeklerin uygulanabilmesi amacıyla ise Siirt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünden izin yazıları alınmıştır. Kullanılan veri toplama araçları hakkında bilgiler aşağıda belirtilmektedir.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel Bilgi Formu literatür taraması ile araştırmacı tarafından yapılmış ve konu ile alakalı demografik bilgilerden oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu çalışmaya katılmış olan üniversite öğrencileri ile alakalı bilgileri elde edebilmek amacıyla hazırlanmıştır. Ortaokul öğrencileri için hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu 8 (sekiz) maddeden oluşmaktadır. Kişisel Bilgi formunda yer alan maddelerin belirlenmesi aşamasında cinsiyet, yaş, sınıf, kardeş sayısı, Ailenizle ne sıklıkla vakit geçirirsiniz?, gibi değişkenler yer almaktadır.

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Lemmens ve arkadaşları tarafından 2009 yılından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, tek alt boyuttan oluşmakta olup ters madde bulunmamakla birlikte 7 madde içermektedir ve Likert tipi bir derecelendirme kullanılmaktadır. Ölçek ifadeleri, 1: Hiçbir zaman, 2: Nadiren, 3: Bazen, 4: Sık sık, 5: Her zaman şeklinde belirtilmektedir. Ölçme aracından alınan puanların artışı dijital oyun bağımlılığı niteliğinin arttığına işaret etmektedir. Uyarlanan çalışmada iç tutarlılık dijital oyun bağımlılık ölçek tamamı için $\alpha=.81$ olarak bildirilmiştir. Yapılan çalışmada ise dijital oyun bağımlılık ölçek tamamı için $\alpha=.73$ olarak belirlenmiştir.

Akran İlişki Ölçeği: Akran İlişkileri Ölçeği Bukowski ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Atik ve arkadaşları (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, beş alt boyuttan oluşmakta olup 22 madde içermektedir ters madde bulunmamakla birlikte Likert tipi bir derecelendirme kullanılmaktadır. Ölçek ifadeleri, 1: Doğru değil, 2: Doğru olabilir, 3: Genellikle doğru, 4: Çok doğru, 5: Tamamen doğru şeklinde belirtilmektedir. Ölçme aracından alınan puanların artışı akran ilişkilerinin niteliğinin arttığına işaret etmektedir. Uyarlanan çalışmada iç tutarlılık birliktelik alt boyutu için $\alpha=.66$, çatışma alt boyutu için $\alpha=.66$, yardım alt boyutu için $\alpha=.86$, koruma alt boyutu için $\alpha=.71$ ve yakınlık alt boyutu için $\alpha=.86$ olarak bildirilmiştir. Yapılan çalışmada ise birliktelik alt boyutu için $\alpha=.69$, çatışma alt boyutu için $\alpha=.64$, yardım alt boyutu için $\alpha=.86$, koruma alt boyutu için $\alpha=.65$ ve yakınlık alt boyutu için $\alpha=.86$ olarak belirlenmiştir.

Çocuklarda Serbest Zaman Ölçeği: Çocuklarda Serbest Zaman Ölçeği Telford ve arkadaşları (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması İşler (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ankette ters madde yer almamakla birlikte fiziksel aktiviteyle ilgili 30 soru ve hareketsiz davranışla ilgili 14 soru olmak üzere 44 sorudan oluşmaktadır. Ankette fiziksel aktivite davranışları yer almakta ve her fiziksel aktivite davranışı içinde (Pazartesi'den Cuma'ya) ve tipik bir hafta sonunda (Cumartesi ve Pazar) ilgili aktiviteyi yapıp yapmadıklarını belirten “Evet” veya “Hayır” seçeneklerinden birini daire içine almaları istenmektedir. Uyarlanan çalışmada iç tutarlılık ise $\alpha=.52-.91$ arasında görülmüştür.

Verilerin Analizi

Yapılan çalışmanın bu bölümünde çalışma kapsamından elde edilmiş olan verilerin istatistiksel analizleri hakkında değerlendirmeler yer almaktadır. Kullanılmış olan ölçeklerden elde edilen verilerin istatistiksel analizi için SPSS 22.0 bilgisayar programı kullanılmıştır. Analiz aşamasına geçilmeden önce kullanılacak istatistiksel analiz yöntemlerinin temel varsayımları incelenmiştir. Buna göre öncelikle veri setindeki eksik veya hatalı veriler değerlendirilmiş ve

veri dağılımları ortaya koyulmuştur. Veri dağılımları çarpıklık basıklık değerleri üzerinden yorumlanmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013) veri dağılımı noktasında ± 1.5 referans aralığının göz önüne alınması gerektiğini vurgulamaktadırlar. Çıkan sonuçlara göre verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir (Tablo 2). Dolayısıyla istatistiksel analizler parametrik test yöntemleriyle incelenmiştir. Bu doğrultuda analizler ikili grup ortalamalarının karşılaştırılmasında T-testi uygulanmıştır. Değişkenler arası ilişki ise Pearson Korelasyon testi, değişkenler arasında bulunan etkinin belirlenmesi adına hiyerarşik regresyon ile ortaya koyulmuştur. Çalışmada uygulanan analiz yöntemlerini buraya yazınız. Analizlerde hata payı $p < .05$ olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Ölçek puanlarına ait betimsel istatistikler ve normallik testi

	n	Min	Max	$\bar{X}$	SS.	Çarpıklık	Basıklık
Serbest Zaman Aktivite Ölçeği	413	1.20	8.60	2.84	1.43	.983	.859
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	413	7.00	32.00	13.56	5.10	.834	.414
Akran İlişkileri Ölçeği	413	29.00	108.00	78.16	17.43	-.581	-.173
Birliktelik Alt Boyutu	413	4.00	20.00	12.14	4.22	-.055	-.801
Çatışma Alt Boyutu	413	4.00	20.00	9.17	3.76	.780	.102
Yardım Alt Boyutu	413	5.00	25.00	18.75	5.93	-.699	-.683
Koruma Alt Boyutu	413	4.00	20.00	13.00	4.54	-.231	-.905
Yakınlık Alt Boyutu	413	5.00	25.00	19.45	5.46	-.980	.032

Tablo 2 incelendiğinde araştırma kapsamında alınan ölçeklere ilişkin çarpıklık basıklık değerlerinin Tabachnick ve Fidell (2013) belirttiği ± 1.5 arasında olduğu ve veri dağılımının normal olduğu görülmüştür.

Tablo 3. Ölçek puanlarının cinsiyete göre değerlendirilmesi

Ölçekler ve Alt Boyutları	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS.	t	p
Serbest Zaman Aktivite Ölçeği	Kız	233	2.76	1.24	-1.32	.184
	Erkek	180	2.94	1.64		
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	Kız	233	12.52	4.67	-4.81	.000*
	Erkek	180	14.90	5.30		
Akran İlişkileri Ölçeği	Kız	233	82.27	15.92	5.65	.000*
	Erkek	180	72.84	17.89		
Birliktelik Alt Boyutu	Kız	233	12.46	4.62	1.81	.071
	Erkek	180	11.71	3.61		
Çatışma Alt Boyutu	Kız	233	8.95	3.80	-1.33	.181
	Erkek	180	9.45	3.67		
Yardım Alt Boyutu	Kız	233	19.92	5.46	4.71	.000*
	Erkek	180	17.22	6.16		
Koruma Alt Boyutu	Kız	233	13.96	4.31	5.03	.000*
	Erkek	180	11.76	4.54		
Yakınlık Alt Boyutu	Kız	233	20.86	4.27	6.29	.000*
	Erkek	180	17.60	6.23		

* $p < .05$

Tablo 3’de cinsiyete göre serbest zaman aktivite düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken dijital oyun bağımlılık düzeylerinde erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Cinsiyete göre akran ilişkileri ölçeği genel toplamında akran ilişki ölçeği alt boyutlarından yardım alt boyutu, koruma alt boyutu ve yakınlık alt boyutunda kızların lehine anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bununla birlikte cinsiyete göre akran ilişki ölçeği alt

boyutlarından birliktelik alt boyutu ve çatışma alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 4. Ölçek puanları ile yaş değişkeni ve ölçek alt boyutları arasındaki pearson korelasyon sonuçları

Değişkenler	Yaş	SZAÖ	DOBÖ	AİÖ	A1	A2	A3	A4	A5
Yaş	1								
SZAÖ	r	-.138**							
	p	.005							
DOBÖ	r	.070	.20						
	p	.154	.686						
AİÖ	r	.031	.064	-.305**					
	p	.524	.194	.000					
A1	r	-.028	.138**	-.081	.679**				
	p	.565	.005	.099	.000				
A2	r	-.002	.003	.241**	-.341**	.001			
	p	.961	.944	.000	.000	.980			
A3	r	.052	.004	-.174**	.840**	.545**	-.059		
	p	.292	.942	.000	.000	.000	.229		
A4	r	.073	.053	-.268*	.822**	.461**	-.194**	.602**	
	p	.141	.280	.000	.000	.000	.000	.000	
A5	r	.004	.052	-.334**	.837**	.418**	-.176**	.632**	.649**
	p	.938	.289	.000	.000	.000	.000	.000	.000

Serbest Zaman Aktivite Ölçeği(SZAÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ), Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ), Birliktelik Alt Boyutu (A1), Çatışma Alt Boyutu (A2), Yardım Alt Boyutu (A3), Koruma Alt Boyutu (A4), Yakınlık Alt Boyutu (A5)

N: 412; **p<.05

Tablo 4'te uygulanan çoklu korelasyon analizinin sonuçlarına göre yaş ile serbest zaman aktivite düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir (n(413)=.138**). Yaş ile dijital oyun bağımlılık düzeyi (n(413)=.070), akran ilişkileri genel toplamı (n(413)=.31) ve akran ilişkileri alt boyutlarından birliktelik alt boyutu (n(413)=-.028), çatışma alt boyutu (n(413)=-.002), yardım alt boyutu(n(413)=.052), koruma alt boyutu (n(413)=.073) ve yakınlık alt boyutları (n(413)=.004) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir.

Uygulanan çoklu korelasyon analizinin sonuçlarına göre serbest zaman aktivite düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından birliktelik alt boyutun (n(413)=.138**) pozitif düzeyde ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri (n(413)=-.305**) negatif düzeyde ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından çatışma alt boyutu (n(413)=.241**) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından yardım alt boyutu (n(413)=-.174**) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından koruma alt boyutu (n(413)=-.268**) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından yakınlık alt boyutu (n(413)=-.334**) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Serbest zaman aktivitenin ve akran ilişkilerinin; dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelenmesi

Model	Etkileyen	Etkilenen	Model F	Model p	Beta	t	p	R ²	Tolerance	VIF
Model 1	Serbest Zaman Aktivite Ölçeği		.163	.686	.020	.404	.686	.000	1.000	1.000
	Akran İlişkisi Ölçeği				.032	.701	.483		.971	1.030
	Birliktelik alt boyutu				.056	.988	.324		.654	1.528
Model 2	Çatışma alt boyutu	Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	12.387	.000*	.171	3.643	.000	.155	.940	1.064
	Yardım alt boyutu				.056	.832	.406		.467	2.140
	Koruma alt boyutu				-.102	-1.575	.116		.492	2.033
	Yakınlık alt boyutu				-.298	-4.528	.000		.481	2.079

Serbest zaman aktivitenin ve akran ilişkilerinin; dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelenmesi için yapılan hiyerarşik regresyon testi sonuçları aşağıda verilmiştir. Model 1 ve 2 için Tolerance>.10 ve VIF<10 olduğu için çoklu bağlantı sorunu yoktur. Model1’de serbest zaman aktivite ölçeğinin, dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelenmesi amacıyla kurulan model anlamlı değildir. Bu nedenle etki bulunmamaktadır. Model1’e akran ilişkileri eklenip kurulan Model2 anlamlıdır. Sonuçlar incelendiğinde çatışma alt boyutu, dijital oyun bağımlılığını pozitif etkilemekte (Beta=.171) iken Yakınlık alt boyutu negatif etkilemektedir (Beta=-.298). Dijital oyun bağımlılığındaki değişimin %15.5’i çatışma ve yakınlık alt boyutları tarafından açıklanmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı, akran ilişkileri ve serbest zaman aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır. Çalışma bulguları cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde serbest zaman aktivite düzeylerine göre farklılık göstermediğinden kız veya erkek olmanın serbest zaman aktivite düzeyinde anlamlı fark oluşturmadığı anlaşılmaktadır. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında Kılıç (2018), Bingöl (2021) ve Kazancıoğlu (2014) çalışmalarında cinsiyete göre farklılık olduğunu bulgulamıştır. Serbest zamanın düzeyi, nasıl geçirileceği veya değerlendirme şekli kişi bazında değişiklik gösterebilen bir olgudur. Örneğin; öğrencinin serbest zamanında oyun oynaması veya uyuması kendi tercihine bağlıdır. Hayatın olağan akışına bakıldığında serbest zaman düzeyinin cinsiyete göre farklılık gösterebileceği yönünde bir çıkarıma ulaşılır. Örneklemimizde farklılık olmadığının görülmesi öğrencilerin tercihlerine tam anlamıyla yön veremeyecek yaşta olmasıyla açıklanabilir. Dijital oyun bağımlılığı düzeyinde erkekler lehine anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Erkeklerde dijital oyun bağımlılığı kızlara nazaran daha fazla görülmektedir. Yapılan bazı çalışmalarında elde ettiğimiz bulgularla benzerlik gösterecek şekilde sonuçlar elde edilmiştir (Chiu vd., 2004; Ko vd., 2005; Eni, 2017; Dursun & Çapan, 2018; Uslu, 2019; Kılıç, 2019; Gülbetekin vd., 2021). Cinsiyet ve dijital oyun bağımlılığı arasında erkekler lehine anlamlı sonuç elde edilen çalışmalar ağırlıklı olduğundan alan yazına katkıda bulunulduğu sonucuna varılmıştır. Tasarlanan oyunların yapılarının erkekler için daha uygun olduğu, yaratılan karakterlerin erkekler için yakınlığı, oyun ortamındaki yarışma veya çekişmenin erkekler tarafından daha çok sevildiği ve elektronik aletlerle tanışma

yaşının erkeklerdeki düşüklüğü bahsedilen sonuca neden olarak gösterilebilir (Fox & Tang, 2014; Şimşek & Yılmaz, 2020; Pala, 2025; Günel & Ergün, 2025).

Akran ilişkileri ölçeğinin de koruma, yakınlık ve yardım alt boyutlarında kızlar lehine anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Koruma boyutu akranların aralarındaki ilişkide olası sorunlarla baş edebilmeyi, yakınlık boyutu duygusal bağlılığı, yardım boyutu birbirini savunmayı ifade etmektedir. Bu bağlamda kızların akranlarıyla olan ilişkilerinde erkeklere kıyasla aralarındaki sorunları çözebilme, duygusal anlamda yakınlık kurma ve adaletsizliklere karşı birbirlerine yardımda bulunma durumunun daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Totan ve Yöntem (2007) akran ilişkilerinde cinsiyetin anlamlı farklılık yaratmadığını, Pehlevan ve Bal (2018), Barışık (2021) anlamlı farklılık olduğunu ortaya koymuşlardır. Bunların yanında örneklemi ergenlik çağındaki öğrenciler olan Moore ve Boldere (1991), Fisher (1981) ve Davies ve Brember (1999) farklılaşmanın araştırmamızda olduğu gibi kızlar lehine olduğunu bulgulamıştır. Yaş aralığı baz alınarak değerlendirildiğinde bu yaş aralığındaki erkeklerin daha yüzeysel ve oyun endeksli ilişkiler kurduğu sonucuna ulaşılabilir. Kızların paylaşımcı, empatiye ve ilişkilere daha fazla önem veren bir yapısının olması sonuç üzerinde etkilidir. Gelişimsel açıdan ise kız çocuklarının yapılarından kaynaklı akranları ile bağlantılarını güçlendirme eğilimleri ve erkek çocuklarının rekabetçi ilişkileri dikkat çekebilmektedir.

Yaş değişkeni ile diğer ölçeklerin arasındaki ilişkilerine bakıldığında serbest zaman aktivite düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı fark belirlenmiştir. Öğrencilerin yaşlarındaki artış serbest zaman aktivitelerinde azalmalar meydana getirmektedir. Sınav, derslerin ağırlığı, öğrencilerin ilgi alanlarında yaşanan değişimler, ergenliğe doğru ilerlemenin getirdiği değişimler serbest zamanın azalmasına neden olmaktadır. Bu durum; büyümenin ve her yaşla birlikte daha farklı sorumluluklar yüklenmenin olağan sonucudur. Alan yazın çalışmalarına bakıldığında Çakır (2017), Türker ve arkadaşları (2016) farklılık olduğunu; Lakot (2015) ve Demiral (2018) anlamlı farklılaşma bulunmadığı tespit etmiştir. Örneklemelerin orta ve ileri yaş grubunda olduğu çalışmalarda araştırma sonucumuzun tersi sonuçlara ulaşıldığı anlaşılmıştır. Emekliliği yaklaşan bir bireyin serbest zaman aktivite düzeyinin artması kaçınılmazdır. Bu nedenle ilgili sonucun örneklem bazında değişiklikler gösterebileceği kesindir. Ancak, bu durumun kültürel bağlamda nasıl farklılaşabileceği bununla birlikte yaş ilerledikçe dijital oyun bağımlılığının azalması veya artması gibi konuların daha fazla araştırılmaya ihtiyaç duyduğu belirtilebilir. Yaş ile dijital oyun bağımlılığı toplamı ve tüm alt boyutlar arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir. Kılıç (2020) ve Bilgin (2015) anlamlı ilişki bulunmadığını; Vollmer ve arkadaşları (2014), Altun ve Atasoy (2018), Çakılcı (2013) ve Yiğit (2017) farklılık bulunduğunu ortaya koymuştur. Çalışmalara bakıldığında yaş ve dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı fark olduğunu ortaya koyan çalışmaların ağırlığı göze çarpmaktadır. Kişiler serbest zamanlarını kişisel tercihlerine bağlı olarak şekillendirir. Bunun için yaşları arttıkça boş zamanları azalacağından dijital oyunlara karşı bağlılık geliştirme oranları azalabilir. Ama yine kişisel tercihlerden kaynaklı olarak kişilerin yaşları ve dijital oyun bağımlılıkları arasında ilişki kurulmaması da olağandır.

Araştırmanın ilişkisel analizini yapmak için uygulanan korelasyonlarda serbest zaman aktivite düzeyi ile akran ilişkileri düzeyi alt boyutu olan birliktelik arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Bir diğer deyişle öğrencilerin serbest zaman aktivite düzeyi arttıkça

akranlarıyla geliştirdikleri birliktelik ilişkisi de artmaktadır. Çünkü yaşıtlı veya arkadaşlarına serbest zaman aktivitelerinde yer verme olasılıkları çoğaldığından artan bir birliktelik durumu söz konusudur. Melek (2019) serbest zamanlarında sportif faaliyetlere katılan öğrencilerin akran ilişkileri birliktelik boyutunda anlamlı farklılaşma olduğunu ortaya koymuştur. Vatansever (2017), Yıldırım ve Özcan (2011) ile Ergül (2017) de benzer şekilde anlamlı farklılık bulgulayan çalışmalar yapmışlardır. Akran ilişkileri bebeklerin birbirini fark ettiği andan itibaren başladığı için serbest zamanların bir parçası olarak görülmektedir. Okul sonrası arkadaşlarıyla sohbet eden, oyun oynayan veya spors faaliyete katılan çocuğun akran ilişkilerinde gelişim yaşanması olağandır. Dijital oyun bağımlılık düzeyi ve akran ilişkileri ilişkisinde negatif yönde ve anlamlı ilişki söz konusudur. Dijital oyun bağımlılığı arttıkça akran ilişkileri düzeyinde azalma yaşanmaktadır. Akran ilişkileri düzeyi alt boyutu olan çatışmada pozitif ve anlamlı ilişki belirlenirken; yardım alt boyutunda anlamlı ve negatif ilişki görülmüştür. Koruma ve yakınlık alt boyutlarında ise negatif yönde ve anlamlı ilişki mevcuttur. Dijital oyun bağımlılığına bağlı olarak gerçeklikten kopan, sosyalleşme ilişkilerini sanal ortamlara taşıyan, oyun karakterleri aracılığıyla şiddeti normalleştiren bir algı oluşmaktadır. Bu nedenle bağımlılığın artması gerçek hayatta kurulması gereken akran ilişkilerinde çatışmalar yaşanmasını tetikleyebilir. Olaylara aynı düzlemde bakmayan veya iletişimsel sorunlar yaşayan dijital oyun bağımlısı öğrenci arkadaşlarıyla sorunlar yaşayabilmektedir. Bağımlılığın tedavi gerektirecek bir olgu olabileceği seçeneği de unutulmamalıdır. Oyun bağımlılığının artmasına paralel olarak yaşıtlara yardım etme, onları koruma ve onlarla yakınlık kurma noktalarında azalmalar olmaktadır. İlişkiler kopuk, oyun yazışmalarına veya kullanıcı isimlerine dayanan bir yapıya büründüğünden gerçek ilişkilerde olumsuzluklar belirmesi söz konusudur. Literatürde sınırlı sayıda yapılan çalışmalara bakıldığında Barışık (2021) çalışmasında lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeyi ile akran ilişkileri arasında pozitif yönde ilişki bulguladığı görülmektedir. Çalışmamızla tamamen ters şekilde veriler elde edildiği anlaşılmaktadır. Taneri (2020) ise ortaokul öğrencilerinden oluşturduğu örnekleme akran ilişkileri ve dijital oyun bağımlılığı arasında ilişki olmadığını ifade etmiştir. Ayyıldız (2021) ortaöğretim düzeyindeki, Atak (2020) ise ergen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının duygusal akran ilişkileri sorunlarıyla ilişkilendirmiştir. Bu bağlamda ilişki kurulan çalışmaların daha yoğun olduğu ve araştırma bulgularının literatürü desteklediği söylenebilmektedir.

Serbest zaman aktivite düzeyi ile akran ilişkilerinin dijital oyun bağımlılığına yönelik yapılan analizlerde serbest zaman aktivite düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlı değildir. Öğrencilerin serbest zaman aktivite düzeylerinin dijital oyun bağımlılığı üzerinde etkisi bulunmamaktadır. Nitekim boş zaman ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin var olduğu düşünülse de teorik çerçevede kullanılan ölçüm aracının yoğun fiziksel ve orta şiddetteki aktivitelerde daha doğru sonuçlar göstermesi ve bundan kaynaklı ilişkinin ortaya konmadığından bahsedilebilir. Akran ilişkileri ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki görülmüştür. Çatışma alt boyutu dijital oyun bağımlılığını pozitif ve anlamlı; yakınlık alt boyutunu negatif ve anlamlı etkilemektedir. Söz konusu değişim çatışma ve yakınlık alt boyutlarıyla açıklanmaktadır. Akran ilişkileri ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki çelişkili sonuçların ortaya çıkmasında çeşitli faktörler rol oynayabilir. Bu faktörlerin ise örneklem, kültürel faktörler, oyun türleri veya araştırma metodolojisindeki farklılıklardan kaynaklı

olduğundan söz edilebilir. Akran ilişkilerinde gelişen çatışmalar dijital oyun bağımlılığında artışların yaşanmasına zemin hazırlamaktadır. Akranlarıyla sağlıklı ve yeterli ilişki kuramayan öğrencilerin gerçek ilişkilerde bulamadıklarını sanal ortamlarda araması, oyun oynayarak sosyalleşme ihtiyacını karşılama yoluna gitmesi mümkündür. Zaman içinde gerçeklikten uzaklaşma, insanlarla ilişki kurmanın güçleşmesi ve günlük işlerin bile yapılamaz duruma gelmesi sorunları baş göstermektedir. Buna bağlı olarak öğrencinin akranlarıyla yakınlaşması ise dijital oyun bağımlılığından uzaklaşmasını sağlayabilir. Arkadaşlarıyla geçirdiği zaman, kurduğu ilişki sosyal platform veya çevrimiçi oyunlarla boşluk doldurma çabasına girmesini engellediği söylenebilmektedir.

Çalışmada elde edilen bulguların literatür ışığında açıklanmasını ve tartışılmasını içermelidir. Literatürdeki çalışmalar ile karşılaştırılması, araştırmacının yorumu ile birlikte bu bölümde belirtilir. Bu bölümde bulguların ne anlama geldiğinden ve çalışmanın zayıf veya güçlü yönleri belirtilerek bunların sınırlarından bahsedilmelidir. Çalışmadan elde edilen sonuçların ne anlama geldiği, açıklanamayan sorular, gerektiğinde yeni varsayımlar belirtilmelidir.

Öneriler

Alanyazında bu şekilde ele alınan örnek çalışmaların olmaması konuyla alakalı farklı örneklem ve çalışmalar ekseninde bakış açısı geliştirilmesine imkan vermemektedir. Bunun için çalışmanın bütününden elde edilen bulgulara bağlı şekilde bazı öneriler sunulmuştur:

- Serbest zaman, akran ilişkileri ve dijital oyun bağımlılığı konularında farklı örneklem ve deneysel uygulama yöntemleri kullanılarak farklı örneklemeler üzerinden daha gerçekçi veriler elde edilmesi sağlanabilir.
- Öğrencilerin yüz yüze ilişki geliştirmesi için aile, okul, eğitimciler, resmi kurumlar gibi paydaşlar entegre hareket etmelidir. Sosyal platformlar üzerinden kurulan ilişkilerin artması gerçek ilişkilerden uzaklaşma, dijital oyunlara yönelme ve bağımlılık noktasına ulaşma sorunlarını beraberinde getirebilir.
- Araştırma sonucunda kızların akran ilişkilerinde erkeklerden daha iyi olduğu görülmüştür. Kızların biyolojik durumları ve karakter yapıları bu konuda etkili olsa da erkeklerin daha sağlıklı, sanal ortamdan uzak akran ilişkiler kurması adına beden eğitimi derslerine içerikler eklenebilir.
- Beden eğitimi derslerine spor branşları, takım oyunları ve bireysel egzersizler eklenerek fiziksel aktivite teşvik edilebilir. Dijital bağımlılıkla mücadele için teknoloji destekli aktiviteler de entegre edilebilir.

KAYNAKLAR

- Altun, M., & Atasoy, M. (2018). Investigation of digital game addiction of children between 9-11 age groups: kırşehir sample. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9(33), 1740-1757.
- Arslan, S. (2011). Serbest zaman kullanımı: Sıradan serbest zaman etkinlikleri ve sistemli serbest zaman etkinlikleri. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 1-10.
- Atak, F. (2020). *10-14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılığı ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Atik, Z. E., Çoban, A. E., Çok, F., Doğan, T., & Karaman, N. G. (2014). Akran ilişkileri ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 433-446. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.2.1778>.
- Ayyıldız, D. (2021). *Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, davranışsal-duygusal sorunlar ve olumsuz bilişsel hatalar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Barışık, H. (2021). *Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile akran ilişkileri arasındaki bağın incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Bayhan, P., & Işıtan, A. G. S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44.
- Bayram, A. & Şahin, E. (2024). Bağımlılıkla mücadele yöntemleri önleyici tedbirler ve farkındalık. N. E., Ekinci & A. Bayram, *Dijital Oyun Bağımlılığı: Oyuna Gelme (s. 65-82)*. Nobel yayınevi.
- Bayram, A. & Sezer, B.S. (2024). Bağımlılık ve dijital oyun bağımlılığı. N. E., Ekinci & A. Bayram, *Dijital Oyun Bağımlılığı: Oyuna Gelme (s.1-20)*. Nobel yayınevi.
- Bilgin, H. C. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Bingöl, H. B. (2021). *Teknolojinin serbest zaman aktiviteleri ve kamusal mekan kullanımı üzerindeki etkileri*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Teknik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre and early adolescence: The development and psychometric properties of the Friendship Qualities Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 471-484. <https://doi.org/10.1177/0265407594113011>
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F., & Kılıç Çakmak, E. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem.
- Çakılcı, E. F. (2013). *Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık*. Yüksek lisans tezi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çakır, V. O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 17-27.
- Ceviz, E. & Genç, H. (2021). Çocuklarda obezite ve fiziksel aktivite. İ. Kayantaş & M. İlkin, *Spor Bilimlerinde Araştırma ve Değerlendirmeler – I (s.175-202)*. Gece yayınevi.
- Chiu, S. I., Lee, J. Z., & Huang, D. H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 571-581. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.571>.
- Cloutier, R., & Onur, B. (1982). Ergenlik psikolojisinde kuramlar. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 27(2), 875-904. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000360
- Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Güzel ve niteliksel yapının planlanması, görünümü ve değerlendirilmesi*. Edam.
- Davies, J., & Brember, I. (1999). Boys outperforming girls: A 8 year cross-sectional study of attainment and self-esteem in year 6. *Educational Psychology*, 19(1), 5-17.
- Demiral, S. (2018). *Açık alan rekreasyonuna katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi: Şavşat-Karagöl örneği*. Yüksek lisans tezi, Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Doğruyol, S., & Yetim, Ü. (2019). Ebeveyne bağlanma, algılanan anne/baba tutumu ile akran ilişkileri arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık rolü. *Nesne Dergisi*, 7(14), 34-51. <https://doi.org/10.7816/nesne-07-14-03>
- Dursun, A., & Çapan, B. E. (2018). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik ihtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140. <https://doi.org/10.17679/inuefd.336272>
- Ekinci, N.E. & Sezer, B.S. (2024). Dijital oyunların tarihçesi ve gelişim süreci. N. E., Ekinci & A. Bayram, *Dijital Oyun Bağımlılığı: Oyuna Gelme (s.21-34)*. Nobel yayınevi.
- Eni, B. (2017). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Ergül, O. K. (2017). *12-14 yaş grubu ergenlerde ders dışı etkinlikler ve egzersiz kapsamında uygulanan fiziksel aktivite programının ilköğretim öğrencilerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkileri*. Yüksek lisans tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Farajı, H., & Özen, Z. (2022). Yetişkin ayrılık anksiyetesinin, ayrılık anksiyetesi ile beliren yetişkinlikte bireyleşme düzeyi arasındaki aracı rolü. *Mavi Atlas*, 10(1), 47-69. <https://doi.org/10.18795/gumusmaviatlas.1052353>
- Fisher, J. L. (1981). Transition in relationship style from adolescence to young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 14, 11-24. <https://doi.org/10.1007/BF02088419>.
- Fox, J., & Tang, W. Y. (2014). Sexism in online video games: The role of conformity to masculine norms and social dominance orientation. *Computers in Human Behavior*, 33, 314-320. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.014>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Gül, S. K., & Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80.
- Gülbetekin, E., Güven, E., & Tuncel, O. (2021). Adolesanların dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutum ve davranışlarını etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 148-160. <https://doi.org/10.51982/bagimli.866578>
- Günel, U., & Ergün, N. (2025). İlkokul öğrencilerinin ekran bağımlılığı, zorbalık ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Trakya Journal of Education*, 15(1), 454-483. <https://doi.org/10.24315/tred.1490539>
- Güvendi, B., Demir, G. T., & Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1194-1217. <https://doi.org/10.26466/opus.547092>
- İşler, O., Demirci, N., & Karaca, A. (2020). Çocuklar için serbest zaman aktivite anketi'nin uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 31(1), 9-19. <https://doi.org/10.17644/sbd.661978>
- Kazancıoğlu, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitesine katılmalarının depresyon düzeylerine etkileri*. Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Kılıç, E. (2018). *Az gören erişkin bireylerde serbest zamanla ilişkili aktivite performansını etkileyen faktörlerin kişi-çevre-aktivite modeli ile incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kılıç, K. M. (2019). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı, zorbalık bilişleri ve empati düzeyleri arasındaki ilişkiler. *İlköğretim Online*, 18(2). <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2019.562015>
- Kılıç, M. A. (2020). *15-18 yaş arası okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ile sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Ko, C., Yen, J., Chen, C., Chen, S., & Yen, C. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 193, 273-277. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57>.
- Lakot, K. (2015). *Beden eğitimi öğretmeni adaylarında serbest zaman algısı ve engelleri*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Melek, C. (2019). *Spora katılımın akran ilişkileri üzerine etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Burdur.
- Moore, S., & Boldero, J. (1991). Psychosocial development and friendship functions in adolescence. *Sex Roles*, 25, 521-536. <https://doi.org/10.1007/BF00290061>

- Musluoğlu, M. (2016). *15-19 yaş arası öğrencilerden oluşan bir lise örneğinde bağlantı noktaları ile internet ve dijital oyun yapısının ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özcan, G., & Yıldırım, S. (2011). Lisanslı olarak takım sporu ve bireysel spor yapan ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23, 111-135.
- Pala, Y. (2025). Lise öğrencilerinin cinsiyetlerine ve spor katılımlarına göre dijital oyun bağımlılığının fiziksel aktivitelere etkisi. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences (JOSHAS)*, 11(1), 34-41. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14744720>
- Pehlevan, Z., & Bal, S. İ. (2018). 13-15 yaş grubu çocuklarda spora katılımın akran ilişkileri ve sosyal destek alma üzerine etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 191-203.
- Sahin, E., & Yalcin, I. (2024). Examining the relationship between the perceived benefit and life engagement of individuals participating in sportive recreational activities. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(12), 2179-2186. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.12317>
- Santrock, J. W. (2012). *Ergenlik*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106-115.
- Şimşek, E., & Yılmaz, T. K. (2020). Türkiye'de yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalışmalarındaki yöntem ve sonuçların sistematik incelemesi. *Kastamonu Education Journal*, 28(4), 1851-1866. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3920>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *ANOVA kullanan deneysel tasarımlar* (Cilt 724). Thomson/Brooks/Cole.
- Taneri, B. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı sonrası akran ilişkisine yönelik şiddet eğilimi ve zorbalık ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Telford, A., Salmon, J., Jolley, D., & Crawford, D. (2004). Çocuklar için fiziksel aktivite anketlerinin güvenilirliği ve geçerliliği: Çocukların Boş Zaman Aktiviteleri Çalışma Anketi (CLASS). *Pediatric Egzersiz Bilimi*, 16(1), 64-78.
- Totan, T., & Yöndem, Z. D. (2007). Ergenlerde zorbalığın anne baba ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 8(2), 53-68.
- Türker, N., Ölçer, H., & Aydın, A. (2016). Yerel halkın serbest zaman değerlendirme alışkanlıkları: Safranbolu örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 49-62.
- Türkmen, M., Genç, H. & Ceviz, E. (2021). Oyun ve çocuk gelişimi. *Z. Dinç, Spor Bilimleri II* (s. 45-60). Akademisyen yayınevi.
- Uludağlı, N. P., & Sayıl, M. (2009). Orta ve ileri ergenlik döneminde risk alma davranışı: Ebeveyn ve akranların rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(23), 14-24.
- Uslu, Ş. (2019). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve sosyal medyaya yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Vatansever, S. (2017). *Lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenlerin mental iyi oluş, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vollmer, C., Randler, C., Horzum, M. B., & Ayas, T. (2014). Ergenlerde bilgisayar oyunun bağımlılığı ve bunun kronotip ve kişilikle ilişkisi. *Bilge Açık*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.1177/2158244013518054>
- World Health Organization. (2018). International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics (11th Revision). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>.
- Yalçın-Irmak, A., & Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16. <https://doi.org/10.5455/apd.170337>

Yiğit, E. (2017). *Çocukların dijital oyun bağımlılığında ailelerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.

Zorbaz, O., & Dost, M. T. (2014). Lise öğrencilerinin problemli internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 298-310.

Katkı Oranı Contribution Rate	Katkıda Bulunanlar Contributors
Fikir ve Kavramsal Kurgu <i>Idea or Notion</i>	Mustafa SEZER
Araştırma Tasarımı <i>Research Design</i>	Ömer CENGİZ, Mustafa SEZER
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Mustafa SEZER
Veri Toplama <i>Data Collecting</i>	Mustafa SEZER
Verilerin Analizi <i>Data Analysis</i>	Ömer CENGİZ, Mustafa SEZER
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Mustafa SEZER
Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee	
Bu araştırma, Siirt Üniversitesi Etik Kurulunun 03.12.2021 tarihli E-15.12.2021-1707 sayılı kararı ile yürütülmüştür. <i>This research was conducted with the decision of Siirt University Ethics Committee dated 03.12.2021 and numbered E-15.12.2021-1707.</i>	
Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict	
Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur. <i>Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.</i>	
Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment	
Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır. <i>No contribution and/or support was received during the writing process of this study.</i>	



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.