



## Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıkları ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

Hasan GÜLER<sup>1</sup> , Murat ÖZMADEN<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

<sup>2</sup>İğdır Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

**Araştırma Makalesi/Research Article**

**DOI:** 10.5281/zenodo.7577292

Gönderi Tarihi/ Received:

Kabul Tarih/ Accepted:

Online Yayın Tarihi/ Published:

18.12.2022

12.03.2023

20.03.2023

### Özet

Bu çalışmada, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıkları ile serbest zaman tatmin düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Genel tarama modeline göre yürütülen çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; “Kişisel Bilgi Formu” ile Beard ve Ragheb tarafından geliştirilen Karlı ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanan “Serbest Zaman Tatmini Ölçeği” ve Demir ve Cicioğlu tarafından geliştirilen “Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma grubunu, 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Balıkesir Üniversitesi ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 767 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucunda katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında, dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile sınıf düzeyi değişkeni arasında, serbest zaman tatmininin dinlenme alt boyutu ile günlük dijital oyun oynama süresi değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğu, dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile günlük dijital oyun oynama süresi değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeyleri ile serbest zaman tatmini düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital Oyun Bağımlılığı Farkındalığı, Serbest Zaman Tatmini, Öğrenci

### *Investigation of the relationship between the digital game addiction awareness and leisure time satisfaction levels of the students of the faculty of sports sciences*

#### Abstract

*In this study, it was aimed to examine the relationship between the awareness of digital game addiction and leisure satisfaction levels of the students of the Faculty of Sports Sciences. In the study conducted according to the general screening model, the relational screening model was used. As a data collection tool in the research; The “Personal Information Form” was developed by Beard and Ragheb by Karlı et al. adapted into Turkish by the Leisure Time Satisfaction Scale and the “Digital Game Addiction Awareness Scale” developed by Demir and Cicioğlu. The research group consisted of 767 students studying at Aydın Adnan Menderes University, Balıkesir University and Muğla Sıtkı Koçman University Faculty of Sport Sciences in the 2022-2023 academic year. As a result of the research, there was a significant difference between the sub-dimensions of digital game addiction awareness of the participants and the gender variable, between the sub-dimensions of digital game addiction awareness and the grade level variable, between the relaxation sub-dimension of leisure satisfaction and the variable of daily digital game playing time, and the sub-dimensions of digital game addiction awareness. It was found that there was a significant difference between the variable of daily digital game playing time. As a result, it was concluded that there is a significant and positive relationship between the digital game addiction awareness levels of the participants and their leisure time satisfaction levels.*

**Keywords:** Digital Game Addiction Awareness, Leisure Time Satisfaction, Student.

**Sorumlu Yazar/ Corresponded Author:** Hasan GÜLER, E-posta/ e-mail: [hasan.guler@adu.edu.tr](mailto:hasan.guler@adu.edu.tr)

The Extended English Abstract is located the end of the Article.

## GİRİŞ

Oyun, kendisini büyük bir medya ve kültür biçimi olarak hızla kabul ettirmiştir. Oyunun tanımını yapacak olursak eğitim, sağlık ve eğlence gibi belirli bir hedefi olan kendine özgü kuralları olan, tüm yaş grubundaki bireylerin arzularını ve severek katıldığı, mental, fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimine fayda sağlayan aktivitelerdir (Özen ve ark., 2011, akt. Dumangöz, 2022a). Oyun oynamanın popüleritesi arttıkça, oyun oynamanın neden olabileceği sorunlarla ilgili endişeler ortaya çıkmıştır. Oyun oynamak için harcanan zaman, genellikle sorunlu dijital oyunları tanımlarken tartışmalara da yol açmaktadır. (Mustonen & Kuuluvainen, 2017). Günümüzde oyunlar, insanlık tarihinde hiç olmadığı kadar çeşitlidir. İnsanlar oyunları sahalarda, kortlarda, tahtalarda, kartlarla veya dijital cihazlarla oynamaktadır. Kişiler bazı oyunları saatlerce bazı oyunları ise hiç oynamamaktadır (McGonigal, 2011). İnsanlığın artık dijital bir dünyanın kapısını aralamaya başladığı bu dönemde gerek kişisel olarak gerekse sosyal olarak daha fazla dijitalleşeceğini ön görmek mümkündür. Bu nedenle sanal ortamların, yazılımların, inovasyon projelerinin desteklenmesi ve geliştirilmesi gelecekte insanlık yararına olacaktı yararına olacağı düşünülmektedir (Dumangöz, 2022b). Buradan hareketle dijital oyun dijital ekipmanlar yardımıyla (konsol) oynanan ve her geçen gün hem seyircisi hem de oyuncusu artan bir alan olarak ifade edilmektedir (Gül ve ark., 2019; Bingöl ve ark., 2021; Uzun ve ark., 2022).

Dijital oyun oynamanın, oyuncularının sosyal yaşamları ve davranışları üzerindeki etkisi yıllardır medyada ve araştırmalarda tartışmalara yol açmıştır. Tartışmalardan biri, eğer bir oyun oyuncunun yardım etmek ve zarar vermek arasında karar vermesini gerektiriyorsa, bu kararın sonucu duruma geri dönerek tekrar eden bir öğrenme ve pekiştirme döngüsü yaratır. Prososyal davranışın ödüllendirildiği bir oyun, oynadıktan sonra prososyal davranışta bir artış gösterebilir ve aynı durumun şiddet için de geçerli olduğu iddia edilir. Bu sık sık tekrarlanırsa, araştırmacılar bunun inançlarda ve algılarda, klişelerde, tutumlarda, empatide, düşmanlıkta ve diğer duygusal tepkilerde uzun vadeli değişikliklere neden olabileceğini iddia etmektedir (Gentile ve ark., 2009).

Dijital oyun bozukluğu, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sorunlu dijital oyun oynamayı resmi bir teşhis olarak ilan etmesinin ardından 2018'de dünya çapında kabul görmüştür. Dijital oyun artık ICD-11 sınıflandırmasının bir parçasıdır. İlk başlarda dijital oyun bozukluğu, şimdiki terim kullanılana kadar Finlandiya'da dijital oyun bağımlılığı olarak adlandırılıyordu (DSÖ, 2018).

2019 yılında ICD-11 sınıflandırması ile resmi standarda göre ilk ölçüm olan Oyun Bozukluğu Testi (GDT) yayınlanmıştır. Gerekli 12 aylık örnekleme ile ölçüm cihazı, teşhiste tanımlanan yaşamın dört yönünü 1-5 arası bir ölçekte (hiçbir zaman-çok sık) değerlendirir. Birleşik puan, dijital bozukluğun ciddiyetini belirlemek için kullanılmaktadır. Standart ölçüme ek olarak, araştırmacılar, dijital oyun bozukluğunun ciddiyetinin daha sağlam bir değerlendirmesini elde etmek için sonuçları daha önce kullanılan ölçümlerle karşılaştırabilir ve kullanabilir (Pontes ve ark., 2019.) Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) dijital oyun bağımlılığın bir hastalık olduğunu tespit etmiştir. Bunun yanında kişilerin dijital oyun bağımlılığının bir hastalık olması hakkında bilinçlenmesi, oyun sürelerini kontrol altına alması, oyunlarda çok fazla vakit geçirip geçirmediğini bilincine varması için dijital oyun bağımlılığı hakkında farkındalık sahibi olması önemlidir (Demir & Cicioğlu, 2020).

Farkındalık, geçmişte yaşananlar veya gerçekleşmesi beklenen düşünce ve duygulardan ilişkisiz olarak dikkatin içinde bulunulan ana yönlendirilmesi ve kabullenip onaylanması biçiminde ifade edilmektedir (Akt. Altınışık ve ark., 2021). Farkındalık düzeyleri üst seviyede olan kişiler içinde yaşadığı olayı idrak eder ve kabullenir (Brown ve ark., 2007). Dimidjian ve Linehan (2003) "*farkındalığı, şu anda gerçekliği yargılamadan gözlemleme, tanımlama ve ona katılmanın içsel süreci olan bir dizi beceriyi içerir*" şeklinde ifade etmiştir. Dijital çağa geçiş ile birlikte insanlar tüm zamanlarını bu platformlarda geçirmekte fiziksel ve sosyal aktivitelere daha az zaman ayırmaya başlamışlardır.

Serbest zaman ve bu süre zarfında gerçekleştirilen aktiviteler oldukça önemlidir (Akt. Turhal ve ark., 2020). Serbest zaman tatmini; bireyin rekreatif faaliyetlere katılmasının ardından kişinin kazanım sağladığı ve hedefine ulaştığı pozitif doyum ya da hislerdir (Beard ve Ragheb, 1980). Luthans (1994)'göre serbest zaman tatmini; kişinin hayata bakış açısı ve bu bakış açısına karşılık gösterdiği duygusal tepki olarak ifade edilmiştir. Rekreatyonel etkinlikleri seçme, karar verme, katılma ve birçok değişkene göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (Kır, 2007; Sabbağ & Aksoy, 2011). Bu doğrultuda öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının bilinmesi ve serbest zaman tatminleri hakkında bilgi edinilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada katılımcıların dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalığı düzeyleri ile serbest zaman tatmini düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen sonuçların spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeylerini belirleyip serbest zamanları nasıl değerlendirdiklerini tespit etmektir.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma modeli**

Bu araştırma nicel araştırma kapsamında ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Bu araştırma modelinde iki ve üzeri değişkenin birlikte değişiminin ölçülmesi amaçlanır (Karasar, 2014).

### **Araştırma grubu (evren-örneklem)**

Araştırma grubunu, 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Veriler katılımcılara ulaşılabirlik unsurları da göz önünde bulundurularak Çevrimiçi veri toplama teknikleri üzerinden iletilmiş ve araştırmada gönüllü katılıma dikkat edilmiştir. Toplamda 805 katılımcıdan veri toplanmış olup, analiz sonucu aykırı uç değer olduğu tespit edilen 38 anket formu değerlendirmeye alınmamıştır. Sonuç olarak 767 anket formu üzerinden veriler değerlendirilmiştir.

### **Veri toplama araçları**

Araştırmada; araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” ile Beard ve Ragheb (1980)’in geliştirdiği Karlı ve arkadaşları (2008)’ın Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı “Serbest Zaman Tatmini Ölçeği” ve Demir ve Cicioğlu (2020)’nun geliştirdiği “Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği” tercih edilmiştir.

### **Kişisel bilgi formu**

Bu formda; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, bölüm, günlük serbest zaman süresi ve günlük dijital oyun oynama sürelerinden oluşan 6 soru yer almaktadır.

### **Serbest zaman tatmini ölçeği**

Beard ve Ragheb (1980)’in geliştirdiği, Karlı ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan Serbest Zaman Tatmini Ölçeği; psikolojik, eğitsel, sosyal, dinlenme, fizyolojik ve estetik şeklinde 6 alt boyut içermektedir. Ölçek 5’li likert türünde derecelendirmeye sahiptir. Serbest Zaman Tatmini Ölçeğine ait cronbach alpha katsayıları psikolojik için 0,86, eğitsel için 0,86, sosyal için 0,82, dinlenme için 0,86, fizyolojik için 0,70 estetik için 0,87 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ise 0,74, 0,88, 0,86, 0,89, 0,82 0,88 olarak hesaplanmıştır.

### **Dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık ölçeği (DOBİFÖ)**

Demir ve Cicioğlu (2020)’nun geliştirdiği ölçek içsel farkındalık ve dışsal farkındalık olarak iki alt boyut içermektedir. Ölçekteki maddeler, 5’li likert tipinde derecelendirilmiştir. Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeğine ait cronbach alpha katsayıları sırası ile

içsel farkındalık alt boyutu 0,82, dışsal farkındalık alt boyutu 0,83 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ise 0,90, 0,86 olarak hesaplanmıştır.

### Verilerin analizi

Verilerin analiz sürecinde frekans, yüzde ve güvenilirlik katsayısı hesaplamaları, pearson korelasyon katsayısı, doğrusal regresyon analizi, manova testleri ve gruplar arası farkı tespit etmek amacıyla Bonferonni testi uygulanmıştır. Araştırma verilerinin normal dağılım gösterme durumunun basıklık çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Bu verilere bakıldığında değerlerin -1 ve +1 arasında değişkenlik gösterdiği tespit edilmiş olup verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2014).

## BULGULAR

Tablo 1. Demografik değişkenler

Değişkenler	Gruplar	f	%
Yaş	19 yaş ve altı	227	29,6
	20-21 yaş	263	34,3
	22-23 yaş	168	21,9
	24 yaş ve üstü	109	14,2
Cinsiyet	Kadın	289	37,7
	Erkek	478	62,3
Sınıf	1. Sınıf	313	40,8
	2. sınıf	132	17,2
	3. sınıf	162	21,1
	4. sınıf	160	20,9
Bölüm	*Öğretmenlik	198	25,8
	**Yöneticilik	335	43,7
	***Antrenörlük	167	21,8
	****Rekreasyon	67	8,7
Günlük Dijital Oyun Oynama Süresi	Oynamıyorum	286	37,3
	1-2 saat	332	43,3
	3 saat ve üstü	149	19,4
Günlük Serbest Zaman Süresi	2 saat ve altı	99	12,9
	3-4 saat	219	28,6
	5-6 saat	251	32,7
	7-8 saat	97	12,6
	9 saat ve üstü	101	13,2
Toplam		767	100

\*Öğretmenlik: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği; \*\*Yöneticilik: Spor Yöneticiliği, \*\*\* Antrenörlük; Antrenörlük Eğitimi, \*\*\*\*Rekreasyon: Rekreasyon Eğitimi

Tablo 1 incelendiğinde yaş aralığında en yüksek oran 20-21 yaş aralığında olup (%34,3). cinsiyet değişkeninde erkek katılımcılar (%62,3); sınıf düzeyinde 1. Sınıf öğrencileri, (%40,8); bölüm değişkeninde spor yöneticiliği bölümü öğrencileri (%43,7) günlük dijital oyun oynama süresi değişkeninde 1-2 saat oyun oynayan katılımcılar (%43,3) ve günlük 5-6 saat serbest zamana sahip olan katılımcılardan meydana gelmektedir (%32,7).

**Tablo 2. Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı değerler**

Değişkenler	Minimum	Maksimum	$\bar{x}$	s.s.	Basıklık	Çarpıklık
Psikolojik	1,00	5,00	3,64	0,84	-0,663	0,367
Eğitsel	1,00	5,00	4,00	0,88	-0,971	0,824
Sosyal	1,00	5,00	3,89	0,89	-0,879	0,575
Dinlenme	1,00	5,00	4,12	0,85	-0,951	0,661
Fizyolojik	1,00	5,00	3,73	0,89	-0,519	-0,059
Estetik	1,00	5,00	3,78	0,88	-0,477	0,037
İçsel Düzenleme	1,00	5,00	3,51	1,12	-0,576	-0,453
Dışsal Düzenleme	1,00	5,00	3,72	0,92	-0,947	0,664

Katılımcılardan elde edilen tanımlayıcı istatistik sonuçlarına göre serbest zaman tatmini ölçeği boyutlarında en yüksek oran dinlenme boyutuna sahipken ( $\bar{x}= 4,12$ ), dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ölçeği alt boyutlarında dışsal düzenleme boyutundadır ( $\bar{x}= 3,72$ ).

**Tablo 3. Değişkenlere yönelik pearson korelasyon analizi sonuçları**

	1-	2-	3-	4-	5-	6-
<sup>1</sup> Psikolojik	1					
<sup>2</sup> Eğitsel	0,748** 0,000	1				
<sup>3</sup> Sosyal	0,674** 0,000	0,842** 0,000	1			
<sup>4</sup> Dinlenme	0,666** 0,000	0,737** 0,000	0,719** 0,000	1		
<sup>5</sup> Fizyolojik	0,584** 0,000	0,596** 0,000	0,612** 0,000	0,612** 0,000	1	
<sup>6</sup> Estetik	0,581** 0,000	0,604** 0,000	0,630** 0,000	0,652** 0,000	0,658** 0,000	1
İçsel Düzenleme	0,261** 0,000	0,293** 0,000	0,293** 0,000	0,250** 0,000	0,168** 0,000	0,182** 0,000
Dışsal Düzenleme	0,278** 0,000	0,294** 0,000	0,307** 0,000	0,305** 0,000	0,206** 0,000	0,229** 0,000

p<0,01 \*\*; p<0,05\*

Tablo 3'e göre dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ölçeği alt boyutu olan içsel düzenleme ile serbest zaman tatmini ölçeğinin psikolojik, eğitsel, sosyal, dinlenme ve estetik alt boyutları arasında düşük seviyede pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilirken, dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ölçeği alt boyutu olan içsel düzenleme ile serbest zaman tatmini ölçeğinin fizyolojik boyutu arasında çok düşük seviyede pozitif ilişki görülmüştür (p<0,05). Dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ölçeği alt boyutu olan dışsal düzenleme ile serbest zaman tatmini ölçeğinin psikolojik, eğitsel, fizyolojik ve estetik alt boyutları arasında düşük seviyede anlamlı ve pozitif ilişki tespit edilirken, dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ölçeği alt boyutu olan sosyal ve dinlenme alt boyutları arasında orta seviyede pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir (p<0,05).

**Tablo 4. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı düzeylerinin serbest zaman tatmini üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan doğrusal regresyon analizi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	Standart Hata	Beta	t	p	R <sup>2</sup>	Durbin Watson
Psikolojik	Sabit	2,701	0,122	-	22,193	0,000**	0,080	2,124
	İçsel	0,086	0,041	0,115	2,111	0,035*		
	Dışsal	0,174	0,050	0,190	3,483	0,001**		
Eğitsel	Sabit	2,952	0,127	-	23,282	0,000**	0,950	2,081
	İçsel	0,127	0,042	0,162	2,994	0,003*		
	Dışsal	0,163	0,052	0,170	3,142	0,002*		
Sosyal	Sabit	2,782	0,128	-	21,676	0,000**	0,100	2,120
	İçsel	0,110	0,043	0,139	2,574	0,010*		
	Dışsal	0,196	0,053	0,200	3,718	0,000**		
Dinlenme	Sabit	3,073	0,122	-	25,135	0,000**	0,091	2,094
	İçsel	0,027	0,041	0,036	0,659	0,510		
	Dışsal	0,257	0,050	0,278	5,134	0,000**		
Fizyolojik	Sabit	2,986	0,132	-	22,685	0,000**	0,040	2,160
	İçsel	0,016	0,044	0,021	0,374	0,709		
	Dışsal	0,185	0,054	0,190	3,425	0,001**		
Estetik	Sabit	2,968	0,130	-	22,868	0,000**	0,050	2,084
	İçsel	0,011	0,043	0,014	0,246	0,806		
	Dışsal	0,211	0,053	0,219	3,957	0,000**		

p<0,01\*\*, p<0,05\*

Tablo 4'e göre; dijital oyun bağımlılığı farkındalığının içsel düzenleme ve dışsal düzenleme alt boyutlarının serbest zaman tatmininde psikoloji alt boyutu üzerinde anlamlı bir etki yarattığı tespit edilmiştir (p<0,05). Serbest zaman tatmininde psikolojik üzerindeki değişimin %,8'inin açıklandığı tespit edilmiştir (Düzenlenmiş R<sup>2</sup>=0,080). İçsel düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış psikoloji üzerinde 0,086 'lık artışa ( $\beta=0,080$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış psikolojik üzerinde 0,174'lük artışa ( $\beta=0,174$ ) neden olmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının içsel düzenleme ve dışsal düzenleme alt boyutlarının serbest zaman tatmininde eğitsel alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir (p<0,05). Serbest zaman tatmininde psikolojik üzerindeki değişimin %,9,5'inin açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş R<sup>2</sup>=0,095). İçsel düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış eğitsel üzerinde 0,127'lik artışa ( $\beta=0,127$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış psikolojik üzerinde 0,163'lük artışa ( $\beta=0,163$ ) neden olmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının içsel düzenleme ve dışsal düzenleme alt boyutlarının serbest zaman tatmininde sosyal alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir (p<0,05). Serbest zaman tatmininde psikolojik üzerindeki değişimin %,10'unun açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş R<sup>2</sup>=0,100). İçsel düzenleme

değişkenindeki 1 birimlik artış eğitsel üzerinde 0,110'luk artışa ( $\beta=0,110$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış psikolojik üzerinde 0,196'lık artışa ( $\beta=0,196$ ) neden olmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının dışsal düzenleme alt boyutunun serbest zaman tatmininde dinlenme alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Serbest zaman tatmininde dinlenme üzerindeki değişimin %,9,1'inin açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş  $R^2=0,091$ ). İçsel düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış dinlenme üzerinde 0,027'lik artışa ( $\beta=0,027$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış dinlenme üzerinde 0,257'lik artışa ( $\beta=0,257$ ) neden olmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının dışsal düzenleme alt boyutunun serbest zaman tatmininde fizyolojik alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Serbest zaman tatmininde fizyolojik üzerindeki değişimin %,4'ünün açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş  $R^2=0,040$ ). İçsel düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış fizyolojik üzerinde 0,016'lık artışa ( $\beta=0,016$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış fizyolojik üzerinde 0,185'lik artışa ( $\beta=0,185$ ) neden olmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının dışsal düzenleme alt boyutunun serbest zaman tatmininde estetik alt boyutu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Serbest zaman tatmininde estetik üzerindeki değişimin %,4'ünün açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş  $R^2=0,040$ ). İçsel düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış estetik üzerinde 0,011'lik artışa ( $\beta=0,011$ ); dışsal düzenleme değişkenindeki 1 birimlik artış estetik üzerinde 0,211'lik artışa ( $\beta=0,211$ ) neden olmaktadır.



**Tablo 5. Serbest zaman tatmininin yaş değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Yaş	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
Psikolojik	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,64	0,84	0,300	0,826
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,67	0,80		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,60	0,83		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,68	0,94		
Eğitsel	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	4,02	0,88	0,099	0,960
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	4,01	0,88		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,97	0,87		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,98	0,92		
Sosyal	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,89	0,90	0,008	0,999
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,90	0,89		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,88	0,88		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,90	0,89		
Dinlenme	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	4,10	0,87	0,172	0,915
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	4,15	0,84		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	4,10	0,77		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	4,11	0,94		
Fizyolojik	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,78	0,87	0,532	0,661
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,70	0,91		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,74	0,83		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,66	0,96		
Estetik	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,80	0,88	1,074	0,359
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,82	0,90		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,68	0,83		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,82	0,91		

Tablo 5'te katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutları ile yaş değişkeni arasında yapılan analiz sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6. Dijital oyun bağımlılığın yaş değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Yaş	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
İçsel Düzenleyen	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,41	1,09	1,460	0,224
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,50	1,17		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,59	1,06		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,65	1,15		
Dışsal Düzenleyen	<sup>(1)</sup> 19 yaş ve altı	227	3,63	0,94	1,375	0,249
	<sup>(2)</sup> 20-21 yaş	263	3,72	0,95		
	<sup>(3)</sup> 22-23 yaş yaş	168	3,77	0,86		
	<sup>(4)</sup> 24 yaş ve üstü	109	3,82	0,86		

Tablo 6'da katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile cinsiyet göre yapılan analiz sonucunda farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 7. Serbest zaman tatmininin değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
Psikolojik	Kadın	289	3,66	0,81	0,237	0,627
	Erkek	478	3,63	0,86		
Eğitsel	Kadın	289	4,05	0,81	1,625	0,203
	Erkek	478	3,97	0,92		
Sosyal	Kadın	289	3,93	0,85	0,593	0,442
	Erkek	478	3,87	0,92		
Dinlenme	Kadın	289	4,16	0,83	0,970	0,325
	Erkek	478	4,10	0,86		
Fizyolojik	Kadın	289	3,70	0,86	0,537	0,464
	Erkek	478	3,74	0,91		
Psikolojik	Kadın	289	3,82	0,89	0,611	0,435
	Erkek	478	3,76	0,87		

Tablo 7’de katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 8. Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının cinsiyet değişkenine göre manova analizi sonuçları.**

Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
İçsel Düzenleyen	Kadın	289	3,92	0,97	64,522	<b>0,000</b>
	Erkek	478	3,27	1,14		
Dışsal Düzenleyen	Kadın	289	3,96	0,80	33,975	<b>0,000</b>
	Erkek	478	3,57	0,95		

Tablo 8’de katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki görülmüştür ( $p>0,05$ ).

**Tablo 9. Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının sınıf değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Sınıf	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p	Bonferonni
İçsel Düzenleyen	<sup>(1)</sup> 1. sınıf	313	3,37	1,15	2,941	0,032	3>1
	<sup>(2)</sup> 2. sınıf	132	3,55	1,15			
	<sup>(3)</sup> 3. sınıf	162	3,63	1,05			
	<sup>(4)</sup> 4. sınıf	160	3,64	1,10			
Dışsal Düzenleyen	<sup>(1)</sup> 1. sınıf	313	3,65	0,99	0,902	0,440	-
	<sup>(2)</sup> 2. sınıf	132	3,73	0,89			
	<sup>(3)</sup> 3. sınıf	162	3,77	0,78			
	<sup>(4)</sup> 4. sınıf	160	3,77	0,91			

Tablo 9’da katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farkın kaynağını tespit etmek için yapılan Bonferonni testi sonucu 3. Sınıf öğrencilerinin puanlarının, 1. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 10. Serbest zaman tatmininin bölüm değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Bölüm	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
Psikolojik	Öğretmenlik	198	3,62	0,82	0,604	0,613
	Yöneticilik	335	3,62	0,82		
	Antrenörlük	167	3,69	0,87		
	Rekreasyon	67	3,75	0,94		
Eğitsel	Öğretmenlik	198	4,01	0,88	0,458	0,711
	Yöneticilik	335	3,97	0,87		
	Antrenörlük	167	4,03	0,91		
	Rekreasyon	67	4,09	0,89		
Sosyal	Öğretmenlik	198	3,89	0,89	1,162	0,323
	Yöneticilik	335	3,89	0,90		
	Antrenörlük	167	3,84	0,94		
	Rekreasyon	67	4,08	0,74		
Dinlenme	Öğretmenlik	198	4,07	0,87	2,049	0,106
	Yöneticilik	335	4,16	0,82		
	Antrenörlük	167	4,03	0,92		
	Rekreasyon	67	4,29	0,70		
Fizyolojik	Öğretmenlik	198	3,67	0,85	0,869	0,457
	Yöneticilik	335	3,72	0,91		
	Antrenörlük	167	3,75	0,90		
	Rekreasyon	67	3,87	0,86		
Estetik	Öğretmenlik	198	3,74	0,89	0,882	0,450
	Yöneticilik	335	3,76	0,86		
	Antrenörlük	167	3,83	0,92		
	Rekreasyon	67	3,91	0,84		

Tablo 10’da katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutları ile bölüm değişkeni arasında anlamlı farklılık ilişkisi olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 11. Dijital oyun bağımlılığının bölüm değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Bölüm	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
İçsel Düzenleyen	*Öğretmenlik	198	3,57	1,06	1,713	0,163
	**Yöneticilik	335	3,51	1,12		
	***Antrenörlük	167	3,37	1,23		
	****Rekreasyon	67	3,70	1,04		
Dışsal Düzenleyen	Öğretmenlik	198	3,68	0,87	2,359	0,070
	Yöneticilik	335	3,79	0,88		
	Antrenörlük	167	3,57	1,04		
	Rekreasyon	67	3,80	0,89		

\*Öğretmenlik: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği; \*\*Yöneticilik: Spor Yöneticiliği, \*\*\*Antrenörlük: Antrenörlük Eğitimi; \*\*\*\*Rekreasyon: Rekreasyon Eğitimi

Tablo 11’de katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile bölüm değişkeni arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ),

**Tablo 12. Serbest zaman tatmininin günlük boş zaman süresi değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Boş Zaman	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
Psikolojik	2 saat ve altı	99	3,58	0,85	0,261	0,903
	3-4 saat	219	3,64	0,80		
	5-6 saat	251	3,67	0,84		
	7-8 saat	97	3,62	0,87		
	9 saat ve üstü	101	3,68	0,90		
Eğitsel	2 saat ve altı	99	4,02	0,84	0,513	0,726
	3-4 saat	219	3,94	0,89		
	5-6 saat	251	4,01	0,88		
	7-8 saat	97	3,99	0,91		
	9 saat ve üstü	101	4,08	0,88		
Sosyal	2 saat ve altı	99	3,78	0,92	0,551	0,699
	3-4 saat	219	3,88	0,88		
	5-6 saat	251	3,92	0,90		
	7-8 saat	97	3,92	0,90		
	9 saat ve üstü	101	3,95	0,90		
Dinlenme	2 saat ve altı	99	4,08	0,86	0,667	0,615
	3-4 saat	219	4,13	0,78		
	5-6 saat	251	4,15	0,88		
	7-8 saat	97	4,17	0,87		
	9 saat ve üstü	101	4,01	0,89		
Fizyolojik	2 saat ve altı	99	3,72	0,88	0,402	0,807
	3-4 saat	219	3,72	0,88		
	5-6 saat	251	3,77	0,89		
	7-8 saat	97	3,68	0,86		
	9 saat ve üstü	101	3,66	0,94		
Estetik	2 saat ve altı	99	3,74	0,92	1,546	0,187
	3-4 saat	219	3,83	0,82		
	5-6 saat	251	3,82	0,87		
	7-8 saat	97	3,59	0,98		
	9 saat ve üstü	101	3,82	0,88		

Tablo 12’de katılımcıların serbest zaman tatmini alt boyutları ile günlük boş zaman süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 13. Dijital oyun bağımlılığının günlük boş zaman süresi değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Boş Zaman	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p
İçsel Düzenleyen	2 saat ve altı	99	3,49	1,14	0,250	0,910
	3-4 saat	219	3,46	1,13		
	5-6 saat	251	3,55	1,07		
	7-8 saat	97	3,53	1,18		
	9 saat ve üstü	101	3,54	1,17		
Dışsal Düzenleyen	2 saat ve altı	99	3,72	0,95	0,201	0,938
	3-4 saat	219	3,67	0,91		
	5-6 saat	251	3,74	0,87		
	7-8 saat	97	3,72	0,93		
	9 saat ve üstü	101	3,74	1,00		

Tablo 13’te katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile günlük boş zaman süresine göre anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ),

**Tablo 14. Serbest zaman tatmininin günlük dijital oyun oynama değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Oyun	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p	Bonferonni
Psikolojik	(1) Oynamıyorum	286	3,73	0,82	2,140	0,118	-
	(2) 1-2 saat	332	3,60	0,85			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,58	0,84			
Eğitsel	(1) Oynamıyorum	286	4,08	0,85	2,097	0,124	-
	(2) 1-2 saat	332	3,97	0,86			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,91	0,97			
Sosyal	(1) Oynamıyorum	286	3,98	0,88	1,907	0,149	-
	(2) 1-2 saat	332	3,84	0,86			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,85	0,97			
Dinlenme	(1) Oynamıyorum	286	4,22	0,79	3,311	0,037	1>2
	(2) 1-2 saat	332	4,07	0,82			
	(3) 3 saat ve üstü	149	4,04	0,99			
Fizyolojik	(1) Oynamıyorum	286	3,81	0,83	2,347	0,096	-
	(2) 1-2 saat	332	3,66	0,90			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,70	0,95			
Estetik	(1) Oynamıyorum	286	3,85	0,86	1,368	0,255	-
	(2) 1-2 saat	332	3,73	0,85			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,78	0,98			

Tablo 14’te katılımcıların serbest zaman tatmininin dinlenme alt boyutu ile günlük dijital oyun oynama süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan Bonferonni testi sonucuna göre dijital oyun oynamayan katılımcıların puanlarının, günlük 1-2 saat dijital oyun oynayan katılımcılardan yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 15. Dijital oyun bağımlılığı farkındalığının günlük dijital oyun oynama değişkenine göre manova analizi sonuçları**

Boyutlar	Yaş	n	$\bar{X}$	s.s.	F	p	Bonferonni
İçsel Düzenleyen	(1) Oynamıyorum	286	3,89	1,02	29,493	0,000	1>2,3
	(2) 1-2 saat	332	3,35	1,09			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,15	1,19			
Dışsal Düzenleyen	(1) Oynamıyorum	286	3,97	0,83	19,564	0,000	1>2,3
	(2) 1-2 saat	332	3,61	0,91			
	(3) 3 saat ve üstü	149	3,46	0,97			

Tablo 15’te katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı alt boyutları ile günlük dijital oyun oynama süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Bonferonni testi sonucu her iki boyutta da dijital oyun oynamayan katılımcıların puanlarının, günlük 1-2 saat ve 3 saat üstü dijital oyun oynayan katılımcılardan yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmamızda spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin yaş, cinsiyet, sınıf, bölüm, günlük teknoloji süresi ve günlük serbest zaman süresi değişkenlerine göre incelenmiştir.

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ve serbest zaman tatmininin yaş değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Can ve Tekkurşun-Demir (2020), sporcuların ve E-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılığı ve farkındalıkları çalışmasında sporcuların yaşı ile dijital oyun bağımlılığı puanlarında pozitif yönde orta seviyede ve dijital oyun farkındalıklarında ise negatif yönde orta seviyede anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Gumusgul (2018), üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, rekreasyonel sporlara katılım ve eğitim başarısı ile akıllı telefon bağımlılığına ilişkin çalışmasında akıllı telefon bağımlılığı ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu saptanmıştır. Serbest zaman tatminine yönelik araştırmalarda; Özel'in (2019) araştırmasında 24 yaş ve üzeri üniversite öğrencilerinin diğer yaşlara göre daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumun katılımcıların yaş aralıklarının birbirine yakın olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmamızdan farklı sonuçlara ulaşmış çalışmalara rastlanmıştır. Bu durumun farklı örneklem gruplarına uygulanması ve farklı ölçeklerin kullanılması ile ilgili olduğu saptanmıştır.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı cinsiyet değişkenine göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olarak farklılık olduğu, serbest zaman tatmininin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Güler (2021)'in yapmış olduğu araştırmada erkek öğrencilerin puanlarının, kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Godinho ve arkadaşları (2014), ergenlerin televizyon karşısında vakit geçirme ve dijital oyun oynama ile ilgili yapmış oldukları araştırmada, ergenlerin cinsiyet değişkenine göre televizyon karşısında vakit geçirme süresiyle ilgili istatistiksel olarak anlamlı fark bulamazken, dijital oyun oynama da erkek ergenlerin kadın ergenlere göre oynama süresin de anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Serbest zaman tatmini ile ilgili araştırmalar incelendiğinde Hribernik ve Mussap (2020) ile Misra ve Mckeen (2000) cinsiyete göre farklılık olduğu, Soyer ve arkadaşları (2017) ve Yiğit (2018) üniversite öğrencilerine yönelik rekreatif faaliyeti incelemelerinde ve Yerlisu-Lapa ve Ardahan (2009) üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım çalışmalarında farklılık olmadığı sonucunu ulaşımlardır. Sonuç olarak dijital oyun bağımlılığı farkındalığı erkek öğrencilerin dijital oyunlarla daha fazla vakit geçirdikleri ve dijital oyunları beraber oynadıkları düşünülürken, kadın öğrencilerin dijital oyunlarda daha az vakit geçirdikleri, kadın öğrencilere hitap edecek dijital oyunların azlığı ve farkındalıklarının yüksek tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde araştırmamızla paralellik gösteren çalışmalara

rastlanmıştır. Bu durum araştırmamızın alana katkı sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı sınıf değişkenine göre 3. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olarak farklılık olduğu ancak serbest zaman tatmininin sınıf değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Bu durum 3. Sınıf öğrencilerinin okula adapte oldukları mezuniyete yaklaştıkları ALES, KPSS ve dil sınavları gibi mesleki yeterliğe hazırlandıklarına ve dijital oyunlara olan ilgilerinin azaldığı 1.sınıf öğrencilerinin okula yeni başlamış olmaları ve henüz üniversite eğitimi hakkında bilgilerinin yetersiz olması, dijital oyunlarla daha fazla vakit geçirmeleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde ilgili çalışmalara rastlanmamıştır. Bundan dolayı araştırmamızın yapılacak yeni çalışmalara katkı sağlayacağı söylenebilir.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ve serbest zaman tatmininin bölüm değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Deniz'in (2020) spor bilimleri öğrencilerine yönelik araştırmasında bölüme göre farklılık olmadığı, Uzun (2016) araştırmasında ise beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin diğerlerine göre daha yüksek değere sahip olduğu için farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erbaş ve Gümüş (2020), öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımları ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide fiziksel aktiviteye katılımı boş zamanı daha verimli kullandıkları ve istatistiki olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Uzun (2016) çalışmasında serbest zaman tatmininin boş zaman değişkenine göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Sonuç olarak katılımcıların tümü aynı fakültede öğrenim görmekte ve bölümler isimleri farklı olsa da içeriklilerin benzer olmasıyla açıklanabilir. Literatür incelendiğinde araştırmamızla diğer çalışmalar paralellik göstermektedir.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve serbest zaman tatmininin günlük boş zaman süresi değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Bu durum katılımcıların boş zaman sürelerini farklı aktiviteler ve sosyalleşme yönlerinin farklı olmasıyla ilgili olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmamızla paralellik gösteren çalışmalara rastlanmamıştır. Bundan dolayı araştırmamızın yapılacak yeni çalışmalara katkı sağlayacağı söylenebilir.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı günlük dijital oyun oynama değişkenine göre oyun oynamayan öğrencilerin 1-2 saat ile 3 saat ve üzeri

öğrencilere göre, serbest zaman tatmininin günlük dijital oyun oynama değişkenine göre oyun oynamayan öğrencilerin 1-2 saat oyun oynayan öğrencilere göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olarak farklılık olduğu istatistiksel olarak bulgulanmıştır. Can ve Tekkurşun-Demir (2020) sporcuların ve E-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılığı ve farkındalıkları çalışmasında sporcuların günlük dijital oyun oynayan sporcuların oynama sürelerinde (dijital oyun süreleri arttıkça bağımlılıklarının arttığı fakat farkındalıklarının düştüğü) istatistiki açıdan anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Altunkürek ve Özçoban (2020), ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkisi çalışmasında, öğrencilerin ders çalışmadığı sürelerde günlük ortalama internet kullanımları ve amaçları arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık olduğunu saptamıştır. Sonuç olarak oyun oynamayan öğrencilerin zamanlarını sosyal aktivitelere, eğitsel faaliyetlere, fizyolojik olarak dinlenerek geçirdikleri düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmamızla paralellik gösteren çalışmalara rastlanmamıştır. Bundan dolayı araştırmamızın yapılacak yeni çalışmalara katkı sağlayacağı söylenebilir.

Sonuç olarak araştırmada dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeyleri ile serbest zaman tatmini düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum katılımcıların dijital oyunların bir bağımlılık olarak görmeleri ve kontrolün kendilerinde olduğu bilincinde oldukları bununla birlikte serbest zamanlarında psikolojik, eğitsel, sosyal, fizyolojik, estetik ve dinlemeye vakit ayırmaları ve boş zamanlarında tatmin edici etkinliklere yöneldikleri düşünülmektedir.

### **Öneriler**

Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilere 1. Sınıftan başlayarak dijital oyun bağımlılığı hakkında oryantasyon eğitimi dönemlerinde ve fakülte içinde düzenlenecek seminerler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığı hakkında bilgi verilmeli ve konu ile ilgili farkındalık sağlanmalı, üniversite bünyesinde konuyla ilgili konferanslara öğrenciler yönlendirilmeli ayrıca serbest zamanlarında öğrencilere fakültenin de ders müfredatı kapsamında bulunan rekreasyonel faaliyetlere katılımları sağlanmalı, öğrencilere serbest zaman aktiviteleri düzenlenmesi önerilmektedir.

## **EXTENDED ABSTRACT**

### **INTRODUCTION**

The game quickly established itself as a major form of media and culture. If we are to define the game, it is the activities that have a specific purpose (health, entertainment, education, etc.), can be played with or without rules, that people of all age groups participate willingly and with pleasure, and



that contribute to their mental, social, psychological and physical development (Özen et al., 2011, cited in Dumangöz, 2022a). It is possible to foresee that humanity will become more digital both personally and socially in this period when humanity is starting to open the door to a digital world. Therefore, supporting and developing virtual environments, software and innovation projects will benefit humanity in the future (Dumangöz, 2022b). According to the World Health Organization (WHO), digital gaming addiction has been recognized as a disease. In addition, individuals need to be aware of digital game addiction in order to realize that it is a disease, to control the time of playing games, and to realize whether they are playing excessively (Demir & Cicioğlu, 2020). Leisure satisfaction is the positive satisfaction or emotions that a person obtains and attains as a result of participating in leisure activities (Beard and Ragheb, 1980). In this context, it was aimed to examine the level of digital game addiction awareness and leisure satisfaction level of sports sciences faculty students according to various variables.

## **METHOD**

The research group consists of the students of Aydın Adnan Menderes University, Balıkesir University and Muğla Sıtkı Koçman University Faculty of Sports Sciences in the 2022-2023 academic year. The data were delivered to the participants via Google Forms, taking into account the accessibility factors, and the research was based on volunteerism. A total of 805 participants were reached, and 38 questionnaire forms that showed outlier outliers as a result of the analysis were excluded from the evaluation. As a result, 767 questionnaire forms were evaluated. Personal information form developed by the researcher in the first part of the study, in the second part developed by Beard and Ragheb (1980) Karlı et al. (2008) the Turkish validity and reliability study of the Leisure time satisfaction scale; In the third part, the Digital Game Addiction Awareness Scale developed by Demir and Cicioğlu (2020) was used. In the analysis of the data statistically, frequency, percentage and reliability coefficient calculations, pearson correlation test, linear regression analysis, manova tests and Bonferonni test were used to determine the difference between the groups.

## **RESULTS**

As a result, it has been concluded that there is a significant and positive relationship between digital game addiction awareness levels and leisure time satisfaction levels in the research. It is thought that the participants see digital games as an addiction and they are aware that they are in control, however, they allocate time for psychological, educational, social, physiological, aesthetic and listening in their free time and turn to satisfying activities in their spare time.

## **DISCUSSION and CONCLUSION**

In this study, the relationship between the digital game addiction awareness and leisure satisfaction of the students of the faculty of sports sciences was examined according to the variables of age, gender, class, department, daily technology time and daily leisure time.

It was found statistically that there was no difference between the digital game addiction awareness and leisure time satisfaction of the students of the faculty of sports sciences according to the age variable. In the study of Can and Tekkurşun-Demir (2020), digital game addiction and awareness of athletes and e-sports players, it was determined that there was a moderately positive relationship between the age of the athletes and their digital game addiction scores, and a moderately negative relationship in the digital game awareness. It has been found statistically that female students have a higher average score than male students in terms of the digital game addiction awareness of the students of the faculty of sports sciences, and that the leisure time satisfaction does not differ according to the gender variable. Güler (2021), in his study of high school students' motivation to play digital games and their motivation to participate in physical activity, found that male students' scores were higher than female students.

It was found that the digital game addiction awareness and leisure time satisfaction of the students of the faculty of sports sciences did not differ according to the department variable. Deniz (2020) concluded that there was no difference according to the department in his research on sports science students, while in Uzun (2016) there was a difference because the students of the physical education and sports teaching department had a higher value than the others.

According to the daily digital game playing variable of sports sciences faculty students' awareness of digital game addiction, students who do not play games for 1-2 hours to 3 hours and more, according to the daily digital game playing variable of leisure satisfaction, students who do not play games are higher than students who play games for 1-2 hours. It was found statistically that there was a difference by having a high mean score. In the study of digital game addiction and awareness of athletes and e-sports players, Can and Tekkurşun-Demir (2020) determined that there is a statistically significant difference in the playing time of the athletes who play daily digital games (as their digital game times increase, their addiction increases but their awareness decreases).

## KAYNAKLAR

- Altınışık, Ü., İlhan, E.L., & Kurtipek, S. (2021). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık: spor yöneticisi adayları üzerine bir araştırma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 79-90.
- Altunkürek, Ş.Z., & Özçoban, K. (2020). Lise öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Bağımlılık Dergisi*, 21(4), 275-284.
- Beard, J.G., & Ragheb, M.G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33.
- Bingöl, H., Bingöl, Ş., & Öner, İ. (2021). Covid-19'un e-spor sektörü üzerindeki etkisi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (1), 119-131.
- Brown, K.W., Ryan, R.M., & Creswell, J.D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211- 237.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Deneyisel desenler öntest-sontest kontrol grubu desen ve veri analizi*. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık.

- Can, H.C., & Tekkurşun-Demir, G. (2020). Sporcuların ve E-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık düzeyleri, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 364-384.
- Demir, G.T., & Cicioğlu, H.İ. (2020). Dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık ölçeği (DOBİFÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(1), 1-17.
- Deniz, C. (2020). *Spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile tatmin düzeyleri arasındaki ilişki*. [Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı], Sakarya.
- Dimidjian, S., & Linehan, M. (2003). *Mindfulness practice. Cognitive behavioural therapy: Applying empirically supported techniques in your practice*. New York, Wiley.
- Dumangöz, P.D. (2022a). Oyun mu kültürü etkiler? Kültür mü oyunu etkiler? *Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 35-44.
- Dumangöz, P.D. (2022b). *Covid-19 and youth sports: psychological, developmental and economic impacts*. M. Yenilmez İnce ve G. Ersöz (Eds.), *In sport management, innovation and the covid-19 crisis* (Chapter 5). London: Routledge Taylor & Francis Group.
- Erbaş, Ü., & Gümüş, H. (2020). Participation in physical activity and social media addiction in students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(4), 52-60.
- Gentile, D.A., Anderson, C.A., Yukawa, S., Ihori, N., Saleem, M., Ming, L.K., ... et al. (2009). The effects of prosocial video games on prosocial behaviors: international evidence from correlational, longitudinal, and experimental studies. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 35(6), 752- 763
- Godinho, J., Araújo, J., Barros, H., & Ramos, E. (2014). Characteristics associated with media use in early adolescence. *Cadernos de Saúde Pública*, 30, 587-598.
- Gumusgul, O. (2018). Investigation of smartphone addiction effect on recreational and physical activity and educational success. *World Journal of Education*, 8(4), 11-17.
- Gül, M., Gül, O., & Uzun, R. (2019). Participation motivation scale for e-sports: Validity and reliability study (PMSES). *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21 (2), 281-294. DOI: 10.15314/tсед.563111
- Güler, H. (2021). *Lise öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının incelenmesi*, [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı], Ankara.
- Hribernik, J., & Mussap, A.J. (2010). Research note: Leisure satisfaction and subjective wellbeing. *Annals of Leisure Research*, 13(4), 701-708.
- Karlı, Ü., Polat, E., Yılmaz, B., & Koçak S, (2008). Serbest zaman tatmin ölçeği'nin (SZTÖ-uzun versiyon) geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 19(2), 80-91.
- Kır, İ. (2007). Yüksek öğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri: KSÜ örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Luthans F. (1994). *Organizational behavior*. New York, McGraw-Hill, Inc.
- McGonigal, J. (2011). *Reality is broken: why games make us better and how they can change the world*. London, Jonathan Cape.

- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16 (1), 41-51.
- Mustonen, T., & Kuuluvainen, S. (2017). *Digitaalinen viihdepelaaminen ja digipeliriippuvuus- Katsaus pelaamisen eri ulottuvuuksiin*. Helsinki, Sosiaalipedagogiikan Säätiö.
- Özel, B. (2019). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik yaşam doyumu tatmin ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı], Bartın.
- Pontes, H.M., Schivinski, B., Sindermann, C., Li, M., Becker, B., Zhou, M., ... et al. (2021). Measurement and conceptualization of Gaming Disorder according to the World Health Organization framework: The development of the Gaming Disorder Test. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(2), 508-528.
- Sabbağ, Ç., & Aksoy, E. (2001). Üniversite öğrencileri ve çalışanlarının boş zaman etkinlikleri: Adıyaman örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi SBE Dergisi*, 3(4), 10-23.
- Soyer, F., Yıldız, N. O., Demirel, D. H., Serdar, E., Demirel, M., Ayhan, C., ... et al. (2017). The investigation of the relationship between the factors that prevent university students from attending to the recreational activities and the life satisfaction of the participants. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2035-2046.
- Turhal, S., Altınışık, Ü., & Şahin, M. Y. (2020). Leisure management skills of faculty of sport sciences students. *Ambient Science*, 7, 203-207.
- Uzun R.N., Çebi M., Şahin T., & Ceylan L. (2022). *Elektronik spor'un yönetim\ gelişim\ bileşenler açısından yüzeysel incelenmesi*. Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Temel Alanında Akademik Çalışmalar, Artıkel Akademi.
- Uzun, F. (2016). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı], Kayseri.
- World Health Organization, (2018). *Gaming disorder. Department of communications*. <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gaming-disorder>.
- Yerlisu-Lapa, T., & Ardahan, F. (2009). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 132-144.
- Yiğit, İ. (2018). *Üniversite topluluklarında rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin s zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tez. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı], Malatya.

<b>KATKI ORANI</b> <b>CONTRIBUTION RATE</b>	<b>AÇIKLAMA</b> <b>EXPLANATION</b>	<b>KATKIDA BULUNANLAR</b> <b>CONTRIBUTORS</b>
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	Hasan GÜLER Murat ÖZMADEN
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	Hasan GÜLER
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	Hasan GÜLER
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	Murat ÖZMADEN
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	Hasan GÜLER
<b>Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment</b>		
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>		
<b>Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict</b>		
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>		
<b>Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee</b>		
Bu araştırma, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Etik Kurulunun 05.12.2022 tarihli ve 31906847/050.04.04-08.211 sayılı kararı ile yürütülmüştür. <i>This research was carried out with the decision of Aydın Adnan Menderes University Ethics Committee dated 05.12.2022 and numbered 31906847/050.04.04-08.211.</i>		



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