

PAPER DETAILS

TITLE: E-Sporun Dijital Oyun Bağımlılığı Açısından Değerlendirilmesi

AUTHORS: Ferhat Aktas, Zülbiye Kaçay

PAGES: 100-119

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/4337809>

E-Sporun Dijital Oyun Bağımlılığı Açısından Değerlendirilmesi

Ferhat AKTAŞ¹, Zülbiye KAÇAY²

ÖZET

Günümüzde giderek daha da fazla popülerlik kazanmaya başlayan e-spor, dijital oyun bağımlılığının yeniden gündeme gelmesine neden olmuştur. Bilindiği üzere dijital oyun bağımlılığı bireylerin yaşamlarına olumsuz yönde etki eden bir bağımlılık türüdür. E-sporun yapısı içerisinde yer alan rekabetçilik ruhu ve sürekli olarak gelişim gösteren oyunları ile bir noktada bağımlılık potansiyelini de açığa çıkartmaktadır. Özellikle günümüzde bu bağımlılığın gençler üzerindeki etkilerinin çok yoğun bir düzeyde olduğu düşünülmektedir.

Dolayısıyla literatür taraması şeklinde gerçekleştirilen bu çalışmanın amacı, oyun kavramından yola çıkılarak e-spor dahilindeki dijital oyunların incelenerek, dijital oyun bağımlılığı üzerine yapılan çalışmaların bulgularının değerlendirilmesi ile bu bağımlılık sonucu ortaya çıkabilecek olumsuzlukların incelenerek, yapılabilecekler hakkında önerilerde bulunmaktır. İlgili araştırmada, yöntem olarak derleme yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda, e-spor ve dijital oyun bağımlılığı hakkında alanyazında yer alan çalışmalar incelenmiştir.

E-Sporun dijital oyun bağımlılığı açısından değerlendirilebilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu derleme çalışmasında sonuç olarak; E-spor ve dijital oyunların, sağlıklı bir şekilde keyif alınabilecek aktiviteler olduğu, ancak, aşırıya kaçma ve bağımlılık durumunda olumsuz sonuçlar doğurabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: E-Spor, Dijital Oyun, Bağımlılık

ABSTRACT

Evaluation of E-Sports In Terms Of Digital Game Addiction

Today, e-sports, which has started to gain more and more popularity, has caused digital game addiction to come to the agenda again. As it is known, digital game addiction is a type of addiction that negatively affects the lives of individuals. With the spirit of competitiveness and constantly developing games within the structure of e-sports, it also reveals the potential for addiction at some point. Especially in today's period, this addiction is thought to be at a very intense level, especially on young people.

Therefore, the purpose of this study, which is carried out as a literature review, is to examine digital games within e-sports based on the concept of game, to evaluate the findings of studies on digital game addiction, to examine the negativities that may arise as a result of this addiction, and to make suggestions about what can be done.

As a result of this review study carried out to evaluate e-sports in terms of digital game addiction; it can be said that e-sports and digital games are activities that can be enjoyed in a healthy way, but can have negative consequences in case of overdoing and addiction.

Keywords: E-Sports, Digital Games, Addiction

GİRİŞ

Oyun kavramı, kökeni çok eskilere dayanan ve Türk Dil Kurumu'na göre zaman geçirmeye yönelik, belirli kurallara sahip bir eğlence şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2013).

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Çanakkale/TÜRKİYE. ORCID: 0000-0003-0010-5876, ferhataktas@comu.edu.tr.

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Çanakkale/TÜRKİYE. ORCID: 0000-0002-9794-0888, zzkacay@gmail.com

21. yüzyılda teknolojinin gelişimi ile birlikte, teknolojik araçlar insanların vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir (Derinalp, 2024). İnsanların sanal ortamda oluşturduğu dijital yaşam, gerçek yaşamlarının önüne geçmiştir. Dijital araçların kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte, sanal ortamdaki paylaşımlar da artmaktadır (Çavuş, Ayhan ve Tuncer, 2016). Bu artan paylaşımlar, insanların oyun kültüründe değişikliklere yol açmıştır. Geleneksel oyunlar, teknolojinin ilerlemesiyle birlikte dijital oyunlara yerlerini bırakmaya başlamıştır. Eskiden sokakta oynanan oyunlar, internet üzerinden erişilebilen oyunlarla değişerek ev ortamına taşınmıştır (Utuş, 2022). Dijital oyunlar, heyecan ve eğlence sunan aynı zamanda etkileşim içeren yapıyı, sanal ortam ifadelerini barındıran ve bu özellikleri oyun oynama isteğine ekleyen bireysel iletişim ortamları olarak görülmektedir (Yenğin, 2010).

Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009)'a göre, bilgisayar oyunlarının takıntılı bir şekilde oynanması ve bu durumun birey tarafından kontrol edilememesi durumu dijital oyun bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır. Birey üzerinde meydana gelen bu bağımlılık durumu ise Weinstrein (2010)'e göre, kişilerin günlük yaşamlarında da olumsuz etkilere yol açabilmektedir.

Dijital oyunlar, biyopsikososyal açıdan çeşitli riskler barındırmaktadır. Bu riskler arasında, oyunlara gereğinden fazla zaman ayırma, akademik sorumlulukların ihmal edilmesi veya ertelenmesi, oyun karakterleriyle yoğun bir özdeşleşme yaşanması ve oyun sırasında dışsal müdahalelere aşırı tepkiler verme gibi durumlar öne çıkmaktadır (Durğun, Kara ve Taylan, 2017). Ayrıca, küçük yaşlarda dijital oyunlarla tanışmak ya da erken dönemde teknolojik cihazlara sahip olmak, bireylerde dijital oyun bağımlılığına yönelik risk faktörlerini artırabilmektedir (Bülbül, Tunç ve Aydil, 2018). Griffiths ve Meredith (2009), dijital oyun bağımlılığının etkilerini fiziksel ve psikolojik zararlar olmak üzere iki ana kategoriye ayırmıştır. Psikolojik zararlar arasında, oyundan alınan keyfi sürdürebilmek için oyun oynama isteği, ekran başında geçirilen sürenin artması, sosyal çevrenin göz ardı edilmesi, oyun oynamanın kesilmesi durumunda boşluk, huzursuzluk ve depresif hisler yaşanması ile çevreye karşı dürüst olmayan davranışlar sergilenmesi gibi durumlar sıralanabilir. Fiziksel zararlar ise, karpal tünel sendromu, göz kuruluğu, migren kaynaklı baş ağrıları, omurga rahatsızlıkları, sağlıksız beslenme alışkanlıkları, hijyen ve kişisel bakım eksiklikleri ile uyku düzeninde bozulmalar gibi problemlere işaret etmektedir (Griffiths ve Meredith, 2009).

E-Spor, her dijital oyun kategorisine uygulanamayan özel bir sektördür. Bu sektörün en yaygın olarak tercih ettiği dijital oyun türü, rekabet odaklı oyunlar arasında FPS (First Person Shooter - Birinci Şahıs Nişancı) olarak adlandırılanlardır. Hayatta kalma, dövüş ve spor

yarışları gibi türlerin yanı sıra, Hearthstone gibi dijital kart oyunları da E-Sporun bir parçası olabilir. E-spor için kullanılan dijital oyunların bir diğeri özelliğı, birden fazla oyuncunun aynı anda oynayabilmesidir. Takım halinde mücadele edilebilen oyunların yanı sıra, bireysel yarışmalara da olanak tanıyan dijital oyunlar bulunmaktadır. Dijital oyunlar, doğru ve kontrollü bir şekilde kullanıldığında her yaş grubundan insanlar için olumlu sonuçlar doğurabilir. Ancak, dijital oyunların kullanım süresi kontrolsüz bir şekilde arttığında ve günün büyük bir kısmını kapladığında, dijital oyun bağımlılığı riski ortaya çıkabilir (Çakır, 2013; Yalçın-Irmak ve Erdoğan, 2016). Dijital oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı gibi teknoloji bağımlılıkları arasında yer alır. Günümüzde, her yaş grubundan çocukların bireysel olarak cep telefonlarına erişimi bulunmakta ve bu durum çocukları dijital oyunlara yönlendirebilmektedir. Ayrıca, bazı aileler, okul öncesi dönemdeki çocuklara bile bilgisayar ve cep telefonları aracılığıyla oyun oynamalarına izin vermektedir (Köksal, 2015). Dijital oyun bağımlılığı eğiliminin nedenlerinden biri de ebeveynler veya çocuklara bakım verenler olabilir (Toran, Ulusoy, Aydın, Deveci ve Akbulut, 2016). Bu bağlamda, bu araştırmada, E-Sporun dijital oyun bağımlılığı açısından değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Oyun

Oyun, belli bir amaca ve kurala yönelik olan yahut olmayan buna karşın her türlü gönüllü olarak ve hoşlanılarak deneyimlenen, dil gelişiminin, fiziksel, bilişsel, sosyal gelişimin temeli ve nitelikli bir öğrenme prosesi olarak tanımlanmaktadır (Akgül ve Öztürk, 2004; Görker, 2001). Bu tanıma ek olarak dışavurum ve yarış niteliklerini kullanan başka bir açıklamada oyun, insanların içsel süreçlerini dışa vurmak için kullandıkları bir yöntem ve keyifli vakit geçirmeye yarayan, geliştirici, menfaatsiz bir tür yarış olarak görülmektedir (Sel, 1993). Oyun kavramı insanlar tarafından bazen boş zaman etkinliğı, zaman kaybı gibi yanıltıcı ve yanlış şekilde düşünülebilmektedir (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014). Ancak, oyun, sıradan hayatın dışında duran ciddi olmayan, aynı zamanda oyuncuyu tamamen içine çeken, maddi bir çıkar ilişkisi olmayan ve hiçbir kazanç elde edilemeyen bir faaliyettir (Şafak, 2023). Bilindiğı üzere, oyunlar sadece çocuklar tarafından değil her yaş grubunun katıldığı etkinlikleri içermektedir. Bu etkinlikler ise tamamen gönüllülük esasına dayalı olup, eğlence amacıyla gerçekleştirilmektedir.

Dijital Oyun Kavramı

Dijital teknolojiler, hayatımızın her alanına hızla yayılan son derece ileri seviyede bir buluştur. Günümüzün dijital çağı, çocuklar ve gençler için sonsuz platformlar olarak kabul edilen, hayallerini cezbeden ancak sorumluluk almadıkları ortamları sunmaktadır. Frasca

(2001)'ya göre, dijital oyunlar, genellikle video oyunları olarak bilinen eğlence dünyasında bir veya birden fazla oyuncunun katılabildiği, fiziksel veya ağ tabanlı bilgisayar ortamlar olarak tanımlanmaktadır. Frasca (2001) tarafından yapılan tanıma benzer şekilde Bozkurt (2014)'a göre dijital oyunlar, çevrimiçi veya çevrimdışı, yapay zekaya karşı tek veya çoklu oyuncularla oynanabilen ve insanların bir arayüz aracılığıyla etkileşimde bulunduğu ortamlar olarak tanımlanmaktadır. Çakmak (2016) ve Ekinci (2023)'ye göre, dijital oyunlar aracılığı ile bireyler, kendilerine ait olan bu sanal dünyadaki karakterlerini istedikleri gibi şekillendirebildikleri gibi, bilgiye de hızlı ve kolay bir şekilde erişebilmektedirler. Tablet ve bilgisayarlar gibi teknolojik cihazların kullanılması ile gerçekleştirilen dijital oyunlar Binark ve Sütçü (2008)'ye göre, teknolojinin getirmiş olduğu sanal olan ancak o kadar da sosyal ortamda gerçekleştirilen etkinlikleri içermektedir. Özetle, dijital oyunlar, teknolojinin etkileşimini, dijitalleşmeyi ve değişimi sanal oyun ortamına aktaran bireysel bir iletişim biçimidir (Yengin, 2010).

E-Spor

Espor kavramının ilk resmi tanımının Micheal G. Wagner tarafından yapıldığı bilinmektedir. Wagner (2006), E-Spor kavramını; iletişim ve bilgi teknolojilerinin yaygınlaşmasıyla birlikte kişilerin fiziksel ve zihinsel becerilerini geliştirdiği spor etkinlikleri alanı şeklinde tanımlamıştır. Bayram (2018)'a göre, E-spor, elektronik sporun kısaltması olup, birinci sınıf oyuncuları nakit ödüller kazanmak amacıyla karşı karşıya getiren organize video oyunu yarışmalarını ifade etmek için kullanılan bir kavramdır. Vukeli ve Jørgensen (2017)'e göre ise E-Spor; profesyonel düzeyde oynanan oyunları ifade etmek için kullanılan bir kavram olarak açıklanmaktadır.

E-Spor endüstrisi, karşılıklı rekabet temelinde şekillendiği için, bu rekabet unsurunun E-Spor tanımına dahil edilmesi gerektiği ifade edilmektedir (Jenny, Manning, Keiper ve Orlach, 2017). Bunun yanı sıra, E-Sporun dijital oyun kültürüyle yakından ilişkili olduğu ve bu nedenle bir dijital oyun uzantısı olarak değerlendirilip yorumlanması gerektiği öne sürülmektedir (Karhulahti, 2017). Hamari ve Sjöblom (2017), E-Sporu, sporun temel unsurlarının teknolojik sistemler aracılığıyla kolaylaştırıldığı, oyuncuların ve takımların performanslarının ise teknolojik cihazların arayüzleri üzerinden sergilendiği bir spor türü olarak tanımlamışlardır.

İnternet Döneminde Dijitalleşme ve E-Spor'a Kısa Bir Bakış

Günümüzdeki teknolojik ilerlemeler, her sektörü olduğu gibi spor endüstrisini de etkileyerek espor kavramının ortaya çıkmasına yol açmıştır (Akgöl, 2019). Küreselleşen dünya ile birlikte teknolojik gelişmeler, spor endüstrisinin genişlemesine katkıda bulunarak bu alana yeni disiplinlerin eklenmesine olanak tanımıştır (Jenny, Manning, Keiper ve Olrich, 2017).

Son yıllarda düzenlenen büyük video oyunu turnuvaları ve bu etkinliklere katılan izleyici ve katılımcı sayısındaki artış, geleneksel spor müsabakaları ile rekabet eder hale gelmiştir. Bu trendin bir sonucu olarak, E-Spor (elektronik spor) endüstrisi doğmuştur (Jenny, Manning, Keiper ve Olrich, 2017).

2000'li yıllardan itibaren, teknolojinin ve yazılımın gelişmesiyle birlikte E-Spor kültürü dünya genelinde ve Türkiye'de de büyük ilgi görmeye başlamıştır. Özellikle son beş yıl içerisinde, oyun şirketlerinin yapmış olduğu yatırımlar ve profesyonel spor kulüplerinin E-Spor alanına katılmasıyla sektör tam anlamıyla şekillenmiş ve E-Sporun popülaritesi artmıştır (Kabadayı, 2019). Teknolojinin gücünün artmasıyla birlikte, 2000'li yılların başından itibaren E-Spor müsabakaları değer ve popülarite açısından önemli bir yükseliş yaşamıştır (Alioğlu ve Akgöl, 2021). 2008'de İsveç, toplam ödül havuzu 2.000 € olan bölgesel bir E-Spor turnuvasına ev sahipliği yapmıştır. Bu turnuva, oyun içi beceri sıralama sisteminin doğmasına sebep olmuştur (Jonasson ve Thiborg, 2010). Bu sıralama sistemi, E-Spor'un temelini oluşturan rekabetçi oyun sistemini desteklemekte ve oyuncular arasındaki rekabeti artırmaktadır. Kazananlar sıralamada yükselirken, kaybedenler ise puan kaybetmektedir, böylelikle oyuncular arasındaki rekabeti teşvik etmektedir (Kocadağ, 2019).

E-Sporda Dijital Oyun Türleri

Dijital oyunlar, oynama biçimleri ve içeriklerine göre iki farklı açıdan incelenebilir. Oynama biçimleri, oyuncuların tek başına ya da çok oyunculu olarak, çevrimiçi veya çevrimdışı oyun oynama tercihini ifade ederken, oyun içerikleri ise temalarına bağlı olarak oyunların farklı kategorilere ayrılmasını belirtir (Yılmaz, 2020).

Yılmaz (2020)'a göre, oyun türleri iki ana kategoride incelenmektedir. Bu kategoriler şu şekildedir;

- Çevrimiçi oyunlar: bir internet ağı içerisinde oynanan oyunlardır.
- Çevrimdışı oyunlar: internet ağı olmaksızın oynanabilen oyunlardır.

Dijital oyunlar, çeşitli ölçütlere göre gruplandırılabilir ve temalarına veya oynanış şekillerine göre sınıflandırılabilir. En yaygın dijital oyun türleri arasında aksiyon, macera, strateji, rol yapma, simülasyon, spor ve dövüş oyunları bulunmaktadır (Eni, 2017). Adams ve Rollings (2015) ise aksiyon, macera, rol yapma, spor, simülasyon, taktik ve yapboz olmak üzere yedi farklı oyun türü belirlemiş ve bunların yanı sıra konsol, mobil, bilgisayar ve arcade oyun makineleri gibi dört farklı alanda çevrimiçi veya çevrimdışı oynanabilen dijital oyunların da mevcut olduğunu ifade etmiştir. Prensky (2001) ise oyun türlerini 8 kategori altında toplamıştır.

Bu kategoriler aşağıdaki gibi ifade edilmiştir.

- Aksiyon oyunları: Bu tür oyunlar, Super Mario, PacMan, araba yarışı ve kovalamaca gibi oyunları içerir. Topşar (2015), aksiyon oyunlarının diğer türlerden daha popüler olduğunu belirtmiştir. Akbay (2015) ise bu türde oyuncuların sürekli mücadele ederek engelleri aşmak zorunda olduğunu vurgulamıştır.

- Macera oyunları: Bu tür oyunlar, bilinmeyen dünyalarda yol bulma ve keşif yapma üzerine odaklanır. Zork ve Myst gibi oyunlar bu kategoriye örnek olarak verilebilir. Akbay (2015), macera oyunlarının bir hikâye üzerine kurulmaktan ziyade, zorlukları aşma, refleksler, insanlar ve çevre ile etkileşim gibi unsurlar üzerine odaklandığını belirtmiştir.

- Dövüş oyunları: Bu tür oyunlar, örneğin Mortal Kombat gibi, seçilen iki karakterin birbirleriyle savaştığı ve bir karakterin yok olana kadar dövüşün devam ettiği oyunları ifade eder. Topşar (2015), bu tür oyunların günümüzdeki popülaritesinin ilk çıktığı zamanlardaki kadar olmasa da asıl amacın rakip oyuncuyu öldürmek değil sadece dövüşü kazanmak olduğunu belirtmiştir.

- Bulmaca oyunları: Bu tür oyunlar, ipuçları veya gündelik yaşamda karşılaşılan bulmacaları çözmeye dayanır. Kullanıcıya sınırlı veya sınırsız zaman dilimi tanınabilir. Oyunlar, sıralama, kelime bulma, örüntü tanıma, mantık gibi problem çözme kabiliyetine dayalı olabilir.

- Rol yapma oyunları: Genellikle çevrimiçi olarak diğer oyuncularla oynanan bu tür oyunlarda, bir karakter ya da bir varlık kurtarılmaya çalışılır. Örneğin, Ultima Serisi ve EverQuest rol yapma oyunlarına örnek verilebilir. Rol yapma oyunlarında, oyuncular oynadıkları karakterlerin kişiliklerine bürünür ve birleşik bir hikâye yaratırlar. Oyun sırasında bir oyun yöneticisi (Game Master), yazdığı hikâyeye göre oyuncuları yönlendirir. Oyun

sürecinde, oyun yöneticisi oyuncuların durumunu belirtirken, oyuncular da duruma uygun eylemler gerçekleştirirler.

- Simülasyon oyunları: Gerçek hayattaki yönetimleri, araçları, ekonomileri ve rolleri simüle etmek amacıyla tasarlanmış video oyunlarıdır. Simülasyon oyunlarında belirgin sınırlar veya hedefler genellikle yoktur; oyuncunun oyun üzerinde büyük bir hakimiyeti vardır ve oyun genellikle bir akış içinde devam eder, sonlanmaz. Örneğin, bir çiftlik simülasyonunda tohumdan hasada, sulamadan satışa kadar her şey oyuncunun sorumluluğundadır. Benzer şekilde, bir taksi simülasyonunda benzin alımı, rotanın belirlenmesi, müşteri bulma, cezaların ödenmesi, araç bakımı gibi konular oyuncunun kontrolü altındadır. Simülasyon oyunlarında yapay zekâ önemli bir rol oynar. Simülasyon oyunlarında belirgin bir son hedef olmadığından, oyunlar arayüzde sunulan kaynakların kullanımını, yönetimini ve çeşitli karar verme süreçlerini içerir.

- Spor oyunları: İnsanlık tarihinde önemli bir yere sahip olan spor dallarının, fiziksel versiyonlarının dijital platformda simüle edilerek oynanabilir hale getirilmiş halidir. Futbol, okçuluk, basketbol, golf, avcılık, tenis gibi birçok spor dalının dijital oyunları piyasada bulunmaktadır. Bu tür oyunlarda, rakip gerçek bir oyuncu olabileceği gibi yapay zekâ da kullanılabilir. Örnek olarak FIFA, PES (Pro Evolution Soccer), NBA, Hunting Simulator gibi oyunlar bu kategoriye örnektir.

- Strateji oyunları: Bu tür oyunlar genellikle büyük bir ordunun ya da tüm bir uygarlığın yönetiminden sorumlu olduğunuz oyunlardır. Medeniyet ve Roller Coaster Tycoon gibi strateji oyunları bu kategoriye örnektir. Oyuncuların belirli sorunları çözmek için taktik kararlar alması gerekmektedir. Strateji oyunları, gerçek zamanlı strateji, savaş ve ekonomik-politik olmak üzere üç alt türe ayrılabilir. Bu tür oyunlar genellikle oyuncuların uzun vadeli planlama yapması, kaynakları etkili bir şekilde kullanması ve stratejik kararlar alması gerektiren karmaşık oyunlar içerir.

Dijital Oyun Bağımlılığı

Ekinci (2023)'ye göre dijital oyunlar, bireylerin vakitlerinin büyük bir kısmını alan ve içlerinde karşı konulamaz bir arzu ve istek yaratan bir bağımlılık formudur. Lemmens ve diğerleri (2009)'ne göre ise dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyunlar nedeniyle sosyal, duygusal, psikolojik sorunlar yaşamasına rağmen video oyunlarını aşırı, tekrarlayıcı ve kontrolsüz bir şekilde kullanması durumu olarak açıklanmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı, kullanıcıları hemen hemen her yaş grubundan olan bu oyunlara özellikle gençlerin yoğun ilgi gösterdiği ve oyun oynama sürelerinin giderek arttığı bir bağımlılık türüdür (Gentile, 2009). Dijital oyunlar, çeşitli platformlarda (mobil, bilgisayar, konsol) çevrimiçi (online) veya çevrimdışı (offline) olarak tek başına veya çoklu oyuncu ile oynanabilen video oyunlardır. Basitçe ifade etmek gerekirse, dijital oyunlar; çevrimiçi veya çevrimdışı olarak bilgisayar veya diğer elektronik cihazlar üzerinden oynanan oyunlardır (Şimşek ve Yılmaz, 2020).

Sözbilir (2019)'e göre, X ve Z kuşağı, geleneksel sosyal etkileşim yerlerine tercih olarak mobil cihazlar, bilgisayarlar, konsollar gibi dijital platformlarda arkadaşlarıyla çevrimiçi oyunlar oynayarak zaman geçirmeyi tercih etmektedir. Ancak Lemmens, Peter ve Valkenburg (2009)'a göre bireylerin bilgisayar oyunlarına karşı takıntılı olması durumu dijital oyun bağımlılığı olarak açıklanmaktadır. Bireyler üzerinde oluşan bu bağımlılık, günlük yaşam üzerinde de birtakım olumsuz etkilere neden olmaktadır (Weinstein, 2010).

Dijital oyunlar, bireylerin çok fazla zaman harcamasına, akademik görevlerini ihmal etmesine veya ertelemesine, oyun karakterleriyle aşırı özdeşleşmesine, oyun oynarken dış müdahalelere karşı aşırı tepki göstermesine neden olabilecek biyopsikososyal riskleri içermektedir (Durğun, Kara ve Taylan, 2017). Ayrıca, erken yaşta dijital oyunlarla tanışma veya teknolojik cihazlara erken yaşta sahip olma durumu, dijital oyun bağımlılığı riskini artırabilir (Bülbül, Tunç ve Aydil, 2018).

Dijital Oyun Bağımlılığının Nedenleri

Literatürde dijital oyun bağımlılığının nedenleri üzerine yapılan araştırmalar, bu konunun çeşitli yönlerini ele alan birçok çalışmanın bulunduğunu göstermektedir. Bu araştırmalarda öne çıkan faktörler arasında fiziksel aktivite yetersizliği, boş zamanları değerlendirme ihtiyacı, sosyal çevrede kabul görme arzusu, sanal bir ortamda bulunma isteği ve stresli ortamlardan uzaklaşma çabası yer almaktadır. Ayrıca, bağımlılık üzerine yapılan incelemeler, bireylerin kişisel özelliklerini önemli bir etken olarak değerlendirmektedir. Dijital oyunların belirli özellikleri ile bu özelliklerin kullanıcılar üzerindeki duygusal etkileri, bağımlılık riskini artıran unsurlar arasında sayılmaktadır (Kim ve diğ., 2008).

Çocuklar ve gençlerde aile desteğinin ve ilgisinin azalması, ebeveynlerin maddi tatmin için uzun çalışma saatleri geçirmesi ve bunun sonucunda aile içi iletişim eksikliği, çatışma ve krizler gibi temel risk faktörleri, problemli davranışların gelişmesine neden olabilir (Koleva, 2013). Ayrıca, ailenin yapısı, ebeveynlerin dijital dünyanın risklerine yönelik farkındalık

düzeyi ve birlikte planlanan sosyal etkinlikler, çocukların dijital oyun bağımlılığı riskini etkileyebilir (Yiğit ve Günüş, 2020).

Beyazıt ve Ayhan'ın (2019) gerçekleştirdiğı bir çalışmada, 303 ergen ve ebeveyn üzerinde yapılan incelemeler sonucunda, ailelerin ihmalkâr tutum düzeyleri arttıkça çocukların dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin de yükseldiğı belirlenmiştir. Ayrıca, ebeveynlerin teknoloji kullanımında olumsuz bir rol model olmaları, çocuk ve ergenlerde dijital oyun bağımlılığını tetikleyen etmenler arasında yer almaktadır (Hazar, 2019). Çocuklar, yeterli ilgi ve destek görmedikleri durumlarda, yalnızlık duygularıyla başa çıkmak ve sosyal ihtiyaçlarını dijital ortamlarda gidermek amacıyla bu platformlara yönelebilmektedir.

Dijital Oyun Bağımlılığı ve Etkileri

Dijital oyun bağımlılığının etkileri sadece fizyolojik değıl, aynı zamanda psikolojik ve ruhsal düzeylerde de çeşitli etkilere sahiptir. Bu etkiler, kişinin kişilik özellikleri, mizaç yapısı ve bağımlılığın seyrine bağılı olarak değışiklik gösterebilir. Özellikle, dijital oyunların saldırganlık davranışlarını tetikleyip tetiklemediğı konusu çokça tartışılmaktadır. Ulusoy'un (2008) yaptığı bir çalışmaya göre, şiddet içerikli oyunlar oynayan kişilerin, diğ er tür oyunları oynayanlara göre daha fazla saldırgan düşüncelere sahip olduğı tespit edilmiştir. Ancak, Ögel (2020) bu konuda bireyin şiddete olan eğilimini vurgulayarak, saldırganlık düzeyinin kişiden kişiye değışebileceğini ve kişinin doğal olarak şiddete yatkınlığının etkili olduğunu savunmaktadır. Dolayısıyla, eğer bir kişi zaten şiddete meyilli ise, dijital oyunların etkisine daha fazla maruz kalabilir.

Dijital oyun bağımlılığı, sadece saldırganlık davranışlarına yol açmakla kalmaz, aynı zamanda kişiyi şiddet ve korkuya da itebilir. Bu bağımlılık sonucunda fiziksel ve sosyal aktivitelerden uzaklaşma, duygusuzlaşma gibi sonuçlar ortaya çıkabilir (Lieberman, Fisk ve Biely, 2009). Sosyal aktivitelerden uzak kalmak, bireyin içine kapanmasına veya çevresiyle olan iletişimin zayıflamasına neden olabilir. Ek olarak, şiddet içeren dijital oyunları oynayan bireylerde depresyon, anksiyete, şiddet davranışlarına eğilim, düşmanca duygularda artış ve şiddet davranışlarına karşı duyarsızlaşma gibi psikolojik problemlerin ortaya çıkabileceğini gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Karaduman ve Aciyan, 2020).

Ergür (2015) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, şiddet içeren bilgisayar oyunlarını oynayan küçük yaş grubundaki bireylerin kavgacılık eğilimleri ve benlik saygıları incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları, şiddet içeren bilgisayar oyunları oynayan katılımcıların diğ er katılımcılara göre daha düşük düzeyde benlik saygısına sahip olduğunu ortaya

koymuştur. Bu bulgular, şiddet içeren bilgisayar oyunlarının bireylerin benlik saygısını olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir.

Choo, Gentile ve Liao (2011) tarafından yürütülen araştırmada, iki yıl boyunca Singapurlu 3034 ocuğun ve ergenin izlenmesi sonucunda, bağımlı oyuncularda ortaya çıkan bazı sonuçlar incelenmiştir. Bu çalışmada, ortalama oyuncudan bağımlı duruma geçen oyuncularda anksiyete, sosyal fobi ve depresyonun ortaya çıktığı ve ayrıca ders başarisının düştüğü belirtilmiştir. Bağımlı oyunculuktan normal oyuncu durumuna geçenlerde ise tam tersi bir durumun olduğu vurgulanmıştır. Başka bir çalışmada ise, Liu ve Peng (2009) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, psikolojik sıkıntı, öz düzenleme ve sosyal kontrol becerileri ile oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ortaya konulmuştur. Bu alışma, dijital oyun bağımlılığının bireylerin psikolojik ve sosyal becerileri üzerindeki etkisini vurgulamaktadır.

Bülbül, Tunç ve Aydil'in (2018) 446 niversite ğrencisi üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada, telefon kullanımına ne kadar erken başlanırsa telefon bağımlılık düzeyinin o kadar arttığı ve oyun bağımlılığının akademik başarı ile ters yönde bir ilişki gösterdiği ortaya konulmuştur. Kırın (2011) ise ortaöğretim öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrencilerin yarısından fazlasının bilgisayar oyunu oynadığını, bu oyunların genellikle şiddet içerikli olduğunu ve şiddet içerikli oyunları tercih edenlerin kitap okuma alışkanlıklarının daha düşük olduğunu vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra, bilgisayar bağımlılığının dikkat eksikliği, hiperaktivite gibi bazı bilişsel sorunlara yol açabileceği belirtilmiştir (Bolişık ve Karayağız-Muslu, 2009).

YÖNTEM

Araştırma Modeli

E-Sporun dijital oyun bağımlılığı açısından değerlendirilebilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada araştırma yöntem ve teknikleri arasında yer alan derleme yöntemi kullanılmıştır. Herdman (2006), derleme makalelerin yalnızca belirli bir konuyu kapsamlı bir şekilde özetlemekle kalmayıp, aynı zamanda araştırmacıların kendi uzmanlık alanlarındaki yenilikleri takip etmeleri açısından da büyük önem taşıdığını belirtmektedir. Bu doğrultuda, ilgili çalışmada E-Spor ve dijital oyun bağımlılığı konusuyla ilgili uluslararası kütüphanelerde, dergilerde, tezlerde ve kitaplarda yayımlanan araştırmalar incelenmiştir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

E-Spor, bazı eleştirmenler tarafından bir spor dalı olarak kabul edilmemekte ve bağımlılıklara yol açabilecek potansiyel bir tehlike olarak değerlendirilmektedir (Öztürk, 2019). Bu eleştiriler, E-Spor oyunlarının yapısal özelliklerine dayanmaktadır. Özellikle, uzun süre sabit bir pozisyonda hareketsiz kalma ve ekran karşısında geçirilen uzun sürelerin, bireylerde asosyal bir yaşam tarzını teşvik edebileceği belirtilmektedir. Grüsser, Thalemann ve Griffiths'in (2006) yaptığı bir araştırmada, 7069 oyuncunun %11,9'unun oyun oynama bozukluğu kriterlerini karşıladığı tespit edilmiştir.

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyun oynama isteğini kontrol edemediği, duygu, düşünce ve davranışlarında olumsuz değişimlere yol açtığı ve günlük yaşamını etkilediği bir durumdur (Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018). Bu bağımlılığın biyolojik temellerine odaklanan bir deneysel çalışmada, heyecanlı dijital oyunlar oynayan katılımcıların dopamin seviyelerinde başlangıça göre %10,5 azalma kaydedilmiştir. Ancak, aynı oyunlar eski ekstazi bağımlıları üzerinde oynatıldığında dopamin düzeylerinde bir değişim gözlemlenmemiştir (Weinstein, 2010). Bu bulgular, dopamin eksikliğinin bağımlılıkların oluşumu ve sürdürülmesinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Bağımlılık yapan unsurların ortak özelliği, ödül mekanizması aracılığıyla dopamin salınımını tetiklemeleridir (Çakılcı, 2013). Haz ilkesine dayalı bu biyolojik süreç, bağımlılıkların temel unsurlarından biri olarak değerlendirilmektedir.

Derinalp (2024)'e göre, dijital oyunların tercih edilen türüne bağlı olarak ortaya çıkan olumsuz etkiler arasında en dikkat çekici olanı saldırganlık davranışlarıdır. Özellikle şiddet içeren oyunları kullananların, düşmanca duygularının artması ve saldırgan içerikli uyarıcıların etkisiyle saldırgan davranışlar sergilediği gözlemlenmektedir. Bu durum, çevresindeki insanlarla anlaşmazlıklara ve riskli davranışlara neden olabilmektedir (Gentile ve Anderson, 2006).

Dijital oyunlardan elde edilen haz artışı ve buna bağlı olarak oyun oynama süresindeki artış, bağımlı oyuncuların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu sürekli artan oynama süresi, bireyin gerçek hayattan kopmasına ve asosyal davranışlar sergilemesine yol açabilir. Oyuncular, çevrelerindeki insanlarla yaşadıkları sorunlar sonucunda yalnızlık ve iletişim problemleri gibi zorluklarla karşılaşabilirler. Bu durumda, dijital oyunlar psikososyal problemlere neden olabilir (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009).

Erken yaşıta dijital oyunlarla tanışma veya genç yaşıta ilk teknolojik cihazlara sahip olma, dijital oyun bağımlılığı riskini artırabilir (Bülbül, Tunç ve Aydıllı, 2018). Yapılan bir çalışmada, 4-11 yaş aralığındaki çocukların %37'sinin aktif dijital oyun oynama düzeyinin düşük olduğu, %65'inin ise ekranlara fazla zaman ayırdığı ve %26'sında ise bu iki eylemin bir arada gözlemlendiği bulunmuştur (Anderson ve Whitaker, 2010). Başka bir araştırmada ise, 6-11 yaş aralığındaki her 10 çocuktan sadece 4'ünün günlük fiziksel aktiviteler ve teknolojik cihazlarla oyun oynama sürelerinin araştırmalarda belirtilen sürelerle uyumlu olduğu belirlenmiştir (Fakhouri ve diğerleri, 2013).

Griffiths ve Meredith (2009), dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkilerini fiziksel ve psikolojik zararlar olmak üzere iki kategoride ele almaktadır. Psikolojik zararlar arasında, oyun oynarken kendini iyi hissetme durumunun sürmesi nedeniyle oyun oynamayı durduramama, bilgisayar başında daha fazla zaman geçirme, yakın çevreyi ihmal etme, oyun oynamadığında boşluk, huzursuzluk ve depresif hissetme, görevleri yerine getirme konusunda çevresine yalan söyleme gibi durumlar bulunmaktadır. Fiziksel zararlar ise, karpal tünel sendromu, göz kuruması, migren baş ağrıları, sırt ağrıları, düzensiz yeme alışkanlıkları, kişisel bakım ve hijyen ihmalinin yanı sıra uyku bozuklukları ve uyku düzeninde değişiklikler gibi durumları içermektedir (Griffiths ve Meredith, 2009).

Dijital oyunlarda bulunan yoğun ödül mekanizması, bağımlılığın oluşumunda önemli bir risk faktörüdür. Benzer şekilde, oyun oynama süresi ile akademik başarı arasında da bir ilişki bulunmaktadır. Anand (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, gençlerin oyun oynama sürelerinin artmasıyla akademik başarılarının düştüğü gözlemlenmiştir. Bu bulgu, uzun süreli oyun oynama alışkanlığının akademik performansı olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Akademik başarısızlık, bağımlılıklarla ilişkilendirilen yaygın bir durumdur (Ögel, 2010). Bu nedenle, oyun oynama süresinin kontrolsüz bir şekilde artması, akademik başarının düşmesine ve dolayısıyla bağımlılık riskinin artmasına neden olabilir.

E-Sporcuların uzun süreler boyunca oyun oynaması, bağımlılık oluşumu açısından risk teşkil edebilir. Padilla-Walker ve diğerleri (2009) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, dijital oyunları uzun süre oynamak farklı türde bağımlılıkların oluşma riskini artırabilir. Bu durumda, uzun süre dijital oyun oynamanın ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde uyuşturucu kullanımı, aşırı alkol tüketimi ve zayıf sosyal ilişkiler gibi olumsuz sonuçlara yol açabileceği belirtilmektedir. Bu bulgular, aşırı oyun oynama alışkanlığının diğer zararlı davranışlara

zemin hazırlayabileceğini göstermektedir. Bu nedenle, E-Sporcuların oyun sürelerinin dikkatle yönetilmesi ve denge sağlanması önemlidir, aksi takdirde bağımlılık riski artabilir.

E-Spor oyunlarının yapısı ve bu alandaki araştırmalar, E-Sporun dijital oyun bağımlılığı ve diğer bağımlılıklara neden olma riskini taşıdığını göstermektedir. Bu durum, E-Sporun geleneksel spor dallarından ayrı bir kategori olarak kabul edilmesine yol açmaktadır. E-sporun bağımlılık potansiyeli, geleneksel sporlardan farklı bir dinamik sergilediğini ve içerdiği risklerin sporun doğasına aykırı olduğunu öne sürmektedir. Görüş ayrılıkları, E-Sporun hem klasik sportif faaliyetlerle benzerliklerini hem de sporun temel ilkelerine uygun olmayan psikolojik hastalıklar ve bağımlılık risklerini barındırdığını vurgular. Bu nedenle, e-sporun tartışmalı bir alan olduğu ve spor topluluğunda farklı bakış açılarını beraberinde getirdiği söylenebilir.

Choo, Gentile ve Liao (2011) tarafından yürütülen bir araştırmada, iki yıl boyunca Singapurlu 3034 çocuğun ve ergenin izlenmesi sonucunda, bağımlı duruma gelen oyuncularda anksiyete, sosyal fobi ve depresyon gibi sorunların ortaya çıktığı ve ders başarısının düştüğü belirtilmektedir. Ancak, bağımlı oyunculardan normal oyuncu durumuna geçenlerde tam tersi bir durumun gözlemlendiği vurgulanmaktadır. Kıran (2011) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, öğrencilerin yarısından fazlasının bilgisayar oyunlarına zaman ayırdığı ve bu oyunların genellikle şiddet içerikli olduğu tespit edilmiştir. Aynı çalışmada, şiddet içerikli oyunları tercih eden öğrencilerin düzenli kitap okuma alışkanlığının daha az olduğu, internet kafelerde daha fazla vakit geçirdikleri, bilgisayarla daha fazla zaman harcadıkları ve geleceğe ilişkin umutlarının daha az olduğu belirtilmiştir. Bülbül, Tunç ve Aydil (2018) tarafından gerçekleştirilen bir başka araştırmada ise, telefon kullanımına ne kadar erken başlanırsa, telefon bağımlılığının daha yüksek olduğu ve oyun bağımlılığının akademik başarı ile negatif bir ilişkisinin olduğu ifade edilmektedir.

Ekinci (2023)'nin yaptığı çalışmada, E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin oldukça yüksek olduğu belirlenmiştir. Sulubey (2023) ise amatör ve profesyonel düzeydeki E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı, depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin, spor yapan ve oyun oynamayanlara kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Güler'in (2021) araştırmasında da E-Sporcuların dijital bağımlılık düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yılmaz'ın (2020) E-Sporcular üzerinde gerçekleştirdiği çalışma da diğer araştırmacıların bulgularını doğrular niteliktedir, çünkü E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kemiksiz'in (2019) araştırmasında ise Türkiye'deki League of Legends (LoL) oyuncularının günlük oyun oynama

sürelerinin artmasıyla birlikte dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir. Türkiye'de çevrimiçi bir oyun olan LoL'ü oynayan oyuncuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin arttığını ortaya koyan bu bulgular, genel olarak E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Dijital oyun bağımlılığın E-Spor açısından değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu araştırmada sonuç olarak; E-spor ve dijital oyunlar, sağlıklı bir şekilde keyif alınabilecek aktivitelerdir. Ancak, aşırıya kaçma ve bağımlılık durumunda olumsuz sonuçlar doğurabildiği söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde, E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerini inceleyen araştırmaların oldukça az sayıda olduğu görülmüştür. Bunun yanında ise E-spor ile ilgili olarak gerçekleştirilen bu araştırmada yalnızca dijital oyun bağımlılığı ile sınırlı tutulmuştur. Bu bağlamda araştırmacıların E-Sporcuların dijital oyun bağımlılığı, stres, depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelemeleri gerektiği önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Adams, E. ve Rollings, A. (2014). Fundamentals of game design. United States of America: Prentice Hall.
- Akbay, M. (2015). Kurmacılık Yaklaşımı ile Dijital Oyun Ortamında Tasarım Yapmanın, Lise Öğrencilerinin Geometri Başarı, Özyeterlilik ve Uzamsal Becerilerine Etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Anabilim Dalı, Erzurum.
- Akgöl, O. (2019). Spor Endüstrisi ve Dijitalleşme: Türkiye’de Espor Yapılanması Üzerine Bir İnceleme. TRT Akademi, 4(8), 206-224.
- Akgül, H., ve Öztürk, C. (2004). Oyun ve Oyuncağın Tarihsel Gelişimi. Çocuk Forumu, 7(1), 54-58.
- Aksoy, A. B. ve Dere- Çiftçi, H. (2014). Erken Çocukluk Döneminde Oyun: Duyumotor Oyundan Kurallı Oyuna. Ankara: Pegem Akademi.
- Alioğlu, M. ve Algül, A. (2021). Türkiye’de Dijital Oyun Durumu: E-Spor Oyuncularının Değerlendirmeleriyle League Of Legends Örneği. İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 13(1), 121-154.
- Anand, V. (2007). A study of time management: The correlation between video game usage and academic performance markers. CyberPsychology & Behavior, 10(4), 552-559.

- Bayram, A. T. (2018). Planlanmış davranış teorisi çerçevesinde e-spor turizmine katılma niyeti. *Turizm Akademik Dergisi*, 5(2), 17-31.
- Beyazıt, U. ve Ayhan, A. B. (2019). The relationship between digital game addiction and being neglected by parents in adolescence. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 86-95.
- Binark, M. ve Sütçü, G. B. (2008). *Kültür Endüstrisi Ürünü Olarak Dijital Oyun*. İstanbul: Kalkedon Yayınları.
- Bozkurt, A. (2014). Homo ludens: Dijital oyunlar ve eğitim. *Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 1-21.
- Bülbül, H. Tunç, T. ve Aydil, F. (2018). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı: Kişisel özellikler ve başarı ile ilişkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(3), 97-111.
- Choo, H., Gentile D. ve Liao, A. (2011). Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study. *Pediatrics*, 127, 319-329.
- Çakılcı E.F. (2013). Çok Oyunculu Çevrimiçi Video Oyunu Oynayan Bireylerde Video Oyun Bağımlılığı ve Saldırganlık. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı, Ankara.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin yaklaşımı ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çakmak, V. (2016). Çocuk ve dijital oyun etkileşimine etiksel bir bakış. *ICHACS*, 1(1), 444-174.
- Çavuş, S., Ayhan, B. ve Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2016(43), 265-289.
- Derinalp, Y. (2024). 48-72 Aylık Çocukların Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi ve Prososyal Davranışlarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Temel Eğitim Anabilim Dalı, Ankara.
- Durğun, A., Kara, H.Z. ve Taylan, H.H. (2017). Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 78-87.

- Ekinci, E. (2023). E-Spor Oyuncularının Dijital Oyun Bağımlılığı ve Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Muş.
- Eni, B. (2017). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Eren, Ö. (2009). Bilgisayar Oyunlarında Dramatik Yapı: Alternatif Yaklaşımlar. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mimar Sinan Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar Ortamında Sanat ve Tasarım Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Fakhouri, T. H., Hughes, J. P., Brody, D. J., Kit, B. K. ve Ogden, C. L. (2013). Physical activity and screen-time viewing among elementary school-aged children in the United States from 2009 to 2010. JAMA pediatrics, 167(3), 223-229.
- Frasca, G. (2001). Videogames of the oppressed: Videogames as a means for critical thinking and debate. Master's thesis, School of literature, communication, and culture, Georgia Institute of Technology, Atlanta.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. Psychological science, 20(5), 594-602.
- Gentile, D. A. ve Anderson, C. A. (2006). Violent video games: Effects on youth and public policy implications. . Handbook of children, culture, and violence, 225-246.
- Görker, I. (2001). Çocuklarda oyun tedavi grubu: Bir grup çocuk ile yapılan oyun tedavi grubunun değerlendirilmesi. Yeni Symposium, 39(1), 39-44.
- Griffiths, M. ve Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. J Contemp Psychother, 39, 247-253
- Grüsser, S. M., Thalemann, R. ve Griffiths, M. D. (2006). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression? Cyberpsychology & behavior, 10(2), 290-292.
- Güler, Y. E. (2021). Türkiye’ de E-Spor: E-Spor Sporcularının Dijital Bağımlılık ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.

- Hamari, J. ve Sj  blom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it? Internet research, 27(2), 211-232.
- Hazar, Z. (2019). Children's digital game addiction and opinions about their parents' playing digital games (A mixed method study). Journal of Education and Training Studies, 7(1), 85-93.
- Hearthstone (2014), Blizzard Entertainment (Yayıncı), Blizzard Entertainment (Geliştirici)
- Herdman, E. (2006). Derleme makale yazımında, konferans ve bildiri sunumu hazırlamada pratik bilgiler. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 3(1), 2-4.
- Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C. ve Olrich, T. W. (2017). Virtual(ly) athletes: Where e-sports fit within the definition of “sport”, Quest, 69(1), 1-18.
- Jonasson, K. ve Thiborg, J. (2010). Electronic sport and its impact on future sport. Sport in society, 13(2), 287-299.
- Kabadayı, O.K. (2019). A’dan Z’ye Espor. (E-BOOK).
- Karaduman, M. ve Acıyan, E. P., (2020). Baudrillard'ın Sim  lasyon Kuramı Bağlamında Dijital Oyunlar ve Bağımlılık  zerine Bir Değerlendirme. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 22(1), s. 453-472.
- Karhulahti, V. M. (2017), Reconsidering e-sports: Economics and executive ownership, Physical Culture and Sport, 74(1), 43
- Kemiksiz, R .C. (2019). Çevrimiçi Bağımlılığın Habitatu: Çevrimiçi Oyuncuların E-Spor Faaliyetleri ve Oyun Bağımlılığı İlişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Kıran,  . (2011). şiddet İçeren Bilgisayar Oyunlarının Ortaöğretim Gençliği  zerindeki Etkileri (Samsun  rneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondkuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T. ve Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. European psychiatry, 23(3), 212-218.
- Kocadağ, M. (2017). Elektronik spor kariyeri ve eğitim. Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi, 1(2), 49-63.

- Koleva, N. (2013). Theory of the phenomenon called video game addiction. International Conference on Education and Social Sciences, 822-827.
- Köksal, Y. (2015). İnternet bağımlılığı ile internetten alışveriş ilişkisi üzerine bir incelenme; üniversite öğrencileri uygulaması-an investigation of the relationship between internet addiction and online shopping; a case of university students. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(12), 117-130.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. Media psychology, 12(1), 77-95.
- Lieberman, D. A., Fisk, M. C. ve Biely, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: From research to design. Computers in the Schools, 26(4), 299-313.
- Muslu, G. K. ve Bolışık, B. (2009). Çocuk ve Gençlerde İnternet Kullanımı. TAF Preventive Medicine Bulletin, 8(5).
- Mustafaoğlu, R. ve Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. Bağımlılık Dergisi, 19(3), 51-58.
- Ögel, K., (2020). İnternet Bağımlılığı. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öztürk, O. (2019). Dijital oyunların e-spor olarak anılmasına itirazımız var. Yeşilay Dergisi (1031), 12-15.
- Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., Carroll, J. S. ve Jensen, A. C. (2010). More than a just a game: video game and internet use during emerging adulthood. Journal of youth and adolescence, 39, 103-113.
- Prensky, M. (2001). Fun, play and games: what makes games engaging. Digital Game-Based Learning, 5 (1), 5-31.
- Sel, R. (1993). Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi. Ankara: Milli Eğitim Basımevi
- Sözbilir, A. (2019). Açık Hava Etkinliklerinin Dijital Bağımlılık Düzeyine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Halk Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Sulubey, O. (2023). E-Sporda ve Sporda Dijital Oyun Bağımlılığı, Depresyon, Anksiyete ve Stres İlişkisel Olarak incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı, Denizli.

- Şafak, C. (2023). E-Spor Salonlarının Üniversitelerde Uygulanması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yönetim ve Bilişim Sistemleri Anabilim Dalı, İzmir.
- Şahin, M., Keskin, S. ve Yurdagül, H. (2019). Impact of family support and perception of loneliness on game addiction analysis of a mediation and moderation. *International Journal of Game-Based Learning*, 9(4), 15-30.
- Şimşek, E. ve Yılmaz, T. K. (2020). Türkiye'de yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalışmalarındaki yöntem ve sonuçların sistematik incelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(4), 1851-1866.
- Topşar, A. (2015). Ortaokul 7. Sınıf Öğrencilerinde Duygusal Zekâ ile Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul.
- Toran, M., Ulusoy, Z., Aydın, B., Deveci, T. VE Akbulut, A. (2016). Çocukların dijital oyun kullanımına ilişkin annelerin görüşlerinin değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(5), 2263-2278.
- TDK (2013). İlköğretim okulları için Türkçe sözlük. Ankara: TDK Yayınları.
- Utuş, T. (2022). Ebeveynlerin Dijital Oyun Rehberlik Stratejileri ile Dijital Oyunların Okul Öncesi Dönem Çocuklarına Etkisine Yönelik Ebeveynlerin Algılarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Vukeli, N. ve Jørgensen, T. J. (2018), The Wild West of e-sports What motivates individuals to work in the industry.
- Wagner, M. G. (2006, June). On the Scientific Relevance of eSports. In *International conference on internet computing* (pp. 437-442).
- Weinstein, A. M. (2010). Computer and Video Game Addiction—A Comparison between Game Users and Non-Game Users. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 268-276.
- Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(16), 10-18.

- Yenđin, D. (2010). Dijital oyunlarda şiddet kavramı: yeni şiddet. Yayınlanmamış Doktora tezi, Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, B. (2020). E-Spor Oyuncularının Algıladıkları Sosyal Destek, Aile İklimi ve Yetişkin Bağlanma Stilllerinin Oyun Bağımlılığı Üzerine Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Ankara.
- Yiğit, E. ve Günüç, S. (2020). Çocukların dijital oyun bağımlılığına göre aile profillerinin belirlenmesi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(1), 144.

