T.C.
SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ
HAMİDİYE SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI RİSK FAKTÖRLERİ ÖLÇEĞİ'NİN GELİŞTİRİLMESİ VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE İNCELENMESİ

CENGİZ HAN KAŞIKÇI

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. AYNUR FEYZİOĞLU

KLİNİK PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ DOKTORA PROGRAMI

DOKTORA TEZİ
OCAK/2026

İTHAF

“Babam’a ithaf ediyorum”

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında bilgi birikimi, rehberliği ve değerli katkılarıyla büyük emeği bulunan Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Başkanı Sayın Doç. Dr. Aynur FEYZİOĞLU'na en içten teşekkürlerimi sunarım. Yoğun akademik ve idari sorumluluklarına rağmen her zaman ulaşılabilir olması, sürecin her aşamasında hem bilimsel hem de manevi desteğini hissettirmesi, akademik gelişimim açısından son derece yol gösterici olmuştur.

Öğrencilik hayatım süresince bilgi ve deneyimleriyle gelişimimi destekleyen, üzerimde emeği bulunan tüm öğretmenlerime teşekkür ederim.

Yaşamımın her döneminde olduğu gibi bu süreçte de desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen ve beni yalnız bırakmayan aileme; anneme, babama ve kardeşlerime en içten teşekkürlerimi sunarım. Baba, bu zorlu sürecin sonunda ulaştığım başarıyı dünya gözüyle görememiş olsan da eminim ki her zamanki gibi benimle gurur duyuyorsun.

Son olarak, en büyük teşekkürü eşim Gizem Baki KAŞIKÇI'ya borçluyum. Birlikte yürüttüğümüz bu sürecin çok yorucu anlarında desteğini hiçbir zaman esirgemediğin ve beni hayatım boyunca hiçbir zaman yalnız bırakmadığın için sana çok teşekkür ederim. Seninle bu yolu yürümek benim için bir zevkti.

İÇİNDEKİLER

İTHAF iv
TEŞEKKÜR v
İÇİNDEKİLER vi
TABLOLAR LİSTESİ ix
ŞEKİLLER LİSTESİ xi
SİMGELER VE KISALTMALAR xii
ÖZET xiv
ABSTRACT xvi
1. GİRİŞ ve AMAÇ 1
2. GENEL BİLGİLER 4
2.1. İNTERNETTE OYUN OYNAMA BOZUKLUĞU 4
2.1.1. Dijital Oyun Kavramı 4
2.1.2. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nun Tanı Kriterleri 5
2.1.3. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nun Yaygınlığı 6
2.1.4. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nu Açıklayan Modeller 8
2.1.4.1. Bilişsel davranışsal model 8
2.1.4.2. Nörobilişsel model 9
2.1.4.3.Çok boyutlu model 9
2.2.
MODELİ 10
2.3. I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE İNTERNETTE OYUN OYNAMA BOZUKLUĞU'NUN ETİYOLOJİSİNDE ETKİN FAKTÖRLER 17
2.3.1. Depresyon 18
2.3.2. Anksiyete 19
2.3.3. Benlik Saygısı 21
2.3.4. Yalnızlık 22
2.3.5. Öz Kontrol 24
2.4. I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE ARACI DEĞİŞKENLER ÜZERİNE KURAMSAL TEMELLENDİRME 25
2.4.1. Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık 25
2.4.2. Arzu Düşüncesi 28
3.GEREÇ VE YÖNTEM 31

3.1. ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASI 31
3.1.1 Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri'nin Geliştirilmesi Süreci 31
3.1.2. Çalışma Grubu 34
3.1.3. Veri Toplama Araçları 37
3.1.3.1. İnternette oyun oyama bozukluğu ölçeği kısa formu 38
3.1.3.2. Depresyon anksiyete stres ölçeği-21 39
3.1.3.3 Rosenberg benlik saygısı ölçeği 39
3.1.3.4. UCLA yalnızlık ölçeği kısa formu 40
3.1.3.5. Kısa öz-kontrol ölçeği 41
3.1.4. İşlem 41
3.1.5. Verilerin Analizi 42
3.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASI 43
3.2.1 Araştırma Modeli 43
3.2.2. Çalışma Grubu 44
3.2.3. Veri Toplama Araçları 47
3.2.3.1. Oyuncu profil formu 47
3.2.3.2. Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği 48
3.2.3.3. Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği 48
3.2.3.4 Duygusal zorlanmaya toleranssızlık indeksi 49
3.2.3.5. Arzu düşüncesi ölçeği 50
3.2.4. Uygulama 50
3.2.5. Verilerin Analizi 51
4.BULGULAR 52
4.1.ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULAR 52
4.1.1. Ön Analizlere Yönelik Bulgular 52
4.1.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Kapsam Geçerliği Bulguları 53
4.1.3 Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Yapı Geçerliliği 54
4.1.3.1. Açımlayıcı faktör analizi 54
4.1.3.2. Doğrulayıcı faktör analizi 58
4.1.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Benzer Ölçekler Geçerliliğine İlişkin Bulgular 60
4.1.5. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Ayırt Edicilik Geçerliliğine İlişkin Bulgular 61
4.1.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi Bulguları 62

4.1.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Kapsam Geçerliği Bulguları 63
4.1.8. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Yapı Geçerliliği..... 64
4.1.8.1. Açımlayıcı faktör analizi 65
4.1.8.2. Doğrulayıcı faktör analizi 70
4.1.9. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Benzer Ölçekler Geçerliliğine İlişkin Bulgular 75
4.1.10. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Ayırt Edicilik Geçerliliğine İlişkin Bulgular 77
4.1.11. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi Bulguları 78
4.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULAR 78
4.2.1. Ön Analizlere Yönelik Bulgular 79
4.2.2. Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri 80
4.2.3. Korelasyon Analizi Bulguları 80
4.2.4. Gruplar Arası Karşılaştırmalar 82
4.2.4.1 Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler değişkenine göre karşılaştırılması 83
4.2.4.2. Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların duygusal zorlanmaya toleranssızlık değişkenine göre karşılaştırılması 83
4.2.4.3. Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların arzu düşüncesi değişkenine göre karşılaştırılması 84
4.2.5. Ölçüm Modeline İlişkin Bulgular 85
4.2.6. Yapısal Modele İlişkin Bulgular 87
5.TARTIŞMA 90
5.1. ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ 90
5.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ 97
5.2.1. Degişkenler Arası İlişkilere Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi 97
5.2.2. Yapısal Modele İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi 104
6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER 109
KAYNAKLAR 111
EKLER 126

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2.1: İnternette oyun oynama bozukluğu için önerilen tanı kriterleri 6

Tablo 3.1: Ölçek geliştirme aşamasının katılımcılarına ait sosyodemografik özellikler… 36

Tablo 3.2: Model analizi aşamasının katılımcılarına ait sosyodemografik özellikler 45

Tablo 3.3: Katılımcıların günlük oyun türlerine ayırdıkları süreye ilişkin bulgular..... 46

Tablo 4.1: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği kapsam geçerliği indeks değerleri……. 53

Tablo 4.2: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği faktör yük değerleri..... 56

Tablo 4.3: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği madde analizi ve güvenirlik sonuçları 57

Tablo 4.4: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği model uyum indeksleri..... 59

Tablo 4.5: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler .. 61

Tablo 4.6: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği alt-üst gruplara ilişkin t-testi sonucu..... 61

Tablo 4.7: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği güvenirlik değerleri..... 62

Tablo 4.8: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği kapsam geçerliği indeks değerleri 63

Tablo 4.9: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği faktör yük değerleri 67

Tablo 4.10: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği madde analizi ve güvenirlik sonuçları 69

Tablo 4.11: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği model uyum indeksleri 71

Tablo 4.12: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği duygusal hassasiyet alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler 75

Tablo 4.13: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği öz denetim alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler 76

Tablo 4.14: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği sosyal izolasyon alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler 76

Tablo 4.15: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği alt ve üst gruplara ilişkin t-testi sonucu 77

Tablo 4.16: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği güvenirlik değerleri .. 78

Tablo 4.17: Ölçeklerden elde edilen puanların ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri 80

Tablo 4.18: Değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçları 81

Tablo 4.19: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği toplam ve alt ölçek puanlarının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması 83

Tablo 4.20: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık indeksi toplam puanının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması 84

Tablo 4.21: Arzu düşüncesi ölçeği ve alt ölçek puanlarının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması 84

Tablo 4.22: Ölçüm modeline dair uyum indeksi değerleri 85

Tablo 4.23: Yapısal modele dair uyum indeksi değerleri 87

Tablo 4.24: Seri aracılık modelindeki doğrudan ve dolaylı etkilere ait standardize edilmiş bootstrapping sonuçları 89

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Bağımlılık davranışlarının erken evresine dair güncellenmiş I-PACE modeli...12

Şekil 2.2: Bağımlılık davranışlarının ileri evresine dair güncellenmiş I-PACE Modeli.....13

Şekil 4.1: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği yamaç birikinti grafiği…….55

Şekil 4.2: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği yol diyagramı ve faktör yükleri 59

Şekil 4.3: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği yamaç birikinti grafiği .66

Şekil 4.4: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği yol diyagramı ve faktör yükleri 72

Şekil 4.5: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği ikinci düzey yol diyagramı ve faktör yükleri.....74

Şekil 4.6: Ölçüm modeline ilişkin yol diyagramı ve faktör yükleri.....86

Şekil 4.7: Yapısal model ve standardize edilmiş yol katsayıları.....88

SİMGELER VE KISALTMALAR

AFA : Açımlayıcı Faktör Analizi

ADÖ : Arzu Düşüncesi Ölçeği

AGFI : Adjusted Goodness of Fit Index
(Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi)

CFI : Comparative Fit Index
(Karşılaştırmalı Uyum İndeksi)

DASÖ-21 : Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği-21

DFA : Doğrulayıcı Faktör Analizi

DOB-RDE : Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri

DOB-RÖ : Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği

DOB-YFÖ : Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği

DSM-5 : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
(Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)

DZTİ : Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi

GA : Güven Aralığı

GFI : Goodness of Fit Index
(Uyum İyiliği İndeksi)

I-PACE : Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution
(Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşimi)

İOOB : İnternette Oyun Oynama Bozukluğu

İOOBÖ-KF : İnternette Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu

KGİ : Kapsam Geçerlik İndeksi

KMO : Kaiser-Meyer-Olkin

KÖKÖ : Kısa Öz-Kontrol Ölçeği

OPF : Oyuncu Profil Formu

Ort. : Ortalama

RBSÖ : Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

RMSEA : Root Mean Square Error of Approximation
(Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü)

SRMR : Standardized Root Mean Square Residual
(Standardize Edilmiş Hata Karekökleri Ortalaması)

Ss. : Standart Sapma

ULS-8 : UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Form

VIF : Varyans Enflasyon Faktörü

YEM : Yapısal Eşitlik Modellemesi

χ^2/df : Ki-kare / Serbestlik Derecesi Oranı

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI RİSK FAKTÖRLERİ ÖLÇEĞİ'NİN GELİŞTİRİLMESİ VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE İNCELENMESİ

ÖZET

Amaç: Bu çalışma iki aşamada yürütülmüştür. İlk aşamada, Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri'nin geliştirilmesi amaçlanmıştır. İkinci aşamada ise, Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşimi modeli temel alınarak, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörlerin dijital oyun bağımlılığı riski üzerindeki etkisinde duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesinin seri aracılık rolü incelenmiştir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya haftada en az 3 saat dijital oyun oynayan, 15–25 yaş aralığında toplam 1217 katılımcı dâhil edilmiştir. Veriler, öz-bildirim ölçekleri aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma kapsamında, Açımlayıcı faktör analizi 502, doğrulayıcı faktör analizi 329 ve model analizi aşaması 386 kişiden elde edilen veriler kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Analizler sonucunda Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri'nin; Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği olmak üzere iki ölçekten oluştuğu belirlenmiştir. Envanterde ayrıca Oyuncu Profil Formu yer almaktadır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği toplam varyansın %54,72'sini açıklayan iki faktörlü yapı sergilemiştir. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği ise toplam varyansın %51,86'sını açıklayan üç faktörlü yapı göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, modellerin iyi uyum indekslerine sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları, Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği için 0,68, Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği için ise 0,90 olarak hesaplanmıştır. Model analizi sonuçları, seri aracılık etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir ($\beta = 0,14$, $p < 0,01$). Duygusal zorlanmaya toleranssızlığın, dijital oyun bağımlılığı riskini doğrudan artırmadığı, ancak arzu düşüncesini tetikleyerek birlikte seri aracılık rolü olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri'nin Türk kültüründe dijital oyun bağımlılığı riskini ve bu riske zemin hazırlayan psikolojik yatkınlıkları güvenilir

biçimde değerlendiren özgün bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular, kişisel yatkınlıkların dijital oyun bağımlılığı riski üzerindeki etkisinin duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi üzerinden işleyen bilişsel-duygusal süreçlerle açıklanabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Arzu Düşüncesi, Dijital Oyun Bağımlılığı Riski, Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık, I-PACE Modeli, Yatkınlaştırıcı Faktörler

DEVELOPMENT OF THE DIGITAL GAME ADDICTION RISK FACTORS SCALE AND EXAMINATION OF DIGITAL GAME ADDICTION WITHIN THE FRAMEWORK OF THE I-PACE MODEL

ABSTRACT

Aim: This study was conducted in two stages. The first stage aimed to develop the Digital Gaming Addiction Risk Assessment Inventory. The second stage examined the serial mediating role of distress intolerance and desire thinking in the relationship between predisposing factors and digital gaming addiction risk, based on the Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution model.

Materials and Methods: The study included 1217 participants (aged 15–25) who played digital games for at least 3 hours weekly. Data were collected via self-report measures. The sample was distributed as follows: 502 for exploratory factor analysis, 329 for confirmatory factor analysis , and 386 for model analysis.

Results: Analyses revealed that the Digital Gaming Addiction Risk Assessment Inventory comprises two scales: the Digital Gaming Addiction Risk Scale and the Digital Gaming Addiction Predisposing Factors Scale, alongside a Gamer Profile Form. Exploratory factor analysis indicated a two-factor structure for Digital Gaming Addiction Risk Scale (explaining 54.72% variance) and a three-factor structure for Digital Gaming Addiction Predisposing Factors Scale (explaining 51.86% variance). Confirmatory factor analysis confirmed good fit indices for the models. Internal consistency coefficients were .68 for Digital Gaming Addiction Risk Scale and .90 for Digital Gaming Addiction Predisposing Factors Scale. Model analysis demonstrated a significant serial mediation effect ($\beta = .14$, $p < .01$). Distress intolerance did not directly increase addiction risk but exerted a serial mediating role by triggering desire thinking.

Conclusion: It was concluded that the Digital Gaming Addiction Risk Assessment Inventory is an original measurement tool that reliably assesses digital game addiction risk and the psychological predispositions underlying this risk among adolescents and young adults in Turkish culture. The findings indicate that the effect of personal predispositions on

digital game addiction risk can be explained through cognitive–emotional processes operating via distress intolerance and desire thinking.

Keywords: Desire Thinking, Digital Game Addiction Risk, Distress Intolerance, I-PACE Model, Predisposing Factors

1. GİRİŞ ve AMAÇ

Dijital oyunlar günümüzde küresel ölçekte hızla yaygınlaşan bir eğlence biçimi olarak önem kazanmaktadır (1). İnternet altyapısının gelişmesi ve mobil cihazların erişilebilirliğinin artmasıyla bu oyunlar, tüm yaş grupları için günlük yaşamın önemli bir parçası hâline dönüşmüştür (2). Her ne kadar dijital oyunlar çoğu birey için keyifli, etkileşim sağlayan ve kısa süreli stres azaltıcı bir eğlence aktivitesi olsa da (3), bazı bireylerde oyun oynama davranışı kontrol kaybına, işlevsellikte bozulmaya ve bağımlılığa benzer belirtilere yol açabilmektedir (4). Bu nedenle dijital oyun bağımlılığı, güncel sınıflandırma sistemlerinde davranışsal bağımlılıklar arasında yer almakta; Dünya Sağlık Örgütü'nün Uluslararası Hastalık Sınıflandırması-11'de "Oyun Oynama Bozukluğu" ve Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5'te (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-5) önerdiği "İnternette Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB)" kavramlarıyla tanımlanmaktadır (5,6).

Dijital oyun bağımlılığının etiyolojisini anlamak için geliştirilen çok boyutlu kuramsal yaklaşımlar arasında, Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşimi (Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution, I-PACE) modeli (7,8) özellikle teknolojik bağımlılıkların gelişimini açıklamada bütüncül ve güncel bir çerçeve sunmaktadır. Model, bağımlılık süreçlerinin yalnızca bireysel yatkınlık faktörlerinden değil; duygusal tepkiler, bilişsel süreçler, yürütücü işlevler ve çevresel uyaranlar arasındaki dinamik etkileşimlerden kaynaklandığını vurgulamaktadır (8). I-PACE modeline göre bağımlılık davranışının ilk evrelerinde bireyin psikolojik yatkınlıkları (depresyon, kaygı, benlik saygısı, yalnızlık, öz denetim gibi), olumsuz duygularla başa çıkma kapasitesi ve bilişsel başa çıkma stratejileri kritik bir rol oynamaktadır (8).

Bu bağlamda, dijital oyun bağımlılığı riskini erken dönemde belirleyebilecek, psikolojik yatkınlıklarla oyun oynama davranışı arasındaki ilişkileri açıklayabilecek ölçme araçlarına duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır. Ancak mevcut literatürde, dijital oyun bağımlılığına yönelik davranışsal risk düzeyini ve bu riski artıran psikolojik yatkınlıkları birlikte değerlendirebilen kapsamlı, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı

bulunmamaktadır. Bu eksiklik, bağımlılık davranışlarının erken tespit edilmesini, riskli grupların belirlenmesini ve önleyici müdahalelerin planlanmasını güçleştirmektedir.

Bu tez çalışması, söz konusu boşluğu doldurmak amacıyla iki aşamada yürütülmüştür. Birinci aşamada, dijital oyun bağımlılığına ilişkin davranışsal risk göstergeleri ile bu riski artırdığı bilinen psikolojik yatkınlık faktörlerini bir arada değerlendiren Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri (DOB-RDE) geliştirilmiştir. Envanterin Türk örneklemine uygun, geçerli, güvenilir ve bütüncül bir değerlendirme aracı olarak bilimsel alana kazandırılması hedeflenmiştir.

İkinci aşamada ise, I-PACE modelinden hareketle yatkınlaştırıcı psikolojik faktörlerin dijital oyun bağımlılığı riskine nasıl dönüştüğünü açıklayan bir yapısal model sınanmıştır. Bu kapsamda duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesinin, riskli oyun oynama davranışına giden süreçte aracı rol oynayıp oynamadığı incelenmiştir. Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, bireyin olumsuz duygusal deneyimlere katlanmakta güçlük yaşaması nedeniyle kaçınma eğilimlerinin artmasına yol açan temel bir kırılganlık göstergesidir (9). Arzu düşüncesi ise oyunla ilişkili zihinsel imgelerin ve içsel söylemlerin yinelendiği, davranışı sürdürme eğilimini güçlendiren belirleyici bir bilişsel süreçtir (10). Bu iki mekanizmanın birlikte ele alınması, yatkınlaştırıcı faktörlerden başlayarak bağımlılığa uzanan bilişsel-duygusal ardışıklığın daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına olanak sağlamaktadır. Böylece bağımlılık davranışının gelişimini açıklayan duygu-biliş etkileşimleri I-PACE modeli çerçevesinde test edilmiştir.

Bu iki aşamalı yaklaşım, çalışmanın hem kuramsal hem de uygulamaya dönük katkılarını güçlendirmektedir. İlk aşamada geliştirilen ölçme aracı, dijital oyun bağımlılığına ilişkin davranışsal risk göstergelerini ve bu riski artıran psikolojik yatkınlıkları bütüncül bir çerçevede değerlendirerek erken risk belirleme süreçlerine önemli katkılar sunmaktadır. İkinci aşamada sınanan yapısal model ise, bağımlılık davranışının altında yatan duygusal ve bilişsel mekanizmaların nasıl etkileşime girdiğini ortaya koymaktadır. Bu çalışma, literatürde sınırlı biçimde incelenen duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi değişkenlerini I-PACE modeli bağlamında ele alarak, modelin erken dönem bilişsel ve duygusal süreçlerine ilişkin kuramsal açıklamalarına özgün bir katkı sunmaktadır. Elde edilen bulguların, klinik uygulamalarda hem değerlendirme hem de müdahale stratejilerinin daha hedef odaklı ve işlevsel biçimde tasarlanmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra, geliştirilen ölçme

aracının dijital oyun bağımlılığı riskini ve ilgili psikolojik süreçleri inceleyen gelecekteki araştırmalar için güvenilir bir temel oluşturacağı öngörülmektedir. Son olarak bu kapsam doğrultusunda, araştırmada test edilen hipotezler aşağıda sunulmuştur:

H1: Türk örnekleminde geliştirilen DOB-RDE geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

H2: Yatkınlaştırıcı Faktörler ile duygusal zorlanmaya toleranssızlık pozitif yönde anlamlı ilişkilidir.

H3: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık ile arzu düşüncesi pozitif yönde anlamlı ilişkilidir.

H4: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, dijital oyun bağımlılığı anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H5: Arzu düşüncesi, dijital oyun bağımlılığı riskini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H6: Yatkınlaştırıcı faktörler, aracı değişkenlerin etkisi kontrol edildiğinde dahi dijital oyun bağımlılığı riskini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H7: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, yatkınlaştırıcı faktörler ile dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki ilişkide aracı bir role sahiptir.

H8: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi, yatkınlaştırıcı faktörler ile dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki ilişkide sıralı aracı bir role sahiptir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. İNTERNETTE OYUN OYNAMA BOZUKLUĞU

2.1.1. Dijital Oyun Kavramı

Oyunlar, bireylerin tek başlarına ya da diğer insanlarla birlikte vakit geçirdikleri en yaygın etkinliklerden biridir (11). Teknolojinin gelişmesiyle dijital oyunlar küresel ölçekte en yaygın eğlence biçimlerinden biri haline gelmiştir. Kökenleri 1950'li yıllara kadar uzanan dijital oyunlar, kişisel bilgisayarların, oyun konsollarının ve taşınabilir cihazların toplumsal kabul gördüğü 1980 ve 90'lı yılların ardından, özellikle ticari bir ürün olarak çeşitlenmiş ve yaygınlaşmıştır (12). Ancak, dijital oyun endüstrisinin tüketici pazarındaki ana büyüme süreci 2000'li yılların başında; internet altyapısının gelişmesi, çevrimiçi oyunculuğun artması ve yeni nesil akıllı telefonların erişilebilirliğinin yükselmesiyle gerçekleşmiştir (13).

Günümüzde dijital oyunlar; bilgisayarlar, konsollar, tabletler ve mobil cihazlar gibi çok çeşitli platformlar üzerinden deneyimlenebilmektedir (14). Bu durum, dijital oyunların yalnızca sabit cihazlarla sınırlı olmadığını göstermektedir. Bunun yanı sıra, dijital oyun türlerinin ve platformlarının sayısının da önemli ölçüde artması, dijital oyunların sanıldığından çok daha geniş bir kitleye ulaşmasına neden olmuştur (15).

Literatür incelendiğinde 2014 yılında yaklaşık 1,8 milyar kişi bilgisayar oyunu oynarken, 2020 yılında bu sayının 2,7 milyar kişiye ulaştığı görülmektedir (16). Son yıllardaki artışın hızlı seyretmesinde COVID-19 salgınının etkili olabileceği düşünülmektedir (17). Pandemi sürecinin dijital oyun oynama alışkanlıkları üzerindeki etkisini inceleyen geniş ölçekli araştırmalar, bu dönemde oyun oynama miktarının keskin bir şekilde arttığını belirtmiştir (17). Bu bireylerin sosyal etkileşim ihtiyacını karşılamak adına özellikle çok oyunculu oyunlara yöneldiği ortaya koyulmuştur. Dijital oyunların popülaritesindeki bu yükseliş, oyunların potansiyel olumsuz etkilerine odaklanan akademik çalışmaların da her geçen gün artmasına neden olmaktadır.

2.1.2. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nun Tanı Kriterleri

Dijital oyunlar günümüz teknoloji çağında popüler bir zaman geçirme etkinliğidir. Çoğu kişi için dijital oyunlar keyifli ve teşvik edici bir aktivitedir. Ancak psikososyal işlevsellikte bozulmaya yol açtığında bir bozukluk olarak değerlendirilir (18). Kişisel ve kişilerarası çeşitli risk faktörlerine sahip bireyler, mevcut sorunlarının üstesinden gelme veya olumsuz duygulardan kaçınma stratejisi olarak dijital oyunları kullanmaya yönelebilirler (19). Bu yönelim zamanla kontrol kaybı, oyun dışı etkinliklere ilgisizlik ve önemli yaşam alanlarında aksaklıklara neden olabilir (20). Dolayısıyla dijital oyunlar, keyifli bir aktiviteden bağımlılık yapıcı kullanıma kadar uzanan bir süreç olarak kavramsallaştırılabilir (21).

Bağımlılığın birkaç tanımlayıcı bileşeni olduğu öne sürülmektedir: (1) olumsuz sonuçlara rağmen bir davranışa devam etme, (2) davranışa karşı koyma konusunda kontrolün azalması, (3) davranışa kompulsif bir şekilde bağlanma ve (4) davranışa başlamadan önce hissedilen dürtü ve aşerme durumu (22). Goodman (23) bağımlılığı hem zevk alınan hem de içsel rahatsızlıktan kaçış sağlama işlevi görebilen bir davranış biçimi olarak tanımlar. Bağımlılık terimi bir süre boyunca yalnızca aşırı alkol ve uyuşturucu kullanım kalıplarını tanımlamak için kullanılmış olsa da yakın zamanda bazı davranışların alkol ve uyuşturucu bağımlılığına benzediği fark edilmiş ve bu davranışların madde dışı veya davranışsal bağımlılıklar olarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir (24). Günümüzde kumar oynama, seks, yemek yeme, alışveriş, internet kullanımı ve dijital oyun oynama gibi davranışları aşırı sergileme davranışsal bağımlılık kapsamında değerlendirilmektedir (25).

Davranışsal bağımlılıklarda uyuşturucu bağımlılığı veya madde bağımlılığının aksine herhangi bir kimyasal veya madde alımı söz konusu değildir. Buna karşın davranış örüntüsü bireyin yaşamında madde kullanım bozukluğuna benzer düzeyde işlev kaybına yol açabilmektedir (26). Bu çerçevede, dijital oyun kullanımı da davranışsal bağımlılıklar arasında yer almakta ve madde kullanımı bağımlılığıyla benzer nöropsikolojik belirtiler taşıyabilmektedir (20,27). Dijital oyun oynayan bireylerin bir kısmı oyunlara normalden fazla önem atfetme ve zaman ayırma, diğer faaliyetlere karşı ilgi kaybı, yoksunluk ve tolerans belirtileri gibi bazı sorunları geliştirme riski taşımaktadır (5). Hem Amerikan Psikiyatri Birliği hem de Dünya Sağlık Örgütü dijital oyunlar ile ilgili sorunları potansiyel tanı koyulabilir bir zihinsel bozukluk olarak kabul etmiştir (28).

Dijital oyun bağımlılığı, ilk olarak DSM-5'te (5) araştırılması gereken bozukluklar kategorisinde İOOB başlığıyla ele alınmıştır. DSM-5'te çevrimiçi oynanan oyunların yanı sıra kişisel bilgisayarlar, konsollar veya elde taşınan cihazlar aracılığı ile çevrimdışı oynanan oyunların da bu başlık altında sınıflandırılabileceğini açıkça belirtilmiştir (5). İOOB tanısı için DSM-5'te önerilen dokuz kriterinden en az beş ve üzerinin 12 ay boyunca görülmesi beklenmektedir. Tablo 2.1.'de İOOB için önerilen tanı kriterleri sunulmuştur.

Tablo 2.1: İnternette oyun oynama bozukluğu için önerilen tanı kriterleri

İnternet oyunları ile zihinsel uğraş
İnternette oyun oynamaktan uzaklaştırıldığında yoksunluk belirtileri
İnternet oyunları ile uğraşmak için gittikçe artan miktarda zaman harcamaya ihtiyaç duyma
Birçok kez başarısızlıkla sonuçlanan oyun oynamayı, azaltma ya da bırakma çabası
Oyun oynamanın miktarı hakkında aile üyelerine, terapiste veya başkalarına yalan söyleme
Bilgisayar oyunları dışındaki hobilere ve aktivitelere karşı ilginin azalması
Psikososyal problemlerin olduğunu bilmesine karşın oyun oynamaya devam etme
Olumsuz bir duygudurumu hafifletmek veya sorunlardan kaçmak için oyun oynama
Oyun oynamaktan dolayı bir ilişkinin, işin, eğitim ya da kariyer fırsatlarının kaybı

Dünya Sağlık Örgütü ise bu durumu davranışsal bağımlılık başlığı altında "Oyun Oynama Bozukluğu" olarak sınıflandırmıştır. Oyun oynama bozukluğu için belirtilen temel davranış biçimleri ise; 1) Oyunun sıklığı, süresi, sonlandırılması ve başlaması üzerinde bozulmuş kontrol dürtüsü, 2) Oyunun yaşamla ilgili olan diğer etkinliklere göre ön planda olması, 3) Olumsuz sonuçlara rağmen oyun oynamanın artarak devam etmesi olarak belirtilmiştir. Bu kriterlerin 12 aylık bir süreçte görülmesi tanı için gereklidir. Ancak semptomlar şiddetli olduğu zaman tüm kriterler karşılandığında tanı koyma süresi kısalabilir (6).

2.1.3. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nun Yaygınlığı

Bugüne kadar İOOB yaygınlığı üzerine yapılan çalışmalar çeşitli sonuçlar ortaya koymuştur. Bu farklılıklar, kullanılan ölçeklerin yapısı, örneklemlerin demografik özellikleri ve tanı kriterlerindeki çeşitlilikle ilişkilendirilmektedir. İlgili çalışmalar

incelendiğinde, İOOB yaygınlığının %1-%2 arasında olduğunu gösteren çalışmalar olduğu gibi (29,30) bu oranı %15 olarak belirten çalışmalar da mevcuttur (31,32). Güncel sistematik derlemeler bu oranın daha dar ve tutarlı bir aralıkta yoğunlaştığını ortaya koymaktadır. Örneğin, Kim ve ark. (33) 29 ülkeden toplam 227,665 katılımcıyı kapsayan kapsamlı meta-analiz çalışmasında, küresel havuzlanmış yaygınlık oranı %3,3 olarak hesaplanmıştır.

Pandemi döneminde 51,246 kişi ile Japonya'da yürütülen bir çalışma, İOOB oranının 1,6 kattan fazla artarak %4,1'den %5,9'a yükseldiğini göstermiştir (34). Bu artış, karantina uygulamaları, evde kalma süreleri ve sosyal etkileşimin azalması gibi yaşam tarzı değişiklikleriyle ilişkilendirilmiştir (35).

Demografik risk faktörleri açısından bakıldığında, yaş değişkeni belirleyici bir rol oynamaktadır. Yapılan çalışmalar genç bireylerin (<30 yaş), ileri yetişkinlik dönemindeki bireylere (40-49 yaş) kıyasla İOOB geliştirme riskinin yaklaşık 2,1 kat daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (34). Bu bulgu genç bireylerin dijital oyunlar ile ilgili problemlere karşı daha savunmasız olduklarını göstermektedir (34). Benzer şekilde ergen bireylerin oluşturduğu örneklemlerde İOOB yaygınlığının diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olduğu birçok çalışmada bildirilmiştir (30,36). Eğlence Yazılımları Derneği araştırma raporunda ise dijital oyunların en çok 18-34 yaş aralığındaki bireyler tarafından oynandığı belirtilmiştir (37).

Cinsiyet farklılığına odaklanan çalışmalar incelendiğinde İOOB yaygınlığının ergenlik çağındaki erkeklerde kızlara oranla daha fazla olduğunu gösteren çalışmalara ulaşılmıştır (38,39). Merelle ve ark. (40) tarafından yürütülen bir çalışmada, 12–15 yaş aralığındaki erkek katılımcıların haftada ortalama 15 saat dijital oyun oynadıkları, aynı yaş grubundaki kız katılımcıların ise haftada ortalama 7 saat dijital oyun oynadıkları bildirilmiştir. Bu sonuçlar, cinsiyetin dijital oyun oynama süresi ve olası sorunlu kullanım açısından önemli bir değişken olabileceğini göstermektedir.

Oyun oynama süresi ile patoloji arasındaki ilişki de dikkat çekicidir. Çalışmalarda dijital oyunlara ayrılan sürenin düzenlenmesinin, oyunların faydalı ya da zararlı etkilerinin belirlenmesinde kritik bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (41). Bu bağlamda, yaş ortalaması 16,4 olan bir örneklemle yürütülen çalışmada, katılımcıların %11,2'sinin günde 7 saatten fazla, %20,6'sının 5 saatten fazla ve %68,3'ünün 2 saatten fazla dijital oyun oynadığı rapor edilmiştir (42). Ayrıca geniş ölçekli araştırmalar, ergenlerin ve genç

yetişkinlerin dijital oyunlara önemli miktarda zaman ayırdığını ve ortalama oyun süresinin haftada 7 ila 10 saat arasında değiştiğini göstermektedir (43).

Literatür incelendiğinde, İOOB'nin yaygınlığı üzerine Türkiye'de yayımlanmış çalışmaların görece az sayıda olduğu görülmektedir. Yalçın Irmak'ın (44) 865 ergen katılımcı ile yaptığı çalışmasında bağımlı oyuncu oranı %28,8 olarak ortaya konmuştur. Lise öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise bu oranın %6,3 olduğu belirtilmiştir (45). Bu farklılaşan oranlar, ölçme araçlarının ve örneklem seçiminin yaygınlık verileri üzerindeki belirleyiciliğini Türkiye örnekleminde de doğrulamaktadır.

2.1.4. İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'nu Açıklayan Modeller

Bu bölümde, İOOB'ye ilişkin literatürde öne çıkan kuramsal yaklaşımlar incelenmekte olup; İOOB'yi açıklamaya yönelik (1) bilişsel-davranışsal, (2) nörobilişsel ve (3) çok boyutlu kuramsal yaklaşımlar sistematik biçimde ele alınacaktır.

2.1.4.1. Bilişsel davranışsal model: İnternet kullanımının patolojik gelişimini açıklamaya yönelik ilk kuramsal modellerden biri olan Davis'in (46) bilişsel-davranışsal modeli, bireyin çevrimiçi ve çevrimdışı dünyaya ilişkin olumsuz bilişsel şemaları üzerine temellenmiştir. Bu model başlangıçta genel internet kullanımı için geliştirilmiş olsa da zamanla çevrimiçi oyun kullanımına da uyarlanmıştır (47).

Davis, uyumsuz bilişleri kendilik hakkındaki düşünceler ve dünya hakkındaki düşünceler olmak üzere iki ana kategoriye ayırmıştır. Kendilikle ilgili uyumsuz bilişler; düşük öz-yeterlik, kendinden şüphe duyma ve olumsuz öz-değerlendirme gibi negatif benlik algılarını kapsamaktadır. Bu bağlamda, psikolojik olarak kırılgan bireylerin, çevrimiçi ortamları olumlu sosyal geri bildirim ve kabul elde etmenin en güvenli ve ulaşılabilir yolu olarak değerlendirdikleri öne sürülmektedir (46). Uyumsuz bilişlerin ikinci kategorisi olan dünya hakkındaki düşünceler ise, belirli olaylardan genelleme yapma eylemini ifade etmektedir. Bu bireyler "İnternet, kendimi güvende hissettiğim tek yer" veya "Gerçek hayatta kimse beni sevmiyor" gibi çarpıtılmış inançlara sahip olabilirler. Yalnızlık ve depresyon düzeyi yüksek bireylerin çevrimiçi benliklerine ve dijital ortama ilişkin daha olumlu algılar geliştirdiği, buna karşın gerçek benlikleri ve gerçek dünyaya ilişkin algıları değersizlik duygusu ile karakterize olduğu belirtilmiştir. Bu durum, çevrimiçi ortama yönelimi güçlendiren önemli bir psikolojik mekanizma olarak değerlendirilmektedir (48).

Caplan (49), Davis'in bilişsel-davranışsal modelinden hareketle, depresif bireylerin yüz yüze etkileşim gerektiren sosyal ilişkileri kurmakta ve sürdürmekte güçlük yaşayabileceklerini ileri sürmüştür. Bu bağlamda, çevrimiçi ortamların; sosyal yeterliliği düşük, yalnızlık yaşayan ve depresyon belirtileri gösteren bireyler açısından daha güvenli, etkili ve konforlu sosyal etkileşim alanları sunabileceği belirtilmiştir (49). Model, sosyal izolasyonun problemli internet kullanımı üzerinde doğrudan güçlendirici (pekiştirici) bir etkisi olduğunu savunmaktadır. İnternet kullanımının, sosyal geri bildirim yoluyla hazza dayalı fizyolojik tepkiler oluşturması, internetin gerçek dünyadaki yaşam da dahil olmak üzere diğer tüm etkinliklere karşı tercih edilebilir olduğu inancını güçlendirmektedir. Davis bu etkileşimin zamanla bir uyaran-tepki döngüsüne dönüşerek bireyde davranışsal bir alışkanlık haline gelebileceğini öne sürmektedir (46). Ayrıca ruminatif düşünce örüntülerinin bireyin çevrimiçi etkinliklerle ilişkilendirdiği keyifli anıları sürekli hatırlamasına yol açabileceği; bu durumun da bireyi aynı hazza ulaşmak için yeniden çevrimiçi etkinliklere yönlendirebileceği öne sürülmüştür (46).

2.1.4.2. Nörobilişsel model: İOOB'nin nörobilişsel açıklamaları, esas olarak madde bağımlılığı araştırmalarında elde edilen bulgular temel alınarak geliştirilmiştir (50). Dong ve Potenza (51) tarafından oluşturulan nörobilişsel model bireyin çevrimiçi oyun deneyiminin madde bağımlılığında olduğu gibi beyin yapısını, işlevini ve ilgili bilişsel süreçleri sürekli oyun oynamaya neden olacak biçimde değiştirdiğini öne sürmüştür.

Model, özellikle ödül arayışına yönelik artan motivasyonel dürtüler ile azalan yürütücü işlev ve bilişsel kontrol düzeylerinin etkileşimi üzerinde durmaktadır (52). Çevrimiçi oyunlar, kontrolde olma ve anında başarı duygusu yaşama hissiyatı oluşturduğu için güçlü ödül uyaranları olarak algılanabilmektedir (53). Ödül duyarlılığındaki bu artış, bireyin oyun oynama motivasyonunu güçlendirmekte ve daha uzun süre oyunda kalmasına neden olabilmektedir. Bununla birlikte azalan yürütücü işlev düzeyi oyun oynamaya yönelik aşermeyi daha baskın hale getirerek karar verme süreçlerinde yanlılıklara yol açabilmektedir (51). Modelde aşerme olarak da tanımlanan bu motivasyonel dürtü hem haz arayışı hem de olumsuz duygulanımı bastırma eğilimiyle etkileşime girerek bireyin oyun oynama kararlarını yönlendirmektedir (51).

2.1.4.3.Çok boyutlu model: Brand ve ark. (7) tarafından geliştirilen I-PACE modeli İOOB başta olmak üzere çeşitli çevrimiçi davranışsal bağımlılıkları açıklamaya

yönelik güncel ve bütüncül bir kuramsal çerçeve sunmaktadır. I-PACE modeli, sadece İOOB ile ilgili değil aynı zamanda kumar, pornografi, alışveriş ve sosyal ağların sorunlu kullanımı gibi diğer davranışsal bağımlılıklar için de geçerli bir açıklayıcı yapı ortaya koymayı hedeflemektedir (52). Model, internet kullanım bozukluklarına ilişkin çeşitli teorik değerlendirmeleri ve ampirik bulguları sentezleyerek bağımlılık sürecini kişisel özellikler, duygusal ve bilişsel tepkiler ve yürütücü işlevlerdeki bozulmaların etkileşimi üzerinden açıklamaktadır (7,8). Tez kapsamında bu model temel kuramsal yapı olarak ele alınmakta olup, izleyen bölümde ayrıntılı biçimde açıklanacaktır.

2.2. I-PACE MODELİ

Problemli oyun oynama davranışını açıklamaya yönelik olarak, internet kullanım bozukluklarının kökenini ele alan çeşitli teorik modeller geliştirilmiştir. Bu modeller arasında güncel ve kapsamlı yaklaşımlardan biri olan I-PACE modeli, bütünleştirici bir çerçevede madde kullanım bozuklukları ile davranışsal bağımlılıkları açıklamaya yönelik mevcut teorileri bir araya getirmektedir (54). Modelin temel bileşenleri; bireyin yatkınlık faktörleri, içsel ve dışsal uyaranlara karşı verilen duygusal ve bilişsel tepkiler, yürütücü işlevler ve inhibisyon kontrolü ile belirli çevrimiçi uygulamaların kullanımına yönelik karar verme süreçlerini kapsamaktadır. Ayrıca model, bireyin kişilik özellikleri ile duygusal, bilişsel ve yürütücü süreçler arasındaki etkileşimi bütüncül bir şekilde ele almaktadır (8).

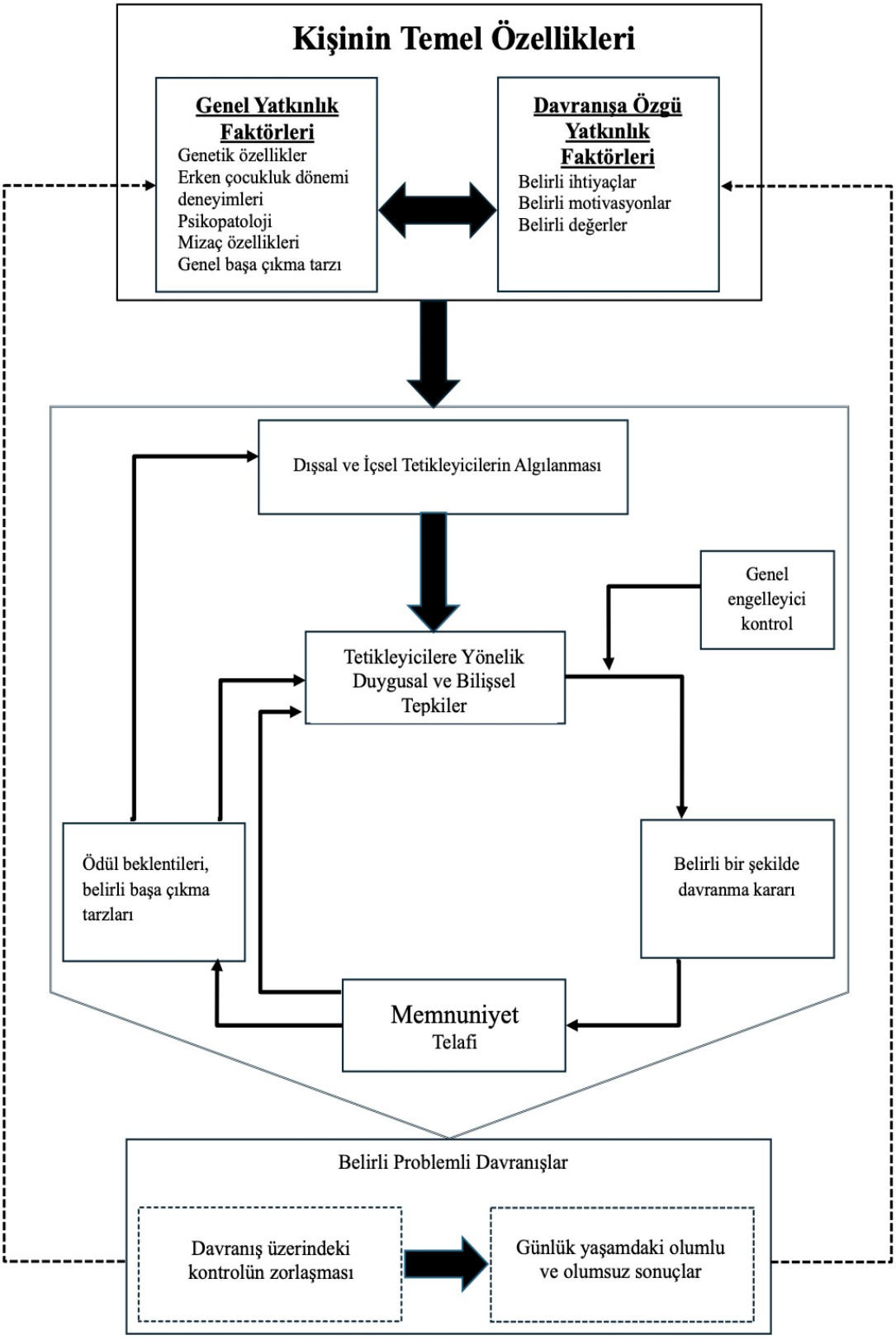
Modelin “P” (Person) bileşeni kapsamında ele alınan yatkınlık faktörlerinin; kişilik özellikleri, sosyal bilişler, psikopatolojik semptomlar, biyopsikolojik faktörler ve oyun oynama motivasyonu gibi bireysel özelliklerin, belirli bir duruma ilişkin öznel algıyı etkilediği öne sürülmektedir. Bu öznel algı bağımlılıkla ilgili ipuçlarıyla yüzleşme, stres, olumsuz duygudurum gibi faktörlerin yanı sıra bireyin duygusal ve bilişsel tepkileri ile de şekillenmektedir (7).

Modelin “A” (Affect) ve “C” (Cognition) bileşenlerini oluşturan duygusal ve bilişsel tepkiler, internetle ilgili dikkat yanlılığı, başa çıkma stratejileri, ipucu reaktivitesi, aşerme, duygu düzenleme ve internet kullanımına yönelik bilişsel yanlılıkları içermektedir. Bu bileşenler, internet kullanım bozukluğunun gelişiminde aracı ya da düzenleyici bir rol oynayabilmektedir (7).

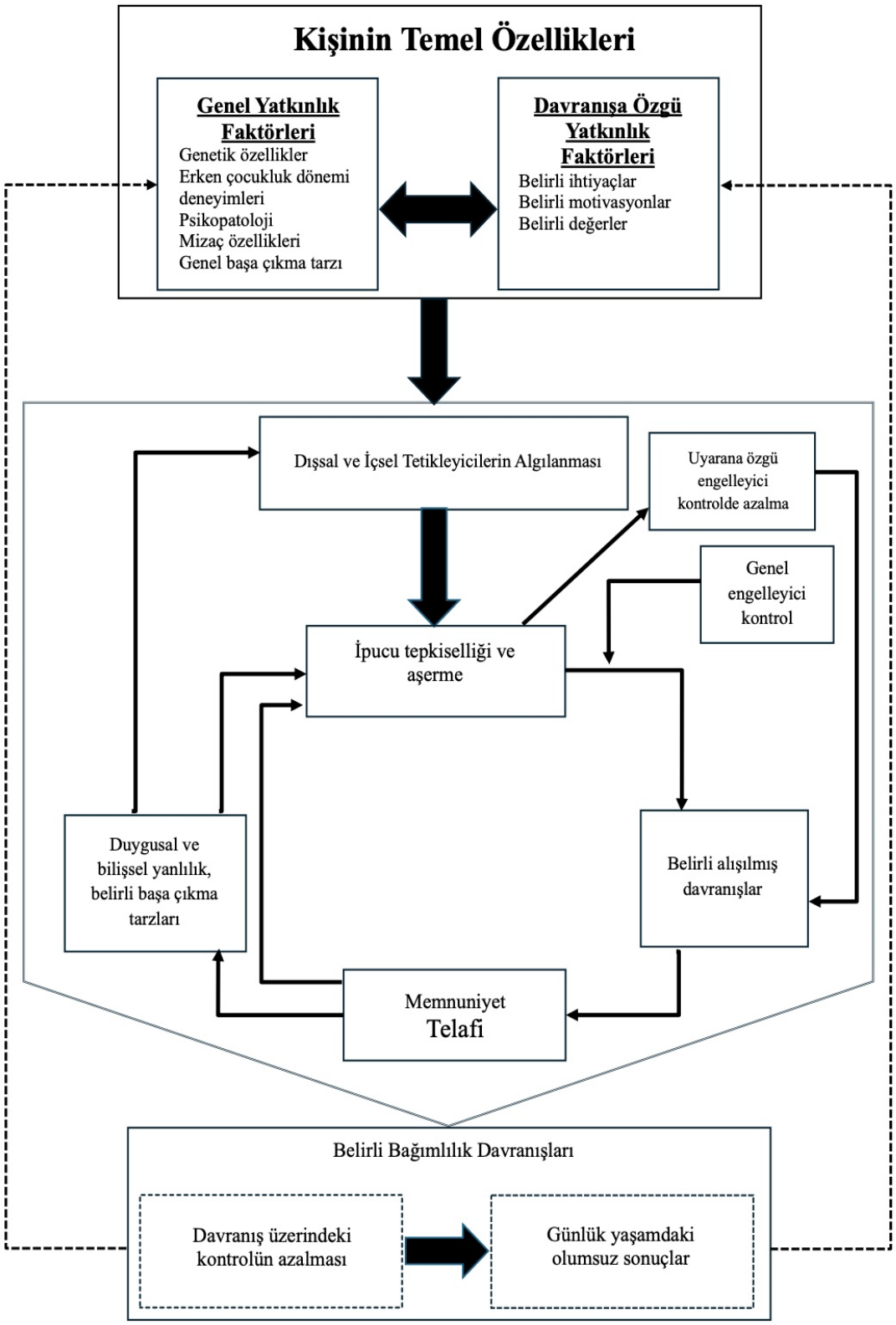
Modelin “E” (Execution) bileşeni kapsamında yürütücü işlevlerdeki bozulma ve inhibisyon kontrolündeki azalmaların, problemli internet kullanımı sürecinde düzenleyici etkide bulunabileceği ifade edilmektedir. Bununla birlikte, memnuniyet veya telafi elde etme amacıyla devam ettirilen davranışın (örn. oyun oynama ya da sosyal medyada gezinme.) koşullanma sürecinin bir sonucu olarak bağımlılığa evirilebileceği ileri sürülmektedir. Model, bu kapsamda teorik bir çerçeve sunarak aracı ve düzenleyici değişkenler ile yatkınlık faktörleri arasında açık bir ayrım yapmaktadır (7). Ayrıca yürütülen çalışmalar bağımlılığın oluşumunda etkili olan bu faktörlerin zamanla ve bağlama göre değişebileceğini vurgulamaktadır.

Brand ve ark. (8) tarafından güncellenen I-PACE modeli, problemli davranışların altında yatan süreçlerin hem çevrimiçi hem de çevrimdışı ortamlarda ve davranış türlerinde geçerli olduğunu ileri sürmektedir. Davranışın kendisinin temel belirleyici unsur olduğu, çevrimiçi ya da çevrimdışı olmasının ise ikincil düzeyde bir etkiye sahip olabileceği vurgulanmıştır (55). Modelin güncellenmiş versiyonu ayrıca, tüm bağımlılık türlerinde etkili olan genel yatkınlaştırıcı faktörler ile belirli bağımlılık davranışlarına özgü faktörler arasında bir ayrım yapmaktadır. Örneğin, yenilik arayışı yüksek olan bireylerin kumar bağımlılığı geliştirme olasılığı daha yüksekken (56); saldırganlık ve narsisistik kişilik özellikleri yüksek olan bireyler İOOB geliştirmeye daha yatkın oldukları vurgulanmıştır (57).

Son olarak, modelin güncellenmiş halinde aracı ve düzenleyici faktörlerin işlevlerini daha belirgin biçimde ortaya koyabilmek amacıyla, bağımlılık süreci erken (Şekil 2.1) ve ileri (Şekil 2.2) evre olarak iki aşamada ele alınmaktadır (8).



Şekil 2.1: Bağımlılık davranışlarının erken evresine dair güncellenmiş I-PACE modeli



Şekil 2.2: Bağımlılık davranışlarının ileri evresine dair güncellenmiş I-PACE Modeli

Model, bağımlılık davranışının nasıl geliştiğini ve sürdürüldüğünü açıklamayı amaçlayan etiyolojik bir kuramsal çerçeve olarak geliştirilmiştir. Bu bağlamda modelin ortaya koyduğu erken evre, bireyin dijital cihazlar aracılığıyla gerçekleştirdiği davranışın henüz klinik düzeyde bir bağımlılık tanısı gerektirecek düzeye ulaşmadığı ancak davranışın artık tamamen işlevsel ya da zararsız bir biçimde sürdürülemediği bir geçiş sürecini ifade etmektedir (8). Bu dönem, bağımlılık bozukluğu tanı ölçütlerinin tümünü karşılamayan ancak bazılarını taşıyan davranış örüntülerini kapsamaktadır. Bağımlılık kriterlerinin tam olarak karşılanmadığı bu tür davranış örüntüleri genellikle riskli davranışlar olarak tanımlanmaktadır (58).

Öte yandan, modelin tanımladığı ileri evre, davranışın artık klinik düzeyde tanı alabilecek düzeye ulaştığı ve bireyin günlük işlevselliğinde belirgin bozulmalara yol açtığı aşamayı ifade etmektedir (8). Bu iki evre arasında yapılan ayrım sayesinde bağımlılık sürecini riskli kullanım ile bağımlılık düzeyindeki patolojik kullanım arasında aşamalı ve etkileşimsel bir çerçevede ele almak mümkün olmaktadır. Böylelikle bilişsel, duygusal ve bireysel yatkınlıkların bağımlılık gelişimindeki rolleri bütüncül bir yaklaşımla ortaya koyulacaktır (59).

Model, içsel tetikleyicilerin (örn. negatif ya da pozitif duygudurum, stres) veya dışsal tetikleyicilerin (örn. oyunla ilişkili ipuçlarıyla karşılaşma) algılanmasının, bu uyaranlara yönelik artan dikkat ve buna eşlik eden duygusal/bilişsel tepkilerle sonuçlanabileceğini öne sürmektedir (8). Bu tepkiler, bireyin belirli davranışları (örn. oyun oynama) aşırı düzeyde sergilemesine yol açabilir. Bazı bireylerin çevrimiçi etkinliklere kontrol kaybı yaşamalarına rağmen devam etmeleri, algılanan stres düzeyleriyle ilişkilendirilmektedir (60). Kişinin temel bireysel özelliklerinden etkilenen stres algısı, dikkati kısa vadeli ödüllere veya riskli karar verme davranışına odaklayarak bilişsel süreçleri etkileyebilir (61). Birçok araştırma, stresli yaşam olayları sonrasında internetin bir başa çıkma aracı olarak kullanımının, internet kullanım bozukluklarının gelişiminde rol oynayabileceğini göstermektedir (32,62).

Modelde stres karşısında daha duyarlı bireylerin, stresli durumlarla karşılaştıklarında işlevsel olmayan ya da dürtüsel başa çıkma stratejilerine yönelerek duygudurumlarını düzenleme eğilimi gösterebileceklerini öne sürmektedir. Eğer birey, çevrimiçi etkinliklerin stres azaltıcı bir etkisi olduğuna dair bir beklentiye sahipse ya da bu yönde bilişsel bir yanlılık geliştirmişse, çevrimiçi ortamlarda bulunma olasılığı

artmaktadır (7). Bu doğrultuda, olumsuz duygularla ya da stresli yaşam deneyimleriyle başa çıkmak amacıyla çevrimiçi etkinliklerin kullanılması, internet kullanım bozukluklarının gelişiminde temel bir etken olarak değerlendirilmektedir (32).

Bireyin belirli bir davranışı gerçekleştirme kararı (örn. dijital oyun oynama) ve bununla ilişkili davranışlar, iki etkileşimli sistem tarafından yönlendirilir: çağrışımsal öğrenmeye (klasik ve edimsel koşullanma) dayanan dürtüsel/tepkisel sistem ile akıl yürütmeye dayanan amaçlı/bilinçli sistem (63,64). Araştırmalar bağımlılık geliştiren bireylerin genellikle dürtüsel/tepkisel sinir sistemlerine daha fazla bağlılık gösterdiğini ileri sürmektedir (65).

Bununla birlikte, bağımlılık sürecinde dürtü ve arzular üzerindeki inhibisyon kontrolü zayıflayabilir (66,67). Bu kuramsal çerçeveler ışığında, bağımlılık sürecinin erken aşamalarında, tetikleyicilere karşı gelişen duygusal ve bilişsel tepkiler ile belirli çevrimiçi etkinlikleri gerçekleştirme kararının, bireyin genel inhibisyon kontrolü ve öz-düzenleme becerileri tarafından yönlendirildiği ileri sürülmektedir (68). Nitekim, güncellenen I-PACE modeli inhibisyon kontrolünün hem bağımlılık semptomlarının gelişiminde hem de bu semptomların sürdürülmesinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (8).

Bağımlılık sürecinin erken evrelerinde bireyin belirli bir davranışı (örn. dijital oyun oynama ya da sosyal medyada gezinme) gerçekleştirme kararı ve buna eşlik eden davranışlar, kısa süreli haz ve olumlu deneyimler aracılığıyla olumsuz duygudurumdan geçici olarak uzaklaşmayı sağlayabilir (69). Bu davranışların sonucunda ortaya çıkan haz ve telafi deneyimi hem klasik hem de edimsel koşullanma süreçleri yoluyla belirli çevresel ipuçlarına karşı artan tepkiselliğe ve aşermeye neden olabilir.

Modelde haz alma terimi, davranış sırasında yaşanan olumlu duygular ve ödül deneyimini (örn. oyun oynarken hissedilen keyif) ifade ederken; telafi etme terimi, anksiyete, stres veya disfori gibi olumsuz duygulanımları azaltmaya yönelik davranışsal süreçleri tanımlar (59). Hem madde hem de davranışsal bağımlılıklarda koşullanma süreçlerinin rolünü ortaya koyan bulgular bu mekanizmaları desteklemektedir (70). Bu süreçte, ödül beklentisi ve tatmin duygusuyla ilişkili olumlu pekiştirme, tehditten kaçınma ya da olumsuz duygulanımı azaltma ile ilişkili olumsuz pekiştirme mekanizmaları, öğrenilen davranış örüntülerini güçlendirmektedir (71).

Model, bireyin içsel (örn. negatif ruh hali) ya da dışsal (örn. oyunla ilişkili uyaranlara maruz kalma) tetikleyicilerle karşılaştığında, işlevsel olmayan başa çıkma biçimleri ve çevrimiçi etkinliklere yönelik bilişsel beklentilerin olumlu ya da olumsuz pekiştirme yoluyla güçlenebileceğini öne sürmektedir (7). Örneğin, oyun oynama sonucunda elde edilen tatmin hissi ya da istenmeyen duygulardan kaçınma işlevi, bu davranışın tekrar edilmesine yönelik güçlü bir dürtü yaratabilir. Bu da oyun oynamanın duygularla başa çıkmak için etkili bir araç olduğuna dair beklentilerin gelişimine sebep olabilir.

Zamanla, bu beklentilerdeki değişim ve işlevsel olmayan başa çıkma tarzları, bireyin içsel veya dışsal tetikleyiciler karşısında aşırı dürtü ya da arzu hissetmesine neden olabilir (72). Aynı zamanda bu öğrenme sürecinin, bireyin genel inhibisyon kontrolünü zayıflattığı da belirtilmiştir (7). Nitekim, aşerme deneyimi ile beklentiler arasındaki etkileşimin, İOOB düzeyi yüksek bireylerde daha belirgin biçimde gözlemlendiği saptanmıştır (72). Bağımlılık sürecinin ileri evresinde, bu koşullanmış çağrışımlar daha güçlü hale gelir ve bireylerin belirli durumlar karşısında otomatikleşmiş, alışılmış davranışlar sergileme olasılığı artar (8).

Bağımlılık sürecinin ileri evrelerinde, koşullanma süreçlerinin bir sonucu olarak duygusal ve bilişsel tepkiler aracılığıyla işaret tepkisi ve aşerme davranışları ortaya çıkabilir (73). Bu aşamada, bireyin öznel beklentileri, bağımlılık yapıcı davranışlara ilişkin uyaranlar ve tetikleyiciler ortaya çıktığında, duygusal ve bilişsel önyargılara dönüşme eğilimi gösterebilir. Dahası, davranışa bağlı telafi edici etkiler (örn. stres azaltımı), ödüle yönelik tatmin edici etkilerden daha baskın hale gelebilir. Davranışsal bağımlılık literatüründe öne çıkan çeşitli modeller (74-76), bağımlılığın erken evrelerinde pozitif pekiştirmenin (örn. gönüllü madde kullanımı) temel güdüleyici unsur olduğunu ileri sürerken, ilerleyen aşamalarda negatif pekiştirmenin (örn. olumsuz duygulanımı azaltma veya yoksunluk belirtilerinden kaçınma) daha baskın hale geldiğini vurgulamaktadır (77).

Bu noktada, davranış sırasında yaşanan telafi edici deneyim ile bu davranışın altında yatan temel motivasyonun birbirinden ayrıştırılması önemlidir. Örneğin, stresin azaltılması gibi telafi edici etkiler davranışı başlatan temel motivasyon olabilir ancak bu süreçte birey, aynı zamanda haz da deneyimleyebilir. Nitekim, bir kişi stresle başa çıkmak

amacıyla dijital oyun oynarken hem rahatlama hem de eğlenme duygusunu eşzamanlı olarak yaşayabilir (78).

Bağımlılığın ileri evrelerinde ise, davranış günlük yaşamda belirgin işlev kayıplarına yol açsa dahi, birey hâlâ bu davranış sırasında haz alabilir (79). Bu durum, pozitif ve negatif pekiştirme süreçlerinin birbirini dışlayan mekanizmalar olmadığını, aksine bağımlılık süreci boyunca eşzamanlı olarak işlediğini göstermektedir. Bununla birlikte, sürecin erken aşamalarında haz alma yönlü pozitif pekiştirme daha baskınken, ilerleyen dönemlerde telafi arayışı ve olumsuz duygulanımdan kaçınma dürtüsü daha güçlü biçimde devreye girebilir (59).

Model, genel inhibisyon kontrolündeki azalmanın bağımlılık davranışları açısından önemli bir kırılganlık faktörü olduğunu öne sürmektedir. Ayrıca model, genel inhibisyon kontrolünün, bireyin tetikleyici uyaranlara verdiği duygusal tepkiler ile belirli bir davranışta bulunma kararı arasındaki ilişki üzerinde düzenleyici bir rol oynadığını ifade etmektedir (8).

Bağımlılık sürecinin ileri evresinde, bağımlılıkla ilişkili uyaranlarla karşılaşıldığında uyarana özgü inhibisyon kontrolünün de zayıflayabileceği belirtilmiştir (67). Bu kontrol kaybı, işaret tepkisi ve aşermeye bağlı olarak gelişir ve bireyin alışkanlık halini almış ya da otomatikleşmiş davranışları sürdürme olasılığını artırır. Bu aşamada uyarana özgü inhibisyon kontrolünün, aşerme ve ipucu-tepkisellik ile alışılmış davranışlar arasındaki ilişkide aracı rolü vurgulanmıştır. Çeşitli araştırmalar, İOOB'ye sahip bireylerde hem inhibisyon kontrolünde hem de yürütücü işlevlerde belirgin bozulmalar olduğunu ortaya koymuştur (80,81). Özetle genel inhibisyon kontrolündeki azalma bağımlılık sürecinin gelişiminde kırılganlık faktörü olarak etkili olurken, uyarana özgü inhibisyon kontrolündeki azalma, özellikle bağımlılık sürecinin ileri evrelerinde işaret tepkisi ve aşermeye bağlı gelişerek, dürtüsel davranışların sürdürülmesinde belirleyici bir rol oynamaktadır (8).

2.3. I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE İNTERNETTE OYUN OYNAMA BOZUKLUĞU'NUN ETİYOLOJİSİNDE ETKİN FAKTÖRLER

Bu bölümde, İOOB gelişiminde rol oynayan bazı risk faktörlerinin I-PACE modeli kapsamında ele alınması amaçlanmaktadır. I-PACE modeli, bireyin dijital oyunlara yönelik riskli kullanım eğilimini açıklamak üzere; kişilik özellikleri, sosyal

bilişler, psikopatolojik belirtiler, biyopsikolojik eğilimler ve davranışsal motivasyonlar gibi çeşitli yatkınlık faktörlerinin etkileşimine odaklanmaktadır (7).

İnternette Oyun Oynama Bozukluğu'na ilişkin risk ve koruyucu faktörleri sistematik biçimde ele alan çalışmaların sınırlı sayıda olması, bu değişkenlerin bütüncül bir şekilde değerlendirilmesini güçleştirmektedir (82). Bu nedenle, İOOB'nin kuramsal açıdan daha derinlemesine anlaşılabilmesi ve etkili önleme/müdahale stratejilerinin geliştirilebilmesi için çok boyutlu etkenlerin dikkate alınması önemlidir (83). İOOB risk faktörlerini inceleyen ve sınırlı sayıda yayımlanan meta-analiz çalışmaları bu faktörleri sunmayı amaçlamaktadır (83,84). Meta-analiz çalışmaları, İOOB ile ilişkili risk faktörlerini oyun süresi, psikolojik özellikler, nörobilişsel işlev bozuklukları, psikopatolojik semptomlar, sosyal çevre, kişilerarası ilişkiler, aile dinamikleri, ebeveyn tutumları ve eş tanılar gibi çeşitli başlıklar altında sınıflandırmıştır (85).

Bu çalışma kapsamında ise, I-PACE modelinin yatkınlaştırıcı faktörler boyutunda değerlendirilebilecek temel psikolojik değişkenler olan depresyon, kaygı, benlik saygısı, yalnızlık ve öz disiplin üzerinde durulacaktır.

2.3.1. Depresyon

Depresyon, bireyde kalıcı üzüntü, umutsuzluk, boşluk hissi, suçluluk duyguları, karamsarlık ve yoğun anksiyete gibi belirtilerle seyreden yaygın bir psikopatolojik durumdur (86). Ruhsal sağlığı tehdit eden bu bozukluk, yalnızca bireyin psikolojik işlevselliğini değil, aynı zamanda davranışsal bağımlılık geliştirme eğilimini de etkileyen temel risk faktörlerinden biridir. Depresyon, çevrimiçi oyun bağımlılığı veya problemli internet kullanımıyla ilişkili önemli bir psikolojik faktör olarak birçok çalışmada ele alınmıştır (87-89).

Depresyon ve oyun bağımlılığı semptomları, psikolojik sağlık ve iyi oluş hali üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilmektedir (90,91). Depresyon düzeyi yüksek bireylerin, olumsuz duygularla baş edebilmek amacıyla dijital oyunlara yönelme eğiliminde oldukları; bu yönelimin ise zamanla oyun oynama davranışının yoğunluğunu ve bağımlılık riskini artırdığı gösterilmiştir (92,93).

İki yıl süreyle yürütülen boylamsal bir araştırmada çocuklarda görülen depresif belirtilerin oyun bağımlılığı semptomlarını anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı, ancak tersine ilişkinin bulunmadığı ifade edilmiştir (94). Bir diğer boylamsal çalışmada

ise başlangıçta ruhsal bozukluk tanısı taşıyan bireylerin üç yıl içinde İOOB geliştirme riskinin 2,33 kat arttığı saptanmıştır. Bu çalışmada özellikle majör depresif bozukluk ve bipolar bozukluğun İOOB insidansı ile bağımsız ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bildirilmiştir (95). Bu çalışmalar ile uyumlu olarak Dang ve ark. da depresyon gibi psikopatolojik belirtilerin, oyun bağımlılığı semptomlarına yönelik eğilimi artırdığını ortaya koymuşlardır (96).

Bu bulgular, I-PACE modeli çerçevesinde değerlendirildiğinde daha da anlam kazanmaktadır. Modele göre psikopatolojik faktörler ve diğer bireysel özellikler oyun bağımlılığının gelişimini etkilemektedir (8)**.** Depresif semptomlar, bireyin aşırı oyun oynama davranışına başvurmasına neden olan önemli bir yatkınlık faktörü olarak değerlendirilmektedir. Depresyonun eşlik ettiği öz-yeterlik eksikliği, bireyin gerçek yaşamda yeterli hissetmemesine neden olmakta ve bu durum, dijital oyunlarda elde edilen başarıların olumlu pekiştirici etkisiyle telafi edilmeye çalışılmaktadır (97). Bu bireyler için, oyunda elde edilen başarılar ve ödüller bir tür olumlu pekiştireç işlevi görerek öz değer duygularını güçlendirmekte ve daha olumlu bir benlik algısının gelişmesine katkıda bulunmaktadır. Bu süreç, depresyon düzeyi yüksek olan bireyleri patolojik düzeyde dijital oyun oynamaya daha yatkın hale getirebilmektedir (94).

Bu açıdan bakıldığında İOOB'nin temel problemlerinden biri de dijital oyunların diğer tüm etkinliklere karşı daha fazla önceliklendirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (6). Depresyonun ele alındığı bir diğer önemli başlık ise davranışsal aktivasyondur. Bu kavram, bireyin günlük yaşamında keyif verici ve doyum sağlayan etkinliklere katılabilme kapasitesini ifade eder (98). Davranışsal aktivasyon, hem depresyon tedavisinde etkili bir psikoterapi yaklaşımı olarak kabul edilmekte (99) hem de İOOB gelişiminde koruyucu bir faktör olarak değerlendirilmektedir (28,100).

2.3.2. Anksiyete

Yaygın anksiyete bozukluğu, bireyin kontrol etmekte zorlandığı, sürekli ve aşırı düzeyde kaygı yaşamasıyla karakterize edilen bir psikopatolojik durumdur (101). Bu tabloya sıklıkla huzursuzluk, kas gerginliği, uykusuzluk ve dikkat toplamada güçlük gibi fizyolojik ve bilişsel belirtiler eşlik etmektedir (102). Yaygın anksiyete bozukluğu, birinci basamak sağlık hizmetlerinde en sık karşılaşılan ruhsal bozukluklardan biri olup (103), sıklıkla depresyon ve diğer anksiyete bozuklukları ile eş tanılı olarak görülmektedir

(104). Ayrıca bu bireylerin madde kötüye kullanımı ve alkol bağımlılığı gibi maddeyle ilişkili sorunlara karşı daha yatkın oldukları gösterilmiştir (105,106).

Son yıllarda yapılan çalışmalar, anksiyete düzeyinin yalnızca klinik semptomlarla değil, aynı zamanda bireyin teknoloji kullanımı üzerindeki etkileriyle de ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yüksek anksiyete düzeyinin, internetin (107) ve akıllı telefonların (108) problemli kullanımı gibi uyumsuz davranış örüntüleriyle ilişkilendirildiği çalışmalar mevcuttur. Benzer biçimde, oyun bağımlılığı alanında yapılan araştırmalar da İOOB düzeyi ile anksiyete semptomlarının pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (109,110). Bunun yanı sıra bazı çalışmalarda İOOB ile kaygı bozukluklarının birlikte görüldüğü belirtilmiştir (111). Bir başka çalışma anksiyetesi yüksek bireylerin çevrim içi ortamlarda daha fazla zaman geçirme, aşırı telefon kullanımı ve çevrim içi oyunlara bağımlılık geliştirme eğiliminde olduklarını göstermektedir (112).

Bu ilişki yalnızca eş zamanlı değil, aynı zamanda nedensel bir risk örüntüsü de sunmaktadır. Kim ve Champion (113) tarafından yürütülen boylamsal çalışmada, yüksek düzeyde anksiyete semptomlarının 12 ay sonra problemli oyun oynama davranışını anlamlı düzeyde artırdığı saptanmıştır. Bir meta-analiz çalışmasında ise İOOB'ye ilişkin 24 araştırma incelenmiş ve bunların 17'sinde İOOB ile anksiyete arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur (114). Bu bulgular, anksiyetenin yalnızca bir eşlik eden durum değil, aynı zamanda problemli dijital oyun oynama davranışının gelişiminde etkili bir risk faktörü olabileceğini göstermektedir.

Bu ilişkiye I-PACE modeli çerçevesinden bakıldığında, anksiyete gibi duygusal zorluklar yaşayan bireylerin olumsuz duygulanımları bastırmak ya da hafifletmek amacıyla kaçınma temelli başa çıkma stratejilerine yönelebilecekleri öne sürülmektedir (8). Dijital oyunlar, bu kişiler için işlevsel bir kaçış ortamı sunarak hem kısa vadeli rahatlama sağlar hem de davranışsal olarak olumlu pekiştirici bir döngü yaratır. Literatürde, kaçınma davranışlarının, anksiyete semptomlarını sürdüren temel mekanizmalardan biri olduğunu vurgulayan çalışmalar bulunmaktadır (115).

Zaman içinde birey, oyun yoluyla geçici duygusal rahatlama sağladığını öğrenerek bu davranışı tekrarlar. Böylece dijital oyunlar, yalnızca eğlence aracı değil, aynı zamanda bir duygu düzenleme stratejisine dönüşür (116). Dolayısıyla birey olumsuz duyguları hafifletmek amacıyla dijital oyun oynamayı sürdürürse bu tutum zaman içerisinde bir alışkanlık döngüsüne dönüşebilir. Sonuç olarak bireyde oyun ile ilgili

bilişsel çarpıtmalar gelişerek, yaşamın diğer önemli alanlarının önüne geçen problemli düzeyde oyun oynama davranışı gelişebilir (113).

2.3.3. Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bireyin benlik kavramını sosyal karşılaştırmalar, kendine yönelik bireysel atıflar ve yeterlilik değerlendirmeleri yoluyla ele alması olarak tanımlanır (117). Bu kavram, bireyin kendi değerine ilişkin öznel değerlendirmelerini içermekte olup, dışsal geri bildirimlerden ya da nesnel başarı düzeylerinden bağımsız olabilir (118). Genel olarak benlik saygısı, bireyin becerilerine ilişkin algısını ve sosyal çevresi içerisinde kendisine atfettiği değeri içermektedir (119).

Sağlıklı ve dengeli düzeyde benlik saygısı, stresli yaşam olaylarına karşı psikolojik dayanıklılığı güçlendiren ve ruhsal bozuklukların gelişimini önleyebilen koruyucu bir faktör olarak işlev görebilmektedir (120). Buna karşılık, benlik saygısında yaşanan kırılmalar psikopatolojik yatkınlıklara zemin hazırlayan önemli bir risk etmeni olarak değerlendirilmektedir (120).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, düşük benlik saygısının İOOB için önemli bir risk faktörü olduğunu ortaya koymuştur (121). Benlik saygısı düzeyi düştükçe problemli oyun oynama davranışından alınan puanların yükseldiğini gösteren çalışmalar mevcuttur (122,123). Çevrimiçi oyunların düşük benlik saygısı gösteren bireyler için gerçeklikten kaçış ve zayıf benlik imajını telafi etme işlevi görebileceği belirtilmiştir. Bu bireylerin iyi oynadıkları oyun aracılığıyla yeterlik duygusu kazandıkları belirtilmektedir (87,124). Bu ortamda birey, oyun başarısı aracılığıyla sosyal kabul görebilir ve benlik değerini geçici olarak güçlendirebilir.

Bireylerin ilişkisellik, özerklik ve yeterlik gibi psikolojik ihtiyaçlarını karşılayan etkinliklere yönelme eğiliminde olduklarını ortaya koyan kuramlar mevcuttur (125). İlişkisellik, bireyin diğerleri ile anlamlı bağlar kurma ihtiyacını; özerklik, bireyin eylemlerini kendinin kontrol etmesini ve kendi adına karar verebildiğini hissetmesini; yeterlik ise bireyin toplum içerisinde ve kişisel olarak kendini yeterli hissetmesini ifade etmektedir (125). İlgili ihtiyaçları karşılamanın benlik saygısını artıracağı ileri sürülmektedir (126). Gerçek yaşamda bu ihtiyaçları yeterince karşılanmayan bireylerin dijital oyunlar aracılığıyla bu eksiklikleri telafi etmeye çalışabilecekleri öne sürülmektedir (127).

Örneğin, çevrim içi rol yapma oyunlarında bireyler seçtikleri avatarları geliştirerek oyun içinde başarı elde edebilir. Bu başarı bireye hem sosyal saygı kazandırır hem de yeterlik hissini güçlendirir (128). Böylelikle gerçek dünyada mesleki veya akademik başarı yoluyla benlik saygısını geliştirmekte zorlanan birey, oyun ortamında avatarını geliştirerek bu ihtiyacını telafi edebilir (123). Bu nedenle, oyun oynama davranışı, benlik saygısı kazanımı açısından pekiştirici bir yol olarak bireyin bağımlılık eğilimlerini artırabilir (123).

İOOB ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir meta-analiz çalışmasında dahil etme kriterlerini karşılayan 37 çalışmanın 31'inde kültür ve yaş gruplarından bağımsız olarak düşük benlik saygısı ile İOOB arasında anlamlı negatif ilişki olduğu belirtilmiştir (123). Wartberg ve ark. (129), düşük benlik saygısının bir yıl sonraki oyun bağımlılığı düzeyini anlamlı şekilde yordadığını belirtmiştir. Lemmens ve ark. (87) ise benlik saygısındaki düşüşün altı ay sonra İOOB riskini artırdığını göstermiştir. Sonuç olarak düşük düzeyde benlik saygısı, bireylerin olumsuz benlik algılarıyla başa çıkmak, başarı hissi elde etmek ve sosyal kabul arayışını karşılamak amacıyla çevrim içi oyunlara yönelmelerine neden olabilen önemli bir psikolojik faktör olarak değerlendirilmektedir (123).

2.3.4. Yalnızlık

İnsan doğası gereği sosyal bir varlıktır ve bu nedenle bireyler, anlamlı ve sürekli sosyal ilişkiler kurma eğilimindedir. Bu eğilim, aidiyet ihtiyacı olarak tanımlanmakta ve psikolojik sağlığın temel belirleyicilerinden biri olarak görülmektedir (130). Aidiyet ihtiyacı; aile, sınıf veya grup gibi bir sosyal toplulukta bulunma durumu olarak açıklanır (130). Sosyal ilişki ihtiyaçları yeterli düzeyde karşılanmayan bireyler, ilişkiler içerisindeki yetersizlik algısından kaynaklanan, istenmeyen ve duygusal açıdan yoğun bir yaşantı sonucunda yalnızlık duygusu deneyimleyebilirler (131).

Yalnızlık, arkadaş yokluğundan kaynaklanan mutsuz ve rahatsız edici bir duyguyu ifade eder (132). Bireyin mevcut sosyal ilişkileri ile içinde olmak istediği sosyal ilişkiler arasındaki farkı algıladığında ortaya çıkan hoşnutsuz bir zihinsel durum olarak tanımlanmaktadır (132). Yalnızlığın genellikle sosyal izolasyonla ilişkili olduğu varsayılsa da bireyler çevrelerinde başka insanlar olsa bile yalnız hissedebilirler (48). Bu yönüyle yalnızlık, bireyin öznel bir deneyimi olup, sosyal yeterlilik eksikliği ve kişilerarası ilişkilerdeki yetersizlik algısı ile ilişkilidir (133). Gelişimsel açıdan ele

alındığında, yalnızlık tüm yaş gruplarında görülebilmekle birlikte, ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde daha yaygın ve etkili bir şekilde ortaya çıkmaktadır (134). Yalnızlık özellikle ergenler ve genç yetişkinler açısından depresyon gibi çeşitli psikososyal durumlar için önemli bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (135). Ayrıca yapılan araştırmalar, yalnızlığın madde kullanımı gibi riskli davranışlarla ve çeşitli bağımlılık davranışlarıyla ilişkili olduğunu bulmuştur (136,137).

Önceki çalışmalar, yalnızlık düzeyinin problemli düzeyde oyun oynama davranışıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (138,139). Kim ve ark. (140) tarafından yürütülen kesitsel bir çalışmada, yalnızlık ile patolojik oyun oynama arasında karşılıklı bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Başka bir çalışma da ise yalnızlık ve düşük sosyal yeterliliğin, patolojik oyun oynama davranışının anlamlı yordayıcıları olduğunu ortaya koymuş ve bu değişkenler arasında yalnızlığın en güçlü yordayıcı olduğunu vurgulamıştır (87). COVID-19 salgınından sonra yapılan ilgili araştırmalarda ise üniversite öğrencilerinin, yalnızlık yaşama ve bağımlılık davranışlarına yönelme konusunda hassas ve risk altında oldukları belirtilmiştir (141,142). Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışma ise oyun oynama motivasyonunun yalnızlıkla pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu belirtmiştir (143).

Bireylerin yalnızlık gibi olumsuz duygularla başa çıkmak amacıyla interneti kullanabileceklerini öne süren kuramlar mevcuttur (144). Çevrim içi oyunlar, bireylerin aidiyet, kabul görme ve anlamlı ilişki kurma gibi temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri, stres düzeylerini azaltabilecekleri erişilebilir ve işlevsel bir alan sunmaktadır. Böylelikle gerçek yaşam iletişimlerinin yerini alabilecek sanal bağlantıların kurulmasına imkan vermektedir (145). Özellikle yalnızlık düzeyi yüksek olan bireyler sosyal izolasyon hissini hafifletmek amacıyla çevrim içi oyunlara yönelme eğiliminde olabilir. Sonuç olarak bu durum çevrim içi oyun bağımlılığı geliştirme riskini artırabilir (146,147).

Bu bulgular, dijital bağımlılıkların oluşumunu açıklamak üzere geliştirilen I-PACE modeliyle de uyum göstermektedir. I-PACE modeli bağlamında yalnızlık bireyin sosyal ihtiyaçlarının karşılanmaması yoluyla stres yanıtlarını artırarak, problemli dijital oyun davranışlarına zemin hazırlayan kişisel yatkınlık faktörü olarak değerlendirilmektedir (8,148). Nitekim, modeli sınamak için üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada sosyal dışlanma ile dijital oyun bağımlılığı arasında pozitif yönde

ilişki olduğu ortaya konmuş ve sosyal dışlanmanın genel bir yatkınlık faktörü olarak dijital oyun bağımlılığının gelişiminde kritik bir rol oynadığı belirtilmiştir (148). Benzer olarak başka bir çalışmada algılanan düşük düzeyde sosyal desteğin yalnızlık hissini artırabileceği, yalnızlığın ise internet bağımlılığı semptomlarını anlamlı biçimde yordadığı ifade edilmiştir (149).

Bunlara ek olarak yalnızlık yalnızca duygusal düzeyde değil, fizyolojik düzeyde de sonuçlar doğurabilmektedir. Kronik yalnızlığın stres tepkilerini artırabileceği belirtilmiştir (150). Stres tepkileri ile mücadele edebilmek için işlevsel olmayan başa çıkma stratejisi olarak dijital oyunlar kullanılabilmektedir. Bu oyunlar bireyin yeni sosyal bağlar kurması ve aidiyet gibi temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına olanak tanımaktadır (151). Bu süreç aynı zamanda dijital oyunlara aşırı yönelimi teşvik ederek bağımlılık davranışlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir (148).

2.3.5. Öz Kontrol

Öz kontrol, bireyin istenmeyen davranışlarını ya da eğilimlerini bastırma, erteleme veya değiştirme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (152). Bireylerin uzun vadede değer verdiği amaçlarla, anlık olarak daha fazla haz veren hedeflerin çatıştığı durumlarda düşünce, duygu ve davranışlarını düzenleyebilme kapasitesini ifade etmektedir (153). Kişilik özelliklerinin önemli bir boyutu olarak değerlendirilen öz kontrol, bireyin arzu edilen davranışları sürdürebilme ve zorluklara rağmen istenmeyen davranışlardan kaçınabilme becerilerini kapsar (154). Bu kapasitenin yüksek olması, öğrenme başarısı, sağlıklı kişilerarası ilişkiler ve genel psikolojik iyi oluş gibi birçok gelişimsel değişkenle pozitif yönde ilişkilendirilmiştir (155). Bununla birlikte, düşük düzeyde öz kontrol bireyin ani, plansız ve dışsal uyaranlara dayalı davranışlar sergilemesine yol açabilmektedir. Bu durum da suç davranışı, madde kullanımı ve diğer çeşitli davranışsal sorunlar için risk oluşturabilmektedir (156,157). Suçun genel kuramına göre, bireyde öz denetim becerisinin yetersizliği suç davranışlarının ve benzeri sorunlu eylemlerin temel belirleyicisi olarak görülmektedir (157).

Son yıllarda yapılan çalışmalar, öz kontrolün sadece suç ya da madde kullanımı gibi problemli davranışlarla değil, aynı zamanda dijital bağımlılıklarla da anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle dijital oyun oynama bağlamında yürütülen araştırmalarda, öz kontrol gibi psikolojik özelliklerin bireyleri aşırı internet kullanımı için yatkın hale getirebileceği belirtilmiştir (158,159). Buna ek olarak oyun

bağımlılığının düşük öz kontrol ve disiplin düzeyleriyle ilişkili olduğu, ayrıca oyun bağımlısı olan bireylerin duygularını kontrol etme konusunda normal internet kullanıcılarına kıyasla daha zayıf oldukları belirtilmiştir (160). Çok oyunculu çevrim içi rol yapma oyunlarını aşırı ve normal düzeyde oynayan bireylerle yapılan başka bir çalışmada bu oyunları aşırı oynayan bireylerin öz kontrol puanlarının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür (161). Ayrıca, korelasyonel ve regresyon analiz yöntemlerinin uygulandığı çeşitli çalışmalarda da öz kontrol ile problemli oyun oynama arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (162,163).

Bununla birlikte, I-PACE modeli de oyun bağımlılığı gelişiminde öz düzenleme yetersizliğinin belirleyici rolüne dikkat çekmektedir (8). Modele göre öz kontrol yetersizlikleri, dijital oyunlarla ilişkili içsel (örn. oyunla ilgili düşünce ve imgelemler) ve dışsal (örn. reklamlar, oyun hatırlatıcıları) tetikleyicilere karşı bireyin duyarlılığını artırmakta; bu da hazza yönelik dürtülerin ertelenmesini zorlaştırarak problemli oyun oynama davranışını kalıcı hale getirmektedir. Buna paralel olarak Cudo ve ark. (164) tarafından yürütülen boylamsal bir çalışmada da öz kontrol düzeyi ile oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

2.4. I-PACE MODELİ ÇERÇEVESİNDE ARACI DEĞİŞKENLER ÜZERİNE KURAMSAL TEMELLENDİRME

2.4.1. Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık

Duygu düzenleme güçlüğü ile yakından ilişkili faktörlerden biri olarak değerlendirilen duygusal zorlanmaya toleranssızlık bireyin olumsuz duygusal durumlara katlanabilme kapasitesi olarak tanımlanır. Bu kavram çok boyutludur ve bireyin beklenen ya da hali hazırda deneyimlenen olumsuz duygulara tahammül edebilme becerisini kapsar (165,166).

Duygusal zorlanmaya toleranssızlık kavramsallaştırmaları, büyük ölçüde bilişsel davranışçı modellere dayanmaktadır (165). Bu modeller, düşünceler, duygular ve davranışların birbirlerini çift yönlü olarak etkilediğini öne sürmektedir (167). Bilişsel değerlendirmeler, duygusal zorlanmanın öngörülmesi, deneyimlenmesi ve sonuçları açısından merkezi bir rol oynamaktadır. Duygusal zorlanmaya toleranssızlık düzeyi yüksek olan bireyler, olumsuz duyguları felaketleştirerek bu duygulara

katlanamayacakları düşüncesine sahip olabilirler. Bu durum ise davranışsal kaçınma ya da kaçış temelli davranışların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir (168).

Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, kavramsal olarak deneyimsel kaçınma ile de ilişkilidir ancak bu iki süreç tamamen örtüşmemektedir (169). Bazı araştırmacılar ise duygusal zorlanmaya tahammülsüzlüğün bilgi işleme yanlılıklarıyla, örneğin olumsuz uyaranlara yönelik dikkat yanlılığıyla ilişkili olabileceğini ileri sürmüştür (166). Bu bağlamda, olumsuz duyguların düzenlenmesi, özellikle dikkat kontrolü zayıf olan ve olumsuz uyaranlardan dikkatini ayırmakta güçlük çeken bireyler için daha da zorlayıcı olabilmektedir (170).

Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, literatürde kapsamlı biçimde araştırılmış olup; duygu durum bozuklukları, anksiyete bozuklukları ve madde kullanım bozuklukları gibi çeşitli psikopatolojilerin gelişimi ve sürdürülmesinde önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir (165). Duygusal zorlanmaya toleranssızlık psikolojik kırılganlıklar ve bilgi işleme yanlılıklarıyla etkileşime girerek, bireyin kaçınma ve güvenlik arayıcı davranışlara yönelme riskini artırmaktadır. Bu bireylerin olumsuz duygulara karşı hassasiyetleri nedeniyle deneyimsel zorlanmadan kaçınma eğilimleri artmaktadır. Bu durum ise uyumsuz başa çıkma stratejilerinin gelişmesine zemin hazırlamaktadır (166,171).

Uyumsuz başa çıkma biçimleri, özellikle anksiyete bozukluklarının en güçlü sürdürüm faktörleri arasında yer almakta olup (172), bireyin zorlayıcı duygusal yaşantılarla başa çıkamayacağına dair algısını istemeden de olsa güçlendirir (173). Bu tür olumsuz algılar, stresli durumlardan kaçınma davranışına neden olabilir (174). Zaman içinde bu kaçınma–rahatlama döngüsü, olumsuz bir durumdan kaçmanın veya kurtulmanın yarattığı ödül duygusuyla, olumsuz pekiştirme yoluyla güçlenerek işlevsellikte bozulmaya yol açabilmektedir (169). Böylelikle, bu bireylerin olumsuz duygularla başa çıkmak amacıyla çevrimiçi etkinliklere yönelme olasılığı artmakta; bu da zamanla aşırı internet kullanımı ve problemli oyun oynama davranışına neden olabilmektedir (112,165).

Duygusal zorlanma toleransı düşük olan bireyler I-PACE modeli perspektifinden değerlendirildiğinde, bu bireylerin olumsuz yaşantıları daha yoğun algılama eğiliminde olmaları onların stresli durumlardan kaçınmak ve anlık haz elde etmek için internet temelli etkinliklere yönelmelerine neden olabilmektedir (166,171). Ayrıca, bu bireylerde

yaşadıkları stres nedeniyle katekolamin (dopamin ve norepinefrin gibi nörotransmitterler) düzenleme süreçlerinde bozulma yaşayabilecekleri ve bu durumun çalışma belleğine dayalı öz denetim gibi yürütücü işlevlerde zayıflamalara yol açabileceği ortaya konmuştur (175,176). Bu bağlamda, düşük duygusal zorlanma toleransına sahip bireylerin internet ortamındaki problemli davranışlara karşı direnç göstermekte zorlandıkları, kompulsif kullanıma daha yatkın oldukları ve bu durumun spesifik internet kullanım bozukluklarının gelişiminde ve sürdürülmesinde etkili olabileceği belirtilmiştir (177). Yapılan bir çalışmada, 18–25 yaş aralığındaki günlük oyunculardan oluşan 475 kişilik bir örneklemde, çocukluk çağı istismarının İOOB semptomlarıyla ilişkisi incelenmiş ve bu ilişkide duygusal zorlanmaya toleransın aracı bir değişken olarak anlamlı rol oynadığı bulunmuştur (178).

Duygusal zorlanmaya toleransı düşük olan bireylerin çevrimiçi ortamlarda dijital oyun oynamayı bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullandığı belirtilmiştir (178). Bu bağlamda, duygu düzenleme güçlüğünün dürtü kontrol güçlükleri ve sınırlı duygu düzenleme stratejileri gibi bileşenleri yetişkin bireylerde problemli oyun oynama davranışlarıyla ilişkilendirilmiştir (179). Bunun dışında öz suçlama, başkalarını suçlama, felaketleştirme ve ruminasyon gibi uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin de problemli oyun oynama davranışıyla pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (180,181).

Mevcut literatür incelendiğinde duygusal zorlanmaya tolerans kavramının özgül internet kullanımı bozukluklarıyla olan ilişkisi bağlamında araştırılması büyük ölçüde yetersiz kalmıştır (9). Her ne kadar bazı çalışmalarda duygusal zorlanmaya toleransın teknoloji kullanımı üzerindeki etkisi araştırılmış olsa da bu çalışmalar özgül internet kullanımı bozukluklarını çoğunlukla genel internet kullanımı kapsamında ele almışlardır (9,182). Örneğin Gu (9), düşük düzeyde duygusal zorlanmaya toleransın problemli internet kullanım olasılığını artırdığını ortaya koymuştur. Ancak bu noktada problemli internet kullanımı araştırmaları internet üzerindeki etkinliklerin farklı içeriklerine odaklanmak yerine sınırlı kalmıştır. Bu yaklaşım, interneti tekil bir davranış alanı olarak ele aldığı için özgül internet kullanımı bozukluklarını inceleme açısından yetersizdir. Tüm bu değerlendirmeler ışığında, duygusal zorlanmaya tolerans ile özgül internet kullanımı bozuklukları (örn. İOOB, problemli sosyal medya kullanımı ve pornografi kullanımı vb.) arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların eksikliği sürmektedir (177). Bu açıdan bakıldığında, bireylerin stresle başa çıkma kapasitelerinin dijital oyun oynama

eğilimleri üzerindeki etkisini anlayabilmek için, duygusal zorlanmaya tolerans düzeyi ile dijital oyun oynama davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi büyük önem taşımaktadır.

2.4.2. Arzu Düşüncesi

Arzu düşüncesi iştah uyandıran bir hedef ya da aktivite etrafında duyusal tatminler oluşturmayı, olumlu anıları hatırlamayı, bu etkinliğe katılım için gerekçeler bulmayı ve nasıl gerçekleştirileceğine dair planlamalar yapmayı amaçlayan istemli bir bilişsel süreç olarak tanımlanmaktadır (183). Bir başka ifade ile arzu edilen bir etkinliğin gerçekleştirilmesini teşvik eden bir süreçtir (184). Arzu düşüncesi, kavramsal olarak birbirinden farklı ancak arzunun geliştirilmesi sürecinde birlikte ortaya çıktığı düşünülen iki temel bileşeni kapsamaktadır (185). İlk olarak arzu edilen bir etkinliğe ilişkin imgesel canlandırmanın, ardından bu arzuya yönelik içeriğe sahip sözel tekrarlamanın gelişmesini içermektedir (185).

Hedefe yönelik olumlu çağrışımların imgesel olarak detaylandırılması, arzu edilen hedef etrafında oluşan çoklu duyusal imgelerin veya anıların zihinsel olarak canlandırılmasıyla karakterize edilir (184). İmgesel canlandırma görme, işitme ve koku gibi çoklu duyusal imgeleri ve arzu edilen bir etkinlik ile ilişkili işitsel bilgileri içerir (186). Geleceğe yönelik tahminlerde bireyin kendisini arzu ettiği etkinliği gerçekleştirirken görmesi ve bu deneyimin ne kadar iyi hissettirebileceğini hayal etmesi gibi senaryolar yer alabilir. Bu tür imgelerin, özellikle eğlence amaçlı oyuncularda daha sık görülebildiği belirtilmiştir (187).

Arzu edilen hedefin sözel düzeyde detaylandırılması ise istenen etkinliğe katılmak için geçerli nedenlerin değerlendirilmesi ve bunun nasıl yapılacağının planlanmasını içeren tekrarlayıcı içsel konuşmalarla karakterize edilir (185). Bireyin arzu edilen hedefe dair düşüncelerini sözel olarak ifade etme kapasitesini yansıtır (185). Bu sözel düşünceler, söz konusu etkinliğe katılmanın mantıklı olduğuna dair kendini motive eden ifadeleri (örn. “Oyun oynamak kafamı dağıtmama yardımcı olur.”), hedefe ulaşmak için gerekli kaynakların varlığına dair değerlendirmeleri (örn. “Bu akşam oyun oynamaya zamanım var mı?”) ve arzu edilen hedefe ulaşmak için oluşturulan eylem planlarını (örn. “Eve gelir gelmez oyun oynayacağım.”) içerebilir (188).

Kavramsal düzeyde, arzu düşüncesinin aşerme ile yakın ilişki içinde olduğu varsayılmakla birlikte (189), arzu düşüncesi bir bilişsel süreç olarak değerlendirilirken,

aşerme daha çok güdüsel veya duygusal bir durum olarak kabul edilmektedir (190). Son yirmi yılda, bağımlılık davranışlarına ilişkin bilişsel modeller arzunun, aşerme düzeyini artırmada ve bağımlılık davranışlarının sürdürülmesinde merkezi bir rol oynadığını ortaya koymuştur (191,192). Arzuya ilişkin Genişletilmiş Müdahale Kuramı aşerme deneyiminin süresi, sıklığı ve yoğunluğunun (duyuşsal ve öznel bir yanıt olarak) otomatik ve istemli bilişsel süreçlerin birleşiminin bir sonucu olabileceğini öne süren ilk yaklaşımdır (191). Kurama göre, çeşitli içsel ve dışsal tetikleyiciler, arzu edilen hedef ya da etkinliğe ilişkin bilgileri içeren otomatik çağrışımları harekete geçirir. Bu çağrışımlar bilinç düzeyine sızdığında kendiliğinden ortaya çıkmış gibi algılanır ve aşermeyi tetikler (193). Aşermenin şiddetlenmesi ve sürdürülmesi ise, tetikleyicilere verilen otomatik tepkiyi uzatan ve yoğunlaştıran bir bilişsel süreç olan arzu düşüncesinin etkinleşmesi yoluyla gerçekleşir (184).

İnternet kullanım bozuklukları bağlamında, arzu düşüncesinin aşerme üzerindeki etkisi en sık araştırılan konulardan biri olmuştur. Bu durum özellikle pornografi kullanımı (188), oyun oynama (187), sosyal medya kullanımı (188) ve genel internet kullanımı (194) gibi alanlarda incelenmiştir. Bu durumda vurgulanmaya değer olan bulgu aşerme ve algılanan stres kontrol altına alındığında bile arzu düşüncesinin aşerme tepkilerini ortaya çıkarmasıdır (195).

Mansueto ve ark. (196) tarafından yapılan bir meta-analiz çalışmasında, arzu düşüncesi ile alkol/nikotin kullanımı, kumar oynama ve problemli internet kullanımı gibi çeşitli bağımlılık davranışları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak günümüzde arzu düşüncesi ile İOOB arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırma mevcuttur. Yetişkin örneklem ile yapılan bir çalışmada arzu düşüncesinin problemli oyun oynama eğilimlerinde temel bir rol oynayabileceği sonucuna ulaşılmıştır (197). Ayrıca arzu düşüncesinin alt boyutları olan İmgesel Canlandırmanın ve Sözel Tekrarlamanın başlangıçtaki oyun oynama dürtüsü ile oyuna başlama kararı arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı belirtilmiştir (197).

Başka bir çalışmada problemli oyun oynama davranışları incelenirken bireyin oyun oynama motivasyonlarının anlaşılmasının önemi vurgulanmakta ve arzu düşüncesine yönelik üstbilişlerin dijital oyun kullanımına yönelik aşerme süreçlerini şekillendirdiği belirtilmiştir (10). Elde edilen bulgular, arzu düşüncesine yönelik üstbilişlerin ve arzu düşüncesinin, problemli dijital oyun kullanımı olan bireylerde

aşerme, öfke ve kaygı gibi süreçlerde merkezi bilişsel işlevi olabileceğini desteklemektedir (10). Son olarak yapılan başka bir çalışmada doğa ile kurulan bağ ile İOOB arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlük ve arzu düşüncesinin aracılık rolü olduğu belirtilmiştir. Elde edilen sonuçlar, dijital çağda İOOB'un araştırılması ve müdahale programlarının geliştirilmesi açısından yeni bakış açıları sunmaktadır (198).

Buna ek olarak, I-PACE modelinin kuramsal çerçevesinden bakıldığında bağımlılık sürecinin erken evrelerinde, oyun oynama yönündeki bilinç düzeyine sızan ilk dürtünün devamlılığında arzu düşüncesinin belirleyici bir rol oynayabileceği öne sürülmektedir (8). Bu süreç pekiştirici mekanizmalarla etkileşim hâlinde değerlendirilir. Bu mekanizmalardan biri de arzu düşüncesi olarak kabul edilmektedir. Arzu düşüncesinin I-PACE modeline dâhil edilmesi ve bağımlılık sürecinin erken evreleri bağlamında ele alınmasıyla, oyun oynama yönündeki ilk dürtünün uzatılmasında ve güçlenmesinde arzu düşüncesinin merkezi bir süreç olabileceği ileri sürülmektedir (54). Oyunla ilişkili imgelerin zihinde canlandırılması ve oyun oynamaya yönelik mantıklı gerekçelerin üretildiği sözel tekrarlama, bu ilk dürtüyü hızlandırarak oyun oynama kararına dönüşmesini kolaylaştırabilir (197). Bu nedenle, arzu düşüncesi, terapötik müdahaleler açısından önemli bir müdahale noktası sağlayabilir.

3.GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma, iki temel aşamadan oluşmaktadır: (1) ölçek geliştirme aşaması ve (2) yol analizi aşaması. Her iki aşamaya ilişkin yöntemsel süreçler, ilgili başlıklar altında ele alınmıştır. Öncelikle ölçek geliştirme sürecine ilişkin yöntemsel adımlar, ardından yol analizine yönelik süreçler ayrıntılı biçimde açıklanmıştır.

3.1. ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASI

Ölçek geliştirme aşaması, araştırma kapsamında kullanılacak ölçme aracının geçerlik ve güvenirliğinin sağlanmasına yönelik olarak planlanmıştır. Araştırmanın bu bölümünde, sırasıyla ölçek geliştirme süreci, çalışma grubu, veri toplama araçları, uygulama süreci ve veri analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1.1 Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Değerlendirme Envanteri'nin Geliştirilmesi Süreci

Ölçek geliştirme sürecinin aşamaları konusunda farklı yaklaşımlar bulunsa da (199,200) literatürde yürütülen birçok çalışmanın benzer aşamaları izlediği görülmektedir (201). Ölçek geliştirme çalışmalarının, belirli bir kuramsal çerçeveye dayanan ve sistematik olarak yürütülmesi gereken çok aşamalı bir süreç olduğu vurgulanmaktadır (200,202). Bu doğrultuda, mevcut araştırma DeVellis ve Thorpe (200) tarafından önerilen ölçek geliştirme aşamaları temel alınarak yürütülmüştür. Bu aşamalar; ölçülmek istenen yapının tanımlanması, literatürün kapsamlı biçimde taranması, madde havuzunun oluşturulması, uygun ölçme biçiminin belirlenmesi, uzman görüşünün alınması, pilot uygulamanın yapılması, psikometrik özelliklerin değerlendirilmesi ve bulgular doğrultusunda ölçeğe son biçiminin verilmesi şeklinde yapılandırılmıştır.

Ölçek geliştirme çalışmalarında, ölçülmek istenen yapıyı daha önce değerlendiren mevcut ölçme araçlarının incelenmesi ve yeni bir ölçme aracına neden ihtiyaç duyulduğunun gerekçelendirilmesi önemli temel ilkeler arasında yer almaktadır (203). Bu sürece başlamadan önce kapsamlı bir literatür taraması yapılmasının gerekliliği de literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (204). Son yıllarda aşırı düzeyde dijital oyun oynamanın neden olduğu olumsuz durumları inceleyen çalışmaların arttığı görülmektedir (205,206). Ancak bağımlılık düzeyinde oyun oynama davranışını önlemeye ve tedavi

etmeye yönelik olarak bu davranışın altında yatan psikolojik mekanizmaların hâlâ tam olarak anlaşılmadığı görülmektedir. Ayrıca literatür incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı risk faktörlerini bütüncül bir şekilde değerlendiren bir ölçüm aracına ulaşılamamıştır. Bu kapsamda, bireylerin internette oyun oynama davranışlarına ilişkin risk düzeylerini belirlemek ve bu davranışın gelişiminde etkili olabilecek psikolojik yatkınlıkları değerlendirmek amacıyla DOB-RDE geliştirilmesi hedeflenmiştir. Envanterin oluşturulmasında, başta I-PACE modeli olmak üzere güncel davranışsal bağımlılık kuramları temel alınmıştır.

Yapılan literatür taramasının ardından ölçülecek yapı net bir şekilde tanımlanmıştır. Bu doğrultuda envanter, bireyin oyun oynama profiline, problemli oyun davranışına ve bu davranışa zemin hazırlayabilecek yatkınlaştırıcı faktörlere odaklanan üç ayrı ölçekten oluşan bütüncül bir yapı olarak tasarlanmıştır. Bu ölçekler Oyuncu Profil Formu (OPF), Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği (DOB-RÖ) ve Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği (DOB-YFÖ) olarak isimlendirilmiştir.

OPF yaş, cinsiyet, oyun oynama süresi, tercih edilen oyun türleri gibi demografik ve davranışsal özellikleri içeren bölümdür. DOB-RÖ bireyin dijital oyun oynama davranışının bağımlılık riski taşıyıp taşımadığını belirlemeye yönelik maddeleri içermektedir. DOB-YFÖ ise, oyun bağımlılığı gelişiminde etkili olabilecek psikolojik risk göstergelerini (depresyon, kaygı, öz saygı, öz denetim ve yalnızlık) değerlendiren maddelerden oluşmaktadır.

Bu üç alt bölüm, değerlendirdikleri yapılar açısından birbirinden bağımsız olarak da kullanılabilir. Bu doğrultuda DOB-RDE araştırma ve uygulama ortamlarında birey profili oluşturma, risk düzeyini belirleme ve psikolojik yatkınlık faktörlerini değerlendirme amacıyla kullanılabilecek geçerli ve çok boyutlu bir ölçüm olarak tasarlanmıştır.

Ölçek geliştirme aşamaları takip edilirken gerekli işlemler DOB-RÖ ve DOB-YFÖ için ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. OPF ise demografik bilgi toplama amacı taşıdığı ve davranışsal veri içerdiği için, yalnızca alan yazına dayalı olarak oluşturulmuş ve uzman görüşü doğrultusunda nihai hâlini almıştır. Bu nedenle OPF, güvenirlik ve faktör analizi çalışmalarına dahil edilmemiştir.

Ölçülecek yapının net bir şekilde tanımlanmasından sonra madde havuzunun oluşturulması aşamasına geçilmiştir. Bu aşamada DOB-RÖ ve DOB-YFÖ için ayrı

madde havuzları oluşturulmuştur. Geliştirilmesi hedeflenen ölçeklerin madde havuzları için öncelikle dijital oyun bağımlılığı ve bağımlılığın gelişiminde etkili olabilecek psikolojik risk faktörleri ile ilgili bileşenler incelenmiştir. DOB-RÖ'ye yönelik madde havuzu hazırlanırken, dijital oyun bağımlılığına ilişkin güncel ölçme araçları (207,208) ve DSM-5'te tanımlanan davranışsal bağımlılık ölçütleri (5) temel alınmış; bu doğrultuda 9 maddelik bir öneri seti oluşturulmuştur. DOB-YFÖ için ise öncelikle İOOB'ye etki edebilecek risk faktörlerini belirleyebilmek adına çeşitli veri tabanlarında (Google Scholar, ScienceDirect, Web of Science ve Scopus) taramalar yapılmıştır. Literatür taramasının sonucunda İOOB ile doğrudan ilişkili olmasa da bağımlılığın gelişmesinde ve sürdürülmesinde etkili olabilecek beş psikolojik risk faktörüne odaklanılmıştır (48,83,209). Bu faktörler depresyon, kaygı, öz saygı, öz kontrol ve yalnızlıktır. Ardından, belirlenen her bir faktör için alan yazında yaygın olarak kullanılan ölçekler (210-214) ve DSM-5 kriterleri(5) ve faktörlerin kavramsal tanımları (215-218) dikkate alınarak 37 maddelik bir havuz oluşturulmuştur.

Viswanathan (219), doğrudan gözlemlenemeyen gizil yapıları ölçmeye yönelik çalışmalarda, her bir alt boyutun en az üç madde ile temsil edilmesinin gerektiğini vurgulamaktadır. Bu doğrultuda, madde havuzu hazırlanırken her alt boyut için en az üç madde geliştirilmesine dikkat edilmiştir. Madde yazım sürecinde, ifadelerin açık, yalın ve hedef kitlenin anlayabileceği şekilde düzenlenmesine, çoklu anlam içeren yapılardan kaçınılarak her maddenin yalnızca tek bir davranışsal göstergeyi yansıtmasına özen gösterilmiştir (200,220). Ardından hazırlanan maddeler Türk diline uygunluk ve anlaşılabilir olma kıstaslarına göre değerlendirmesi amacıyla iki ayrı Türkçe öğretmenine iletilmiştir. İfadesel yönden düzeltilmesi gereken kısımlar düzeltilerek madde havuzu uzman görüşüne sunulmuştur.

Ölçek geliştirme sürecinin bir diğer önemli aşaması uzman görüşüne başvurulmasıdır. Bu aşamada bir veya birden fazla alan uzmanı maddelerin uzunluğu ve anlaşılabilirliği açısından değerlendirme yapar. Ayrıca gerekli görüldüğünde yeni maddelerin eklenmesi, mevcut ifadelerin düzenlenmesi veya ölçeğin uygulanmasına ilişkin öneriler sunabilir (221). Böylelikle geliştirilen ölçeğin kapsam geçerliğini sağlamak amaçlanır (200). Bu kapsamda madde havuzu uzman görüşü alınmak üzere psikoloji alanında çalışan sekiz öğretim üyesi ve iki uzman klinik psikolog tarafından değerlendirilmiştir.

Uzman geri bildirimlerinin değerlendirilmesinde Davis tekniği temel alınmıştır. Bu yöntemde, uzmanlardan her bir maddeyi dört dereceli bir ölçek üzerinden değerlendirmeleri istenir: (a) uygun, (b) madde hafifçe gözden geçirilmeli, (c) madde ciddi olarak gözden geçirilmeli ve (d) uygun değil. Ardından "a" ve "b" seçeneklerini işaretleyen uzmanların sayısı, toplam uzman sayısına bölünerek ilgili maddenin Kapsam Geçerlik İndeksi (KGİ) hesaplanır. KGİ'nin 0,80 veya üzerinde olması, maddenin kapsam geçerliği açısından yeterli olduğunu gösterirken; bu eşik değerin altında kalan maddeler kapsam geçerliği düşük olarak değerlendirilerek formdan çıkarılır (222). Yapılan değerlendirmelerin ardından düzenlenmesi ve çıkarılması gereken maddeler üzerinde gerekli işlemler yapılarak madde havuzunun son hali oluşturulmuştur.

Gerekli etik kurul izinlerinin alınmasının ardından pilot uygulama için veri toplama sürecine geçilmiştir. Pilot uygulama ölçek maddelerinin anlaşılabilirliğini değerlendirmek, ortalama uygulama süresini belirlemek ve gerekli düzenlemeleri yapmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Johanson ve Brooks (223), pilot çalışma için örneklem büyüklüğünün 24 ile 36 kişi arasında olmasının uygun olduğunu belirtmektedir. Bu doğrultuda, pilot uygulama 28 kişilik bir grupla yürütülmüştür. Ölçek maddeleri 5'li likert tipi ölçek olarak belirlenmiş ve 0 "Hiçbir zaman", 1 "Nadiren", 2 "Bazen", 3 "Sıklıkla", 4 "Her zaman" şeklinde derecelendirilmiştir. Uygulama sırasında ve sonrasında katılımcılardan ölçek maddelerine ilişkin geri bildirimler alınmış, anlaşılmayan veya açık olmayan ifadeler üzerinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

3.1.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmada, örneklem oluşturulurken seçkisiz olmayan örnekleme türlerinden biri olan uygun örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Uygun örnekleme, olasılıklı olmayan örnekleme yöntemleri arasında yer almakta olup; katılımcıların ulaşılabilirliği, gönüllülüğü ve araştırmacının kolay erişim sağlayabilmesi kriterlerine dayanmaktadır (224). Araştırma 15–25 yaş aralığında olma, son 6 aydır haftada en az üç saat dijital oyun oynama ve herhangi bir tanılanmış psikiyatrik bozukluğa sahip olmama ölçütlerini karşılayan gönüllü katılımcılar ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara bilgilendirilmiş gönüllü onam formu aracılığı ile katılımın gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleşeceği ve toplanan verilerinin sadece ilgili bilimsel çalışma için kullanılacağı bilgisi verilmiştir.

Risk faktörlerini değerlendirmeye yönelik olarak kuramsal çerçeve doğrultusunda oluşturulan ve uzman görüşleriyle son hâline getirilen madde havuzunu sınamak amacıyla, Osborne ve Fitzpatrick'in (225) önerileri doğrultusunda Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) için iki ayrı katılımcı grubundan veri toplanmıştır. Bu yaklaşımla, AFA sonucunda elde edilen faktör yapılarının DFA ile doğrulanması ve değişkenler arasındaki ilişkilerin yapısal geçerliliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca, geliştirilen ölçeğin ölçüt geçerliğini değerlendirmek amacıyla kullanılan veriler de DFA aşamasında toplanmıştır.

Araştırmada AFA ve DFA'nın güvenilir bir şekilde uygulanabilmesi amacıyla yeterli örneklem büyüklüğüne ulaşılmasına özen gösterilmiştir. Faktör analizine ilişkin örneklem büyüklüğü konusunda farklı görüşler mevcuttur. Comrey ve Lee (226) örneklem büyüklüğünü; 50 kişi "çok zayıf", 100 kişi "zayıf", 200 kişi "kabul edilebilir", 300 kişi "iyi", 500 kişi "çok iyi" ve 1000 kişi ve üzeri ise "olağanüstü" bir örneklem büyüklüğü olarak değerlendirmektedir. Bazı kaynaklarda 100-200 arası katılımcının yeterli olabileceği belirtilse de genellikle her bir maddeye karşılık 5 ila 10 katı kadar katılımcıdan veri toplanması önerilmektedir (227). Son olarak Worthington ve Whittaker'a (221) göre, birçok durumda 300 ve üzeri katılımcıdan oluşan örneklemler, geçerli bir örneklem büyüklüğü olarak kabul edilmektedir.

Bu araştırmada hem AFA hem de DFA için örneklem büyüklüğünü belirlerken, en az 300 kişilik örneklem önerisi ve madde sayısının en az 10 katı kadar katılımcı alınması yönündeki genel kabul görmüş kriterler dikkate alınmıştır. Bu çerçevede, AFA aşamasında yer alan 41 madde için en az 410 katılımcıdan veri toplanması hedeflenmiştir. Toplamda 764 kişiye ulaşılmış olup; dahil edilme kriterlerinin incelenmesi ve yapılan ön analizler sonucunda 502 kişi ile birinci çalışma grubu yürütülmüştür. DFA aşamasında ise 31 madde için minimum 310 katılımcı gerekliliği göz önünde bulundurularak, toplamda 512 kişiden veri elde edilmiştir. Ön analizler ve dahil edilme kriterlerinin incelenmesinin ardından analize uygun olmayan verilerin çıkarılmasıyla 329 kişiyle ikinci çalışma grubu yürütülmüştür. AFA ve DFA çalışma gruplarına ait demografik bilgiler Tablo 3.1'de gösterilmiştir.

Tablo 3.1: Ölçek geliştirme aşamasının katılımcılarına ait sosyodemografik özellikler

		AFA Çalışma Grubu		DFA ve Ölçüt Geçerliği Çalışma Grubu	
Değişkenler		N	Yüzde	N	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	353	70,3	228	69,3
	Kadın	149	29,7	101	30,7
Eğitim Durumu	Lise	330	65,7	176	53,5
	Ön Lisans	21	4,2	82	24,9
	Lisans	133	26,5	65	19,8
	Lisansüstü	18	3,6	6	1,8
Haftalık Oyun Oynama Süresi	4-7 saat	167	33,3	142	43,2
	8-12 saat	160	31,9	77	23,4
	13-19 saat	104	20,7	62	18,8
	20 saatten fazla	71	14,1	48	14,6
Oyun Oynamaya Para Harcama Durumu	Evet	260	51,8	170	51,7
	Hayır	242	48,2	159	48,3
Oyundan Para Kazanma Durumu	Evet	153	30,5	117	35,6
	Hayır	349	69,5	212	64,4
Oyun Oynama Araçları (Çoklu Cevap)	Bilgisayar	252	34,4	145	37,8
	Tablet	54	7,4	27	7
	Akıllı Telefon	350	47,8	182	47,4
	Oyun Konsolu	76	10,4	30	7,8
		Ort.	SS	Ort.	SS
Yaş		18,63	4,57	18,7	3,5

N: Örneklem Sayısı.

Araştırmada AFA grubunu oluşturan katılımcıların sosyodemografik özellikleri frekans analizi ile incelenmiştir. Katılımcıların %70,3'ü (N = 353) erkek, %29,7'si (N = 149) kadındır. Eğitim durumları değerlendirildiğinde, %65,7'sinin (N = 330) lise, %4,2'sinin (N = 21) ön lisans, %26,5'inin (N = 133) lisans ve %3,6'sının (N = 18) lisansüstü öğrencisi olduğu görülmüştür.

Katılımcıların haftalık oyun oynama süreleri incelendiğinde, %33,3'ü (N = 167) 4–7 saat, %31,9'u (N = 160) 8–12 saat, %20,7'si (N = 104) 13–19 saat ve %14,1'i (N = 71) 20 saatten fazla oyun oynadığını belirtmiştir.

Oyuna para harcama durumları değerlendirildiğinde, katılımcıların %51,8'i (N = 260) oyunlara para harcadığını, %48,2'si (N = 242) ise para harcamadığını ifade etmiştir. Oyundan para kazanma durumuna bakıldığında ise katılımcıların %30,5'i (N = 153) oyundan gelir elde ettiğini, %69,5'i (N = 349) ise etmediğini belirtmiştir.

Katılımcıların oyun oynarken kullandıkları araçlara verdikleri çoklu cevaplara bakıldığında; cevapların %34,4'ünün (N = 252) bilgisayar, %7,4'ünün (N = 54) tablet, %47,8'inin (N = 350) akıllı telefon ve %10,4'ünün (N = 76) oyun konsolu seçeneklerini içerdiği görülmüştür.

Araştırmada DFA ve ölçüt geçerliği analizine katılan grubun sosyodemografik özellikleri de frekans analizi ile incelenmiştir. Katılımcıların %69,3'ü (N = 228) erkek, %30,7'si (N = 101) kadındır. Eğitim durumları açısından incelendiğinde, %53,5'inin (N = 176) lise, %24,9'unun (N = 82) ön lisans, %19,8'inin (N = 65) lisans ve %1,8'inin (N = 6) lisansüstü mezunu olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların haftalık oyun oynama süreleri değerlendirildiğinde, %43,2'sinin (N = 142) 4–7 saat, %23,4'ünün (N = 77) 8–12 saat, %18,8'inin (N = 62) 13–19 saat ve %14,6'sının (N = 48) 20 saatten fazla oyun oynadığı tespit edilmiştir.

Oyuna para harcama durumlarına bakıldığında, katılımcıların %51,7'si (N = 170) oyunlara para harcadığını, %48,3'ü (N = 159) ise harcamadığını belirtmiştir. Oyundan para kazanma durumuna göre ise %35,6'sı (N = 117) gelir elde ettiğini, %64,4'ü (N = 212) ise etmediğini ifade etmiştir.

Katılımcıların oyun oynarken kullandıkları araçlar verdikleri çoklu cevaplar incelendiğinde; cevapların %37,8'inin (N = 145) bilgisayar, %7'sinin (N = 27) tablet, %47,4'ünün (N = 182) akıllı telefon ve %7,8'inin (N = 30) oyun konsolu seçeneklerini içerdiği görülmüştür.

3.1.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın AFA aşamasında araştırmacı tarafından geliştirilen DOB-RDE kullanılmıştır. Envanterde yer alan ölçeklerin ölçüt geçerliğini incelemek amacıyla DFA

için uygulamanın yapıldığı örneklem grubuna İnternette Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu (İOOBÖ-KF), Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği-21 (DASÖ-21), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ-8) ve Kısa Öz-Kontrol Ölçeği (KÖKÖ) uygulanmıştır.

3.1.3.1. İnternette oyun oyama bozukluğu ölçeği kısa formu: Pontes ve Griffiths tarafından 2015 yılında geliştirilen bu ölçek, bireylerin son bir yıl içerisinde çevrimiçi ya da çevrimdışı oyun oynama davranışlarını temel alarak, İOOB belirtilerini ve bu belirtilerin şiddet düzeyini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (208).

DSM-5'te tanımlanan İOOB tanı ölçütleri temel alınarak yapılandırılan ölçekte toplam dokuz madde yer almakta ve ters madde bulunmamaktadır. Maddeler, tanı kriterleri kapsamında meşguliyet, yoksunluk, tolerans, kontrol kaybı, diğer etkinliklerden vazgeçme, aşırı kullanım, aldatma, kaçış ve olumsuz sonuçlar alanlarını değerlendirmeye yöneliktir. Tek boyuttan oluşan bu ölçek 5'li likert tipinde derecelendirilir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan dokuz, en yüksek puan kırk beştir. Yanıtlara verilen puanlama sistemi; "Asla" (1 puan), "Nadiren" (2 puan), "Bazen" (3 puan), "Sık sık" (4 puan) ve "Çok sık" (5 puan) şeklindedir. Alınan puanların yükselmesi, bireyin İOOB açısından taşıdığı riskin arttığı şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekten 36 ve üzeri puan alınması yüksek düzeyde bağımlılık riski taşıdığını göstermekte ve kesme noktası olarak kabul edilmektedir. Bunun yanı sıra, 16 puan ve üzerini riskli oyun oynama için kesim değeri, 21 puan ve üzerini ise tanısal eşik değer olarak belirleyen çalışmalar mevcuttur (228). Çocuklarda ve yetişkinlerde kullanıma uygun olan ölçeğin orijinal formunun Cronbach Alpha katsayısı 0,87 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması, Arıcak ve ark. tarafından 2018 yılında uyarlanmıştır (229). Yaşları 10 ila 29 aralığındaki 455 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinde yapılan DFA ve ölçüt geçerliği çalışmaları, ölçeğin geçerliliğini destekleyen bulgular sunmuştur. Ölçeğin güvenirliğine yönelik yapılan analizler sonucunda Cronbach Alpha katsayısı 0,82, Guttman test-yarı güvenirlik katsayısı 0,75 ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı 0,78 olarak hesaplanmıştır (229).

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde tüm ölçeğin iç tutarlılık Cronbach Alpha katsayısı 0,79 olarak bulunmuştur. Bu değer, uyarlama çalışmasının değeriyle örtüşmektedir. İlgili ölçek EK-1'de verilmiştir.

3.1.3.2. Depresyon anksiyete stres ölçeği-21: Lovibond ve Lovibond (230) tarafından bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen ölçeğin orijinal formu 42 maddeden oluşmaktadır. Daha sonra, ölçeğin kısa formu Henry ve Crawford (231) tarafından geliştirilerek madde sayısı 21'e düşürülmüştür. Üç ayrı alt boyuttan oluşan kısa formda, her bir alt boyut yedi madde içermektedir.

Depresyon, anksiyete ve stres boyutlarını değerlendiren ölçek 4'lü likert tipinde derecelendirilir. Yanıtlara verilen puanlama sistemi gereği "Hiçbir zaman" 0 puan, "Bazen ve ara sıra" 1 puan, "Oldukça sık" 2 puan, "Her zaman" 3 puan olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınabilecek puan aralığı 0-21 arasında değişmektedir. Her bir alt boyuta ait maddelerden elde edilen yanıtlar toplanarak ilgili alt boyut puanı hesaplanmaktadır. Alt boyutlardan elde edilen puanların yüksekliği, bireyin depresyon, anksiyete ve stres seviyelerinin arttığı şeklinde değerlendirilmektedir. Orijinal çalışmada depresyon, anksiyete ve stres alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla 0,88, 0,82 ve 0,90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin genel güvenirliği ise 0,93 düzeyinde bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Yıldırım ve ark. (211) tarafından gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları; depresyon için 0,89, anksiyete için 0,87 ve stres için 0,90 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenirlik katsayıları ise sırasıyla depresyon için 0,93, anksiyete için 0,83 ve stres için 0,82 olarak belirlenmiştir.

Bu çalışma kapsamında ise depresyon, anksiyete ve stres alt ölçekleri için hesaplanan iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0,79, 0,73 ve 0,80 olarak bulunmuştur. Bu değerler, uyarlama çalışmasının değerleriyle örtüşmektedir. İlgili ölçek EK-2'de sunulmuştur.

3.1.3.3 Rosenberg benlik saygısı ölçeği: RBSÖ, Morris Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilmiş olup bireylerin benlik saygısı düzeylerini değerlendirmeye yönelik 12 alt ölçek ve 63 sorudan oluşan psikometrik bir ölçüm aracıdır (232). Bu araştırma kapsamında sadece benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır.

Benlik saygısı alt ölçeği, olumlu ve olumsuz ifadelerin ardışık biçimde yer aldığı 4'lü likert tipinde toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar, her maddeyi "Çok

doğru", "Doğru", "Yanlış" ve "Çok yanlış" seçeneklerinden birini işaretleyerek değerlendirir. Olumsuz içerikli ifadeler ters maddeler olarak kodlanmaktadır. Ölçekten elde edilen daha yüksek puanlar daha düşük düzeyde benlik saygısını yansıtmaktadır. Ölçeğin "benlik saygısı" alt boyutunda verilen yanıtlar 0 ile 6 arasında puanlandırılmaktadır. Bu puanlama sistemine göre 0–1 arası puanlar "yüksek", 2–4 arası puanlar "orta" ve 5–6 arası puanlar ise "düşük" düzeyde benlik saygısını temsil etmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlanma çalışması Çuhadaroğlu (212) tarafından yürütülmüştür. Çalışmada, ölçeğin geçerlik katsayısı 0,71 olarak belirlenmiştir. Test-tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenirlik katsayısı ise 0,75 olarak raporlanmıştır. Bu sonuçlar, ölçeğin Türk örnekleminde kullanılabilirliğine dair yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermektedir.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde tüm ölçek için iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri 0,87 olarak bulunmuştur. Bu değer, uyarlama çalışmasının değeriyle örtüşmektedir. İlgili ölçek EK-3'te yer almaktadır.

3.1.3.4. UCLA yalnızlık ölçeği kısa formu: Hays ve DiMatteo (233) tarafından geliştirilen UYÖ Kısa Formu'nun amacı ergenlerin yalnızlık düzeylerini belirlemektir. Ölçek tek boyuttan oluşmaktadır.

Ölçek 4'lü likert tipinde derecelendirilir ve 5. madde ters kodlanır. Yanıtlara verilen puanlama sistemi gereği "Hiç uygun değil" 1 puan, "Uygun değil" 2 puan, "Uygun" 3 puan, "Tamamen uygun" 4 puan biçiminde değerlendirilmektedir. Bu ölçekte elde edilebilecek puanlar 8 ile 32 arasında değişmektedir. Elde edilen düşük puanlar, ergen bireylerde yalnızlık hissinin daha az olduğunu; buna karşılık yüksek puanlar ise yalnızlık düzeyinin daha yoğun yaşandığını göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması 2011 yılında Doğan, Çötok ve Tekin (213) tarafından yapılmıştır. Yapılan AFA sonucu sekiz maddelik tek faktörlü yapı doğrulanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,72 olarak bulunmuştur.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde tüm ölçek iç tutarlılık Cronbach Alpha katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur. Bu değer, uyarlama çalışmasının değeriyle örtüşmektedir. İlgili ölçek EK-4'te verilmiştir.

3.1.3.5. Kısa öz-kontrol ölçeği: Tangney ve ark. tarafından 2004 yılında geliştirilen bu ölçek, bireylerin öz kontrol düzeylerini değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır (234). Ölçekte yer alan öz kontrol kavramı; bireyin düşüncelerini, duygularını, dürtülerini ve davranışlarını kontrol etme, aynı zamanda olumsuz alışkanlıklardan uzak durabilme becerisini kapsamaktadır. Ölçeğin orijinal formu tek boyut olarak öz kontrol düzeyini değerlendirmektedir.

Ölçek toplamda 13 maddeden oluşmakta ve 5'li likert tipinde derecelendirilmektedir. Puanlama sistemi gereği, "Tamamen Aykırı" 1 puan, "Oldukça Aykırı" 2 puan, "Kararsızım" 3 puan, "Oldukça Uygun" 4 puan, "Tamamen Uygun" 5 puan biçiminde değerlendirilmektedir. Ölçekten elde edilebilecek puanlar 13 ile 65 arasında değişmektedir. Tangney ve ark. (234) gerçekleştirdikleri geçerlik ve güvenirlik çalışmasında, Cronbach Alpha katsayısı 0,85 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Nebioğlu ve ark. tarafından 2012 yılında gerçekleştirilmiştir (214). Türkçeye uyarlanması kapsamında yürütülen geçerlik ve güvenirlik çalışmasında, ölçeğin öz disiplin ve dürtüsellik olmak üzere iki alt boyuttan oluşan bir yapıya sahip olduğu ortaya konmuştur. Yapılan analizler sonucunda, toplam ölçek için iç tutarlılık katsayısı 0,83 olarak bulunurken, öz disiplin alt ölçeği için bu değer 0,81, dürtüsellik alt ölçeği için ise 0,87 olarak rapor edilmiştir.

Bu çalışma kapsamında ise toplam ölçek, öz kontrol ve dürtüsellik alt ölçekleri için hesaplanan Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla 0,79, 0,58 ve 0,75 olarak bulunmuştur. Bu değerler, uyarlama çalışmasının değerleriyle benzerlik göstermektedir. İlgili ölçek EK-5'te sunulmuştur.

3.1.4. İşlem

Çalışmaya başlamadan önce Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan, 09/01/2025 tarihli ve 24/773 numaralı etik kurul onayı alınmıştır. Gerekli izinlerin alınmasının ardından veriler İstanbul'da bulunan çeşitli lise ve üniversitelerde öğrenim görmekte olan kişilerden toplanmıştır.

Veri toplama sürecinde, katılımcılara araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında ön bilgilendirme yapılmış, ardından gönüllü onam formu imzalatılmıştır. Yalnızca gönüllü katılım beyan eden bireyler çalışmaya dahil edilmiştir.

Açımlayıcı Faktör Analizi aşamasında katılımcılara sadece DOB-RDE uygulanmıştır. DFA aşamasında ise DOB-RDE ‘nin yanı sıra İOOBÖ-KF, DASÖ-21, RBSÖ, UYÖ-8 ve KÖKÖ uygulanmıştır. Ölçek setinin tamamlanması AFA aşamasında yaklaşık 10 dakika, DFA aşamasında ise yaklaşık 20 dakika sürmüştür.

3.1.5. Verilerin Analizi

Geliştirilen ölçekler için elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarıldıktan sonra belirli bir sistematik içerisinde yürütülmüştür. İlk olarak ön analizlere yönelik bulgular sunulmuş, ardından kapsam geçerliği bulguları verilmiştir. Ölçeklerin yapı geçerliğini değerlendirmek amacıyla, öncelikle AFA, ardından DFA uygulanmıştır. Benzer ölçek geçerliği kapsamında geliştirilen ölçekler ile ilgili diğer ölçekler arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiştir Ölçeklerin ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla %27’lik alt ve üst grupların madde ortalamaları arasındaki farklar bağımsız örneklemler t-testi ile incelenmiştir. Güvenirlik analizleri kapsamında ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve iki yarı güvenirlik yöntemi uygulanmıştır.

Geçerlik ve güvenirlik analizlerine başlamadan önce, literatürde çok değişkenli analizler için önerildiği üzere veri setinin analizlere uygunluğunu sağlamak amacıyla ön incelemeler yapılmıştır (235). Bu kapsamda veri setinde yer alan ters maddeler dönüştürülmüş, kayıp veriler ve uç değerler tespit edilerek gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Veri setinin normallik dağılımı incelenmiş ve veri seti AFA ve DFA için uygun hale getirilmiştir.

Ölçeklerin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi ile değerlendirilmiştir. Döndürme yöntemi olarak, faktörlerin birbiriyle ilişkili olabileceği varsayımına dayanan eğik döndürme tekniklerinden “Direct Oblimin” tercih edilmiştir. AFA sürecinde maddelerin faktör yüklerinin 0,40’tan büyük olmasına (226), aynı maddenin birden fazla faktörde 0,10’dan daha az farkla yüklenmemesine (236), bir faktörde en az üç ifadenin bulunmasına (237) ve faktörlerden herhangi birisinin yalnız başına açıkladığı gözlenen varyansın en az %5 olmasına (238) özen gösterilmiştir.

Elde edilen faktör yapısının doğruluğunu test etmek ve yapı geçerliliğini kanıtlamak amacıyla DFA uygulanmıştır. DFA kapsamında model uyumunu değerlendirmek için Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI),

Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), Uyum İyiliği İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), Standardize Edilmiş Hata Karekökleri Ortalaması (Standardized Root Mean Square Residual, SRMR) ve Ki-kare / Serbestlik Derecesi Oranı (χ2/sd) incelenmiştir.

Literatürde, χ^2/df oranının üç ve altında olmasının iyi uyumu işaret ettiği belirtilmektedir. Benzer şekilde, RMSEA ≤ 0,05, SRMR ≤ 0,05, CFI ≥ 0,95 AGFI ve GFI değerlerinin ≥ 0,95 olması mükemmel düzeyde uyuma karşılık gelmektedir. Bununla birlikte, $\chi^2/df \leq 5$, RMSEA ≤ 0,08, SRMR ≤ 0,08, CFI ≥ 0,90, AGFI ≥ 0,85 ve GFI ≥ 0,90 değerleri ise istatistiksel olarak kabul edilebilir uyum kriterleri arasında değerlendirilmektedir. (239-243).

Veri analizi sürecinin AFA aşamasında IBM SPSS 27 paket programı, DFA aşamasında AMOS 24.0 istatistik paket programı kullanılmıştır.

3.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASI

Araştırmanın ikinci aşamasında, geliştirilen ölçekler kullanılarak, belirlenen kuramsal çerçeveye dayalı araştırma modelinin test edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bu bölümünde, araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, uygulama süreci ve veri analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.2.1 Araştırma Modeli

Bu aşamada İOOB risk faktörlerini açıklamaya yönelik yapısal modeller test edilmiştir. Söz konusu modellerde İOOB'ye yatkınlaştırıcı faktörler ile riskli düzeyde oyun oynama arasındaki ilişkide arzu düşüncesi ve duygusal zorlanmaya toleranssızlık değişkenlerinin aracılık rolleri incelenmiştir. Değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkiler yol analizi yöntemiyle değerlendirilmiştir.

Bu bağlamda, nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli temel alınmıştır. İlişkisel tarama modelinde iki ya da daha fazla değişkenin varlığı ya da birlikte değişimi incelenir (244). Nicel değişkenler arasındaki ilişkinin veya etkinin belirlenmesi korelasyon katsayısı aracılığı ile yapılır (245). Korelasyon katsayıları bağımsız değişkenlerin birlikte değişip değişmediğini, değişim varsa bunun yönünü ve büyüklüğünü ortaya koymaktadır. Korelasyon türü ilişkisel tarama modeli keşfedici ve

yordayıcı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (244). Keşfedici korelasyon türünde değişkenler arası ilişkinin anlaşılması hedeflenirken; yordayıcı korelasyon türünde değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bir değişkenin bilinen değerinden hareketle diğer değişkenin bilinmeyen değerinin tahmin edilmesi amaçlanır (235). Bu çalışmada her iki korelasyon türünden de yararlanılarak analizler gerçekleştirilmiştir.

3.2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini 15 ile 25 yaş aralığında olan ve haftada en az 3 saat dijital oyun oynayan bireyler oluşturmaktadır. Örneklem için 15–25 yaş grubunun tercih edilmesinin nedeni, dijital oyun oynama davranışının bu yaş grubunda yüksek düzeyde yaygınlık göstermesidir (34). Güncel verilere göre, 18–34 yaş aralığındaki bireylerin %80'inden fazlası haftalık olarak en az üç saat oyun oynamaktadır (37). Bu veri, 15–25 yaş aralığının oyun oynama alışkanlıkları açısından yoğun ve riskli bir dönem olduğunu göstermektedir. Aynı raporda, dijital oyun oynayan bireylerin çoğunluğunun haftalık üç saatin üzerinde oyun oynadığı belirtilmiştir (37). Bu doğrultuda, haftada en az üç saatlik oyun süresi, bireyin "aktif oyuncu" olarak tanımlanması açısından temel bir ölçüt olarak değerlendirilmiştir.

Veri toplama sürecinde toplam 562 katılımcıya ulaşılmıştır. Veri temizleme aşamasında; 15–25 yaş aralığında olma ön şartını karşılamayan 18 kişinin, en az üç saat oynama ön şartını karşılamayan 146 kişinin, verileri uç değer olarak sınıflandırılan ve birçok maddeyi boş bırakan 14 kişinin verileri setten çıkarılmıştır. Son koşulda 386 katılımcının verileri ile analizler yürütülmüştür.

Bu araştırmada örneklem büyüklüğü, 0,05 örnekleme hatası esas alınarak belirlenmiştir. Literatürde belirtildiği üzere, evrenin 1,000,000'un üzerinde olduğu durumlarda, güvenilir sonuçlar elde edebilmek adına en az 384 kişilik bir örneklem yeterli kabul edilmektedir (246). Bu doğrultuda araştırmaya dahil edilen kişi sayısı geçerli bir örneklem büyüklüğü olarak kabul edilmektedir. Çalışmanın örneklemine ait betimsel bilgiler Tablo 3.2'de, katılımcıların günlük oyun türlerine ayırdıkları süreye ilişkin bilgiler ise Tablo 3.3'te sunulmaktadır.

Tablo 3.2: Model analizi aşamasının katılımcılarına ait sosyodemografik özellikler

	Değişkenler	N	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	264	68,4
	Kadın	122	31,6
Eğitim Durumu	Lise	270	69,9
	Ön Lisans	62	16,1
	Lisans	38	9,8
	Lisansüstü	16	4,1
Haftalık Oyun Oynama Süresi	4-7 saat	128	33,2
	8-12 saat	122	31,6
	13-19 saat	78	20,2
	20 saatten fazla	58	15
Oyun Oynamaya Para Harcama Durumu	Evet	193	50
	Hayır	193	50
Oyundan Para Kazanma Durumu	Evet	105	27,2
	Hayır	281	72,8
Oyun Oynama Araçları (Çoklu Cevap)	Bilgisayar	155	30,8
	Tablet	32	6,4
	Akıllı Telefon	275	54,7
	Oyun Konsolu	41	8,1
		Ort.	SS
Yaş		18,11	4,16

N: Örneklem Sayısı.

Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan katılımcıların sosyodemografik özellikleri frekans analizi ile incelenmiştir (Tablo 3.2). Katılımcıların %68,4'ü (N = 264) erkek, %31,6'sı (N = 122) kadınlardan oluşmaktadır. Eğitim durumları değerlendirildiğinde, katılımcıların %69,9'unun (N = 270) lise, %16,1'inin (N = 62) ön lisans, %9,8'inin (N = 38) lisans ve %4,1'inin (N = 16) lisansüstü öğrencisi olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşları ortalama (Ort.) = 18,11 ve standart sapma (Ss.) = 4,16 olarak hesaplanmıştır.

Katılımcıların haftalık oyun oynama süreleri incelendiğinde, %33,2'sinin (N = 128) 4–7 saat, %31,6'sının (N = 122) 8–12 saat, %20,2'sinin (N = 78) 13–19 saat ve %15'inin (N = 58) 20 saatten fazla süreyle oyun oynadığı belirlenmiştir.

Dijital oyunlara para harcama durumuna bakıldığında, katılımcıların %50'si (N = 193) oyunlara para harcadığını, diğer %50'si (N = 193) ise para harcamadığını belirtmiştir. Oyundan para kazanma durumuna ilişkin bulgular ise, katılımcıların %27,2'sinin (N = 105) oyundan gelir elde ettiğini, %72,8'inin (N = 281) ise etmediğini göstermektedir.

Katılımcıların oyun oynarken kullandıkları cihazlara ilişkin çoklu cevaplara göre, %30,8'i (N = 155) bilgisayar, %6,4'ü (N = 32) tablet, %54,7'si (N = 275) akıllı telefon ve %8,1'i (N = 41) oyun konsolu kullandığını ifade etmiştir.

Tablo 3.3: Katılımcıların günlük oyun türlerine ayırdıkları süreye ilişkin bulgular

	Hiç		1–3 Saat		3–5 Saat		5–7 Saat		7 Saat ve Üzeri	
Oyun Türü	N	Yüzde	N	Yüzde	N	Yüzde	N	Yüzde	N	Yüzde
Taktik	241	62,4	128	33,2	12	3,1	4	1	1	0,30
Yap Boz	330	85,5	54	14,0	2	0,50	0	0	0	0
Macera	253	65,5	95	24,6	26	6,7	8	2,1	4	1,0
Aksiyon	176	45,6	140	36,3	53	13,7	13	3,4	4	1,0
Spor	186	48,2	154	39,9	34	8,8	7	1,8	5	1,3
Rol Yapma	289	74,9	65	16,8	25	6,5	2	0,50	5	1,3
Simülasyon	235	60,9	114	29,5	25	6,5	7	1,8	5	1,3

N: Örneklem Sayısı.

Araştırmada katılımcıların farklı oyun türlerine günlük olarak ayırdıkları süreler frekans analiziyle değerlendirilmiştir. Katılımcıların taktik türü oyunlara ayırdıkları süreler incelendiğinde, %62,4'ünün (N = 241) hiç oynamadığı, %33,2'sinin (N = 128) 1–3 saat, %3,1'inin (N = 12) 3–5 saat, %1'inin (N = 4) 5–7 saat ve %0,3'ünün (N = 1) 7 saatten fazla oynadığı görülmüştür.

Yap-boz türü oyunlarda katılımcıların büyük çoğunluğunun (%85,5, N = 330) hiç oynamadığı, %14'ünün (N = 54) 1–3 saat, %0,5'inin (N = 2) ise 3–5 saat aralığında oynadığı belirlenmiştir.

Macera türü oyunlara ilişkin veriler, katılımcıların %65,5'inin (N = 253) hiç oynamadığını, %24,6'sının (N = 95) 1–3 saat, %6,7'sinin (N = 26) 3–5 saat, %2,1'inin (N = 8) 5–7 saat ve %1'inin (N = 4) 7 saatten fazla süreyle oynadığını göstermektedir.

Aksiyon türü oyunlar açısından değerlendirildiğinde, katılımcıların %45,6'sının (N = 176) hiç oynamadığı, %36,3'ünün (N = 140) 1–3 saat, %13,7'sinin (N = 53) 3–5 saat, %3,4'ünün (N = 13) 5–7 saat ve %1'inin (N = 4) 7 saatten fazla oynadığı görülmektedir.

Spor türü oyunlarda katılımcıların %48,2'si (N = 186) hiç oynamadığını, %39,9'u (N = 154) 1–3 saat, %8,8'i (N = 34) 3–5 saat, %1,8'i (N = 7) 5–7 saat ve %1,3'ü (N = 5) 7 saatten fazla oynadığını belirtmiştir.

Rol yapma oyunlarında katılımcıların %74,9'unun (N = 289) hiç oynamadığı, %16,8'inin (N = 65) 1–3 saat, %6,5'inin (N = 25) 3–5 saat, %0,5'inin (N = 2) 5–7 saat ve %1,3'ünün (N = 5) 7 saatten fazla süre ayırdığı saptanmıştır.

Son olarak, simülasyon oyunlarında katılımcıların %60,9'unun (N = 235) hiç oynamadığı, %29,5'inin (N = 114) 1–3 saat, %6,5'inin (N = 25) 3–5 saat, %1,8'inin (N = 7) 5–7 saat ve %1,3'ünün (N = 5) 7 saatten fazla oynadığı belirlenmiştir.

3.2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu aşamasında veri toplama aracı olarak; DOB-RDE'nin içerisinde bulunan OPF, DOB-RÖ ve DOB-YFÖ ile Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi (DZTİ) ve Arzu Düşüncesi Ölçeği (ADÖ) kullanılmıştır.

3.2.3.1. Oyuncu profil formu: Araştırmacı tarafından geliştirilen ve DOB-RDE içerisinde yer alan OPF yaş, cinsiyet, eğitim durumu, haftalık oyun oynama süresi,

tercih edilen oyun türleri, oyun için harcanan veya kazanılan para gibi demografik ve davranışsal özellikleri içeren bölümdür. İlgili ölçek EK-6'da verilmiştir.

3.2.3.2. Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği: Bu araştırma kapsamında geliştirilen DOB-RÖ, bireylerin dijital oyun oynama davranışlarının problemli düzeyde olup olmadığını değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşmakta olup maddeler 5'li likert tipinde (0 = Hiçbir Zaman, 4 = Her Zaman) düzenlenmiştir.

Ölçeğin AFA sonucunda "Oyun Oynama İsteği" ve "İlişki ve İşlev Kaybı" olarak adlandırılan iki faktörlü bir yapı sergilediği belirlenmiştir. DFA aşamasında ise uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir (χ^2/df = 2,934, RMSEA = 0,077, CFI = 0,936, GFI = 0,966, AGFI = 0,927, SRMR = 0,046). Ölçeğin güvenirlik düzeyleri ikinci aşamada yeniden incelenmiş Oyun Oynama İsteği alt boyutu, İlişki ve İşlev Kaybı alt boyutu ve ölçek toplam puanının Cronbach Alpha katsayısıları sırasıyla 0,65, 0,62 ve 0,68 olarak bulunmuştur. Bu değerler, özellikle madde sayısının az olduğu ölçeklerde kabul edilebilir düzeyde olarak değerlendirilmektedir (200).

Ölçekten elde edilen puanlar toplam puan düzeyinde değerlendirilebilmektedir. Toplam puanın artışı, bireylerin riskli dijital oyun oynama eğilimlerinin yükseldiği şeklinde yorumlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 28'dir. Mevcut örneklem dağılımı (Ort. ± 1 Ss.) temel alınarak oluşturulan sınıflandırmaya göre; 4,68 ve altı puanlar "düşük risk", 4,69 ile 13,36 arasındaki puanlar "orta düzey (riskli)", 13,36 üzerindeki puanlar ise "yüksek risk" grubu olarak değerlendirilmektedir. İlgili ölçek EK-7'de yer almaktadır.

3.2.3.3. Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği: Bu araştırmada geliştirilen DOB-YFÖ bireylerin dijital oyun bağımlılığına yatkınlıklarını artırabilecek psikolojik özellikleri çok boyutlu biçimde değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek, I-PACE modeli ve bağımlılık literatürü temel alınarak yapılandırılmış olup, oyun bağımlılığının gelişiminde etkili olabilecek risk faktörlerini ölçmeyi hedeflemiştir. Ölçek 24 maddeden oluşmakta olup, maddeler beşli Likert tipinde (0 = Hiçbir Zaman, 4 = Her Zaman) düzenlenmiştir.

Ölçeğin AFA sonucunda Duygusal Hassasiyet, Öz Denetim ve Sosyal İzolasyon olmak üzere üç faktörlü bir yapı sergilediği belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerinin iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir (χ^2/df = 1,677, RMSEA = 0,045, CFI =

0,941, GFI = 0,905, AGFI = 0,885, SRMR = 0,050). Ölçeğin güvenirlik düzeyleri ikinci aşamada yeniden incelenmiş Duygusal Hassasiyet alt boyutu, Öz Denetim alt boyutu, Sosyal İzolasyon alt boyutu ve ölçek toplam puanının Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla 0,90, 0,74, 0,84 ve 0,90 olarak bulunmuştur.

Ölçek, genel toplam puan ve alt boyut düzeyinde değerlendirme yapılmasına imkân tanımaktadır. Bireyin genel risk eğilimini değerlendirmek için toplam puan; farklı psikolojik eğilimleri ayrıntılı biçimde incelemek için ise alt boyut puanları kullanılabilir. Alt boyutlardaki madde sayılarının farklılık göstermesi nedeniyle, puan hesaplamasında alt boyut eşitlemesi yoluna gidilmiştir. Bu doğrultuda, her bir alt boyuttan elde edilen ham puan, ilgili alt boyutun madde sayısına bölünerek alt boyut ortalama puanları hesaplanmıştır. Bu şekilde hesaplanan alt boyut puanları birleştirilerek ölçeğin genel puanı oluşturulmuştur. Bu yaklaşım, alt boyutlar arasındaki madde sayısı farkından kaynaklanabilecek ağırlık dengesizliklerini ortadan kaldırarak daha sağlıklı bir toplam puan elde edilmesini sağlamaktadır. Bu hesaplama yöntemi kapsamında ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 12'dir. Puanların yorumlanmasında, verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle örneklem dağılımına dayalı bir sınıflandırma tercih edilmiştir. Mevcut örneklem dağılımı (Ort. ± 1 Standart Sapma) temel alınarak belirlenen kesme puanlarına göre; 2,05 ve altı "düşük eğilim", 2,06 ile 5,61 arası "orta düzey eğilim", 5,61 üzerindeki puanlar ise "yüksek eğilim" düzeyini göstermektedir." İlgili ölçek EK-8'de sunulmuştur.

3.2.3.4 Duygusal zorlanmaya toleranssızlık indeksi: McHugh ve Otto (247) tarafından geliştirilen bu ölçek bireylerin duygusal zorlanmaya karşı tolerans düzeylerinin değerlendirilmesini amaçlamaktadır. Öz-bildirim esasına dayanan ölçek, duygusal zorlanmaya toleranssızlığı ölçen temsil gücü yüksek ifadeler seçilerek oluşturulmuştur. Ölçek, tek boyutlu bir yapıya sahiptir ve 10 maddeden oluşmaktadır.

Ölçek, 5'li likert tipi (0 = çok az, 1 = az, 2 = biraz, 3 = çok, 4 = çok fazla) puanlama sistemiyle derecelendirilmektedir. Ölçekten elde edilen puanların yüksek olması, bireyin duygusal zorlanmaya karşı daha düşük toleransa sahip olduğunu, göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,92 olarak raporlanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Çakır (248) tarafından yapılmış olup; iç tutarlılık değeri 0,92, güvenilirlik değeri 0,89 olarak bulunmuştur.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde tüm ölçek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,88 olarak bulunmuştur. Bu değer, uyarlama çalışmasının değeriyle tutarlılık göstermektedir. İlgili ölçek EK-9'da verilmiştir.

3.2.3.5. Arzu düşüncesi ölçeği: ADÖ, Caselli ve Spada (183) tarafından geliştirilen ve 10 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin daha yüksek düzeyde arzu düşüncesine sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçek, Sözel Tekrarlama ve İmgesel Canlandırma olmak üzere olmak üzere iki alt boyuta sahiptir. Puanlama sistemi 4'lü likert tipi (1 = neredeyse hiçbir zaman, 2 = bazen, 3 = sık sık, 4 = neredeyse her zaman) biçimindedir. Ölçeğin orijinal formunda iç tutarlılık katsayısı Sözel Tekrarlama alt boyutu için 0,80 ve İmgesel Canlandırma alt boyutu için 0,81 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Aydın ve ark. (249) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe formun güvenirlik analizlerinde Cronbach Alpha katsayısı Sözel Tekrarlama alt boyutu için 0,89, İmgesel Canlandırma alt boyutu için ise 0,84 olarak bulunmuştur.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde tüm ölçek iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri Sözel Tekrarlama alt boyutu, İmgesel Canlandırma alt boyutu ve ölçek toplam puanı için sırasıyla 0,80, 0,81 ve 0,87 olarak bulunmuştur. Bu değerler, uyarlama çalışmasının sonuçlarıyla örtüşmektedir. İlgili ölçek EK-10'da yer almaktadır.

3.2.4. Uygulama

Araştırmaya başlanmadan önce, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 09/01/2025 tarihli ve 24/773 sayılı karar ile etik onay alınmıştır (EK-11A-B). Gerekli izinlerin tamamlanmasının ardından, İstanbul ilinde farklı lise ve üniversitelerde öğrenim görmekte olan katılımcılardan veri toplanmıştır. Veri toplama aşamasında katılımcılara araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında bilgilendirme yapılmış, ardından Gönüllü Onam Formu (EK-12A) imzalatılmıştır. 18 yaş altındaki katılımcılar için ise ebeveynlerden Ebeveynler için Gönüllü Onam Formu (EK-12B) aracılığıyla bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Çalışmaya yalnızca katılım konusunda gönüllülük gösteren bireyler dahil edilmiştir. Katılımcılara DOB-RDE, DZTİ ve ADÖ ölçekleri uygulanmıştır. Ölçek setinin tamamlanması yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

3.2.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi IBM SPSS 27 ve AMOS 24.0 istatistik paket programları kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analiz sürecine geçmeden önce, dahil edilme kriterlerini karşılamayan katılımcılar ile uç değerler veri setinden çıkarılmıştır. Normallik varsayımı test edilmiş ve veri setinin bu varsayımı karşıladığı belirlenmiştir. Ardından, çoklu doğrusallık sorununun tespitinde Tolerans ve Varyans Enflasyon Faktörü (VIF) değerleri incelenmiş ve çoklu doğrusallık sorununun bulunmadığı tespit edilmiştir.

Analiz kapsamında öncelikle tüm değişkenler için ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler gibi betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Tüm ölçeklerin güvenirlikleri için Cronbach Alpha katsayıları hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Ardından, riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan katılımcı gruplarının ölçek puanları arasındaki farklılıklar bağımsız örneklemler t-testi ile değerlendirilmiştir. Klinik olmayan oyun bağımlılığı grubuna dahil edilme kriterleri olarak "DOB-RÖ puanı > Ort. + 1 Ss." ölçütü kabul edilmiştir.

Çalışmanın ilişkisel modelinin test edildiği aşamada Kline'in (250) önerileri doğrultusunda araştırma hipotezlerini incelemek için iki aşamalı bir Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) yaklaşımı kullanılmıştır. İki aşamalı YEM'de öncelikle ölçme modeli test edilmekte, sonrasında hipotetik modelin test edilmesine geçilmektedir. Ölçüm modelinin geçerliliğini sınamak amacıyla DFA yapılmıştır. Her bir gizil değişkenin gözlenen değişkenlerle uygun biçimde temsil edilip edilmediği test edilmiştir. Ölçüm modelinin doğrulanmasının ardından, kuramsal çerçevede öngörülen yapısal model analiz edilmiştir. Her iki aşamada model uyumunu değerlendirmek için CFI, AGFI, GFI, RMSEA, SRMR ve $\chi 2$/sd değerleri incelenmiştir.

Önerilen modeli seri aracılık analiziyle test etmek için dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı psikolojik faktörler ile İOOB arasındaki ilişkide duygusal zorlanmaya toleranssızlık (birinci dereceden aracı) ve arzu düşüncesi (ikinci dereceden aracı) değişkenlerinin rolleri incelenmiştir. Aracılık etkisinin anlamlılığı, 5000 yeniden örnekleme içeren Bootstrap tekniği aracılığıyla test edilmiştir (251). Bu süreçte örneklem sayısı 5000'e çıkarılmış ve Bootstrap dağılımına dayalı olarak %95 güven aralığı (GA) elde edilmiştir. Elde edilen %95 GA sıfır değerini kapsamaması durumunda, dolaylı etkinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır (251).

4.BULGULAR

4.1.ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULAR

Bu bölümde, araştırma kapsamında geliştirilen iki ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi sürecinde elde edilen analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Söz konusu ölçekler, DOB-RDE çatısı altında birleştirilerek bütüncül bir yapı halinde sunulmuştur. Bölüm içerisinde ilk olarak veri setinin analize uygunluğuna yönelik ön analiz bulguları sunulmuştur. Ardından DOB-RÖ ve DOB-YFÖ analiz sonuçları sırasıyla sunulmuştur. Her bir ölçek için öncelikle kapsam geçerliği bulguları verilmiştir. Ardından yapı geçerliği (AFA ve DFA) ve ölçüt geçerliği (benzer ölçekler ve %27'lik alt–üst grup karşılaştırmaları) incelenmiştir. Son olarak güvenirlik analizleri (iç tutarlılık katsayıları ve iki-yarı güvenirlik yöntemi) ayrıntılı biçimde raporlanmıştır.

4.1.1. Ön Analizlere Yönelik Bulgular

Veri setinin çok değişkenli istatistiksel analizlere uygunluğunu sağlamak amacıyla ön analizler gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, veri setinde yer alan ters maddeler, kayıp veriler ve uç değerler incelenmiştir. DOB-YFÖ'nün deneme formunda yer alan sekiz madde ters madde olarak kodlanarak analize dahil edilmiştir. Eksik veri durumunu belirlemek amacıyla frekans analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu analiz sonucunda, ölçütlere uygun olmayan veya hatalı/eksik kodlandığı tespit edilen katılımcı verileri veri setinden çıkarılmıştır.

Uç değer analizi kapsamında, ölçek toplam puanları hesaplanmış ve bu puanlara ilişkin standartlaştırılmış Z değerleri elde edilmiştir. İlgili literatürde önerildiği üzere ±3 sınırının dışındaki değerler potansiyel uç değer olarak değerlendirilmiştir (252). Yapılan incelemeler sonucunda, AFA ve DFA veri setlerinde puanları uç değer olarak saptanan katılımcılar analiz dışı bırakılmıştır.

Verilerin tek değişkenli normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığını test etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Literatürde, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ±2 aralığındaki değerler almasının, verilerin normal dağılım gösterdiğine kanıt olarak kabul edilebileceği belirtilmiştir (253). Bu çalışmada her bir

veri setinde çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş, değerleri -2 ile +2 arasında yer almayan veriler analiz dışı bırakılmıştır.

Yapılan ön analizler sonucunda AFA çalışması 502 kişi ile yürütülürken DFA çalışması 329 kişi ile yürütülmüştür. Alan yazında örneklem büyüklüğüne ilişkin görüşler dikkate alındığında, ulaşılan katılımcı sayısının hem AFA hem de DFA için yeterli düzeyde olduğu anlaşılmaktadır (221).

4.1.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Kapsam Geçerliği Bulguları

Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin geliştirilme sürecinde başlangıçta 9 maddeden oluşan bir taslak form hazırlanmıştır. Maddelerin ölçülmek istenen yapıyı ne derece temsil ettiğini incelemek ve konuyla ilgili uygunluklarını değerlendirmek amacıyla on uzmandan görüş alınmıştır. Kapsam geçerliği çalışması için uzmanlardan gelen değerlendirmeler incelenmiştir. Her bir maddenin (a) uygun, (b) madde hafifçe gözden geçirilmeli, (c) madde ciddi olarak gözden geçirilmeli ve (d) uygun değil şeklindeki değerlendirmeleri dikkate alınarak KGİ hesaplanmıştır. Elde edilen indeks değerleri Tablo 4.1'de sunulmuştur.

Tablo 4.1: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği kapsam geçerliği indeks değerleri

Madde No	Uzmanlardan A+B işaretleyenlerin toplamı	UKT	KGİ	Maddenin son durumu
1	8	10	0,80	
2	10	10	1	
3**	7	10	0,70	İfade çıkartıldı
4	8	10	0,80	İfade düzeltildi
5	9	10	0,90	
6	10	10	1	
7*	9	10	0,90	
8*	9	10	0,90	İfade düzeltildi
9	9	10	0,90	

KGİ: Kapsam Geçerliği İndeksi, UKT: Uzman Katılımcı Toplamı

* Uzman görüşleri doğrultusunda ifadesel düzeltme yapılan maddeler

** Kapsam geçerliği ve uzman görüşlerinin değerlendirilmesi sonucu çıkarılan maddeler

Bir maddenin ölçekte yer alabilmesi için KGİ değerinin 0,80 ve üzerinde olması gerekmektedir (222). Tablo 4.1 incelendiğinde, KGİ sonuçları ile uzman görüşleri doğrultusunda ölçme aracında yer alan dokuz maddeden altısının herhangi bir değişiklik yapılmadan korunduğu, iki maddenin ifadelerinde gerekli düzenlemeler yapıldığı ve bir maddenin ölçekten çıkarıldığı görülmektedir. Bu değerlendirmeler sonucunda DOB-RÖ'nün deneme formu toplam sekiz madde olarak son halini almıştır.

4.1.3 Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Yapı Geçerliliği

Ölçeğin yapı geçerliğini sınamak amacıyla sırasıyla AFA ve DFA uygulanmış, elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

4.1.3.1. Açımlayıcı faktör analizi: Ölçekteki maddeler arasındaki ilişkileri incelemek, ölçeğin faktör yapısını ve maddelerin hangi boyutlarda kümelendiğini belirlemek üzere AFA uygulanmıştır. AFA sürecinde temel bileşenler analizi yöntemi kullanılmıştır. Temel bileşenler analizi, gözlenen değişkenleri mümkün olduğunca daha az sayıda faktör altında toplamayı amaçlamaktadır (254).

Döndürme işlemleri için ise 'direct oblimin' tekniği tercih edilmiştir. Eğik döndürme yöntemleri arasında yer alan bu teknik, faktörlerin teorik olarak birbirleriyle ilişkili olabileceği varsayımına dayanmaktadır. Faktörler arasında anlamlı ilişkilerin bulunabileceği durumlarda bu yöntemin daha uygun sonuçlar verdiği ve ölçeğin yapısal özelliklerini daha doğru yansıttığı belirtilmektedir (236).

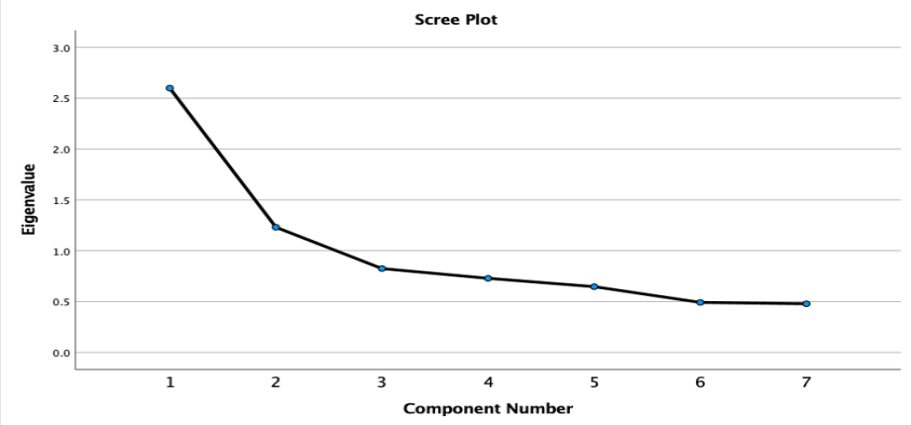
Geliştirilen ölçek için veri setinin faktör analizine uygunluğunu belirlemek amacıyla KMO katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi sonuçları incelenmiştir. Bartlett testinin anlamlı çıkması ve KMO değerinin 0,50'nin üzerinde bulunması, veri setinin AFA için uygun olduğunu göstermektedir (255). AFA sonuçları incelendiğinde, faktörlenebilirlik koşullarının karşılandığı görülmüştür. Buna göre KMO katsayısı 0,742 olarak bulunmuş ve örneklem büyüklüğünün analiz için yeterli olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Bartlett Küresellik Testi sonucunun istatistiksel olarak anlamlı çıkması (χ^2 = 634,872, df =28, $p < 0,001$), verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir.

Veri setinin faktör analizi için uygunluğunun tespit edilmesinden sonra faktör sayısının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu aşamada, ilk olarak özdeğerlerin 1'in üzerinde olması kriteri ve yamaç birikinti grafiği dikkate alınmıştır (256). Yamaç birikinti

grafiğinde eğim çizgisinin yatay bir seyir izlemeye başladığı noktaya kadar olan bileşenler faktör sayısı olarak kabul edilmektedir (257).

Maddelerin faktörleri yeterli düzeyde temsil edebilmesi için madde faktör yük değerlerinin en az 0,40 olması gerektiği ölçütü temel alınmıştır (226). Bunun yanı sıra, iki farklı boyutta yer alan maddelerin faktör yükleri arasındaki farkın 0,10'dan az olduğu maddeler binişik madde olarak değerlendirilip ölçekten çıkarılması uygun görülmüştür (236). Son olarak her bir faktörde en az üç maddenin yer almasına (258) ve herhangi bir faktörün tek başına açıkladığı varyansın en az %5 olmasına dikkat edilmiştir. (238).

Açımlayıcı Faktör Analizi için belirlenen kriterler doğrultusunda analiz gerçekleştirilmiş ve bir maddenin madde faktör yük değerinin 0,40'tan küçük olduğu saptanmıştır. Bu gerekçe ile söz konusu madde ölçekten çıkarılmıştır. Kalan yedi madde yeniden sıralanarak ölçeğin revize formu oluşturulmuştur. Revize form ile tekrarlanan AFA sonucunda öz değeri 1,00'in üzerinde olan iki alt boyut belirlenmiştir. Ölçeğin iki faktörlü yapısını destekleyen yamaç birikinti grafiği Şekil 4.1'de sunulmuştur.



Şekil 4.1: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği yamaç birikinti grafiği

Grafik incelendiğinde, ikinci noktadan itibaren çizginin yatay bir eğilim göstermeye başladığı görülmektedir. Ayrıca, özdeğeri 1 ve üzerinde olan toplam 2 faktörün bulunduğu belirlenmiştir. Bu bulgular doğrultusunda ölçeğin iki boyutlu bir yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır. AFA sonucuna göre elde edilen faktörler ile maddelerin faktör yükleri, özdeğerler ve açıklanan varyans değerleri Tablo 4.2'de gösterilmiştir.

Tablo 4.2: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği faktör yük değerleri

Madde No	1. Faktör	2.Faktör
M4	0,796	
M3	0,773	
M2	0,689	
M1	0,575	
M6		0,777
M7		0,746
M5		0,730
Öz Değer	2,599	1,231
Açıklanan Varyans	37,13	17,59
Açıklanan Toplam Varyans	54,72	

Açımlayıcı Faktör Analizi bulguları, DOB-RÖ'nün yedi maddeden oluşan iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Analiz sonucunda, iki faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans %54,72 olarak bulunmuştur. Literatürde, toplam varyansın %50'nin üzerinde açıklanmasının faktör analizinde kabul edilebilir düzeyde bir temsil gücü sunduğu belirtilmektedir (259). Bu sonuç, DOB-RÖ'nün yapı geçerliği açısından yeterli özellikler sergilediğini göstermektedir.

Alt boyutlar incelendiğinde; birinci faktörün varyansın %37,13'ünü, ikinci faktörün ise %17,59'unu açıkladığı belirlenmiştir. Birinci faktörün öz değeri 2,599 ikinci faktörün öz değeri ise 1,231 olarak bulunmuştur. DOB-RÖ'nün 7 maddelik nihai formuna ilişkin madde dağılımları incelendiğinde, birinci faktörde dört maddenin (1, 2, 3 ve 4. maddeler) toplandığı görülmektedir. İlgili maddelerin faktör yükleri 0,575 ile 0,796 arasında değişmektedir. Maddelerin içerikleri incelendiğinde bu boyut "Oyun Oynama İsteği" olarak adlandırılmıştır. Üç maddeden (5, 6 ve 7. maddeler) oluşan ikinci faktörde ise maddelerin faktör yüklerinin 0,730 ile 0,777 arasında değiştiği görülmektedir. İçerikleri incelendiğinde, söz konusu boyut "İlişki ve İşlev Kaybı" olarak adlandırılmıştır. Ölçekten elde edilen puanlar hem alt boyutlar düzeyinde hem de toplam puan üzerinden değerlendirilebilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanın artması, bireylerin riskli oyun oynama düzeyinin yükseldiğine işaret etmektedir. Toplam puan, örneklem dağılımına göre Ort. ± 1 Ss. yaklaşımıyla "düşük–orta–yüksek risk" düzeylerinde betimsel olarak sınıflandırılabilir.

Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nde yer alan maddelerin, ölçülmek istenen özelliği ne derece yansıttığını belirlemek amacıyla, alt boyutlara ve ölçeğin geneline yönelik madde analizleri yapılmıştır. Analizler sonucunda elde edilen madde-toplam korelasyonları, Cronbach Alpha katsayıları ve maddeler ölçekten çıkarıldığında hesaplanan Cronbach Alpha değerleri Tablo 4.3'te sunulmuştur.

Tablo 4.3: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği madde analizi ve güvenirlik sonuçları

Faktörler	Maddeler	Ort.	Ss.	Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıkarıldığında Cronbach Alpha	Cronbach Alpha
Oyun Oynama İsteği	M4	2,04	1,261	0,504	0,603	0,688
	M3	1,75	1,229	0,545	0,572	
	M2	2,39	1,087	0,418	0,655	
	M1	1,02	1,020	0,426	0,651	
İlişki ve İşlev Kaybı	M6	0,80	1,061	0,484	0,442	0,620
	M7	0,99	1,051	0,495	0,423	
	M5	0,25	0,607	0,374	0,625	
Toplam	M4	2,04	1,261	0,441	0,678	0,713
	M3	1,75	1,229	0,527	0,651	
	M2	2,39	1,087	0,404	0,686	
	M1	1,02	1,020	0,463	0,671	
	M6	0,80	1,061	0,389	0,689	
	M7	0,99	1,051	0,441	0,676	
	M5	0,25	0,607	0,318	0,706	

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma.

Tablo 4.3 incelendiğinde Oyun Oynama İsteği alt boyutunda yer alan dört madde için madde–toplam korelasyon değerlerinin 0,418 ile 0,514 arasında değiştiği görülmektedir. İlişki ve İşlev Kaybı alt boyutunda bulunan üç maddeye ilişkin değerler ise 0,374 ile 0,495 aralığında yer almaktadır. Ölçeğin geneline ilişkin madde-toplam korelasyon değerlerinin ise 0,318 ile 0,527 arasında değiştiği belirlenmiştir. Tüm maddelerin madde-toplam korelasyon değerlerinin 0,30'un üzerinde olduğu saptanmıştır. Literatürde, madde-toplam korelasyon katsayılarının 0,30 ve üzerinde olmasının ölçek

maddelerinin ayırt ediciliğine yönelik bir gösterge olduğu vurgulanmaktadır (260). Bulgular, DOB-RÖ maddelerinin ölçülmek istenen yapıyı yeterli düzeyde temsil ettiğini ve maddelerin ayırt edicilik düzeylerinin yeterli olduğunu ortaya koymaktadır.

Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı sırasıyla birinci alt boyut için 0,688, ikinci alt boyut için 0,620 ve ölçeğin tamamı için 0,713 olarak hesaplanmıştır. Streiner (261), güvenirlik katsayılarını sınıflandırırken 0,90 ve üzerini "mükemmel", 0,70–0,90 aralığını "iyi", 0,60–0,70 aralığını "kabul edilebilir" ve 0,50-0,60 aralığının altını "zayıf" düzeyde güvenirlik olarak tanımlamaktadır. Bu ölçütler dikkate alındığında, geliştirilen ölçeğin genel anlamda güvenilir bir yapıya sahip olduğu söylenebilir.

Bunlara ek olarak, ölçekten herhangi bir madde çıkarıldığında hesaplanan Cronbach Alpha değerlerinin, ölçeğin genel Cronbach Alpha katsayısından daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda ölçeğin iç güvenirliğinin sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır.

4.1.3.2. Doğrulayıcı faktör analizi: DOB-RÖ kapsamında yürütülen ölçek geliştirme sürecinde AFA ile belirlenen iki boyutlu ve yedi maddelik yapının geçerliliğini sınamak amacıyla ikinci aşamada farklı bir örneklem üzerinde DFA uygulanmıştır. DFA, önceden belirlenmiş faktör yapılarının doğrulanmasında kullanılan bir yöntem olup, ölçek geliştirme sürecinde yapı geçerliliğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır (250). Bu araştırmada DFA için tahmin yöntemi olarak en çok olabilirlik (maximum likelihood) yaklaşımı tercih edilmiştir.

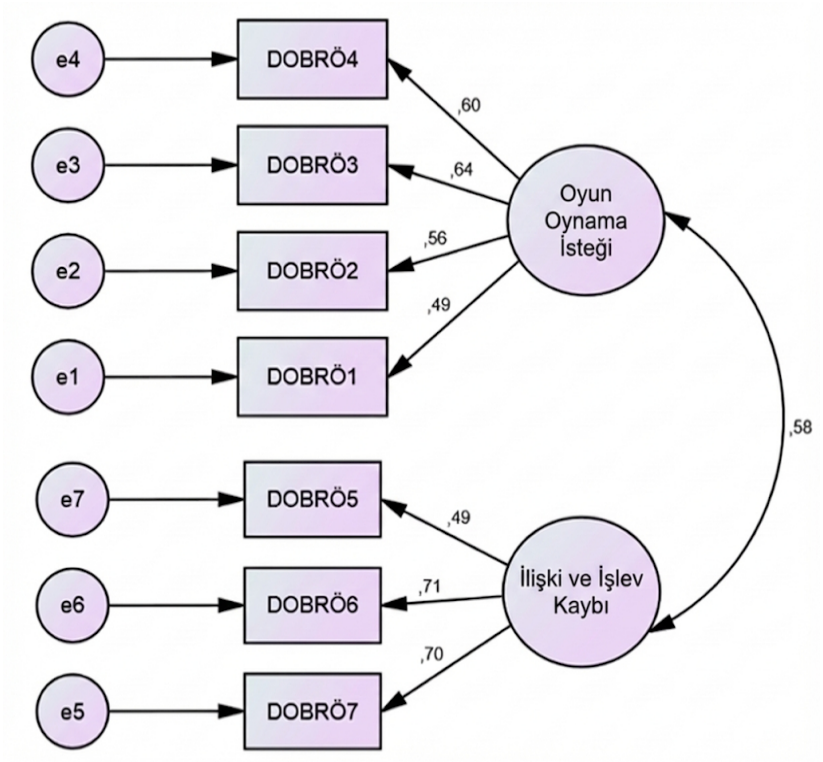
Analiz sonuçlarının değerlendirilmesinde ise model–veri uyumuna ilişkin çeşitli uyum indeksleri ve bu indekslerin kabul gören eşik değerleri dikkate alınmıştır. Bu çalışmada DFA'nın değerlendirilmesinde $\chi 2/df$, RMSEA, CFI, GFI, AGFI ve SRMR uyum indeksleri incelenmiştir.

Gerçekleştirilen ilk DFA sonucunda, elde edilen uyum indeksleri kabul edilebilir ve iyi uyum aralıklarında bulunmuştur. Bu nedenle model üzerinde herhangi bir modifikasyona ihtiyaç duyulmamıştır. Modele ait uyum indeksleri ile eşik değerlerinin kabul edilebilir ve iyi uyum kriterleri Tablo 4.4'te sunulmuştur.

Tablo 4.4: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği model uyum indeksleri

Uyum Kriterleri	Mükemmel Uyum	İyi Uyum	Uyum Değerleri	Sonuç
χ^2 / sd	≤3	≤5	2,934	Mükemmel Uyum
RMSEA	≤0,05	≤0,08	0,077	İyi Uyum
CFI	≥0,95	≥0,90	0,936	İyi Uyum
GFI	≥0,95	≥0,90	0,966	Mükemmel Uyum
AGFI	≥0,90	≥0,85	0,927	Mükemmel Uyum
SRMR	≤0,05	≤0,08	0,046	Mükemmel Uyum

Tablo 4.4'te sunulan DFA sonuçlarına göre model uyum değerleri $\chi^2/df = 2,934$, RMSEA = 0,077, CFI = 0,936, GFI = 0,966, AGFI = 0,927, SRMR = 0,046 olarak bulunmuştur. Bu değerler, modelin genel olarak mükemmel düzeyde uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. Literatürde önerilen ölçütlerle karşılaştırıldığında (239-243), DOB-RÖ'nün iki alt boyut ve yedi maddeden oluşan yapısının doğrulandığı belirlenmiştir. Böylelikle ölçeğin yapı geçerliliğine ilişkin güçlü kanıtlar elde edildiği söylenebilir. DFA sonucunda elde edilen yol diyagramı Şekil 4.2'de sunulmuştur.



Şekil 4.2: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği yol diyagramı ve faktör yükleri

Şekil 4.2 incelendiğinde, ölçek maddelerinin tamamına ait standartlaştırılmış faktör yüklerinin 0,40'ın üzerinde olduğu görülmektedir. Faktör yükleri, ölçek maddelerinin faktörleri yordama gücünü göstermektedir. Literatürde bu değerlerin en az 0,30 olması gerektiği belirtilmektedir (256). Elde edilen değerlerin bu sınırın üzerinde olması, analiz sürecinde ölçekten çıkarılması gereken bir madde bulunmadığını ortaya koymaktadır.

Alt boyut bazında incelendiğinde; birinci alt boyut olan "Oyun Oynama İsteği" faktörünü oluşturan dört maddenin faktör yüklerinin 0,49 ile 00,64 arasında; ikinci alt boyut olan "İlişki ve İşlev Kaybı" faktörünü oluşturan üç maddenin faktör yüklerinin ise 0,49 ile 0,71 arasında değiştiği saptanmıştır.

Bunlara ek olarak, geçerli bir ölçme aracında faktör yüklerinin yüksek, hata varyanslarının düşük ve faktörler arası korelasyonların 0,85'in altında olması beklenmektedir (262). Mevcut çalışmada da faktörler arası korelasyonların 0,85 sınırının altında kaldığı belirlenmiştir.

Yol diyagramı DFA kapsamında oluşturulduktan sonra maddelerin t değerleri de incelenmiştir. Literatürde t değerlerinin 1,96'nın üzerinde olması $p < 0,05$ düzeyinde, 2,56'nın üzerinde olması ise $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı kabul edilmektedir (236). Yapılan analizler sonucunda ölçeğin tüm faktör yüklerinin $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, tüm maddelerin ait oldukları yapıyı yeterli düzeyde temsil ettiğini ve ölçeğin yapı geçerliğini doğruladığını göstermektedir.

4.1.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Benzer Ölçekler Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin geliştirilmesinden ve yapı geçerliği çalışmalarının tamamlanmasının ardından ölçüt geçerliği analizleri gerçekleştirilmiştir. DOB-RÖ'nün benzer ölçekler geçerliğine ilişkin bulguların analizinde ölçeğin toplam puanı ve alt ölçek puanları ile ölçüt olarak alınan İOOBÖ-KF toplam puanı arasındaki ilişkiler incelenmiştir

İki ölçekten elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş ve hesaplanan katsayılar Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4.5: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler

	1	2	3	4
İOOBÖ-KF-Toplam	1			
DOB-RÖ-Toplam	0,758**	1		
DOB-RÖ-Oyun Oynama İsteği	0,654**	0,892**	1	
DOB-RÖ-İlişki ve İşlev Kaybı	0,615**	0,770**	0,399**	1

*p < 0,05, **p < 0,001

Tablo 4.5'te görüldüğü üzere, İOOBÖ-KF ile DOB-RÖ toplam puanı arasında (r = 0,758 p < 0,001), Oyun Oynama İsteği alt boyutu arasında (r = 0,654 p < 0,001) ve İlişki ve İşlev Kaybı alt boyutu arasında (r = 0,615 p < 0,001) pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Elde edilen bulgular, İOOBÖ-KF ile geliştirilen DOB-RÖ arasında güçlü ilişkiler bulunduğunu göstermekte ve ölçeğin benzer ölçek geçerliğinin desteklendiğini ortaya koymaktadır.

4.1.5. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Ayırt Edicilik Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin ayırt etme gücünü değerlendirmek amacıyla %27'lik alt ve üst gruplar oluşturulmuştur. Bu doğrultuda, toplam puan sıralamasına göre en yüksek %27'lik (üst grup) ve en düşük %27'lik (alt grup) dilimde yer alan katılımcıların puanları karşılaştırılmıştır. Gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.6'da sunulmuştur.

Tablo 4.6: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği alt-üst gruplara ilişkin t-testi sonucu

	Değişken	N	Ort.	Ss.	SD	T	p
DOB-RÖ-Toplam	Alt %27	89	3,97	1,27	136,58	39,10	0,000*
	Üst %27	89	14,94	1,32			

N: Örneklem Sayısı, Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, SD: Serbestlik Derecesi, T: Bağımsız Örneklemler t-testi Değeri, *p<0,05.

Tablo 4.6'da sunulan bağımsız örneklemler t-testi sonuçları incelendiğinde, alt ve üst grupların ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, DOB-RÖ'den elde edilen toplam puanların ölçülen özellik açısından bireyleri ayırt etme gücünün yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir.

4.1.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi Bulguları

DOB-RÖ'nün nihai formuna ilişkin güvenirliğini incelemek amacıyla ilk olarak iç tutarlılık katsayıları incelenmiştir. Bu kapsamda, Cronbach Alpha katsayıları ve McDonald Omega değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen güvenirlik katsayıları Tablo 4.7'de sunulmuştur.

Tablo 4.7: Dijital oyun bağımlılığı risk ölçeği güvenirlik değerleri

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	Cronbach Alpha	McDonald Omega
Oyun Oynama İsteği	4	0,658	0,658
İlişki ve İşlev Kaybı	3	0,655	0,692
Toplam	7	0,721	0,713

Tablo 4.7 incelendiğinde Cronbach Alpha güvenirlik katsayısının sırasıyla birinci alt boyut için 0,658, ikinci alt boyut için 0,655 ve ölçeğin tamamı için 0,721 olarak hesaplandığı görülmektedir. McDonald Omega güvenirlik katsayısı ise birinci alt boyut için 0,658, ikinci alt boyut için 0,692 ve ölçeğin tamamı için 0,713 olarak hesaplanmıştır.

Güvenirlik katsayılarında 0,70 ve üzerinin kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılığa işaret ettiği dikkate alındığında, ölçeğin toplam puan bazında yeterli düzeyde güvenilir olduğu söylenebilir (263). Alt boyutlarda elde edilen değerlerin 0,70 sınırının altında kalmasına rağmen, özellikle madde sayısının az olduğu faktörlerde bu durum kabul edilebilir bir sapma olarak değerlendirilmektedir (200). Ayrıca literatürde 0,60–0,70 aralığını "kabul edilebilir" düzeyde güvenirlik olarak tanımlayan ölçütler de mevcuttur (261). Bu bilgiler dikkate alındığında, geliştirilen ölçeğin yeterli güvenirlik düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

Ölçme aracının güvenirliğini incelemek amacıyla iç tutarlılık analizlerinin yanı sıra iki yarı test güvenirlik yöntemi de uygulanmıştır. Bu kapsamda, ölçeği oluşturan yedi madde, tek ve çift numaralı maddeler olarak ikiye ayrılarak analize tabi tutulmuştur. Analiz sonucunda Guttman Split-Half katsayısı 0,752 olarak elde edilmiştir. Ayrıca, Spearman-Brown katsayısı eşit olmayan uzunluktaki yarılara göre 0,758 olarak bulunmuştur. Bu bulgular, ölçeğin iki yarı test güvenirliğinin sağlandığını ortaya koymaktadır.

4.1.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Kapsam Geçerliği Bulguları

Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin geliştirilme sürecinde başlangıçta 37 maddeden oluşan bir taslak form hazırlanmıştır. Maddelerin ölçülmek istenen yapıyı ne derece temsil ettiğini incelemek ve konuyla ilgili uygunluklarını değerlendirmek amacıyla on uzmandan görüş alınmıştır. Kapsam geçerliği çalışması için uzmanlardan gelen değerlendirmeler incelenmiştir. Her bir maddenin (a) uygun, (b) madde hafifçe gözden geçirilmeli, (c) madde ciddi olarak gözden geçirilmeli ve (d) uygun değil şeklindeki değerlendirmeleri dikkate alınarak KGİ hesaplanmıştır. Elde edilen indeks değerleri Tablo 4.8'de sunulmuştur.

Tablo 4.8: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği kapsam geçerliği indeks değerleri

Madde No	Uzmanlardan A+B işaretleyenlerin toplamı	UKT	KGİ	Maddenin son durumu
1	10	10	1	
2	10	10	1	
3	10	10	1	
4	10	10	1	
5	9	10	0,90	
6	10	10	1	
7	9	10	0,90	
8	9	10	0,90	
9**	6	10	0,60	İfade çıkartıldı
10*	9	10	0,90	İfade düzeltildi
11	10	10	1	
12	10	10	1	
13*	9	10	0,90	İfade düzeltildi

Tablo 4.8 (devam)

14*	8	10	0,80	İfade düzeltildi
15	10	10	1	
16**	7	10	0,70	İfade çıkartıldı
17	9	10	0,90	
18	10	10	1	
19	10	10	1	
20	9	10	0,90	
21*	8	10	0,80	İfade düzeltildi
22	8	10	0,80	
23*	9	10	0,90	İfade düzeltildi
24*	9	10	0,90	İfade düzeltildi
25	10	10	1	
26	9	10	0,90	
27	10	10	1	
28	9	10	0,90	
29	9	10	0,90	
30	9	10	0,90	
31	10	10	1	
32	10	10	1	
33	9	10	0,90	
34	8	10	0,80	
35*	8	10	0,80	İfade düzeltildi
36	9	10	0,90	
37**	7	10	0,70	İfade çıkartıldı

UKT: Uzman Katılımcı Toplamı, KGİ: Kapsam Geçerliği İndeksi.

* Uzman görüşleri doğrultusunda ifadesel düzeltme yapılan maddeler.

** Kapsam geçerliği ve uzman görüşlerinin değerlendirilmesi sonucu çıkarılan maddeler.

Bir maddenin ölçekte yer alabilmesi için KGİ değerinin 0,80 ve üzerinde olması gerekmektedir (222). Tablo 4.8 incelendiğinde, KGİ sonuçları ile uzman görüşleri doğrultusunda ölçme aracında yer alan 37 maddeden 27'sinin herhangi bir değişiklik yapılmadan aynen korunduğu, yedi maddenin ifadesinde düzenleme yapıldığı ve üç maddenin ise ölçekten çıkarıldığı görülmektedir. Bu değerlendirmeler sonucunda DOB-YFÖ'nün deneme formunda toplam 34 madde yer almıştır.

4.1.8. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Yapı Geçerliliği

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek amacıyla AFA ve DFA uygulanmış, elde edilen bulgular sırasıyla sunulmuştur.

4.1.8.1. Açımlayıcı faktör analizi: Ölçekteki maddeler arasındaki ilişkileri incelemek, ölçeğin faktör yapısını ortaya koymak ve maddelerin hangi boyutlarda kümelendiğini belirlemek üzere AFA uygulanmıştır. AFA sürecinde faktör çıkarma yöntemi olarak temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Temel bileşenler analizi, gözlenen değişkenleri mümkün olduğunca daha az sayıda faktör altında toplamayı amaçlamaktadır (254).

Döndürme işlemleri için ise 'direct oblimin' tekniği tercih edilmiştir. Eğik döndürme yöntemleri arasında yer alan bu teknik, faktörlerin teorik olarak birbirleriyle ilişkili olabileceği varsayımına dayanmaktadır. Faktörler arasında anlamlı ilişkilerin bulunabileceği durumlarda bu yöntemin daha uygun sonuçlar verdiği ve ölçeğin yapısal özelliklerini daha doğru yansıttığı belirtilmektedir (236).

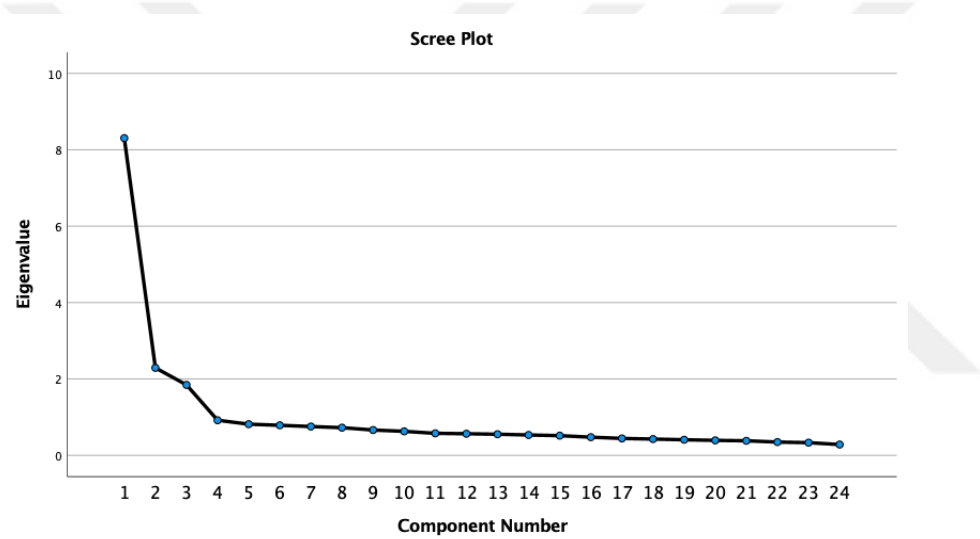
Geliştirilen ölçek için veri setinin faktör analizine uygunluğunu belirlemek amacıyla KMO katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi sonuçları incelenmiştir. Bartlett testinin anlamlı çıkması ve KMO değerinin 0,50'nin üzerinde bulunması, veri setinin AFA için uygun olduğunu göstermektedir (255).

Analiz sonuçları incelendiğinde, faktörlenebilirlik koşullarının karşılandığı görülmüştür. Buna göre KMO katsayısı 0,943 olarak bulunmuş ve örneklem büyüklüğünün analiz için yeterli olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Bartlett Küresellik Testi sonucunun istatistiksel olarak anlamlı çıkması ($\chi^2 = 7255{,}683$, $df = 561$, $p < 0{,}001$), verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir.

Veri setinin faktör analizi için uygunluğunun tespit edilmesinden sonra faktör sayısının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu aşamada, ilk olarak özdeğerlerin 1'in üzerinde olması kriteri ve yamaç birikinti grafiği dikkate alınmıştır (256). Yamaç birikinti grafiğinde eğim çizgisinin yatay bir seyir izlemeye başladığı noktaya kadar olan bileşenler faktör sayısı olarak kabul edilmektedir (257).

Maddelerin faktörleri yeterli düzeyde temsil edebilmesi için madde faktör yük değerlerinin en az 0,40 olması gerektiği ölçütü temel alınmıştır (226). Bunun yanı sıra, iki farklı boyutta yer alan maddelerin faktör yükleri arasındaki farkın 0,10'dan az olduğu maddeler binişik madde olarak değerlendirilip ölçekten çıkarılması uygun görülmüştür (236). Son olarak her bir faktörde en az üç maddenin yer almasına (258) ve herhangi bir faktörün tek başına açıkladığı varyansın en az %5 olmasına (238) dikkat edilmiştir.

AFA için belirlenen kriterler doğrultusunda analiz süreçleri yürütülmüştür. Kriterleri karşılamayan maddeler analizden aşamalı olarak çıkarılmış ve her çıkarma işleminden sonra analiz tekrarlanmıştır. AFA sonucunda, binişiklik göstermesi nedeniyle dört madde, bir faktörde en az üç maddenin yer alması kriterini karşılamaması nedeniyle dört madde ve faktör yük değerlerinin 0,40'ın altında olması nedeniyle iki madde ölçekten çıkarılmıştır. Toplamda 10 maddenin elenmesi ile kalan 24 madde yeniden sıralanarak ölçeğin revize formu oluşturulmuştur. Revize form ile tekrarlanan AFA sonucunda öz değeri 1,00'in üzerinde olan üç alt boyut belirlenmiştir. Ölçeğin üç faktörlü yapısını destekleyen yamaç birikinti grafiği Şekil 4.3'te sunulmuştur.



Şekil 4.3: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği yamaç birikinti grafiği

Grafik incelendiğinde, üçüncü noktadan itibaren çizginin yatay bir eğilim göstermeye başladığı görülmektedir. Ayrıca, özdeğeri 1 ve üzerinde olan toplam üç faktörün bulunduğu belirlenmiştir. Bu bulgular doğrultusunda ölçeğin üç boyutlu bir yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır. AFA sonucuna göre elde edilen faktörler ile maddelerin faktör yükleri, özdeğerler ve açıklanan varyans değerleri Tablo 4.9'da gösterilmiştir.

Tablo 4.9: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği faktör yük değerleri

Madde No	1. Faktör	2. Faktör	3. Faktör
M5	0,778		
M2	0,778		
M22	0,749		
M12	0,742		
M4	0,721		
M13	0,716		
M15	0,688		
M6	0,609		
M1	0,569		
M11	0,562		
M24	0,480		
M17		0,757	
M21		0,739	
M14		0,721	
M7		0,658	
M10		0,646	
M19			0,815
M8			0,728
M20			0,706
M9			0,703
M23			0,701
M16			0,685
M18			0,624
M3			0,509
Öz Değer	8,307	2,293	1,846
Açıklanan Varyans	34,61	9,55	7,69
Açıklanan Toplam Varyans		51,857	

AFA bulguları, DOB-YFÖ'nün 24 maddeden oluşan ve üç faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Analiz sonucunda, üç faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans %51,857 olarak bulunmuştur. Literatürde, toplam varyansın %50'nin üzerinde açıklanmasının faktör analizinde kabul edilebilir düzeyde temsil gücü sunduğu belirtilmektedir (259). Bu sonuç, DOB-YFÖ'nün yapı geçerliği açısından yeterli özellikler sergilediğini göstermektedir.

Alt boyutlar incelendiğinde; birinci faktörün varyansın %34,61'ini, ikinci faktörün %9,55'ini, üçüncü faktörün ise %7,69'unu açıkladığı belirlenmiştir. Faktörlerin

özdeğerleri sırasıyla 8,307, 2,293 ve 1,846 olarak hesaplanmıştır. DOB-YFÖ'nün 24 maddelik nihai formuna ilişkin madde dağılımları incelendiğinde, birinci faktörde 11 maddenin (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, 13, 15, 22 ve 24. maddeler) toplandığı görülmektedir. İlgili maddelerin faktör yükleri 0,480 ile 0,778 arasında değişmektedir. Maddelerin içerikleri dikkate alınarak bu boyut "Duygusal Hassasiyet" olarak adlandırılmıştır.

İkinci faktörde beş maddenin (7, 10, 14, 17 ve 21. maddeler) bir araya gelerek bir boyut oluşturduğu görülmektedir. Bu maddelerin faktör yükleri 0,646 ile 0,757 arasında değişmektedir. İçeriksel özellikleri doğrultusunda, söz konusu boyut "Öz Denetim" olarak isimlendirilmiştir. Bu alt boyutta yer alan maddeler ters kodlanan maddelerden oluşmaktadır.

Üçüncü faktörde ise sekiz maddenin (3, 8, 9, 16, 18, 19, 20 ve 23. maddeler) yer aldığı belirlenmiştir. Bu maddelerin faktör yükleri 0,509 ile 0,815 arasında değişmektedir. İçerikleri incelendiğinde, bu boyut "Sosyal İzolasyon" olarak adlandırılmıştır.

Ölçekten elde edilen puanlar hem toplam puan hem de alt boyut düzeyinde değerlendirilebilmektedir. Toplam puanın artması, bireyin dijital oyun bağımlılığı açısından taşıdığı risk düzeyinin yükseldiğine işaret etmektedir. Toplam puan, örneklem dağılımına göre Ort. ± 1 SS.yaklaşımıyla "düşük–orta–yüksek yatkınlık" düzeylerinde betimsel olarak sınıflandırılabilir. Bununla birlikte, ölçeğin farklı psikolojik yapıları ölçmeyi hedeflemesi nedeniyle, alt boyutlara ilişkin puanların ayrı ayrı incelenmesi önem taşımaktadır. Bu yaklaşım, her bir risk faktörünün özgül katkısını ortaya koyarak İOOB'ye yönelik riskin hangi psikolojik eğilimler üzerinden şekillendiğini belirlemeye olanak sağlamaktadır.

DOB-YFÖ'de yer alan maddelerin, ölçülmek istenen özelliği ne derece yansıttığını belirlemek amacıyla alt boyutlara yönelik madde analizleri yapılmıştır. Analizler sonucunda elde edilen madde-toplam korelasyonları, Cronbach Alpha katsayıları ve maddeler ölçekten çıkarıldığında hesaplanan Cronbach Alpha değerleri Tablo 4.10'da sunulmuştur.

Tablo 4.10: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği madde analizi ve güvenirlik sonuçları

Faktörler	Maddeler	Ort.	Ss.	Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıkarıldığında Cronbach Alpha	Cronbach Alpha
Duygusal Hassasiyet	M5	1,39	1,233	0,682	0,893	0,904
	M2	2,11	1,239	0,619	0,897	
	M22	1,31	1,195	0,695	0,892	
	M12	1,44	1,337	0,590	0,899	
	M4	1,13	1,164	0,701	0,892	
	M13	1,52	1,276	0,698	0,892	
	M15	1,98	1,153	0,638	0,896	
	M6	1,28	1,227	0,648	0,895	
	M1	1,70	1,020	0,567	0,899	
	M11	1,40	0,992	0,638	0,896	
	M24	0,96	1,193	0,617	0,897	
Öz Denetim	M17	1,07	0,954	0,554	0,703	0,756
	M21	1,47	1,095	0,543	0,705	
	M14	1,90	1,066	0,560	0,699	
	M7	1,61	1,030	0,490	0,724	
	M10	1,43	1,045	0,472	0,731	
Sosyal İzolasyon	M19	0,64	1,022	0,590	0,843	0,858
	M8	0,78	1,056	0,615	0,840	
	M20	1,02	1,147	0,664	0,834	
	M9	1,03	1,107	0,590	0,842	
	M23	0,91	1,096	0,679	0,832	
	M16	1,26	1,320	0,655	0,835	
	M18	1,20	1,140	0,600	0,841	
	M3	0,92	1,005	0,430	0,858	

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma.

Tablo 4.10 incelendiğinde Duygusal Hassasiyet alt boyutunda yer alan 11 madde için madde–toplam korelasyon değerlerinin 0,567 ile 0,701 arasında değiştiği görülmektedir. Öz Denetim alt boyutunda bulunan beş maddeye ilişkin değerler ise 0,472 ile 0,560 aralığında yer almaktadır. Sosyal İzolasyon alt boyutuna ilişkin madde-toplam korelasyon değerlerinin ise 0,430 ile 0,679 arasında değiştiği belirlenmiştir. Analiz

sonucunda, tüm maddelerin madde-toplam korelasyon değerlerinin 0,30'un üzerinde olduğu saptanmıştır. Literatürde, madde-toplam korelasyon katsayılarının 0,30 ve üzerinde olmasının, ölçek maddelerinin ayırt ediciliğine yönelik bir gösterge olduğu vurgulanmaktadır (260). Bu bulgular, DOB-YFÖ maddelerinin ölçülmek istenen yapıyı yeterli düzeyde temsil ettiğini ortaya koymaktadır.

Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı sırasıyla; birinci alt boyut için 0,904, ikinci alt boyut için 0,756, üçüncü alt boyut için 0,858 ve ölçeğin tamamı için 0,914 olarak hesaplanmıştır. Streiner (261), güvenirlik katsayılarını sınıflandırırken 0,90 ve üzerini "mükemmel", 0,70–0,90 aralığını "iyi", 0,60–0,70 aralığını "kabul edilebilir" ve 0,50-0,60 aralığının altını "zayıf" düzeyde güvenirlik olarak tanımlamaktadır.

Bu ölçütler dikkate alındığında, geliştirilen ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğu söylenebilir. Ayrıca, ölçekten herhangi bir madde çıkarıldığında hesaplanan Cronbach Alpha değerlerinin, ölçeğin her bir alt boyut için hesaplanan mevcut Cronbach Alpha katsayısından daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda ölçeğin iç güvenirliğinin sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır.

4.1.8.2. Doğrulayıcı faktör analizi: DOB-YFÖ kapsamında yürütülen ölçek geliştirme sürecinde AFA ile belirlenen üç boyutlu ve 24 maddelik yapının geçerliliğini sınamak amacıyla, ikinci aşamada farklı bir örneklem üzerinde DFA uygulanmıştır. DFA, önceden belirlenmiş faktör yapılarının doğrulanmasında kullanılan bir yöntem olup, ölçek geliştirme sürecinde yapı geçerliliğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır (250). Bu araştırmada DFA için tahmin yöntemi olarak en çok olabilirlik (maximum likelihood) yaklaşımı tercih edilmiştir.

Analiz sonuçlarının değerlendirilmesinde ise model–veri uyumuna ilişkin çeşitli uyum indeksleri ve bu indekslerin kabul gören eşik değerleri dikkate alınmıştır. Bu çalışmada DFA'nın değerlendirilmesinde $\chi 2/df$, RMSEA, CFI, GFI, AGFI ve SRMR uyum indeksleri incelenmiştir. Gerçekleştirilen ilk DFA sonucunda, model üzerinde herhangi bir modifikasyon yapılmadan elde edilen uyum indeksleri şu şekildedir: χ^2/df = 1,915, RMSEA = 0,053, CFI = 0,919, GFI = 0,891, AGFI = 0,868, SRMR =0,052.

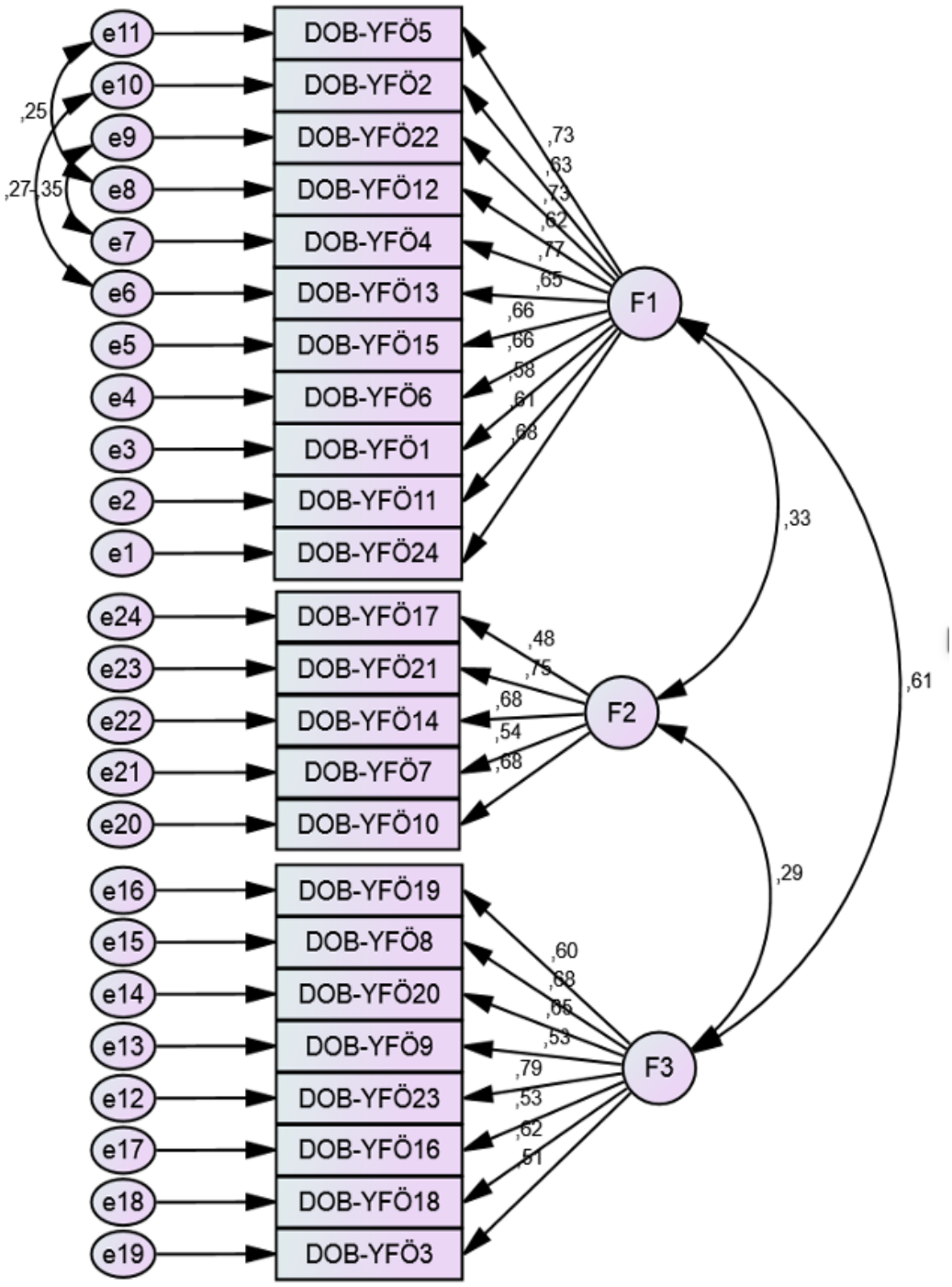
Uyum indeksleri incelendiğinde, ilk modelde elde edilen değerlerin GFI dışındaki tüm indeksler için kabul edilebilir sınırlar içinde yer aldığı görülmüştür. Bununla birlikte, modifikasyon önerileri doğrultusunda 2 ve 13, 5 ve 12 ile 4 ve 22 numaralı maddelerin

hata terimleri arasında kovaryans tanımlanmasının modele anlamlı bir katkı sağlayabileceği belirlenmiştir. Teorik açıdan değerlendirildiğinde, söz konusu maddelerin benzer içerikleri ölçtüğü ve bu nedenle hata varyansları arasında örtük bir ilişkinin bulunabileceği varsayılmıştır. Bu gerekçeyle önerilen modifikasyonlar uygulanmıştır. Yapılan düzenlemelerin ardından uyum indeksleri yeniden hesaplanmıştır. Yenilenen analiz sonucunda bu değerlerin kabul edilebilir ve iyi uyum düzeylerini karşıladığı görülmüştür. Modifikasyon sonrasında elde edilen modele ait uyum indeksleri ile eşik değerlerinin kabul edilebilir ve iyi uyum kriterleri Tablo 4.11'de sunulmuştur.

Tablo 4.11: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği model uyum indeksleri

Uyum Kriterleri	Mükemmel Uyum	İyi Uyum	Uyum Değerleri	Sonuç
χ^2 / sd	≤3	≤5	1,677	Mükemmel Uyum
RMSEA	≤0,05	≤0,08	0,045	Mükemmel Uyum
CFI	≥0,95	≥0,90	0,941	İyi Uyum
GFI	≥0,95	≥0,90	0,905	İyi Uyum
AGFI	≥0,90	≥0,85	0,885	İyi Uyum
SRMR	≤0,05	≤0,08	0,050	Mükemmel Uyum

Tablo 4.11'de sunulan DFA sonuçlarına göre model uyum değerleri $\chi^2/df = 1,677$, RMSEA = 0,045, CFI = 0,941, GFI = 0,905, AGFI = 0,885, SRMR = 0,050 olarak bulunmuştur. Bu değerler, modelin genel olarak kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. Literatürde önerilen ölçütlerle karşılaştırıldığında (239-243), DOB-YFÖ'nün üç alt boyut ve 24 maddeden oluşan yapısının doğrulandığı belirlenmiştir. Böylelikle ölçeğin yapı geçerliliğine ilişkin güçlü kanıtlar elde edildiği söylenebilir. DFA sonucunda elde edilen yol diyagramı Şekil 4.4'te sunulmuştur.



Şekil 4.4: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği yol diyagramı ve faktör yükleri

F1: Duygusal Hassasiyet Alt Boyutu, F2: Öz Denetim Alt Boyutu, F3: Sosyal İzolasyon Alt Boyutu.

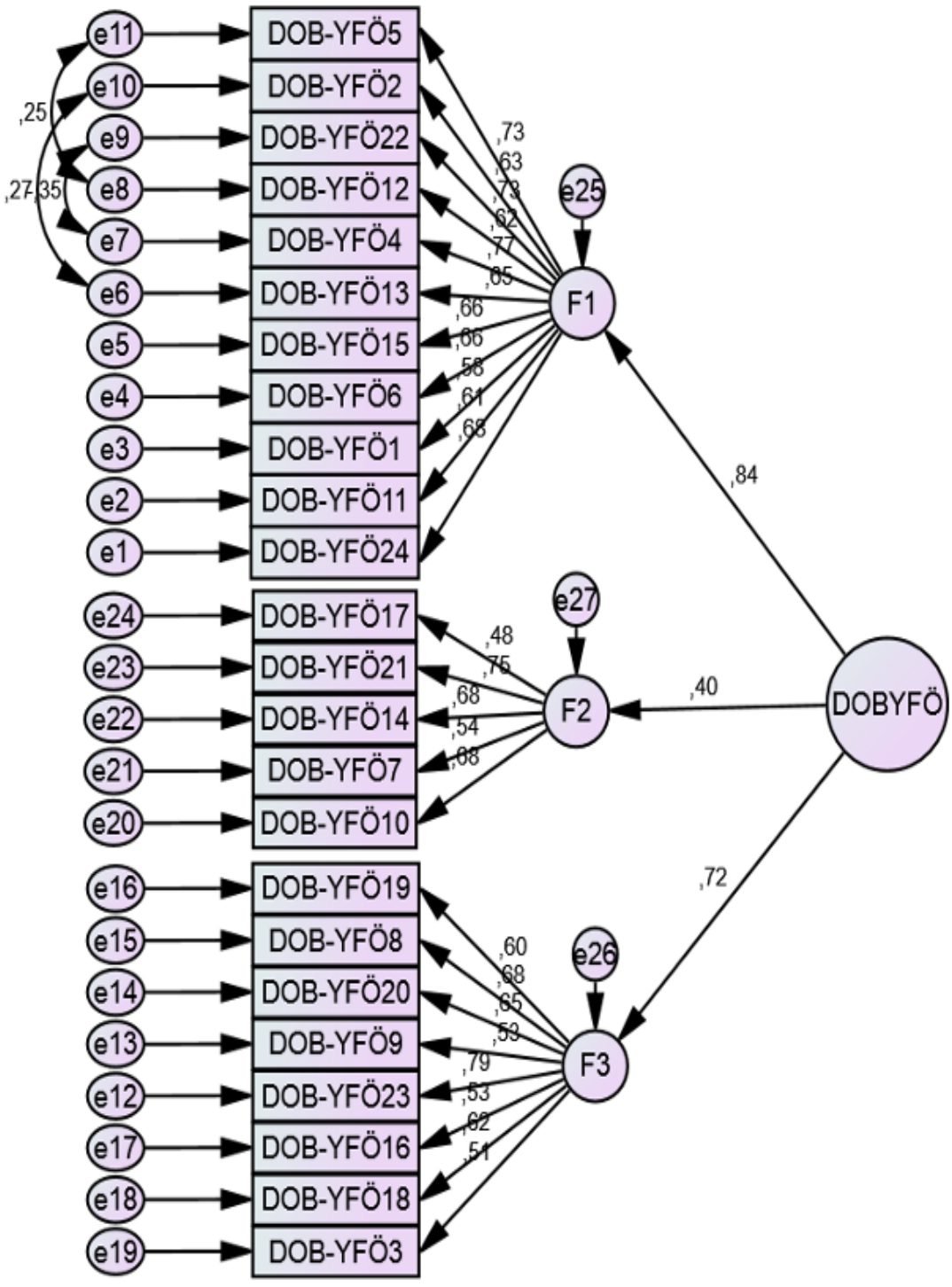
Şekil 4.4 incelendiğinde, ölçek maddelerinin tamamına ait standartlaştırılmış faktör yüklerinin 0,40'ın üzerinde olduğu görülmektedir. Faktör yükleri, ölçek maddelerinin faktörleri yordama gücünü göstermektedir. Literatürde bu değerlerin en az 0,30 olması gerektiği belirtilmektedir (256). Elde edilen değerlerin bu sınırın üzerinde olması, analiz sürecinde ölçekten çıkarılması gereken bir madde bulunmadığını ortaya koymaktadır.

Alt boyut bazında incelendiğinde; birinci alt boyut olan "Duygusal Hassasiyet" faktörünü oluşturan 11 maddenin faktör yüklerinin 0,58 ile 0,77 arasında; ikinci alt boyut olan "Öz Denetim" faktörünü oluşturan beş maddenin faktör yüklerinin 0,48 ile 0,75 arasında; üçüncü alt boyut olan "Sosyal İzolasyon" faktörünü oluşturan sekiz maddenin faktör yüklerinin ise 0,51 ile 0,79 arasında değiştiği saptanmıştır. Ayrıca, geçerli bir ölçme aracında faktör yüklerinin yüksek, hata varyanslarının düşük ve faktörler arası korelasyonların 0,85'in altında olması beklenmektedir (262). Mevcut çalışmada da faktörler arası korelasyonların 0,85 sınırının altında kaldığı belirlenmiştir.

Ayrıca, DFA kapsamında yol diyagramı oluşturulmuş ve maddelerin t değerleri de incelenmiştir. Literatürde t değerlerinin 1,96'nın üzerinde olması $p < 0,05$ düzeyinde, 2,56'nın üzerinde olması ise $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı kabul edilmektedir (236). Yapılan analizler sonucunda ölçeğin tüm faktör yüklerinin $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, tüm maddelerin ait oldukları yapıyı yeterli düzeyde temsil ettiğini ve ölçeğin yapı geçerliğini doğruladığını göstermektedir.

Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği içerisinde yer alan üç alt boyutun daha üst düzeyde tek bir faktör tarafından temsil edilip edilmediğini belirlemek amacıyla ikinci düzey DFA gerçekleştirilmiştir. İkinci düzey DFA'nın uygulanabilmesi için, en az üç adet birinci düzey faktörün bulunması gerekmektedir (256).

Yapılan analiz sonucunda elde edilen uyum indeksleri birinci düzey DFA sonuçlarıyla aynı şekilde ($\chi^2/df = 1,677$, RMSEA = 0,045, CFI = 0,941, GFI = 0,905, AGFI = 0,885, SRMR = 0,050) bulunmuştur. Üç alt boyuttan oluşan yapılarda, birinci düzey ve ikinci düzey DFA'da serbestlik dereceleri ile tahmin edilmesi gereken parametre sayıları birbirine eşittir. Bu nedenle, her iki analiz türünde de model uyum indekslerinin matematiksel olarak aynı sonuçları üretmesi beklenen bir durumdur (264). Bu bulgular, modelin kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. İkinci düzey faktör analizine ilişkin yol diyagramı Şekil 4.5'te sunulmuştur.



Şekil 4.5: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği ikinci düzey yol diyagramı ve faktör yükleri

F1: Duygusal Hassasiyet Alt Boyutu, F2: Öz Denetim Alt Boyutu, F3: Sosyal İzolasyon Alt Boyutu.

İkinci düzey DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri, ölçekten toplam puan alınmasının uygun olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, DOB-YFÖ kuramsal olarak çok boyutlu bir yapıda geliştirilmiş olup her bir alt boyut, ilgili psikolojik eğilimleri özgün biçimde yansıtmaktadır. Araştırmacılar bireyin genel yatkınlık düzeyine ilişkin bütüncül bir gösterge elde etmek istediklerinde toplam puanı; farklı eğilimleri daha ayrıntılı olarak ortaya koymak istediklerinde ise alt boyut puanlarını kullanabilirler.

4.1.9. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Benzer Ölçekler Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Geliştirilen ölçeğin yapı geçerliği çalışmalarının tamamlanmasının ardından, benzer ölçekler geçerliği analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda Duygusal Hassasiyet alt boyutu ile DASÖ-21 depresyon ve anksiyete alt boyutları ve RBSÖ toplam puanı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Öz Denetim alt boyutu ile KÖKÖ toplam puanı arasındaki ilişkiler analiz edilmiştir. Son olarak, Sosyal İzolasyon alt boyutu ile UYÖ-8 arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Ayrıca DOB-YFÖ toplam puanının tüm ölçekler ile arasındaki ilişki de incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen korelasyon katsayıları ayrı tablolar halinde sunulmuş olup, sırasıyla Tablo 4.12, Tablo 4.13 ve Tablo 4.14'te gösterilmiştir.

Tablo 4.12: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği duygusal hassasiyet alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler

	1	2	3	4	5
DOB-YFÖ-Toplam	1				
DOB-YFÖ- Duygusal Hassasiyet	0,818**	1			
DASÖ-21-Depresyon	0,657**	0,663**	1		
DASÖ-21-Anksiyete	0,486**	0,549**	0,554**	1	
RBSÖ-Toplam	-0,674**	-0,621**	-0,649**	-0,486**	1

*p<0,05, **p<0,001.

DOB-YFÖ-Toplam puanı ile DOB-YFÖ-Duygusal Hassasiyet alt boyutu arasında (r =0,818 p < 0,001), DASÖ-Depresyon alt boyutu arasında (r =0,657 p < 0,001) ve DASÖ-Anksiyete alt boyutu arasında (r =0,486 p < 0,001) anlamlı ve pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. DOB-YFÖ-Toplam puanı ile RBSÖ toplam puanı arasında ise

negatif yönde ve anlamlı bir ilişki (r = -0,674, p <0,001) bulunmuştur. Ayrıca DOB-YFÖ-Duygusal Hassasiyet alt boyutu ile DASÖ-Depresyon alt boyutu arasında (r = 0,663 p < 0,001) ve DASÖ-Anksiyete alt boyutu arasında (r = 0,549 p < 0,001) anlamlı ve pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. DOB-YFÖ- Duygusal Hassasiyet alt boyutu ile RBSÖ toplam puanı arasında da beklendiği üzere negatif yönde ve anlamlı bir ilişki (r = -0,621, p <0,001) olduğu görülmüştür.

Tablo 4.13: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği öz denetim alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler

	1	2	3
DOB-YFÖ-Toplam	1		
DOB-YFÖ- Öz Denetim	0,679**	1	
KÖKÖ-Toplam	-0,643**	-0,627**	1

*p<0,05, **p<0,001.

DOB-YFÖ-Toplam puanı ile DOB-YFÖ- Öz Denetim alt boyutu arasında (r = -0,679 p < 0,001) anlamlı ve negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca DOB-YFÖ Toplam puanı ile KÖKÖ toplam puanı arasında da negatif yönde ve anlamlı bir ilişki (r = -0,643, p <0,001) saptanmıştır. Bunlara ek olarak, DOB-YFÖ Öz Denetim alt boyutu ile KÖKÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde bir ilişki (r = -0,627, p <0,001) olduğu belirlenmiştir

Tablo 4.14: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği sosyal izolasyon alt boyutu benzer ölçek geçerliğine ilişkin değerler

	1	2	3
DOB-YFÖ-Toplam	1		
DOB-YFÖ- Sosyal İzolasyon	0,752**	1	
UYÖ-KF toplam	0,574**	0,688**	1

*p<0,05, **p<0,001.

DOB-YFÖ-Toplam puanı ile DOB-YFÖ-Sosyal İzolasyon alt boyutu arasında ($r = 0,752$, $p < 0,001$) ve UYÖ-8 toplam puanı arasında ($r = 0,574$, $p < 0,001$) anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca DOB-YFÖ Sosyal İzolasyon alt boyutu ile UYÖ-8 toplam puanı arasında da pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki ($r = 0,688$, $p < 0,001$) olduğu saptanmıştır.

Elde edilen bu bulgular DOB-YFÖ toplam puanı ve alt boyutları için benzer ölçek geçerliğinin güçlü bir şekilde desteklendiğini ortaya koymaktadır.

4.1.10. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Ayırt Edicilik Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin ayırt etme gücünü değerlendirmek amacıyla %27'lik alt ve üst gruplar oluşturulmuştur. Bu kapsamda, ölçek toplam puanları sıralanarak en yüksek %27'lik dilimde ve en düşük %27'lik dilimde yer alan katılımcıların puanları karşılaştırılmıştır. Gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.15'te sunulmuştur.

Tablo 4.15: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği alt ve üst gruplara ilişkin t-testi sonucu

	Değişken	N	X	Ss.	SD	T	p
DOB-YFÖ-Toplam	Alt %27	89	6,12	1	151,35	33,41	0,000*
	Üst %27	89	1,86	0,66			

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, T: Bağımsız Örneklemler t-testi Değeri, *p<0,05.

Tablo 4.15'te sunulan bağımsız örneklemler t-testi sonuçları incelendiğinde, alt ve üst grupların ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, DOB-YFÖ'den elde edilen toplam puanların ölçülen özellik açısından bireyleri ayırt etme gücünün yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir.

4.1.11. Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi Bulguları

Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği'nin nihai formuna ilişkin güvenirliğini incelemek amacıyla Cronbach Alpha katsayıları ve McDonald Omega değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen güvenirlik değerleri Tablo 4.16'da sunulmuştur.

Tablo 4.16: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği güvenirlik değerleri

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	Cronbach Alpha	McDonald Omega
Duygusal Hassasiyet	11	0,898	0,899
Öz Denetim	5	0,763	0,765
Sosyal İzolasyon	8	0,819	0,818
Toplam	24	0,896	0,893

Analiz sonuçları incelendiğinde, Cronbach Alpha güvenirlik katsayısının sırasıyla birinci alt boyut için 0,898, ikinci alt boyut için 0,763, üçüncü alt boyut için 0,819 ve ölçeğin tamamı için 0,896 olarak hesaplandığı görülmektedir. McDonald Omega güvenirlik katsayısı ise birinci alt boyut için 0,899, ikinci alt boyut için 0,765, üçüncü alt boyut için 0,818 ve ölçeğin tamamı için 0,893 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlik katsayılarında 0,70 ve üzerinin kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılığa işaret ettiği dikkate alındığında, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğu söylenebilir (263).

Ölçme aracının güvenirliğini incelemek amacıyla iç tutarlılık analizlerinin yanı sıra iki yarı test güvenirlik yöntemi de uygulanmıştır. Bu kapsamda, ölçeği oluşturan 24 madde, tek ve çift numaralı maddeler olarak ikiye ayrılarak analize tabi tutulmuştur. Analiz sonucunda Guttman Split-Half katsayısı 0,929 olarak elde edilmiştir. Ayrıca, Spearman-Brown katsayısı eşit uzunluktaki iki yarı için 0,936 olarak bulunmuştur. Bu bulgular, iki yarı test güvenirliğinin sağlandığını ortaya koymaktadır.

4.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmanın ikinci aşamasına ait bulgular bu bölümde sunulmuştur. İlk olarak ön analizlere ilişkin sonuçlar raporlanmış ardından ölçeklerden elde edilen puanlar betimsel istatistikler aracılığıyla incelenmiştir. Sonraki adımda değişkenler arasındaki ilişkiler

Pearson korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Daha sonra, riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan katılımcı gruplarının ölçek puanları arasındaki farklılaşmayı belirlemek amacıyla bağımsız örneklemler t-testi sonuçları değerlendirilmiştir. Son olarak, araştırmanın temel hipotezlerini içeren ilişkisel modelinin test edildiği YEM bulguları sunulmuştur.

4.2.1. Ön Analizlere Yönelik Bulgular

Veri setinin çok değişkenli istatistiksel uygunluğunu sağlamak amacıyla bir dizi ön analiz gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, veri setinde yer alan ters maddeler, kayıp veriler ve uç değerler kontrol edilmiştir. Eksik veri durumunu belirlemek için frekans analizleri yapılmış ve dahil edilme kriterlerine uymayan ya da istatistiksel açıdan hatalı olduğu değerlendirilen katılımcı verileri analiz dışı bırakılmıştır.

Uç değer analizi kapsamında, ölçek toplam puanları hesaplanmış ve bu puanlara ilişkin standartlaştırılmış Z değerleri elde edilmiştir. İlgili literatürde önerildiği gibi (252) ±3 sınırının dışındaki değerler potansiyel uç değer olarak değerlendirilmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda, veri setinden uç değer olarak değerlendirilen katılımcılar çalışmadan çıkarılmıştır.

Normallik varsayımını test etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Literatürde, çarpıklık ve basıklık değerlerinin ±2,0 aralığında olması kabul edilebilir düzeyde normallik göstergesi olarak değerlendirilmiştir (253). Bu çalışmada her bir veri setinde çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş, değerleri -2 ile +2 aralığı dışında kalan veriler analiz kapsamı dışında tutulmuştur.

Ardından, çoklu doğrusallık varsayımı tolerans ve VIF değerleri üzerinden değerlendirilmiştir. Bulgular, Tolerans değerlerinin 0,20'nin üzerinde ve VIF değerlerinin 5'in altında olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla değişkenler arasında çoklu doğrusallık sorunu bulunmadığı sonucuna varılmıştır (263).

Ön analizlerin tamamlanmasının ardından, araştırma 386 katılımcıdan elde edilen veri setiyle yürütülmüştür. Literatürde örneklem büyüklüğüne ilişkin görüşler dikkate alındığında, ulaşılan katılımcı sayısının yapılacak analizler için yeterli düzeyde olduğu görülmektedir (246).

4.2.2. Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri

Araştırmada kullanılan ölçeklerin ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, çarpıklık ve basıklık, tolerans ve VIF değerleri Tablo 4.17'de sunulmuştur.

Tablo 4.17: Ölçeklerden elde edilen puanların ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri

Ölçüm Araçları		Ort.	Ss.	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık	Tol.	VIF
Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği	Oyun Oynama İsteği	7,10	3,22	0	16	0,29	-0,31		
	İlişki ve İşlev Kaybı	1,92	3,04	0	12	1,28	1,88		
	Toplam	9,02	4,34	1	22	0,46	-0,20		
Dijital Oyun Bağımlılığı - Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği	Duygusal Hassasiyet	1,48	0,83	0	3,73	0,53	-0,37		
	Öz Denetim	1,49	0,74	0	3,80	0,12	-0,37		
	Sosyal İzolasyon	0,86	0,74	0	3	0,80	-0,19		
	Toplam	3,83	1,78	0,40	8,91	0,48	-0,48	0,73	1,37
Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi	Toplam	15,18	8,26	0	38	0,23	-0,70	0,73	1,37
Arzu Düşüncesi Ölçeği	Sözel Tekrarlama	8,59	3,19	0	18	0,73	-0,20		
	İmgesel Canlandırma	9,56	3,47	4	20	0,68	-0,06		
	Toplam	18,15	6,09	4	37	0,60	-0,40	0,97	1,03

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, Min.: Minimum, Maks.: Maksimum, Tol.: Tolerans, VIF: Varyans Enflasyon Faktörü.

4.2.3. Korelasyon Analizi Bulguları

Çalışmada yer alan DOB-RÖ toplam puanı, DOB-YFÖ toplam puanı ve alt boyutları (Duygusal Hassasiyet, Öz Denetim, Sosyal İzolasyon), DZTİ toplam puanı, ADÖ toplam puanı ve alt boyutları (Sözel Tekrarlama, İmgesel Canlandırma) arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analizlerde yalnızca istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$ ve $p < 0,001$) ilişkiler raporlanmıştır (Tablo 4.18).

Tablo 4.18: Değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
DOB-RÖ-Top	1								
DOB-YFÖ-Top	0,36**	1							
DOB-YFÖ-DH	0,27**	0,85**	1						
DOB-YFÖ-ÖD	0,30**	0,68**	0,36**	1					
DOB-YFÖ-Sİ	0,26**	0,77**	0,56**	0,23**	1				
DZTİ-Top	0,16**	0,52**	0,57**	0,22**	0,37**	1			
ADÖ-Top	0,46**	0,14**	0,12*	0,08	0,13*	0,15**	1		
ADÖ-ST	0,42**	0,16**	0,16**	0,10	0,11*	0,19**	0,91**	1	
ADÖ-İC	0,41**	0,10	0,06	0,04	0,13*	0,09	0,92**	0,67**	1

DOB-RÖ-Top: Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği Toplam Puanı, DOB-YFÖ-Top: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği, DOB-YFÖ-DH: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Duygusal Hassasiyet Alt Boyutu, DOB-YFÖ-ÖD: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Öz Denetim Alt Boyutu, DOB-YFÖ-Sİ: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Sosyal İzolasyon Alt Boyutu, DZTİ-Top: Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi Toplam Puanı, ADÖ-Top: Arzu Düşüncesi Ölçeği Toplam Puanı, ADÖ-ST: Arzu Düşüncesi Ölçeği Sözel Tekrarlama Alt Boyutu, ADÖ-İC: Arzu Düşüncesi Ölçeği İmgesel Canlandırma Alt Boyutu, *p<0,05, **p<0,001.

Analiz sonuçlarına göre, DOB-RÖ toplam puanı ile DOB-YFÖ toplam puanı ($r = 0,36$, $p < 0,001$), Duygusal Hassasiyet alt boyutu ($r = 0,27$, $p < 0,001$), Öz Denetim alt boyutu ($r = 0,30$, $p < 0,001$), Sosyal İzolasyon alt boyutu ($r = 0,26$, $p < 0,001$), DZTİ toplam puanı ($r = 0,16$, $p < 0,001$), ADÖ toplam puanı ($r = 0,46$, $p < 0,001$), Sözel Tekrarlama alt boyutu ($r = 0,42$, $p < 0,001$) ve İmgesel Canlandırma alt boyutu ($r = 0,41$, $p < 0,001$) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Bununla birlikte DOB-YFÖ toplam puanının; Duygusal Hassasiyet ($r = 0,85$, $p < 0,001$), Öz Denetim ($r = 0,68$, $p < 0,001$) ve Sosyal İzolasyon ($r = 0,77$, $p < 0,001$) alt boyutları ile DZTİ toplam puanı ($r = 0,52$, $p < 0,001$) ve Sözel Tekrarlama ($r = 0,16$, $p < 0,001$) alt boyutu ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir.

Duygusal Hassasiyet alt boyutunun; Öz Denetim ($r = 0,36$, $p < 0,001$) ve Sosyal İzolasyon ($r = 0,56$, $p < 0,001$) alt boyutları, DZTİ toplam puanı ($r = 0,57$, $p < 0,001$), ADÖ toplam puanı ($r = 0,12$, $p < 0,05$) ve Sözel Tekrarlama ($r = 0,16$, $p < 0,001$) alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler sergilediği görülmektedir.

Öz Denetim alt boyutu ile Sosyal İzolasyon alt boyutu ($r = 0,23$, $p < 0,001$) ve DZTİ toplam puanı ($r = 0,22$, $p < 0,001$) arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sosyal İzolasyon alt boyutu ise DZTİ toplam puanı ($r = 0,37$, $p < 0,001$), ADÖ toplam puanı ($r = 0,13$, $p < 0,05$), Sözel Tekrarlama ($r = 0,11$, $p < 0,05$) ve İmgesel Canlandırma ($r = 0,13$, $p < 0,05$) alt boyutları ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkilidir.

Ayrıca, DZTİ toplam puanının ADÖ toplam puanı ($r = 0,15$, $p < 0,001$) ve Sözel Tekrarlama alt boyutu ($r = 0,19$, $p < 0,001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır.

Son olarak, ADÖ toplam puanı, Sözel Tekrarlama ($r = 0,91$, $p < 0,001$) ve İmgesel Canlandırma ($r = 0,92$, $p < 0,001$) alt boyutlarıyla ilişkili bulunurken Sözel Tekrarlama alt boyutu ise İmgesel Canlandırma ($r = 0,67$, $p < 0,001$) alt boyutuyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir.

4.2.4. Gruplar Arası Karşılaştırmalar

Araştırma grubundaki katılımcılar, DOB-RÖ'den elde ettikleri toplam puanlara göre risk düzeyleri baz alınarak iki gruba ayrılmıştır. Ölçek toplam puan ortalamasının bir standart sapma ve üzeri (Ort. + 1 Ss.) değer alan katılımcılar "riskli düzeyde oyun oynayan" (Riskli Grup, $N = 65$), bu değerin altında kalanlar ise "riskli düzeyde oyun oynamayan" (Düşük Riskli Grup, $N = 321$) olarak sınıflandırılmıştır.

Gruplar arası karşılaştırmalarda kullanılacak istatistiksel yöntemin belirlenmesi amacıyla, her iki grubun ilgili ölçeklerden (DOB-YFÖ, DZTİ, ADÖ) aldıkları puanların normallik dağılımı, çarpıklık ve basıklık katsayıları üzerinden incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, elde edilen tüm değerlerin kabul edilebilir sınırlar olan -2 ile +2 aralığında yer aldığı görülmüş ve değişkenlerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Bu doğrultuda, riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların DOB-YFÖ, DZTİ ve ADÖ'den aldıkları puanlar arasındaki farklılıkların incelenmesinde, parametrik testlerden biri olan bağımsız örneklemler t-testi kullanılmıştır.

4.2.4.1 Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler değişkenine göre karşılaştırılması: Katılımcıların riskli düzeyde oyun oynayıp oynamama durumlarına göre dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler puanlarının istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır (Tablo 4.19).

Tablo 4.19: Dijital oyun bağımlılığı yatkınlaştırıcı faktörler ölçeği toplam ve alt ölçek puanlarının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması

Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği	Riskli Düzeyde Oyun Oynayan Grup (n=65)		Riskli Düzeyde Oyun Oynamayan Grup (n=321)			
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	T	p
Duygusal Hassasiyet	1,87	0,86	1,40	0,80	4,261	0,000*
Öz Denetim	1,94	0,64	1,40	0,73	5,466	0,000*
Sosyal İzolasyon	1,20	0,82	0,79	0,70	3,791	0,000*
Toplam	5,01	1,68	3,59	1,70	6,116	0,000*

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, T: Bağımsız Örneklemler t-testi Değeri, *p<0,05.

Analiz sonuçlarına göre, riskli düzeyde oyun oynayan grubun Duygusal Hassasiyet ($t = 4,261$, $p < 0,05$), Öz Denetim ($t = 5,466$, $p < 0,05$) ve Sosyal İzolasyon ($t = 3,791$, $p < 0,05$) alt boyut puanları ile DOB-YFÖ toplam puanı ortalamalarının ($t = 6,116$, $p < 0,05$), riskli düzeyde oyun oynamayan gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.2.4.2. Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların duygusal zorlanmaya toleranssızlık değişkenine göre karşılaştırılması: Katılımcıların riskli düzeyde oyun oynayıp oynamama durumlarına göre duygusal zorlanmaya toleranssızlık puanlarının istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır (Tablo 4.20).

Tablo 4.20: Duygusal zorlanmaya toleranssızlık indeksi toplam puanının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması

Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi	Riskli Düzeyde Oyun Oynayan Grup (n=65)		Riskli Düzeyde Oyun Oynamayan Grup (n=321)			
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	T	p
Toplam	17,11	8,17	14,79	8,23	2,073	0,039*

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, T: Bağımsız Örneklemler t-testi Değeri, *p<0,05.

Riskli düzeyde oyun oynayan grubun DZTİ toplam puanı ($t = 2,073$, $p < 0,05$), riskli düzeyde oyun oynamayan gruba göre yüksek bulunması riskli gruptaki bireylerin duygusal zorlanmaya karşı toleranslarının daha düşük olduğunu göstermektedir.

4.2.4.3. Riskli düzeyde oyun oynayan ve oynamayan grupların arzu düşüncesi değişkenine göre karşılaştırılması: Katılımcıların riskli düzeyde oyun oynayıp oynamama durumlarına göre arzu düşüncesi puanlarının istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklemler t-testi uygulanmıştır (Tablo 4.21).

Tablo 4.21: Arzu düşüncesi ölçeği ve alt ölçek puanlarının riskli düzeyde oyun oynama değişkenine göre karşılaştırılması

Arzu Düşüncesi Ölçeği	Riskli Düzeyde Oyun Oynayan Grup (n=65)		Riskli Düzeyde Oyun Oynamayan Grup (n=321)			
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	T	p
Sözel Tekrarlama	11,08	3,39	8,08	2,91	7,350	0,000*
İmgesel Canlandırma	12,31	3,41	9,01	3,21	7,477	0,000*
Toplam	23,38	5,96	17,09	5,55	8,231	0,000*

Ort.: Ortalama, Ss.: Standart Sapma, T: Bağımsız Örneklemler t-testi Değeri, *p<0,05.

Riskli düzeyde oyun oynayan grubun Sözel Tekrarlama ($t = 7,350$, $p < 0,05$) ve İmgesel Canlandırma ($t = 7,477$, $p < 0,05$) alt boyut puanları ile ADÖ toplam puanının ($t = 8,231$, $p < 0,05$), riskli düzeyde oyun oynamayan gruba kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

4.2.5. Ölçüm Modeline İlişkin Bulgular

Yapısal ilişkilerin test edilmesine geçilmeden önce, ölçüm modelinin yapısal geçerliliğini incelemek ve gizil değişkenlerin gözlenen değişkenlerle olan ilişkilerini değerlendirmek amacıyla DFA gerçekleştirilmiştir. Kurulan tam ölçüm modeli, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler, dijital oyun bağımlılığı riski, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi olmak üzere dört gizil değişken ve on gözlenen değişkenden oluşmaktadır.

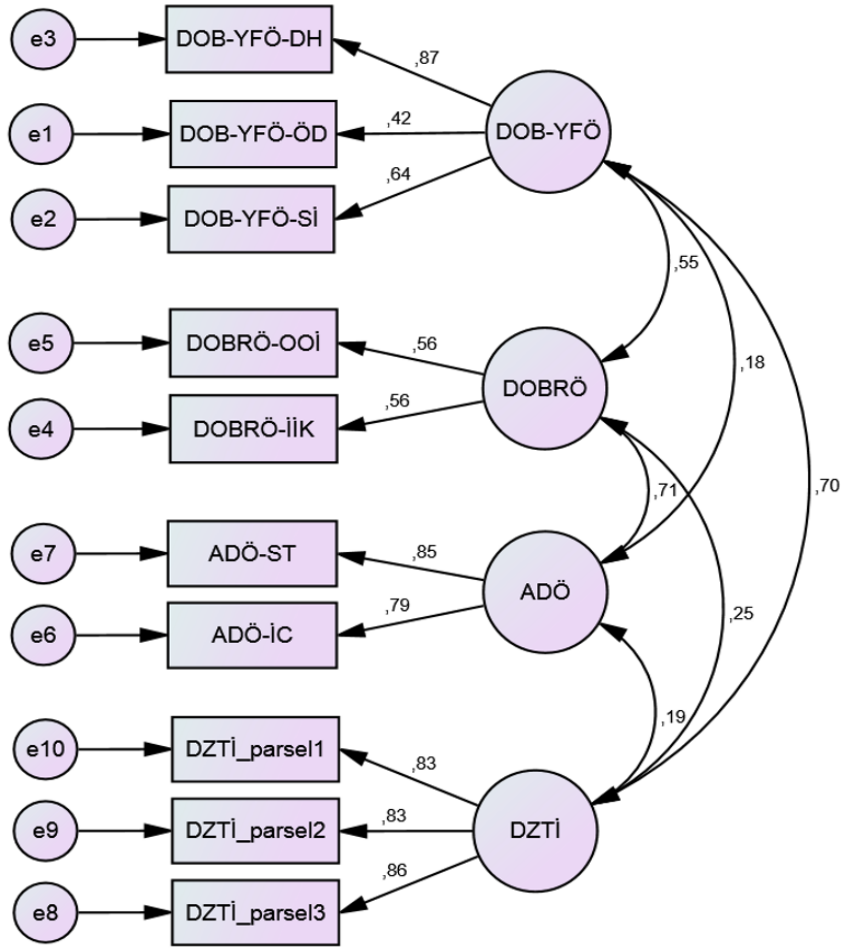
Araştırma kapsamında duygusal zorlanmaya toleranssızlık değişkeninin tek faktörlü bir yapıya sahip olması nedeniyle, analizlerde madde parselleme tekniği kullanılmıştır. Bu yöntem, tek boyutlu ölçüm araçlarında ölçüm hatalarını azaltmak ve gösterge değişkenlerin güvenirliğini artırmak amacıyla önerilmektedir (265). Literatürde, parselleme tekniğinin ölçümlerin normalliğini desteklemesi ve modelin genel uyum indekslerini iyileştirmesi bakımından avantaj sağladığı belirtilmektedir (266). Ayrıca, Little ve ark. (267) tarafından yürütülen çalışmalarda da yöntemin yüksek güvenirlik düzeyleri sağlaması nedeniyle YEM uygulamalarında kullanılması önerilmiştir. Bu gerekçeler doğrultusunda, mevcut araştırmada duygusal zorlanmaya toleranssızlık değişkenine ilişkin ölçümler için parselleme yaklaşımı benimsenmiş, böylece model ile veri arasındaki uyumun güçlendirilmesi hedeflenmiştir.

Gerçekleştirilen analiz sonucunda elde edilen model uyum indeksleri, modelin verilere iyi düzeyde uyum sağladığını göstermektedir (χ^2/df = 3,416, RMSEA = 0,079 (90% GA [0,062, 0,097], CFI = 0,951, GFI = 0,951, AGFI = 0,907, SRMR = 0,055). Ölçüm modeline ilişkin uyum indeks değerleri Tablo 4.22'de sunulmuştur.

Tablo 4.22: Ölçüm modeline dair uyum indeksi değerleri

Uyum Kriterleri	Mükemmel Uyum	İyi Uyum	Ölçüm Modeli Uyum Değerleri	Sonuç
χ^2 / sd	≤3	≤5	3,416	İyi Uyum
RMSEA	≤0,05	≤0,08	0,079	İyi Uyum
CFI	≥0,95	≥0,90	0,951	Mükemmel Uyum
GFI	≥0,95	≥0,90	0,951	Mükemmel Uyum
AGFI	≥0,90	≥0,85	0,907	Mükemmel Uyum
SRMR	≤0,05	≤0,08	0,055	İyi Uyum

Tüm göstergeler, ait oldukları gizil değişkenlere anlamlı biçimde yüklenmiştir (yük değerleri 0,42 ile 0,87 arasında değişmektedir, p <0,001). Bu sonuç, tüm gizil değişkenlerin kendi göstergeleri tarafından iyi bir şekilde temsil edildiğini göstermektedir (Şekil 4.6)



Şekil 4.6: Ölçüm modeline ilişkin yol diyagramı ve faktör yükleri

DOB-YFÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği, DOB-YFÖ-DH: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Duygusal Hassasiyet Alt Boyutu, DOB-YFÖ-ÖD: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Öz Denetim Alt Boyutu, DOB-YFÖ-Sİ: Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği Sosyal İzolasyon Alt Boyutu, DOB-RÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği, DOB-RÖ-OOİ: Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği Oyun Oynama İsteği Alt Boyutu, DOB-RÖ-İİK: Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği İlişki ve İşlev Kaybı Alt Boyutu , DZTİ: Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi, ADÖ: Arzu Düşüncesi Ölçeği, ADÖ-ST: Arzu Düşüncesi Ölçeği Sözel Tekrarlama Alt Boyutu, ADÖ-İC: Arzu Düşüncesi Ölçeği İmgesel Canlandırma Alt Boyutu.

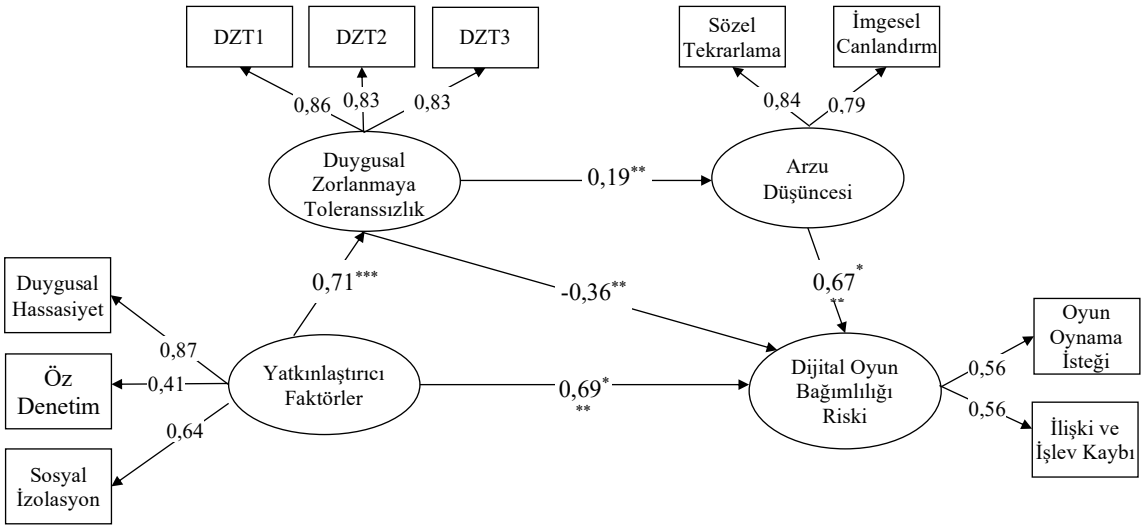
4.2.6. Yapısal Modele İlişkin Bulgular

Ölçüm modelinin doğrulanmasının ardından, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler ile dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki ilişkide duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesinin varsayılan seri aracılık rolü YEM kullanılarak test edilmiştir. Gerçekleştirilen analizler neticesinde, yapısal modelin verilere iyi düzeyde uyum sağladığı belirlenmiştir (χ^2/df = 3,332, RMSEA = 0,078 (%90 GA [0,061 - 0,095], CFI = 0,951, GFI = 0,951, AGFI = 0,910, SRMR = 0,057). Yapısal modele ilişkin uyum indeksleri Tablo 4.23'te sunulmuştur.

Tablo 4.23: Yapısal modele dair uyum indeksi değerleri

Uyum Kriterleri	Mükemmel Uyum	İyi Uyum	Ölçüm Modeli Uyum Değerleri	Sonuç
χ^2 / sd	≤3	≤5	3,332	İyi Uyum
RMSEA	≤0,05	≤0,08	0,078	İyi Uyum
CFI	≥0,95	≥0,90	0,951	Mükemmel Uyum
GFI	≥0,95	≥0,90	0,951	Mükemmel Uyum
AGFI	≥0,90	≥0,85	0,910	Mükemmel Uyum
SRMR	≤0,05	≤0,08	0,057	İyi Uyum

Analiz sürecinin son aşamasında, araştırmanın temel hipotezi kapsamında oluşturulan aracılık modelindeki doğrudan ve dolaylı etkiler, Bootstrap yöntemi (5000 yeniden örnekleme ve %95 yanlılık düzeltilmiş güven aralıkları) kullanılarak test edilmiştir. Bootstrap yöntemi, mevcut veri setinden çok sayıda yeniden örnekleme yaparak ilgili yolların standardize edilmiş beta katsayılarını ve güven aralıklarını tahmin etmektedir. Elde edilen güven aralıklarının alt ve üst sınırları arasında sıfır değerinin yer almaması, ilgili etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (251). Bu kapsamda, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi değişkenlerinin, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler ile dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisine sahip olup olmadığı incelenmiştir. YEM kapsamında gerçekleştirilen analiz sonucunda, modele ilişkin standardize edilmiş yol katsayılarını gösteren bir diyagram elde edilmiş olup Şekil 4.7'de sunulmuştur.



Şekil 4.7: Yapısal model ve standardize edilmiş yol katsayıları

*** p<0,001, ** p<0,01

Doğrudan etkilere ilişkin parametreler incelendiğinde, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörlerden dijital oyun bağımlılığı riskine (β = 0,69, p < 0,001) ve duygusal zorlanmaya toleranssızlığa (β = 0,71, p < 0,001) giden yolların anlamlı olduğu bulunmuştur. Duygusal zorlanmaya toleranssızlıktan dijital oyun bağımlılığı riskine (β = -0,36, p < 0,01) ve arzu düşüncesine (β = 0,19, p < 0,01) giden yolların anlamlı olduğu görülmektedir. Son olarak arzu düşüncesinden dijital oyun bağımlılığı riskine (β = 0,67, p < 0,001) giden yolun anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Doğrudan etkilerin değerlendirilmesinin ardından, aracı değişkenlerin rolünü ortaya koymak amacıyla dolaylı etkilerin değerlendirildiği analizler gerçekleştirilmiştir. İlk olarak dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler ile dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki ilişkide duygusal zorlanmaya toleranssızlığın aracı rolü istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (β = -0,25, p < 0,01). Korelasyon analizinde duygusal zorlanmaya toleranssızlık ile dijital oyun bağımlılığı riski arasında pozitif bir ilişki gözlemlenmesine rağmen yapısal modelde duygusal zorlanmaya toleranssızlıktan dijital oyun bağımlılığına giden doğrudan yol negatif yönde gerçekleşmiştir (β = −0,35). Bu işaret değişiminin çoklu doğrusallık sorunundan kaynaklanmadığını doğrulamak adına incelenen en yüksek VIF (1,37) ve en düşük tolerans (0,73) değerleri, kabul edilebilir sınırların (VIF < 5, TOL. > 0,20) içinde bulunmuştur (263). Bu örüntü, dijital oyun

bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler ve arzu düşüncesinin ortak varyansları kontrol edildiğinde duygusal zorlanmaya toleranssızlığın bağımlılık riski üzerindeki özgül etkisinin özgül etkisinin yön değiştirdiğine işaret etmektedir. Bu durum, bastırma etkisi veya tutarsız aracılık örüntüsüyle açıklanabilir. Bastırma etkisi, bir bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin, modele dâhil edilen üçüncü bir değişkenin kontrol edilmesiyle yön değiştirmesi durumudur (268). Bu durum, duygusal zorlanmaya toleranssızlığın oyun bağımlılığı riski üzerindeki etkisinin doğrudan değil, büyük ölçüde aracı değişkenler (örn. arzu düşüncesi) üzerinden dolaylı olarak ortaya çıktığını düşündürmektedir. Bu kapsamda, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörlerin dijital oyun bağımlılığı riski üzerindeki etkisinin duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi aracılığıyla nasıl aktarıldığını belirlemek amacıyla seri aracılık modeli test edilmiştir. Gerçekleştirilen analiz sonucunda, modeldeki seri aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($\beta = 0,14$, $p < 0,01$). Analiz kapsamında elde edilen doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin standardize edilmiş katsayılar ile %95 GA ayrıntılı biçimde Tablo 4.24'te sunulmuştur.

Tablo 4.24: Seri aracılık modelindeki doğrudan ve dolaylı etkilere ait standardize edilmiş bootstrapping sonuçları

Model Yolları	β	B	95 % Güven Aralığı	
			Alt sınır	Üst sınır
Doğrudan etki				
Yatkınlaştırıcı Faktörler → Dijital Oyun Bağımlılığı Riski	0,69***	2,55***	1,09	4,32
Yatkınlaştırıcı Faktörler → Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık	0,71***	5,24***	4,01	7,10
Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık → Arzu Düşüncesi	0,19**	0,23**	0,08	0,39
Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık → Dijital Oyun Bağımlılığı Riski	-0,36**	-0,18**	-0,36	-0,04
Arzu Düşüncesi → Dijital Oyun Bağımlılığı Riski	0,67***	0,28***	0,21	0,36
Dolaylı etki				
Yatkınlaştırıcı Faktörler → (Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık) → Dijital Oyun Bağımlılığı Riski	-0,25**	-0,93**	-1,80	-0,34
Yatkınlaştırıcı Faktörler → (Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık- Arzu Düşüncesi) → Dijital Oyun Bağımlılığı Riski	0,14**	0,34**	0,15	0,62

5.TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın temel amaçları doğrultusunda elde edilen bulgular bütüncül bir perspektifle ele alınmıştır. Analiz sonuçları, ilgili literatürle karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Tartışma bölümü iki ana eksende yapılandırılmıştır. Öncelikle geliştirilen DOB-RDE'nin psikometrik özellikleri tartışılmış; envanteri oluşturan DOB-RÖ ve DOB-YFÖ'ye ilişkin geçerlik ve güvenirlik bulguları değerlendirilmiştir. Ardından, değişkenler arasındaki yapısal ilişkiler incelenmiş ve dijital oyun bağımlılığı riskini açıklamaya yönelik kurulan YEM'de yer alan seri aracılık mekanizmaları I-PACE modeli çerçevesinde ele alınmıştır.

5.1. ÖLÇEK GELİŞTİRME AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu bölümde, DOB-RDE kapsamında yürütülen ölçek geliştirme sürecine ilişkin bulgular tartışılmaktadır. Envanterin geliştirilmesindeki temel amaç, bireylerin dijital oyun oynama davranışlarına ilişkin risk düzeylerini belirlemek ve bu davranışa zemin hazırlayan psikolojik eğilimleri çok boyutlu bir yapıda değerlendirebilen özgün bir ölçme aracı kazandırmaktır. Ölçek geliştirme süreci, davranışsal bağımlılıkların gelişimini açıklayan I-PACE modeli temel alınarak yürütülmüştür (7,8).

Modele göre dijital oyun bağımlılığının gelişiminde bireyin kişisel yatkınlık özellikleri önemli bir rol oynamaktadır (8). Model, depresyon, kaygı, öz denetim eksikliği, düşük öz saygı ve yalnızlık gibi bireysel psikolojik eğilimlerin bireyin oyun oynama davranışına yönelik bilişsel ve duygusal tepkilerini etkilediğini öne sürer. Bu tür yatkınlık faktörleri, olumsuz duygularla başa çıkma aracı olarak oyun oynama davranışını tetikleyerek zamanla kontrol kaybı ve işlevsel bozulmaya yol açabilir. DOB-RDE bu kuramsal çerçeveden hareketle, bireyin dijital oyun bağımlılığına yönelik risk düzeyini ve bu riski artırabilecek psikolojik faktörleri kapsamlı bir şekilde değerlendirecek biçimde tasarlanmıştır.

Envanterin bileşenleri incelendiğinde OPF ile katılımcıların demografik ve oyun davranışına ilişkin betimleyici özellikleri hakkında bilgi elde edilmesi amaçlanmıştır. OPF, betimsel nitelik taşıması ve psikometrik bir yapı ölçmemesi nedeniyle geçerlik ve

güvenirlik analiz sürecine dahil edilmemiştir. Bir diğer alt ölçek olan DOB-RÖ ile oyun oynama davranışının risk düzeyinin değerlendirilmesi; son olarak DOB-YFÖ ile bağımlılığa yatkınlık oluşturan psikolojik değişkenlerin ölçülmesi amaçlanmıştır. İlerleyen kısımlarda, bu ölçeklerin geliştirilme sürecinden elde edilen bulgular kuramsal temeller ve ilgili literatür ışığında tartışılmıştır.

Bu araştırmada geliştirilen DOB-RÖ, bireylerin dijital oyun oynama davranışlarına ilişkin bağımlılık riskini çok boyutlu biçimde değerlendirmek amacıyla yapılandırılmıştır. Ölçeğin geliştirilme sürecinde dijital oyun bağımlılığına ilişkin güncel ölçme araçları (208), DSM-5'te tanımlanan davranışsal bağımlılık ölçütleri (5) ve literatürde oyun bağımlılığına yönelik güncel kuramsal yaklaşımlar dikkate alınmıştır (8). Bu çerçevede ölçek, bireyin oyun oynama davranışına yönelik kontrol kaybı, tolerans gelişimi, işlev kaybı ve olumsuz sonuçlara rağmen oyun oynamaya devam etme gibi temel bağımlılık göstergelerini değerlendiren maddelerden oluşturulmuştur.

Ölçeğin kapsam ve yapı geçerliği bulguları kuramsal temel ile uyumlu ve psikometrik açıdan güçlü bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde oluşturulan taslak form, içerik geçerliğinin değerlendirilmesi amacıyla psikoloji alanında görev yapan 10 uzman tarafından incelenmiştir. Uzman görüşleriyle değerlendirilen maddelerin büyük çoğunluğu uygun bulunmuş, yalnızca bir madde kapsam geçerlik katsayısının 0,80'in altında kalması nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. Sonrasında AFA sonucunda ölçeğin iki boyutlu bir yapıya sahip olduğu belirlenmiş; bu boyutlar "Oyun Oynama İsteği" ve "İlişki ve İşlev Kaybı" olarak adlandırılmıştır. Özdeğeri 1'in üzerinde olan bu iki faktör toplam varyansın %54,72'sini açıklamaktadır. DFA bulguları da bu yapının veriyle iyi düzeyde uyum sağladığını kanıtlamıştır.

Maddelerin tamamının standardize faktör yüklerinin 0,40'ın üzerinde ve anlamlı bulunması, yapısal geçerliğin güçlü bir biçimde desteklendiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca Cronbach Alpha katsayılarının toplam ölçek için 0,71 düzeyinde olması, DOB-RÖ'nün kısa yapısına rağmen güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu desteklemektedir. Son olarak ölçüt geçerliği analizlerinde, DOB-RÖ toplam puanı ile İOOBÖ-KF toplam puanı arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki ($r = 0,758$, $p < 0,001$) saptanmıştır.

Ölçek puanlarının yorumlanması açısından bakıldığında, DOB-RÖ'den alınan yüksek puanlar, bireylerin dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeylerinin yükseldiğine işaret etmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 iken en yüksek

puan 28'dir. Genel olarak bu bulgular, DOB-RÖ'nün dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeylerini geçerli ve güvenilir biçimde değerlendirebilen bir ölçek olduğunu ortaya koymaktadır.

Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği'nin geliştirilme süreci, dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeyini belirlemeye yönelik bir anlayışla yürütülmüştür. Ölçek, DSM-5'te tanımlanan İOOB ölçütleriyle uyumlu biçimde bağımlılığın temel göstergelerini (örn. kontrol kaybı, tolerans, işlev kaybı ve olumsuz sonuçlara rağmen sürdürme) değerlendirmektedir. Ancak ölçek, bu belirtileri tanısal eşiğin ötesine taşımadan risk eğilimi çerçevesinde ele almaktadır. DOB-RÖ'nün Oyun Oynama İsteği alt boyutu, bireyin oyuna yönelik ilgisini, duygusal rahatlama arayışını ve giderek artan oynama isteğini yansıtmaktadır. İlişki ve İşlev Kaybı alt boyutu ise oyun davranışının sosyal yaşam ve akademik işlevsellik üzerindeki olumsuz etkilerini temsil etmektedir. Bu ayrım, bağımlılık davranışının başlangıçta haz ve pekiştirmeye dayalı bir eğilimden zamanla kontrol kaybı ve işlevsel bozulmaya doğru ilerleyen bir süreç olduğunu öne süren I-PACE modelinin güncel açıklamalarıyla da tutarlıdır (8).

Bununla birlikte yapı ve içerik açısından literatürde yaygın olarak kullanılan ölçeklerle örtüşmektedir (208,269,270). Ancak mevcut ölçme araçlarının büyük bir kısmı, bağımlılığın klinik düzeydeki belirtilerine odaklanmakta ve erken dönemdeki risk eğilimlerini yeterince yansıtmamaktadır. DOB-RÖ ise, bu belirtileri risk eğilimi çerçevesinde ele alarak bağımlılığın gelişim sürecine yönelik önleyici bir değerlendirme yaklaşımı sunmaktadır. Literatürde dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk değerlendirmesi yapan bazı ölçekler (271) bulunsa da DOB-RÖ, görece kısa ve pratik yapısıyla uygulamacılara kolaylık sunmaktadır. Bununla birlikte, ölçeğin en önemli farkı bir çeviri ya da uyarlama çalışması olmaması, doğrudan Türk kültürü bağlamında geliştirilmiş bir ölçek olmasıdır. Bu durum ölçeğin kavramları ele alış biçiminde kültürel bir uygunluk sağlamaktadır.

Dijital oyun oynama davranışının davranışsal düzeydeki risk göstergeleri DOB-RÖ ile değerlendirirken, bu davranışın ortaya çıkışında etkili olabilecek kişisel ve psikolojik yatkınlıkları değerlendirmek amacıyla DOB-YFÖ geliştirilmiştir. Böylece, dijital oyun bağımlılığı riskinin yalnızca gözlenen belirtiler üzerinden değil, aynı zamanda bu davranışı besleyen bilişsel, duygusal ve kişilik temelli eğilimler üzerinden de incelenmesi hedeflenmiştir. Bu bütüncül yaklaşım, I-PACE modelinin bağımlılık

davranışlarını açıklarken vurguladığı kişisel yatkınlıkların rolü ile tam bir uyum göstermektedir (8).

Ölçeğin kapsam ve yapı geçerliği bulguları kuramsal temel ile uyumlu ve psikometrik açıdan güçlü bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde oluşturulan taslak form, içerik geçerliğinin değerlendirilmesi amacıyla psikoloji alanında görev yapan 10 uzman tarafından incelenmiştir. Uzman değerlendirmeleri doğrultusunda, 37 maddeden 3'ü kapsam geçerlik katsayısının 0,80'in altında kalması nedeniyle ölçekten çıkarılmış ve 7 maddenin ifadeleri düzeltilerek yeniden yapılandırılmıştır. Takiben, AFA sonucunda ölçeğin üç boyutlu bir yapıya sahip olduğu belirlenmiş; bu boyutlar "Duygusal Hassasiyet", "Öz Denetim" ve "Sosyal İzolasyon" olarak adlandırılmıştır. Özdeğeri 1'in üzerinde olan bu üç faktör, toplam varyansın %51,86'sını açıklamaktadır. DFA bulguları da bu yapının veriyle iyi düzeyde uyum sağladığını ortaya koymuştur.

Ölçekte yer alan maddelerin tamamının standardize faktör yüklerinin 0,40'ın üzerinde ve anlamlı bulunması, yapı geçerliğinin güçlü biçimde desteklendiğini göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılığı yüksek düzeydedir ve alt boyutlar düzeyinde de güvenirlik katsayıları kabul edilebilir aralıkta yer almaktadır. Ölçüt geçerliği kapsamında yapılan analizler, DOB-YFÖ'nün ölçmeyi amaçladığı psikolojik eğilimlerle ilişkili yapılarla tutarlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. Buna göre, Duygusal Hassasiyet alt boyutu depresyon ve anksiyete düzeyi ile pozitif, benlik saygısı ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Öz Denetim alt boyutu ise öz-kontrol düzeyi ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Bu negatif yönlü ilişki, ilgili alt boyuttaki maddelerin ters madde olarak yapılandırılmasından ve puanlanmasından kaynaklanmaktadır. Sosyal İzolasyon alt boyutu ise yalnızlık düzeyi ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir.

Ölçek hem toplam puan hem de alt boyut düzeyinde değerlendirilebilmektedir. Ölçek çok boyutlu bir yapıda geliştirildiğinden, her alt boyut bireyin dijital oyun bağımlılığına yönelik özgün psikolojik eğilimlerini yansıtmaktadır. Alt boyut temelli değerlendirmeler, her bir risk faktörünün özgül etkisini ortaya koyarak İOOB'ye ilişkin riskin hangi psikolojik eğilimlerle ilişkilendiğini açıklamaya katkı sağlamaktadır. Bu doğrultuda bireyin genel yatkınlık düzeyini belirlemek için toplam puan; farklı psikolojik eğilimleri ayrıntılı biçimde incelemek için ise alt boyut puanları kullanılabilir.

Ölçeğin puanlama sisteminde alt boyutlarda madde sayısı farklılık gösterdiğinden, her alt boyuttan elde edilen toplam puan madde sayısına bölünerek ortalama puan hesaplanmıştır. Bu ortalama puanlar birleştirilerek ölçeğin genel puanı oluşturulmuştur. Böylece alt boyutlar arasındaki madde sayısı farklarından kaynaklanabilecek ağırlık dengesizlikleri giderilmiştir. Bu kapsamda ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 iken en yüksek puan 12'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin dijital oyun bağımlılığına yönelik psikolojik risk eğilimlerinin arttığına işaret etmektedir.

Bu bulgular, DOB-YFÖ'nün duygusal hassasiyet, düşük özdenetim ve sosyal izolasyon gibi dijital oyun bağımlılığı riskini artıran kişisel yatkınlıkları geçerli biçimde değerlendirdiğini desteklemektedir. Bu üç faktörlü yapı, I-PACE modelinin "kişisel yatkınlıklar" bileşeninin nasıl işlediğine dair önemli bir kanıt sunmaktadır (8). Literatür incelendiğinde, bu üç faktörün bağımlılık gelişimindeki temel psikolojik mekanizmaları temsil ettiği görülmektedir.

Duygusal Hassasiyet alt boyutunun depresyon, kaygı ve düşük benlik saygısı gibi ilişkili yapıları tek bir faktör altında toplaması dijital oyun bağımlılığı literatüründeki temel mekanizmalarla doğrudan örtüşmektedir. Bu mekanizma, I-PACE modelinin de temelini oluşturan negatif pekiştirme (olumsuz duygulardan kaçınma) güdüsüne dayanmaktadır (8). Konuya ilişkin sistematik derleme ve meta-analiz çalışmaları kaçınma temelli başa çıkma ve kaçış motivasyonlarının problemli oyun davranışının en güçlü yordayıcılarından biri olduğunu göstermektedir (272). Benzer biçimde Király ve ark. (273), depresyon ve kaygı gibi psikopatolojik eğilimlerin bireyleri olumsuz duygulardan kaçmak amacıyla oyuna yönelttiğini vurgulamıştır.

Bu bulgular, Ropovik ve ark. (83) tarafından yürütülen geniş ölçekli meta-analizle de desteklenmektedir. Söz konusu çalışmada depresyon ve kaygı, problemli oyun oynama davranışının en güçlü psikopatolojik risk faktörleri arasında yer alırken; yüksek özsaygı bağımlılığa karşı önemli bir koruyucu faktör olarak tanımlanmıştır. Bu yapıların (depresyon, kaygı, özsaygı) bağımlılık gelişimindeki merkezi rolü, hiyerarşik modellerde de ortaya konulmuştur. Hyun ve ark. (274), çevrim içi oyun bağımlılığına ilişkin risk faktörlerini hiyerarşik olarak inceledikleri çalışmalarında, depresyon ve kaygı gibi psikopatolojik değişkenler ile düşük özsaygıyı içeren sosyal etkileşim faktörlerinin dijital oyun bağımlılığını yordayan en güçlü gruplar arasında olduğunu ortaya koymuşlardır.

Mevcut çalışmada depresyon ve kaygı gibi risk faktörleri ile bir koruyucu faktörün yokluğunu temsil eden düşük özsaygı maddelerinin Duygusal Hassasiyet alt boyutunda birleşmesi, literatür ile tutarlı bir bulgudur. Bu bulgu, Duygusal Hassasiyet boyutunun sadece olumsuz duygulanım eğilimini değil; aynı zamanda psikolojik dayanıklılığa ilişkin koruyucu faktörlerin eksikliğini de kapsayan bütüncül bir yatkınlık mekanizması olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin ikinci yatkınlık boyutu olan Öz Denetim bireyin davranışlarını planlama, hedeflerine yönelik çaba gösterme ve eylemlerini sürdürme kapasitesini değerlendirmektedir. Öz Denetim alt boyutu I-PACE modelinde problemli oyun davranışına zemin hazırlayan temel bilişsel mekanizmalardan biri olarak tanımlanan yetersiz yürütücü kontrol kavramıyla örtüşmektedir (8). Model yürütücü işlevlerdeki zayıflığı, bağımlılığın bir sonucu olmaktan ziyade, temel bir yatkınlık faktörü olarak tanımlamaktadır (8). Yürütücü işlevlerdeki bu zayıflık, bireyin dürtülerini kontrol etme, dikkatini sürdürme ve hedefe yönelik davranışlarını düzenleme kapasitesini azaltarak, öz-denetim süreçlerinde bozulmaya yol açmaktadır (275,276).

Literatürde, düşük öz-denetim ile problemli oyun oynama davranışı arasında güçlü bir negatif ilişki olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (277,278). Ayrıca, öz-denetim Yifei ve Motevalli'nin (279) yürüttüğü meta-analiz çalışmasında, oyun bağımlılığı ve saldırganlık gibi olumsuz sonuçlarla ilişkili temel psikolojik değişkenlerden biri olarak tanımlanmıştır. Bir başka çalışma da bu bulguyu destekleyerek, öz-denetim düzeylerinin oyun bağımlılığı riskini yordamada önemli bir faktör olduğunu göstermektedir (280). Bu ilişkiyi daha da netleştiren Cudo ve ark. (164) tarafından yürütülen boylamsal çalışma, düşük öz-denetimin, oyun bağımlılığının yalnızca bir sonucu olmadığını, aksine onu zaman içinde yordayan temel bir yatkınlık faktörü olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, I-PACE modelinin öz-denetimi bir yatkınlık olarak değerlendiren kuramsal önermesiyle doğrudan örtüşmektedir (8). Bu çalışmada ayrıca öz-denetimin tek bir yapı olmadığı, farklı boyutlardan oluştuğu vurgulanmaktadır (164). Bu kapsamda Öz Denetim alt boyutunun ölçtüğü spesifik beceriler (örn. sorumluluk bilinci, işlere zamanında başlama, öncelik belirleme), literatürde genel öz-düzenleme kapasitesi olarak tanımlanan yapının bir yansımasıdır. Sonuç olarak, Öz Denetim alt boyutu, bireyin oyun oynama davranışı üzerindeki bilişsel

kontrol kapasitesini değerlendirmektedir. Düşük öz-denetim düzeyinin ise dijital oyun bağımlılığı için temel bir risk unsuru olduğu kuramsal olarak desteklenmektedir.

Ölçeğin üçüncü yatkınlık boyutu olan Sosyal İzolasyon, I-PACE modelindeki sosyal yatkınlık faktörlerini temsil etmektedir (8). Bu boyut, bireyin sosyal ilişkilerinde aidiyet, kabul ve destek eksikliğine ilişkin algısını değerlendirerek dijital oyun bağımlılığına zemin hazırlayabilecek sosyal kırılganlığı ölçmektedir. Yalnızlık, sosyal memnuniyetsizlik ve yetersiz sosyal destek gibi kişilerarası risk faktörleri, bireyin dijital oyunları başlıca bir başa çıkma aracı hâline getirmesiyle yakından ilişkilidir (13). Literatürde yaşamlarında sosyal ihtiyaçları karşılanmayan veya düşük sosyal becerilere sahip bireylerin, bu eksiklikleri telafi etmek amacıyla çevrimiçi oyunların sunduğu kontrollü ve güvenli sosyal ortamlara yöneldiği belirtilmiştir (48). Bu durum, gerçek hayattaki başarı eksikliğinin telafisi olarak tanımlanmaktadır (13). Bu telafi edici güdü, I-PACE modeli bağlamında iki temel mekanizmayı besler. Hem yalnızlık ve dışlanma gibi olumsuz duygulardan kaçınma yoluyla negatif pekiştirmeyi hem de oyunda elde edilen sosyal kabul ve statü deneyimleri aracılığıyla pozitif pekiştirmeyi harekete geçirmektedir (48). Bu mekanizmanın işleyişi, Sosyal İzolasyon alt boyutunun literatürle kuramsal uyumu daha da netleştirmektedir. Örneğin, Li ve ark. (148), bu alt boyutun ölçtüğü sosyal dışlanmanın problemli oyun davranışına yol açtığını belirtmişlerdir. Bununla birlikte literatürde yalnızlığın dijital oyun bağımlılığı için tutarlı ve orta düzeyde güçlü bir risk faktörü olduğunu belirten meta-analiz çalışmaları da mevcuttur (83). Sonuç olarak, sosyal izolasyon, oyun oynama davranışını kısa vadede duygusal bir başa çıkma stratejisine dönüştürürken, uzun vadede çevrimdışı ilişkilerden geri çekilmeyi artırarak bağımlılık döngüsünü sürdüren bir mekanizma hâline gelmektedir.

Bu çalışma kapsamında geliştirilen DOB-RDE, bireylerin dijital oyun oynama davranışlarına ilişkin risk düzeylerini belirlemenin ötesinde, bu riske zemin hazırlayan çok boyutlu psikolojik yatkınlıkları da bütüncül bir yaklaşımla değerlendirmeyi amaçlamıştır. Envanterin OPF, DOB-RÖ ve DOB-YFÖ olmak üzere üç temel bileşenden oluşan yapısı, doğrudan I-PACE modelinin kuramsal zemini temel alınarak tasarlanmıştır (8). I-PACE modeline göre dijital oyun bağımlılığı; duygusal hassasiyet, öz denetim eksikliği ve karşılanmamış sosyal ihtiyaçlar gibi bireysel yatkınlık özellikleri ile çevresel ve oyun içi pekiştireçlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Son yıllarda yapılan kapsamlı derleme çalışmaları dijital oyun bağımlılığı alanında kullanılan ölçme araçlarının çoğunlukla semptomatik düzeyde kaldığını, buna karşın bilişsel-duygusal süreçleri ve tanısal eşik altı (subklinik) risk düzeylerini değerlendirmede yetersiz kaldığını ortaya koymaktadır (281,282). Ayrıca, oyun oynama davranışlarının komorbid psikolojik değişkenlerle birlikte incelenmesi ve riskli ancak patolojik olmayan oyun oynama biçimlerinin daha fazla araştırılması gerektiği literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (13,282,283).

Bu gereksinimden hareketle geliştirilen DOB-RDE riskli düzeyde oyun oynama davranışının yalnızca semptomatik belirtilerini değil, aynı zamanda bu davranışa zemin hazırlayan bireysel eğilimleri ve psikolojik risk faktörlerini de değerlendirmektedir. Bu yapısıyla envanter, literatürde dile getirilen ihtiyaçlarla örtüşmekte ve başlıca psikolojik risk faktörlerini bütüncül biçimde kapsayan bir değerlendirme alanı sunmaktadır. Envanterin I-PACE modeline dayalı biçimde dijital oyun bağımlılığı riskini artırabilecek psikolojik faktörleri kapsamlı olarak ele almasının, dijital oyun bağımlılığı araştırmalarında önleyici değerlendirme ve erken risk tespiti açısından alana önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5.2. MODEL ANALİZİ AŞAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu bölümde değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiş ve araştırma kapsamında kurulan model yol analiziyle test edilmiştir. Elde edilen bulgular, I-PACE modelinin kuramsal varsayımları ve dijital oyun bağımlılığı literatüründeki güncel araştırmalar doğrultusunda tartışılmıştır.

5.2.1. Degişkenler Arası İlişkilere Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi

Korelasyon analizi bulguları, DOB-RÖ ile DOB-YFÖ'nün Duygusal Hassasiyet alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = 0,27$, $p < 0,01$) olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeyinin, bireyin duygusal kırılganlık düzeyi arttıkça yükseldiğini göstermektedir. Buna paralel olarak, riskli düzeyde oyun oynayan grubun Duygusal Hassasiyet alt boyutu puanlarının, riskli düzeyde oyun oynamayan gruba kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek bulunması da ($t = 4,26$, $p < 0,05$), söz konusu ilişkiyi desteklemektedir.

Bu sonuçlar, depresyon ve kaygı düzeyi yüksek bireylerin dijital oyunlara daha fazla yöneldiğini ve bu duygusal durumların bağımlılık riskini artırdığını gösteren çalışmalarla örtüşmektedir (284,285). Benzer biçimde, öz saygı düzeyinin düşük olmasının, bireyin olumsuz benlik algısıyla başa çıkmak için dijital oyunlara yönelmesine neden olduğu bildirilmiştir (121,286). Araştırmalar, depresyon, kaygı ve öz saygı eksikliğinin birlikte var olduğu bireylerde oyun oynama davranışının özellikle duygusal kaçış ve rahatlama işlevi gördüğünü vurgulamaktadır (287).

Bu mekanizma, güncel derleme çalışmaları ve meta-analizler tarafından da güçlü bir şekilde desteklenmektedir. Lin ve ark. (288), duygu düzenleme güçlüklerinin problemli oyun davranışı üzerindeki etkisini incelemiş; bu ilişkinin negatif duygular ve kaçış motivasyonunu tetikleyen uyumsuz bilişler aracılığıyla gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Ji ve ark. (82) tarafından yürütülen kapsamlı bir meta-analiz çalışmasında ise problemli oyun oynama davranışı ile kaçış motivasyonu ve karma anksiyete/depresyon arasında güçlü pozitif korelasyonlar bulunmuştur. Bu doğrultuda, duygusal hassasiyet düzeyi yüksek bireylerin dijital oyunları, olumsuz duygularını hafifletmek ve stres kaynaklarından uzaklaşmak için kullandıkları bir duygusal kaçış stratejisine dönüştürdükleri söylenebilir. Dolayısıyla, yüksek duygusal hassasiyet, bireyin oyunları bir başa çıkma mekanizması olarak kullanma eğilimini artırarak bağımlılık riskini güçlendirmektedir.

Yapılan korelasyon analizleri sonucunda, DOB-RÖ ile DOB-YFÖ'nün Öz Denetim alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = 0,30$, $p < 0,01$) bulunmuştur. Ancak bu korelasyonun yönü, Öz Denetim alt boyutundaki maddelerin ters puanlanmış (yüksek puanın düşük öz denetimi göstermesi) olmasından kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla bu bulgu, bireyin öz denetim düzeyi azaldıkça dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeyinin arttığını göstermektedir. Benzer şekilde, riskli düzeyde oyun oynayan grubun Öz Denetim puanlarının anlamlı biçimde daha yüksek bulunması ($t = 5,466$, $p < 0,05$), bu alt boyutun düşük öz denetimi temsil eden yapısıyla tutarlıdır.

Bu durum, riskli gruptaki bireylerin belirgin şekilde daha düşük öz denetim becerilerine sahip olduğuna işaret etmektedir. Başka bir ifadeyle, düşük öz denetim becerileri, bireyin oyun oynama davranışını düzenleme, oyun süresini sınırlama ve alternatif etkinliklere yönelme kapasitesini zayıflatmaktadır (289). Literatürde lise

öğrencileriyle yapılan bir çalışma, öz denetim ile çevrimiçi oyun bağımlılığı arasında güçlü ve anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir (290). Buna ek olarak Meng ve ark. (291) da düşük öz denetimin ergenlerde internet oyun bağımlılığı ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulguyu destekler nitelikte, Güney Kore'de 3568 dijital oyun kullanıcısını kapsayan geniş ölçekli bir çalışmada da düşük öz denetim düzeyi, yüksek dürtüsellik ve kaygı belirtilerinin, İOOB için anlamlı psikolojik risk faktörleri arasında olduğu belirtilmiştir (209). Bu bulgular, öz denetimi zayıf bireylerin oyunun anlık tatminlerine karşı koymakta ve uzun vadeli hedefleri önceliklendirmekte zorlandıklarını ortaya koymaktadır.

Elde edilen korelasyon analizi sonuçları, DOB-RÖ ile DOB-YFÖ'nün Sosyal İzolasyon alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = 0,26$, $p < 0,01$) olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, bireyin kendini sosyal olarak yalnız, dışlanmış veya destekten yoksun hissetmesinin dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeyini artırdığını göstermektedir. Buna paralel olarak, riskli düzeyde oyun oynayan grubun Sosyal İzolasyon puanlarının riskli düzeyde oyun oynamayan gruba kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek bulunması ($t = 3,791$, $p < 0,05$), söz konusu ilişkiyi destekler niteliktedir.

Literatür incelendiğinde, bu bulgunun güncel araştırmalarla güçlü bir tutarlılık gösterdiği görülmektedir, Gao ve ark. (292) tarafından yürütülen boylamsal bir çalışma, yalnızlığın çevrimiçi oyun bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığını göstererek, sosyal izolasyonun bağımlılık için güçlü bir öncül olduğunu kanıtlamıştır. Bunun yanı sıra Li ve ark. (293) tarafından yürütülen çalışmada, dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili tüm olumsuz duygusal durumlar arasında, yalnızlığın en merkezi rolü üstlendiği saptanmıştır. Bu durum, yalnızlığın, diğer psikopatolojik belirtileri oyun bağımlılığına bağlayan bir köprü işlevi gördüğüne işaret etmektedir.

Ayrıca Traş (294), ergenler üzerinde yürüttüğü çalışmada, yalnızlık düzeyinin internet oyun bozukluğunu anlamlı düzeyde yordadığını raporlamıştır. Benzer şekilde, Wang ve ark. (295) ise yalnızlık ile internet oyun bozukluğu arasında pozitif bir korelasyon olduğunu belirtmişlerdir. Bunlara ek olarak, Yu ve ark. (296), düşük sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı ile anlamlı düzeyde negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. Sosyal İzolasyon alt boyutunun sadece yalnızlığı değil, aynı zamanda yeterli desteği almama ve sevilmediğini hissetme gibi algılanan sosyal destek eksikliğini de ölçmesi, bu

bulguyu daha da anlamlı kılmaktadır. Sonuç olarak bu bulgular bireyin gerçek hayatta karşılanmayan aidiyet ve destek ihtiyaçlarını çevrimiçi oyunların sunduğu sosyal ortamlarda telafi etmeye çalıştığına ve bu telafi çabasının riskli oyun davranışını pekiştirdiğine dair kuramsal görüşleri destekler niteliktedir.

Araştırma kapsamında gerçekleştirilen korelasyon analizleri sonucunda, DOB-RÖ ile DZTİ arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = 0,16$, $p < 0,01$) saptanmıştır. Bu sonuç, bireyin duygusal olarak zorlayıcı durumlara karşı düşük tolerans göstermesinin dijital oyun bağımlılığı riskini artırdığını ortaya koymaktadır. Elde edilen bu bulguyu destekler nitelikte, riskli düzeyde oyun oynayan grubun DZTİ puanlarının, riskli düzeyde oyun oynamayan gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunması ($t = 2,073$, $p < 0,05$), duygusal toleranssızlığın bağımlılık riski üzerindeki belirleyici etkisini göstermektedir.

Duygusal zorlanmaya tolerans ile problemli oyun oynama arasındaki doğrudan ilişkiyi inceleyen çalışmaların oldukça sınırlı olması nedeniyle, bu bulgu literatürdeki önemli bir boşluğu doldurması açısından değerlidir. Yapılan güncel bir araştırma, duygusal zorlanmaya tolerans ile problemli oyun oynama arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğunu göstermiştir (178). Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, duygu düzenleme güçlüklerinin temel bir bileşeni olarak kabul edilmekte olup, bireyin yoğun olumsuz duygular karşısında bu duygulara katlanmakta zorlanma eğilimini yansıtmaktadır (165,166,178).

Literatür incelendiğinde daha geniş bir kavram olan duygu düzenleme güçlükleri ile problemli oyun oynama davranışı arasında güçlü bir ilişki olduğu bilgisine ulaşılmıştır (180). Araştırmacılar, duygu düzenleme güçlüklerinin bireyleri olumsuz duygulardan kaçınmak, kontrol ve rahatlama hissi elde etmek amacıyla dijital oyunlara yönelttiğini belirtmektedir (179,181). Bu durum duygusal zorlanmaya düşük tolerans gösteren bireylerin, dijital oyunları bir kaçış ve duygu düzenleme stratejisi olarak kullanma olasılığı artırmakta ve bağımlılık riskini pekiştirmektedir.

Hew ve Chew (177) tarafından yürütülen başka bir çalışmada ise duygusal zorlanmaya toleransın problemli internet kullanımı üzerindeki rolü daha geniş bir kavram olan duygu düzenleme becerisinin etkisi kontrol edildikten sonra incelenmiştir. Sonuçlar, düşük duygusal toleransın genel duygu düzenleme becerilerinden bağımsız olarak İOOB semptomlarını anlamlı düzeyde yordamaya devam ettiğini ortaya koymuştur. Bu bulgu,

mevcut çalışmada saptanan DZTİ ile DOB-RÖ arasındaki güçlü ve spesifik ilişkiyi destekler niteliktedir.

Yapılan korelasyon analizleri sonucunda, DOB-YFÖ'nün tüm alt boyutları ile DZTİ arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Duygusal Hassasiyet ($r = 0,57$, $p < 0,01$), Öz Denetim ($r = 0,22$, $p < 0,01$) ve Sosyal İzolasyon ($r = 0,37$, $p < 0,01$) alt boyutlarının DZTİ ile pozitif yönde ilişkili olması, dijital oyun bağımlılığına zemin hazırlayan psikolojik eğilimlerin duygusal zorlanmaya toleranssızlık düzeyi ile yakından bağlantılı olduğunu göstermektedir.

Çalışmanın önemli bulgularından biri, Duygusal Hassasiyet alt boyutu ile DZTİ toplam puanı arasında saptanan güçlü korelasyondur. Bu bulgu, bireyin depresyon, kaygı ve düşük öz saygı gibi duygusal kırılganlıklarının artmasıyla birlikte, olumsuz duygulara katlanma kapasitesinin de azaldığını işaret etmektedir. Literatürde düşük duygusal tolerans sıklıkla olumsuz duygulara karşı artan bir hassasiyet olarak karakterize edilmektedir ve bu durum duyguların dayanılmaz olarak algılanmasına yol açmaktadır (165,173). Duygusal zorlanma karşı toleransı düşük olan bireylerin, olumsuz duygulardan kurtulmak için kaçınma odaklı stratejilere başvurma eğiliminde oldukları bilinmektedir. Bu bağlamda, olumsuz duygularla başa çıkamayan bireylerin, dijital oyunları bu duyguları telafi etmek veya yönetmek için bir araç olarak kullandıkları vurgulanmaktadır (272).

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu olan Sosyal İzolasyon alt boyutu ile DZTİ arasındaki pozitif ve anlamlı korelasyon literatür bulguları ile örtüşmektedir. Karami ve ark. (297), yalnızlık hissi ile duygusal zorlanmaya tolerans arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Bu durum, sosyal ve kişilerarası etkileşimlerde yaşanan rahatsızlığa katlanamayan bireylerin kendilerini yalnız hissetmeleri ve bu hissiyatın çeşitli davranışsal bozukluklara yol açabilmesi şeklinde açıklanmaktadır (297). Benzer biçimde, Moshtaghi ve ark. (298) da yalnızlık hisseden bireylerin algıladıkları yalnızlığı hafifletmek, duygusal boşlukları doldurmak ve olumsuz duygulardan kaçınmak amacıyla sanal ortama yöneldiğini belirtmektedirler. Buna paralel olarak Skues ve ark. (299), duygusal zorlanmaya toleransı düşük bireylerin, yalnızlık gibi olumsuz bir psikolojik durumdan kaçmak için interneti bir araç olarak kullandıklarını ortaya koymuşlardır.

Gerçekleştirilen korelasyon analizleri sonucunda Öz Denetim alt boyutu ile DZTİ toplam puanı arasında pozitif yönde ancak istatistiksel olarak zayıf bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, olumsuz duygusal durumlara katlanmakta zorlanan bireylerin, aynı zamanda problemli oyun oynamayla ilişkili öz denetim güçlükleri yaşama eğiliminde olduklarına işaret etmektedir. Söz konusu ilişki, duygusal zorlanmaya tolerans ile yürütücü işlevler arasındaki teorik bağlantıyı destekler niteliktedir. Munir ve ark. (300), yürütücü işlevlerdeki bozulmaların duygusal zorlanmaya tolerans düzeyleriyle anlamlı biçimde pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Benzer biçimde, Rodman ve ark. (301) DZTİ'nin temel bileşenlerinden biri olan engellenme toleranssızlığının öz denetim eksikliği içeren bozuklukların temelinde yattığını belirtmektedir. Kuramsal çerçeveden bakıldığında ise duygusal zorlanmaya tolerans, bireyin anlık ödül fırsatlarına yanıt vermede öz denetim eksikliği veya dürtüsellik olarak kavramsallaştırılmaktadır (171). Bu açıdan değerlendirildiğinde, duygusal zorlanmaya karşı düşük toleransın bireyi anında rahatlama sağlayan davranışlara (örn. dijital oyun oynama) yönelttiği söylenebilir.

Araştırma kapsamında gerçekleştirilen korelasyon analizleri sonucunda, dijital oyun oynama davranışına ilişkin risk düzeyi ile arzu düşüncesi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r = 0,46$, $p < 0,01$) saptanmıştır. Bu bulgu, bireyin dijital oyunlara yönelik arzu düşüncesi düzeyi arttıkça oyun bağımlılığı riskinin de arttığını göstermektedir. Buna paralel olarak, riskli düzeyde oyun oynayan grubun ADÖ toplam puanı ve alt boyut puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek bulunması ($t = 7,350 – 8,231$, $p < 0,05$), söz konusu ilişkiyi desteklemektedir.

Bu bulgular arzu düşüncesinin bağımlılıklar alanındaki geniş kapsamlı rolünü destekleyen literatür ile örtüşmektedir. Mansueto ve ark. (196) tarafından yürütülen kapsamlı bir meta-analiz çalışması, arzu düşüncesinin sadece tek bir bağımlılığa özgü olmadığını bununla birlikte alkol kullanımı, nikotin kullanımı ve kumar oynama gibi çeşitli bağımlılık davranışlarında ortak bir bilişsel süreç olduğunu ortaya koymuştur. Riskli grupta bu bilişsel sürecin belirgin düzeyde yüksek olması, arzu düşüncesinin problemli örüntülerin gelişiminde süreci aktif olarak besleyen merkezi bir bileşen olabileceğine işaret etmektedir.

Bu sonuç, arzu düşüncesinin bağımlılık döngüsündeki bilişsel rolünü vurgulayan önceki araştırmalarla paralellik göstermektedir. Brandtner ve ark. (197) çalışmalarında arzu düşüncesinin oyun oynama dürtüsü ile oyun oynama kararı arasındaki ilişkide aracı

bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Çalışmada, bireylerin oyun oynamaya ilişkin geçerli nedenler (örn. “Bunu hak ettim”) üretmelerinin bu düşüncelerin davranışı tetiklediği belirtilmiştir. Tekrarlayan davranışların ise alışkanlık düzeyinde karar verme kalıplarına dönüştüğü vurgulanmıştır (197).

Arzu düşüncesinin neden bazı bireylerde daha yoğun aktive olduğu ise üstbilişsel faktörler ve bu süreci başlatan temel motivasyonlarla ilişkilendirilmiştir (10). Araştırmacılar, kaçış, beceri geliştirme ve başa çıkma gibi oyun oynama güdülerinin, arzu düşüncesi hakkındaki pozitif üstbilişler (örn. "Oyun oynamayı düşünmek beni motive eder") ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu durum pozitif üstbilişsel inançların arzu düşüncesini artırdığını ve bunun da oyunla ilişkili istek ve aşerme düzeyini yükselttiğini ortaya koymaktadır. Son olarak, Dragan ve Grajewski (302), dijital oyun oynayan bir örneklem üzerinden arzu düşüncesinin psikometrik özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, arzu düşüncesinin problemli oyun oynama semptomlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgu, mevcut çalışmada riskli grup olarak tanımlanan katılımcıların arzu düşüncesi puanlarının anlamlı düzeyde yüksek çıkması sonucunu doğrudan desteklemektedir.

Gerçekleştirilen korelasyon analizleri sonucunda, DZTİ ile ADÖ toplam puanı arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r = 0,15$, $p < 0,01$) bulunmuştur. Bu bulgu, olumsuz duygusal durumlara katlanmakta zorlanan bireylerin, aynı zamanda arzuladıkları bir hedef hakkında bilişsel olarak meşguliyet gösterme eğilimlerinin de artış gösterdiğine işaret etmektedir.

Elde edilen bu sonuç, Caselli ve ark. (303) tarafından belirtilen duygusal toleranssızlık ile arzu düşüncesi arasındaki teorik bağ ile tutarlıdır. Söz konusu çalışmada, duygusal sıkıntının dayanılmaz olduğuna inanan bireylerin bu sıkıntıyla başa çıkmak için bir strateji olarak arzu düşüncesini hızla aktive etmeye eğilimli olabilecekleri öne sürülmektedir (303). Literatürde, özellikle dijital oyun bağımlılığı bağlamında arzu düşüncesi ve duygusal zorlanmaya toleranssızlık arasındaki ilişkiye yönelik bulgular oldukça sınırlıdır. Bu nedenle elde edilen bulgu, düşük duygusal toleransın bilişsel düzeyde arzu düşüncesiyle olan etkileşimini ortaya koyarak literatüre özgün bir katkı sağlamaktadır.

5.2.2. Yapısal Modele İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Araştırmanın bu aşamasında, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler, duygusal zorlanmaya toleranssızlık, arzu düşüncesi ve dijital oyun bağımlılığı riski arasındaki varsayılan teorik ilişkileri test etmek amacıyla bir YEM kullanılmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde hem ölçüm modeline ilişkin uyum indeksleri (χ^2/df = 3,416, RMSEA = 0,079, CFI = 0,951, SRMR = 0,055) hem de nihai yapısal modele ilişkin uyum indeksleri (χ^2/df = 3,332, RMSEA = 0,078, CFI = 0,951, SRMR = 0,057), test edilen modelin mevcut veri seti ile iyi düzeyde uyum sergilediğini ortaya koymuştur.

Bu sonuçlar, kuramsal modelin veri tarafından desteklendiğini ve araştırma hipotezlerinin test edilmesi için istatistiksel olarak uygun bir zemin oluşturduğunu kanıtlamaktadır. YEM sonuçları, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörlerin (kişisel yatkınlıklar) dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi aracılığıyla dolaylı bir mekanizma üzerinden gerçekleştiğini göstermektedir. Bu bulgu, I-PACE modelinin öngördüğü üç temel bileşeni (kişisel yatkınlıklar, bilişsel-duygusal aracılar ve davranışsal sonuçlar) ve bu bileşenler arasındaki etkileşimsel süreci destekler niteliktedir (7,8).

Modeldeki doğrudan etkilere bakıldığında, I-PACE modelinin temel varsayımlarıyla tutarlı bir yapı gözlenmiştir. Beklendiği üzere, yatkınlaştırıcı faktörler, modeldeki tüm bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenlerin ana tetikleyicisi olarak öne çıkmıştır. Yatkınlaştırıcı faktörlerin hem duygusal zorlanmaya toleranssızlığı hem de dijital oyun bağımlılığı riskini doğrudan ve anlamlı biçimde yordaması, bireyin temel güdülerinin (örn. kaçış, sosyalleşme ve ödül arayışı) bağımlılık sürecini besleyen birincil kaynaklar olduğunu göstermektedir.

Duygusal zorlanmaya toleranssızlık, bireyin olumsuz duygusal durumlara karşı dayanma kapasitesini belirleyen önemli bir düzenleyici faktördür (178) Duygusal zorlanmaya toleransı düşük olan bireylerin, duygusal stres karşısında kaçınma odaklı başa çıkma stratejilerine başvurma risklerinin arttığı bilinmektedir (178,298) Hew ve Chew (177), yürüttükleri çalışmada duygusal zorlanmaya toleranssızlık kavramını I-PACE modeli çerçevesinde inceleyerek bu faktörün anlık tatmin ve stresten kaçınma arayışını tetiklediğini öne sürmüşlerdir. Ayrıca bu etkinin problemli sosyal medya veya pornografi kullanımından ziyade, özellikle problemli oyun oynama davranışı için daha belirgin olduğu vurgulanmaktadır (177).

Dolayısıyla dijital oyun oynama, bu bireyler için en kolay erişilebilir ve etkili duygusal kaçış stratejilerinden biri haline gelmektedir. Bu mekanizma yapılan kapsamlı sistematik bir derleme çalışmasında ayrıntılı biçimde açıklanmaktadır (272). Araştırmacılar, kaçınmacı başa çıkma ve kaçış güdülerinin, problemli çevrimiçi oyun oynama davranışının merkezinde yer alan temel psikolojik süreçler olduğunu vurgulamaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık ve düşük benlik saygısı gibi olumsuz duygusal durumlar yaşayan bireyler, bu duygularla doğrudan yüzleşmek yerine, dijital oyunları bir tür duygusal kaçış aracı olarak kullanma eğilimi göstermektedir (272). Bu bulgular, DOBYFÖ'nün neden özellikle riskli düzeyde oyun oynama ile ilişkili olduğunu da destekler niteliktedir. Ayrıca mevcut çalışmada değerlendirilen yatkınlaştırıcı faktörlerin hem duygusal zorlanmaya toleranssızlığı hem de dijital oyun bağımlılığı riskini doğrudan ve anlamlı biçimde yordaması literatür bulguları ile örtüşmektedir (154,297,304-306).

Modelin bir diğer önemli teorik katkısı, yatkınlaştırıcı faktörlerden dijital oyun bağımlılığı riskine uzanan etkinin hangi bilişsel ve duygusal mekanizmalar aracılığıyla aktarıldığını ortaya koymasıdır. Bu noktada, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ile arzu düşüncesi değişkenlerinin kritik bir aracılık rolü üstlendiği görülmektedir. Modelde duygusal zorlanmaya toleranssızlığın arzu düşüncesi üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkiye sahip olması, olumsuz duygusal uyaranlara tolerans gösteremeyen bireylerin bu içsel gerginliği azaltmak için bilişsel bir kaçış stratejisi geliştirdiklerini göstermektedir. Söz konusu strateji, oyunun zihinde canlandırılması ve oyun oynama davranışını gerekçelendiren içsel konuşmaların artması gibi süreçleri içermektedir. Bu bulgu, Brandtner ve ark. (54) tarafından arzu düşüncesini I-PACE modeline entegre ettikleri çalışmalarında açıkladıkları rahatlama odaklı bilişsel patika ile doğrudan uyumludur. Araştırmacılar, olumsuz duygulanımın bireyde arzu düşüncesini tetiklediğini belirtmişlerdir. Bu bilişsel sürecin ise telafi edici bir işlev üstlenerek arzu döngüsünü güçlendirdiğini ve bağımlılık davranışını sürdürücü hale getirdiğini ortaya koymuşlardır. Ayrıca Caselli ve ark. (303), duygusal sıkıntıyı dayanılmaz olarak algılayan bireylerin, bu olumsuz durumdan kaçmak için bir başa çıkma stratejisi olarak hızla arzu düşüncesini aktive etmeye eğilimli olduklarını belirtmektedir.

Modeldeki en güçlü doğrudan etkilerden biri, arzu düşüncesinin riskli düzeyde oyun oynama davranışını anlamlı ve güçlü şekilde yordamasıdır. Bu bulgu, arzu

düşüncesini dijital oyun bağımlılığı sürecinde davranışa en yakın bilişsel belirleyicilerden biri olarak konumlandırmaktadır (307). Arzu düşüncesinin bu etkisi, Wang ve ark. (308) tarafından arzu tuzağı olarak kavramsallaştırılan bilişsel mekanizmayla yakından ilişkilidir. Söz konusu modele göre arzu düşüncesi, bireyin oyunla ilişkili zihinsel imgeleri yeniden canlandırdığı ve oyun davranışını gerekçelendiren içsel konuşmaları sürdürdüğü bilişsel bir döngü yaratmaktadır. Bu döngü, kısa vadede duygusal rahatlama sağlamakla birlikte, uzun vadede oyun oynama isteğini besleyen ısrarcı bir ruminatif süreç haline gelmektedir. Bu bilişsel döngünün kişinin dikkatini oyunla ilişkili düşüncelere yoğunlaştıran ve davranışsal eyleme geçişi kolaylaştıran işlevsel olmayan bir metabilişsel strateji olduğunu vurgulanmaktadır (308). Bu mekanizma, Gong ve ark. (309) tarafından yapılan çalışmayla da desteklenmektedir. Çalışmada, çevrimiçi grup oyunlarına yönelik arzunun, öz denetim eksikliğini ve alışkanlık oluşumunu kolaylaştırarak oyun bağımlılığını beslediğini ortaya koymuştur. Dahası, Zhai ve ark. (310) tarafından yürütülen güncel bir çalışmada, arzu düşüncesi ile bağımlılık eğilimi arasında çift yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum, arzu düşüncesinin sadece davranışı tetiklemekle kalmayıp, bağımlılık davranışı sergilendikçe bilişsel meşguliyetin de artarak bir kısır döngü oluşturduğunu göstermektedir. Bu durum, I-PACE modelinde tanımlanan "bilişsel-aracı süreçler" ile doğrudan örtüşmektedir (8). Modelde bağımlılığın gelişiminde içsel dürtülerin, tekrarlayıcı bilişsel döngüler aracılığıyla güçlendiğini öngörmektedir.

Modeldeki aracı etkilere bakıldığında ilk olarak en dikkat çekici bulgu, duygusal zorlanmaya toleranssızlıktan riskli düzeyde oyun oynamaya giden doğrudan yolda gözlemlenen bastırma etkisidir. Yapılan analizler, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ile riskli düzeyde oyun oynama arasındaki korelasyonun pozitif olmasına rağmen, arzu düşüncesi modele dâhil edildiğinde bu doğrudan etkinin negatif yöne döndüğünü göstermiştir. Değişkenler arasında çoklu doğrusallık sorunu bulunmadığı teyit edildiğinden, bu örüntü klasik bir tutarsız aracılık ya da bastırma durumu olarak tanımlanmaktadır (268). Söz konusu bulgu, duygusal zorlanmaya toleranssızlığın riskli oyun oynama üzerindeki gerçek etkisinin doğrudan değil, büyük ölçüde dolaylı yollar üzerinden ortaya çıktığını göstermektedir.

Başka bir ifadeyle, duygusal zorlanmaya toleranssızlık tek başına riskli oyun oynama davranışını artıran bir mekanizma değildir. Fakat bireyin olumsuz duygulanımı

tolere edememesi, onu arzu düşüncesi gibi işlevsel olmayan bilişsel başa çıkma stratejilerine yönelttiğinde risk artmaktadır. Bu bulgu, duygusal sıkıntıya verilen bilişsel yanıtların bağımlılık davranışlarının gelişiminde kritik rol oynadığını öne süren I-PACE modelini de desteklemektedir (8). Elhai ve ark. (311) da benzer biçimde, duygusal zorlanmaya toleranssızlığın problemli teknoloji kullanımını doğrudan yordamadığını aksine depresyon ve kaygı duyarlılığı gibi duygusal süreçler üzerinden dolaylı olarak etkili olduğunu göstermiştir. Bu durum, duygusal zorlanmaya toleranssızlığın etkisinin çoğunlukla diğer duygusal veya bilişsel mekanizmalar aracılığıyla ortaya çıktığını desteklemektedir.

Çalışmanın özgün değerini ortaya koyan ve kuramsal modele en kapsamlı katkıyı sağlayan bulgu, dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörlerin dijital oyun bağımlılığı riski üzerindeki etkisinin, duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu düşüncesi üzerinden gerçekleşen anlamlı seri aracılık etkisiyle açıklanmasıdır. Bu bulgu, I-PACE modelinin temel varsayımlarıyla uyumlu olarak, bireysel eğilimlerin davranışsal sonuçlara doğrudan değil, duruma özgü bilişsel ve duygusal süreçler aracılığıyla dönüşerek patolojik bir hal aldığı görüşünü doğrulamaktadır.

Seri aracılık analizinin ortaya koyduğu mekanizma, bağımlılık sürecinin dinamik yapısını yansıtmaktadır. Buna göre, yatkınlaştırıcı faktörler bireyleri olumsuz duygusal durumlara karşı daha toleranssız bir hale getirmektedir. Ancak bu toleranssızlık, bireyi pasif bir kırılganlığa sürüklemek yerine, arzu düşüncesi biçiminde işlevsel olmayan bir bilişsel başa çıkma stratejisini tetiklemektedir (312).

Birey, arzu düşüncesi (imgesel ve sözel kurgulama) yoluyla zihinsel olarak oyunla meşgul olduğunda, davranış üzerinde kontrolü sağlamak güçleşmektedir. Bu süreçte birey, tolere edemediği içsel sıkıntıdan kurtulmak adına, zihninde oyun oynama eylemini canlandırmakta ve oynamak için kendine gerekçeler sunmaktadır. Güncel I-PACE modeli yorumuna göre, bu süreç bir "kendine izin verme" mekanizmasıdır (59). Birey, oyunun vereceği anlık haz ile uzun vadeli hedefleri arasında yaşadığı içsel çatışmayı çözmek için kendine haklı mazeretler üretir. Yani birey, bilişsel süreçlerini oyuna engel olmak için değil tam tersine bağımlılık davranışını meşrulaştırmak için kullanır. Bu tür bilişsel yanıtlar hem içsel hem de dışsal tetikleyicilere verilen, aşermeyi ve davranışsal eğilimleri güçlendiren temel bilişsel-duygusal tepkiler olarak işlev görmektedir (59). Elde edilen bulgular, bu teorik görüşle uyumlu olarak, duygusal zorlanmaya toleranssızlık kaynaklı

sıkıntının arzu düşüncesi aracılığıyla işlenerek riskli davranışa dönüştüğünü göstermekte ve I-PACE modelinin öngördüğü bilişsel-duygusal ardışıklığı doğrulamaktadır.

Sonuç olarak, bu araştırma kapsamında test edilen yapısal model, dijital oyun bağımlılığının etiyolojisinde sadece bireysel psikolojik yatkınlıkların değil, bu yatkınlıkların tetiklediği duygusal toleranssızlığın ve bu toleranssızlıkla başa çıkmak için geliştirilen arzu düşüncesi gibi işlevsel olmayan bilişsel stratejilerin belirleyici olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, klinik müdahalelerde yalnızca davranışsal semptomlara veya duygusal düzenlemeye odaklanmanın yeterli olmayacağını literatürde de önerildiği üzere, arzu düşüncesini ve buna eşlik eden kendine izin verme inançlarını hedefleyen müdahalelerin bağımlılık döngüsünü kırmada merkezi bir rol oynayabileceğini göstermektedir (312). Bu durum bireylerin dijital oyunları problemli kullanımdan uzaklaşmalarını desteklemede kritik bir önem taşımaktadır.

Tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, dijital oyun bağımlılığının gelişiminde duygusal düzenleme kapasitesinin güçlendirilmesi ve arzu düşüncesine yönelik bilişsel farkındalık temelli müdahalelerin erken dönemde kritik önem taşıdığı görülmektedir. Bu çalışma, bağımlılık davranışını açıklayan duygusal-bilişsel mekanizmaları ortaya koyarak I-PACE modelinin ileri sürdüğü kuramsal temelle uyumlu, bütüncül ve açıklayıcı bir çerçeve sunmaktadır. Böylece hem kuramsal literatüre hem de klinik müdahalelere anlamlı bir katkı sağlamaktadır.

6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın genel sonuçları bütüncül bir çerçevede değerlendirilmiş, çalışmanın sınırlılıkları ele alınmış ve gelecekte yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

Mevcut çalışma, dijital oyun bağımlılığı riskini değerlendirmeye yönelik DOB-RDE'nin geliştirilmesi ve dijital oyun bağımlılığına yatkınlaştırıcı faktörler ile bağımlılık riski arasındaki ilişkileri açıklayan I-PACE temelli yapısal modelin sınanması olmak üzere iki temel amaç doğrultusunda yürütülmüştür. Ölçek geliştirme süreci sonucunda DOB-RDE'nin, dijital oyun bağımlılığına ilişkin davranışsal risk göstergelerini (DOB-RÖ) ve bu riski artıran psikolojik yatkınlıkları (DOB-YFÖ) geçerli ve güvenilir şekilde değerlendirebilen, kültüre duyarlı özgün ölçme aracı olduğu saptanmıştır. Bu yönüyle envanter, literatürde belirtilen erken dönem risk belirleme gereksinimine önemli bir katkı sunmaktadır.

Yapısal Eşitlik Modeli kapsamında elde edilen sonuçlar, dijital oyun bağımlılığı riskinin bireysel yatkınlıklar, duygusal kırılganlık ve arzu düşüncesi gibi bilişsel süreçlerin seri aracılık etkisiyle şekillenen dinamik bir mekanizma tarafından belirlendiğini göstermiştir. Yatkınlaştırıcı faktörlerin duygusal zorlanmaya toleranssızlığı artırdığı, bu durumun da arzu düşüncesi yoluyla riskli oyun davranışını güçlendirdiği ortaya konmuştur. Elde edilen bu seri aracılık etkisi, I-PACE modelinin öngördüğü duygu–biliş–davranış ardışıklığını destekleyen önemli bir kanıt niteliğindedir. Sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının yatkınlaştırıcı risk faktörleriyle birlikte duygusal düzenleme eksiklikleri ve metabilişsel döngülerle şekillenen bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları dikkate alınmalıdır. Örneklemin belirli bir yaş grubundan oluşması ve verilerin öz-bildirim ölçekleriyle toplanması, bulguların farklı yaş ve kültürel gruplara genellenmesini sınırlayabilir. Ayrıca kesitsel tasarım nedeniyle değişkenler arasındaki ilişkiler hakkında nedensel çıkarımlarda bulunulması sınırlıdır. Model, I-PACE çerçevesindeki tüm bilişsel-duygusal değişkenleri kapsamamakta olup yalnızca belirli süreçlere odaklanmıştır. Bu sınırlılıklar göz önünde bulundurulduğunda, ileride yapılacak çalışmalarda farklı yaş grupları ve daha çeşitli örneklemlerin dahil edilmesi tavsiye edilmektedir. Ayrıca duygusal zorlanmaya toleranssızlık ve arzu

düşüncesi gibi süreçlerin klinik görüşmeler veya deneysel görevlerle desteklenmesi düşünülebilir. Son olarak I-PACE modelinin öngördüğü duygusal ve bilişsel süreçlerin zamansal işleyişini daha iyi anlamak için boylamsal çalışmaların yürütülmesi önem taşımaktadır.

Çalışmanın klinik uygulamaya yönelik sonuçları da dikkate değerdir. Bulgular, dijital oyun bağımlılığı riskinin azaltılmasında yatkınlaştırıcı faktörlerin (depresyon, öz denetim, sosyal izolasyon) ele alınmasının, duygusal tolerans kapasitesinin güçlendirilmesinin ve özellikle arzu düşüncesini hedef alan metabilişsel müdahalelerin etkili olabileceğine işaret etmektedir. Bu nedenle gerek klinik uygulamalarda gerekse önleyici programlarda duygusal düzenleme ve bilişsel farkındalık temelli müdahalelerin kullanılmasının yararlı olacağı öngörülmektedir. DOB-RDE'nin ise hem araştırmacılar hem de ruh sağlığı profesyonelleri için erken risk belirleme ve psikoeğitim süreçlerinde pratik bir değerlendirme aracı olarak kullanılabileceği değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak, bu çalışma dijital oyun bağımlılığı riskini açıklayan psikolojik mekanizmaları bütüncül bir yaklaşımla ele alarak hem literatüre hem de klinik uygulamalara anlamlı katkılar sunmayı amaçlamaktadır. Geliştirilen ölçme aracı ve elde edilen model, gelecekteki araştırmalar için önemli bir temel oluşturmaktadır.

KAYNAKLAR

1. Cheah, I., Shimul, A. S., & Phau, I. (2022). Motivations of playing digital games: A review and research agenda. *Psychology & Marketing*, *39*(5), 937-950.
2. Cairns, P., Power, C., Barlet, M., Haynes, G., Kaufman, C., & Beeston, J. (2021). Enabled players: The value of accessible digital games. *Games and Culture*, *16*(2), 262-282.
3. Caroux, L., & Pujol, M. (2024). Player enjoyment in video games: A systematic review and meta-analysis of the effects of game design choices. *International Journal of Human–Computer Interaction*, *40*(16), 4227-4238.
4. Bäcklund, C., Elbe, P., Gavelin, H. M., Sörman, D. E., & Ljungberg, J. K. (2022). Gaming motivations and gaming disorder symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Journal of behavioral addictions*, *11*(3), 667-688.
5. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™, 5th ed, American Psychiatric Publishing, Inc. xliv, 947-xliv, 947 (2013).
6. WHO. (2022). ICD-11 Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines for Mental and Behavioural Disorders. Geneva: World Health Organisation; Available from: gcp.network/en/private/icd-11-guidelines/disorders
7. Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *71*, 252-266.
8. Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Muller, A., Wolfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *104*, 1-10. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032
9. Gu, M. (2022). Understanding the relationship between distress intolerance and problematic Internet use: The mediating role of coping motives and the moderating role of need frustration. *Journal of Adolescence*, *94*(4), 497-512.
10. Bonner, J., Allen, A., Katsikitis, M., Love, S., & Kannis-Dymand, L. (2022). Metacognition, Desire Thinking and Craving in Problematic Video Game Use. *J Technol Behav Sci*, *7*(4), 532-546. https://doi.org/10.1007/s41347-022-00272-4
11. Şalvarlı, Ş. İ., & Griffiths, M. D. (2022). The association between internet gaming disorder and impulsivity: A systematic review of literature. *International journal of mental health and addiction*, *20*(1), 92-118.
12. Rokošný, I. (2018). Digital games as a cultural phenomenon: A brief history and current state. *Acta Ludologica*, *1*(2), 48-61.
13. Milani, L., La Torre, G., Fiore, M., Grumi, S., Gentile, D. A., Ferrante, M., Miccoli, S., & Di Blasio, P. (2018). Internet gaming addiction in adolescence: Risk factors and maladjustment correlates. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *16*(4), 888-904.
14. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2017). Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *J Behav Addict*, *6*(2), 103-109. https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.062
15. Sanjaya, K., Chandra, R., & Jose, J. (2023). The digital gaming revolution: An analysis of current trends, issues, and future prospects. *Russian Law Journal*, *11*(1), 18-29.
16. Vuong, Q.-H., Ho, M.-T., Nguyen, M.-H., Pham, T.-H., Vuong, T.-T., Khuc, Q., Ho, H.-A., & La, V.-P. (2021). On the environment-destructive probabilistic trends: A perceptual and behavioral study on video game players. *Technology in Society*, *65*, 101530.
17. Han, T. S., Cho, H., Sung, D., & Park, M. H. (2022). A systematic review of the impact of COVID-19 on the game addiction of children and adolescents. *Front Psychiatry*, *13*, 976601. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.976601
18. Tsui, Y. Y., & Cheng, C. (2021). Internet Gaming Disorder, Risky Online Behaviour, and Mental Health in Hong Kong Adolescents: The Beneficial Role of Psychological Resilience. *Front Psychiatry*, *12*, 722353. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.722353

19. Bussone, S., Trentini, C., Tambelli, R., & Carola, V. (2020). Early-Life Interpersonal and Affective Risk Factors for Pathological Gaming. *Front Psychiatry*, *11*, 423. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00423
20. Paulus, F. W., Ohmann, S., von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Developmental Medicine and Child Neurology*, *60*(7), 645-659. https://doi.org/10.1111/dmcn.13754
21. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International journal of mental health and addiction*, *10*(2), 278-296.
22. Potenza, M. N. (2006). Should addictive disorders include non-substance-related conditions? *Addiction*, *101*, 142-151.
23. Goodman, A. (1990). Addiction: definition and implications. *British Journal of Addiction*, *85*(11), 1403-1408. https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01620.x
24. Karim, R., & Chaudhri, P. (2012). Behavioral addictions: an overview. *Journal of Psychoactive Drugs*, *44*(1), 5-17. https://doi.org/10.1080/02791072.2012.662859
25. Entertainment Software Association. (2022). 2022 Essential facts about the video game industry. *Entertainment Software Association*.
26. Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, *36*(5), 233-241. https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491884
27. Dong, G., Hu, Y., & Lin, X. (2013). Reward/punishment sensitivities among internet addicts: Implications for their addictive behaviors. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, *46*, 139-145.
28. Zajac, K., Ginley, M. K., & Chang, R. (2020). Treatments of internet gaming disorder: a systematic review of the evidence. *Expert Review of Neurotherapeutics*, *20*(1), 85-93. https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1671824
29. Haagsma, M. C., Pieterse, M. E., & Peters, O. (2012). The prevalence of problematic video gamers in the Netherlands. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, *15*(3), 162-168. https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0248
30. Muller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wolfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., Richardson, C., & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child and Adolescent Psychiatry*, *24*(5), 565-574. https://doi.org/10.1007/s00787-014-0611-2
31. Lopez-Fernandez, O., Honrubia-Serrano, M. L., Baguley, T., & Griffiths, M. D. (2014). Pathological video game playing in Spanish and British adolescents: Towards the exploration of Internet Gaming Disorder symptomatology. *Computers in Human Behavior*, *41*, 304-312.
32. Tang, J., Yu, Y., Du, Y., Ma, Y., Zhang, D., & Wang, J. (2014). Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. *Addictive Behaviors*, *39*(3), 744-747.
33. Kim, H. S., Son, G., Roh, E. B., Ahn, W. Y., Kim, J., Shin, S. H., Chey, J., & Choi, K. H. (2022). Prevalence of gaming disorder: A meta-analysis. *Addictive Behaviors*, *126*, 107183. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107183
34. Oka, T., Hamamura, T., Miyake, Y., Kobayashi, N., Honjo, M., Kawato, M., Kubo, T., & Chiba, T. (2021). Prevalence and risk factors of internet gaming disorder and problematic internet use before and during the COVID-19 pandemic: A large online survey of Japanese adults. *Journal of Psychiatric Research*, *142*, 218-225.
35. King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *J Behav Addict*, *9*(2), 184-186. https://doi.org/10.1556/2006.2020.00016
36. Stevens, M. W., Dorstyn, D., Delfabbro, P. H., & King, D. L. (2021). Global prevalence of gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *55*(6), 553-568. https://doi.org/10.1177/0004867420962851
37. Entertainment Software Association. (2022). 2022 Essential facts about the video game industry. *Entertainment Software Association*.
38. Mihara, S., & Higuchi, S. (2017). Cross-sectional and longitudinal epidemiological studies of I nternet gaming disorder: A systematic review of the literature. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, *71*(7), 425-444.
39. Strittmatter, E., Kaess, M., Parzer, P., Fischer, G., Carli, V., Hoven, C. W., Wasserman, C., Sarchiapone, M., Durkee, T., & Apter, A. (2015). Pathological Internet use among adolescents: Comparing gamers and non-gamers. *Psychiatry Research*, *228*(1), 128-135.

40. Mérelle, S. Y., Kleiboer, A. M., Schotanus, M., Cluitmans, T. L., Waardenburg, C. M., Kramer, D., Mheen, D., & Rooij, T. (2017). Which health-related problems are associated with problematic video-gaming or social media use in adolescents? A large-scale cross-sectional study. *Clinical Neuropsychiatry*, *14*(1), 11-19.
41. Limone, P., Ragni, B., & Toto, G. A. (2023). The epidemiology and effects of video game addiction: A systematic review and meta-analysis. *Acta Psychologica*, *241*, 104047. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104047
42. Kiraly, O., Griffiths, M. D., Urban, R., Farkas, J., Kokonyei, G., Elekes, Z., Tamas, D., & Demetrovics, Z. (2014). Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, *17*(12), 749-754. https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0475
43. Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A large-scale test of the goldilocks hypothesis: quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents. *Psychological Science*, *28*(2), 204-215.
44. Irmak, A. (2014). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun oynama davranışlarının sağlık davranışı etkileşim modeline göre incelenmesi. *Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Üniversitesi*.
45. Koç, A. K. (2020). Lise ve üniversite öğrencilerinde internet oyun bağımlılığı sıklığı ve etkili faktörler. *Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi),(Danışman: Prof. Dr. Seçil Özkan), Ankara: Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi*.
46. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, *17*(2), 187-195.
47. Liu, M., & Peng, W. (2009). Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). *Computers in Human Behavior*, *25*(6), 1306-1311.
48. Jeong, E. J., Kim, D. J., & Lee, D. M. (2017). Why do some people become addicted to digital games more easily? A study of digital game addiction from a psychosocial health perspective. *International journal of human–computer interaction*, *33*(3), 199-214.
49. Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication research*, *30*(6), 625-648.
50. Schiebener, J., & Brand, M. (2017). Decision-making and related processes in internet gaming disorder and other types of internet-use disorders. *Current Addiction Reports*, *4*(3), 262-271.
51. Dong, G., & Potenza, M. N. (2014). A cognitive-behavioral model of Internet gaming disorder: theoretical underpinnings and clinical implications. *Journal of Psychiatric Research*, *58*, 7-11. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.07.005
52. King, D., & Delfabbro, P. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment, and prevention*. Academic Press.
53. Leung, L. (2004). Net-generation attributes and seductive properties of the internet as predictors of online activities and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, *7*(3), 333-348.
54. Brandtner, A., Antons, S., Cornil, A., & Brand, M. (2021). Integrating desire thinking into the I-PACE model: A special focus on internet-use disorders. *Current Addiction Reports*, *8*(4), 459-468.
55. Baggio, S., Starcevic, V., Studer, J., Simon, O., Gainsbury, S. M., Gmel, G., & Billieux, J. (2018). Technology-mediated addictive behaviors constitute a spectrum of related yet distinct conditions: A network perspective. *Psychology of Addictive Behaviors*, *32*(5), 564-572. https://doi.org/10.1037/adb0000379
56. Del Pino-Gutierrez, A., Jimenez-Murcia, S., Fernandez-Aranda, F., Aguera, Z., Granero, R., Hakansson, A., Fagundo, A. B., Bolao, F., Valdeperez, A., Mestre-Bach, G., Steward, T., Penelo, E., Moragas, L., Aymami, N., Gomez-Pena, M., Rigol-Cuadras, A., Martin-Romera, V., & Menchon, J. M. (2017). The relevance of personality traits in impulsivity-related disorders: From substance use disorders and gambling disorder to bulimia nervosa. *J Behav Addict*, *6*(3), 396-405. https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.051
57. Gervasi, A. M., La Marca, L., Costanzo, A., Pace, U., Guglielmucci, F., & Schimmenti, A. (2017). Personality and internet gaming disorder: A systematic review of recent literature. *Current Addiction Reports*, *4*(3), 293-307.
58. Lortie, C. L., & Guitton, M. J. (2013). Internet addiction assessment tools: dimensional structure and methodological status. *Addiction*, *108*(7), 1207-1216. https://doi.org/10.1111/add.12202
59. Brand, M., Muller, A., Wegmann, E., Antons, S., Brandtner, A., Muller, S. M., Stark, R., Steins-Loeber, S., & Potenza, M. N. (2025). Current interpretations of the I-PACE model of behavioral addictions. *J Behav Addict*, *14*(1), 1-17. https://doi.org/10.1556/2006.2025.00020

60. Canale, N., Marino, C., Griffiths, M. D., Scacchi, L., Monaci, M. G., & Vieno, A. (2019). The association between problematic online gaming and perceived stress: The moderating effect of psychological resilience. *Journal of Behavioral Addictions*, *8*(1), 174-180.
61. Starcke, K., & Brand, M. (2012). Decision making under stress: a selective review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *36*(4), 1228-1248. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2012.02.003
62. Van Ingen, E., Utz, S., & Toepoel, V. (2016). Online coping after negative life events: Measurement, prevalence, and relation with internet activities and well-being. *Social Science Computer Review*, *34*(5), 511-529.
63. Schiebener, J., & Brand, M. (2015). Decision Making Under Objective Risk Conditions-a Review of Cognitive and Emotional Correlates, Strategies, Feedback Processing, and External Influences. *Neuropsychology Review*, *25*(2), 171-198. https://doi.org/10.1007/s11065-015-9285-x
64. Strack, F., & Deutsch, R. (2004). Reflective and impulsive determinants of social behavior. *Personality and Social Psychology Review*, *8*(3), 220-247. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0803_1
65. Noel, X., Van Der Linden, M., & Bechara, A. (2006). The Neurocognitive Mechanisms of Decision-making, Impulse Control, and Loss of Willpower to Resist Drugs. *Psychiatry (Edgmont)*, *3*(5), 30-41. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21103176
66. Bechara, A. (2005). Decision making, impulse control and loss of willpower to resist drugs: a neurocognitive perspective. *Nature Neuroscience*, *8*(11), 1458-1463. https://doi.org/10.1038/nn1584
67. Volkow, N. D., & Morales, M. (2015). The Brain on Drugs: From Reward to Addiction. *Cell*, *162*(4), 712-725. https://doi.org/10.1016/j.cell.2015.07.046
68. Hahn, E., Reuter, M., Spinath, F. M., & Montag, C. (2017). Internet addiction and its facets: The role of genetics and the relation to self-directedness. *Addictive Behaviors*, *65*, 137-146. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.10.018
69. Laier, C., & Brand, M. (2017). Mood changes after watching pornography on the Internet are linked to tendencies towards Internet-pornography-viewing disorder. *Addict Behav Rep*, *5*, 9-13. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2016.11.003
70. Guan, J., & Chen, T. (2023). Exploring addiction mechanism of different game types. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, *8*, 1490-1496.
71. Lee, Z. W., Cheung, C. M., & Chan, T. K. (2014). Explaining the development of the excessive use of massively multiplayer online games: a positive-negative reinforcement perspective. 2014 47th Hawaii International Conference on System Sciences,
72. Wegmann, E., Ostendorf, S., & Brand, M. (2018). Is it beneficial to use Internet-communication for escaping from boredom? Boredom proneness interacts with cue-induced craving and avoidance expectancies in explaining symptoms of Internet-communication disorder. *PloS One*, *13*(4), e0195742.
73. Starcke, K., Antons, S., Trotzke, P., & Brand, M. (2018). Cue-reactivity in behavioral addictions: A meta-analysis and methodological considerations. *J Behav Addict*, *7*(2), 227-238. https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.39
74. Berridge, K. C., & Robinson, T. E. (2016). Liking, wanting, and the incentive-sensitization theory of addiction. *American Psychologist*, *71*(8), 670-679. https://doi.org/10.1037/amp0000059
75. Everitt, B. J., & Robbins, T. W. (2016). Drug Addiction: Updating Actions to Habits to Compulsions Ten Years On. *Annual Review of Psychology*, *67*(1), 23-50. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033457
76. Volkow, N. D., Koob, G. F., & McLellan, A. T. (2016). Neurobiologic Advances from the Brain Disease Model of Addiction. *New England Journal of Medicine*, *374*(4), 363-371. https://doi.org/10.1056/NEJMra1511480
77. Koob, G. F., & Volkow, N. D. (2010). Neurocircuitry of addiction. *Neuropsychopharmacology*, *35*(1), 217-238. https://doi.org/10.1038/npp.2009.110
78. Safar, S. N. (2024). *Investigating the Effectiveness of Playing Digital Games for Relieving Psychological Stress* University of York].
79. Wegmann, E., Antons, S., Schmidt, L. D., Klein, L., Montag, C., Rumpf, H.-J., Müller, S. M., & Brand, M. (2025). Feels good, and less bad: Problematic use of the Internet is associated with heightened experiences of both gratification and compensation. *Journal of Behavioral Addictions*, *14*(1), 263-275.
80. Meng, Y., Deng, W., Wang, H., Guo, W., & Li, T. (2015). The prefrontal dysfunction in individuals with Internet gaming disorder: a meta-analysis of functional magnetic resonance imaging studies. *Addiction Biology*, *20*(4), 799-808. https://doi.org/10.1111/adb.12154

81. Wang, L., Yang, G., Zheng, Y., Li, Z., Wei, P., Li, Q., Hu, K., & Liu, X. (2021). Neural substrates of deficient cognitive control in individuals with severe internet gaming disorder. *Neuroimage Clin*, *32*, 102828. https://doi.org/10.1016/j.nicl.2021.102828
82. Ji, Y., Yin, M. X. C., Zhang, A. Y., & Wong, D. F. K. (2022). Risk and protective factors of Internet gaming disorder among Chinese people: A meta-analysis. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *56*(4), 332-346.
83. Ropovik, I., Martoncik, M., Babincak, P., Banik, G., Vargova, L., & Adamkovic, M. (2023). Risk and protective factors for (internet) gaming disorder: A meta-analysis of pre-COVID studies. *Addictive Behaviors*, *139*, 107590. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107590
84. Nurmagandi, B., & Hamid, A. (2020). Predisposing Addiction Factor To Game Online: A Systematic Review. *Jurnal Profesi Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *14*(1), 102-113.
85. Fumero, A., Marrero, R. J., Bethencourt, J. M., & Penate, W. (2020). Risk factors of internet gaming disorder symptoms in Spanish adolescents. *Computers in Human Behavior*, *111*, 106416.
86. Kumar, K. S., Srivastava, S., Paswan, S., & Dutta, A. S. (2012). Depression-symptoms, causes, medications and therapies. *The Pharma Innovation*, *1*(3, Part A), 37.
87. Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, *27*(1), 144-152.
88. Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouveroe, K. J., Hetland, J., & Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, *14*(10), 591-596. https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0260
89. Peng, W., & Liu, M. (2010). Online gaming dependency: a preliminary study in China. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, *13*(3), 329-333. https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0082
90. Blain, B., & Rutledge, R. B. (2020). Momentary subjective well-being depends on learning and not reward. *Elife*, *9*, e57977. https://doi.org/10.7554/eLife.57977
91. Teng, Z., Pontes, H. M., Nie, Q., Xiang, G., Griffiths, M. D., & Guo, C. (2020). Internet gaming disorder and psychosocial well-being: A longitudinal study of older-aged adolescents and emerging adults. *Addictive Behaviors*, *110*, 106530. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106530
92. Jeong, H., Yim, H. W., Lee, S.-Y., Lee, H. K., Potenza, M. N., Jo, S.-J., & Son, H. J. (2019). Reciprocal relationship between depression and Internet gaming disorder in children: A 12-month follow-up of the iCURE study using cross-lagged path analysis. *Journal of behavioral addictions*, *8*(4), 725-732.
93. Teng, Z., Pontes, H. M., Nie, Q., Griffiths, M. D., & Guo, C. (2021). Depression and anxiety symptoms associated with internet gaming disorder before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study. *Journal of Behavioral Addictions*, *10*(1), 169-180.
94. Zhang, M., Nie, Q., Ye, W., Wang, Y., Yang, Z., & Teng, Z. (2025). Longitudinal dynamic relationships between videogame use and symptoms of gaming disorder and depression among Chinese children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, *54*(2), 426-438.
95. Borges, G., Orozco, R., Gutierrez-Garcia, R., Albor, Y., Perez, A. L. J., Valdes-Garcia, K. P., Mansur, P. M. B., Dyaz-Couder, M. A. C., & Benjet, C. (2025). Mental health predictors of Internet Gaming Disorder: a longitudinal study. *Braz J Psychiatry*, *47*, e20243816. https://doi.org/10.47626/1516-4446-2024-3816
96. Dang, L., Yang, H. M., Spada, M. M., & Wu, A. M. (2024). A three-wave longitudinal study on the underlying metacognitive mechanism between depression and Internet gaming disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, *13*(1), 215-225.
97. Jiang, Y., & Johnston, C. (2014). Co-occurring aggressive and depressive symptoms as related to overestimations of competence in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *17*(2), 157-172.
98. Janssen, N. (2024). *Behavioural activation for depressed older adults in primary care* Sl: sn].
99. Kanter, J. W., Manos, R. C., Bowe, W. M., Baruch, D. E., Busch, A. M., & Rusch, L. C. (2010). What is behavioral activation?: A review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review*, *30*(6), 608-620.
100. Pornnoppadol, C., Ratta-apha, W., Chanpen, S., Wattananond, S., Dumrongrungruang, N., Thongchoi, K., Panchasilawut, S., Wongyuen, B., Chotivichit, A., & Laothavorn, J. (2020). A comparative study of psychosocial interventions for internet gaming disorder among adolescents aged 13–17 years. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *18*(4), 932-948.
101. Roemer, L., Eustis, E. H., & González-Garzón, A. M. (2025). Generalized anxiety disorder. In *Optimizing Treatment Engagement Processes in CBT for Anxiety and Related Disorders* (pp. 213-238). Springer.

102. Wang, C.-Y., Wu, Y.-C., Su, C.-H., Lin, P.-C., Ko, C.-H., & Yen, J.-Y. (2017). Association between Internet gaming disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of behavioral addictions*, *6*(4), 564-571.
103. Wittchen, H. U. (2002). Generalized anxiety disorder: prevalence, burden, and cost to society. *Depression and Anxiety*, *16*(4), 162-171. https://doi.org/10.1002/da.10065
104. Kessler, R. C., Gruber, M., Hettema, J. M., Hwang, I., Sampson, N., & Yonkers, K. A. (2008). Co-morbid major depression and generalized anxiety disorders in the National Comorbidity Survey follow-up. *Psychological Medicine*, *38*(3), 365-374. https://doi.org/10.1017/S0033291707002012
105. Smith, J. P., & Book, S. W. (2010). Comorbidity of generalized anxiety disorder and alcohol use disorders among individuals seeking outpatient substance abuse treatment. *Addictive Behaviors*, *35*(1), 42-45.
106. Smith, J. P., & Randall, C. L. (2012). Anxiety and alcohol use disorders: comorbidity and treatment considerations. *Alcohol Res*, *34*(4), 414-431. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23584108
107. Fayazi, M., & Hasani, J. (2017). Structural relations between brain-behavioral systems, social anxiety, depression and internet addiction: With regard to revised Reinforcement Sensitivity Theory (r-RST). *Computers in Human Behavior*, *72*, 441-448.
108. Kim, K., Yee, J., Chung, J. E., Kim, H. J., Han, J. M., Kim, J. H., Lee, K. E., & Gwak, H. S. (2021). Smartphone Addiction and Anxiety in Adolescents - A Cross-sectional Study. *American Journal of Health Behavior*, *45*(5), 895-901. https://doi.org/10.5993/AJHB.45.5.9
109. Colder Carras, M., Shi, J., Hard, G., & Saldanha, I. J. (2020). Evaluating the quality of evidence for gaming disorder: A summary of systematic reviews of associations between gaming disorder and depression or anxiety. *PloS One*, *15*(10), e0240032.
110. Wei, Q., Zhang, S., Pan, Y., Hu, H., Chen, F., Yin, W., Lin, Q., Pan, S., Tham, C., & Wu, J. (2022). Epidemiology of gaming disorder and its effect on anxiety and insomnia in Chinese ethnic minority adolescents. *BMC Psychiatry*, *22*(1), 260. https://doi.org/10.1186/s12888-022-03894-3
111. Dullur, P., Krishnan, V., & Diaz, A. M. (2021). A systematic review on the intersection of attention-deficit hyperactivity disorder and gaming disorder. *Journal of Psychiatric Research*, *133*, 212-222. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.12.026
112. Elhai, J. D., McKay, D., Yang, H., Minaya, C., Montag, C., & Asmundson, G. J. (2021). Health anxiety related to problematic smartphone use and gaming disorder severity during COVID-19: Fear of missing out as a mediator. *Human behavior and emerging technologies*, *3*(1), 137-146.
113. Kim, S., Champion, K. E., Gardner, L. A., Teesson, M., Newton, N. C., & Gainsbury, S. M. (2022). The directionality of anxiety and gaming disorder: An exploratory analysis of longitudinal data from an Australian youth population. *Front Psychiatry*, *13*, 1043490. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1043490
114. González-Bueso, V., Santamaría, J. J., Fernández, D., Merino, L., Montero, E., & Ribas, J. (2018). Association between internet gaming disorder or pathological video-game use and comorbid psychopathology: A comprehensive review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(4), 668.
115. Givon-Benjio, N., Oren-Yagoda, R., Aderka, I. M., & Okon-Singer, H. (2020). Biased distance estimation in social anxiety disorder: A new avenue for understanding avoidance behavior. *Depression and Anxiety*, *37*(12), 1243-1252. https://doi.org/10.1002/da.23086
116. Ucur, O., & Donmez, Y. E. (2021). Problematic internet gaming in adolescents, and its relationship with emotional regulation and perceived social support. *Psychiatry Research*, *296*, 113678. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113678
117. Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*, 1004-1018.
118. Donnellan, M. B., Kenny, D. A., Trzesniewski, K. H., Lucas, R. E., & Conger, R. D. (2012). Using Trait-State Models to Evaluate the Longitudinal Consistency of Global Self-Esteem From Adolescence to Adulthood. *J Res Pers*, *46*(6), 634-645. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.07.005
119. Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, *80*(3), 1041-1068.
120. Mann, M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & de Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research*, *19*(4), 357-372. https://doi.org/10.1093/her/cyg041
121. Gao, Y.-X., Wang, J.-Y., & Dong, G.-H. (2022). The prevalence and possible risk factors of internet gaming disorder among adolescents and young adults: Systematic reviews and meta-analyses. *Journal of Psychiatric Research*, *154*, 35-43.

122. Lemenager, T., Neissner, M., Sabo, T., Mann, K., & Kiefer, F. (2020). "Who am i" and "how should i be": A systematic review on self-concept and avatar identification in gaming disorder. *Current Addiction Reports*, *7*(2), 166-193.
123. Kavanagh, M., Brett, C., & Brignell, C. (2023). What is the reported relationship between self-esteem and gaming disorder? A systematic review and meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, *145*, 107776.
124. Williams, D., Yee, N., & Caplan, S. E. (2008). Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. *Journal of computer-mediated communication*, *13*(4), 993-1018.
125. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory in health care and its relations to motivational interviewing: a few comments. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *9*(20), 24. https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-24
126. Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2018). Satisfaction and frustration of basic psychological needs in the real world and in video games predict internet gaming disorder scores and well-being. *Computers in Human Behavior*, *84*, 220-229.
127. Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and problematic internet use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of adolescence and youth*, *22*(4), 430-454.
128. Zhang, L., & Fung, A. Y. (2014). Working as playing? Consumer labor, guild and the secondary industry of online gaming in China. *New Media & Society*, *16*(1), 38-54.
129. Wartberg, L., Kriston, L., Zieglmeier, M., Lincoln, T., & Kammerl, R. (2019). A longitudinal study on psychosocial causes and consequences of Internet gaming disorder in adolescence. *Psychological Medicine*, *49*(2), 287-294. https://doi.org/10.1017/S003329171800082X
130. Allen, K.-A., Gray, D. L., Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2022). The need to belong: A deep dive into the origins, implications, and future of a foundational construct. *Educational Psychology Review*, *34*(2), 1133-1156.
131. Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, *3*, 31-56.
132. Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, 1-18.
133. Hülya, K., & Örsal, Ö. (2018). Computer game addiction and loneliness in children. *Iranian Journal of Public Health*, *47*(10), 1504.
134. Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., & Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 250-264. https://doi.org/10.1177/1745691615568999
135. Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *51*(3), 339-348. https://doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7
136. Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social science computer review*, *33*(1), 61-79.
137. J Kuss, D., D Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, *20*(25), 4026-4052.
138. Lee, J.-y., Ko, D. W., & Lee, H. (2019). Loneliness, regulatory focus, inter-personal competence, and online game addiction: A moderated mediation model. *Internet Research*, *29*(2), 381-394.
139. Öztürk, G., Beyazyüz, E., & Albayrak, Y. (2021). Social Media Addiction among Women who Underwent Cosmetic Breast Augmentation Surgery. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, *8*(2).
140. Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & behavior*, *12*(4), 451-455.
141. Abou Naaj, M., & Nachouki, M. (2021). Distance education during the COVID-19 pandemic: the impact of online gaming addiction on university students' performance. *Distance Educ*, *12*(9), 10.14569.
142. Bu, F., Steptoe, A., & Fancourt, D. (2020). Who is lonely in lockdown? Cross-cohort analyses of predictors of loneliness before and during the COVID-19 pandemic. *Public Health*, *186*, 31-34.
143. Baloch, D., Mushtaq, R., Ehsan, N., & Gul, S. (2023). Motivation to Play and Loneliness Among University Students: Moderating Role of Online Gaming Addiction. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *38*(3).

144. Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, *31*, 351-354.
145. Simcharoen, S., Pinyopornpanish, M., Haoprom, P., Kuntawong, P., Wongpakaran, N., & Wongpakaran, T. (2018). Prevalence, associated factors and impact of loneliness and interpersonal problems on internet addiction: A study in Chiang Mai medical students. *Asian Journal of Psychiatry*, *31*, 2-7. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.12.017
146. Snodgrass, J. G., Bagwell, A., Patry, J. M., Dengah II, H. F., Smarr-Foster, C., Van Oostenburg, M., & Lacy, M. G. (2018). The partial truths of compensatory and poor-get-poorer internet use theories: More highly involved videogame players experience greater psychosocial benefits. *Computers in Human Behavior*, *78*, 10-25.
147. Yang, H., Wang, Z., Elhai, J. D., & Montag, C. (2022). The relationship between adolescent emotion dysregulation and problematic technology use: Systematic review of the empirical literature. *Journal of Behavioral Addictions*, *11*(2), 290-304.
148. Li, K.-p., Niu, G.-f., Jin, S.-y., & Shi, X.-h. (2024). Social exclusion and video game addiction among college students: the mediating roles of depression and maladaptive cognition. *Current Psychology*, *43*(40), 31639-31649.
149. Zhang, S., Tian, Y., Sui, Y., Zhang, D., Shi, J., Wang, P., Meng, W., & Si, Y. (2018). Relationships between social support, loneliness, and internet addiction in Chinese postsecondary students: a longitudinal cross-lagged analysis. *Frontiers in Psychology*, *9*, 1707.
150. Cacioppo, J. T., Cacioppo, S., Capitanio, J. P., & Cole, S. W. (2015). The neuroendocrinology of social isolation. *Annual Review of Psychology*, *66*(1), 733-767. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015240
151. Sharma, S., Singh, G., & Sharma, R. (2021). For it is in giving that we receive: Investigating gamers' gifting behaviour in online games. *International Journal of Information Management*, *60*, 102363.
152. Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. In *Self-regulation and self-control* (pp. 173-212). Routledge.
153. Kotabe, H. P., & Hofmann, W. (2015). On Integrating the Components of Self-Control. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(5), 618-638. https://doi.org/10.1177/1745691615593382
154. Guo, Y., Yue, F., Lu, X., Sun, F., Pan, M., & Jia, Y. (2024). COVID-19–Related social isolation, Self-Control, and internet gaming disorder among Chinese University Students: cross-sectional survey. *Journal of Medical Internet Research*, *26*, e52978.
155. Boals, A., Vandellen, M. R., & Banks, J. B. (2011). The relationship between self-control and health: The mediating effect of avoidant coping. *Psychology & Health*, *26*(8), 1049-1062.
156. Potenza, M. N., & de Wit, H. (2010). Control yourself: alcohol and impulsivity. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, *34*(8), 1303-1305. https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2010.01214.x
157. Gottfredson, M. R. (1990). A general theory of crime. *Reading/Stanford University Press*.
158. Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low self-control? *Computers in Human Behavior*, *34*, 284-290.
159. Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in Human Behavior*, *41*, 1-7.
160. Oh, W. O. (2003). Factors influencing internet addiction tendency among middle school students in Gyeong-buk area. *Journal of Korean Academy of Nursing*, *33*(8), 1135-1144.
161. Collins, E., Freeman, J., & Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problematic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. *Personality and Individual Differences*, *52*(2), 133-138.
162. Jeon, H. G., Lee, S. J., Kim, J. A., Kim, G. M., & Jeong, E. J. (2021). Exploring the influence of parenting style on adolescents' maladaptive game use through aggression and self-control. *Sustainability*, *13*(8), 4589.
163. Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, *23*(3), 212-218.
164. Cudo, A., Kopis-Posiej, N., & Griffiths, M. D. (2023). The Role of Self-Control Dimensions, Game Motivation, Game Genre, and Game Platforms in Gaming Disorder: Cross-Sectional and Longitudinal Findings. *Psychology Research and Behavior Management*, *16*, 4749-4777. https://doi.org/10.2147/PRBM.S435125

165. Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress tolerance and psychopathological symptoms and disorders: a review of the empirical literature among adults. *Psychological Bulletin*, *136*(4), 576.
166. Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and emotion*, *29*(2), 83-102.
167. [Record #79 is using a reference type undefined in this output style.]
168. Schmidt, N. B., Mitchell, M., Keough, M., & Riccardi, C. (2011). Anxiety and its disorders. *Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications*, 105-125.
169. Abramowitz, J. S., & Blakey, S. M. (2020). *Clinical handbook of fear and anxiety: Maintenance processes and treatment mechanisms*. American Psychological Association.
170. Bardeen, J. R., Tull, M. T., Dixon-Gordon, K. L., Stevens, E. N., & Gratz, K. L. (2015). Attentional control as a moderator of the relationship between difficulties accessing effective emotion regulation strategies and distress tolerance. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, *37*(1), 79-84.
171. Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., Bernstein, A., & Leyro, T. (2010). Distress Tolerance: Theory, Measurement, and Relations to Psychopathology. *Current Directions in Psychological Science*, *19*(6), 406-410. https://doi.org/10.1177/0963721410388642
172. Borkovec, T. (1979). Extensions of two-factor theory: Cognitive avoidance and autonomic perception. *Biofeedback and self-regulation*, 139-148.
173. Trafton, J. A., & Gifford, E. V. (2011). Biological bases of distress tolerance. *Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications*, 80-102.
174. Blalock, J. A., & Joiner Jr, T. E. (2000). Interaction of cognitive avoidance coping and stress in predicting depression/anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, *24*(1), 47-65.
175. Girotti, M., Adler, S. M., Bulin, S. E., Fucich, E. A., Paredes, D., & Morilak, D. A. (2018). Prefrontal cortex executive processes affected by stress in health and disease. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, *85*, 161-179. https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2017.07.004
176. Young, K. S., & Brand, M. (2017). Merging Theoretical Models and Therapy Approaches in the Context of Internet Gaming Disorder: A Personal Perspective. *Frontiers in Psychology*, *8*, 1853. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01853
177. Hew, Y. C., & Chew, P. K. (2025). Distress tolerance as a risk factor for specific Internet-use disorders. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 1-12.
178. Hatwan, M. L., Boyd, E., Swaminath, S., & Mojallal, M. (2024). Exploring the Role of Distress Tolerance and Neuroticism in Internet Gaming Disorder Among USA Young Adult Daily Gamers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-20.
179. Hollett, K. B., & Harris, N. (2020). Dimensions of emotion dysregulation associated with problem video gaming. *Addiction Research & Theory*, *28*(1), 38-45.
180. Amendola, S., Spensieri, V., Guidetti, V., & Cerutti, R. (2019). The relationship between difficulties in emotion regulation and dysfunctional technology use among adolescents. *Journal of Psychopathology*, *25*(1), 10-17.
181. Blasi, M. D., Giardina, A., Giordano, C., Coco, G. L., Tosto, C., Billieux, J., & Schimmenti, A. (2019). Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. *Journal of behavioral addictions*, *8*(1), 25-34.
182. Sanchez-Fernandez, M., & Borda-Mas, M. (2023). Problematic smartphone use and specific problematic Internet uses among university students and associated predictive factors: a systematic review. *Education and information technologies*, *28*(6), 7111-7204.
183. Caselli, G., & Spada, M. M. (2011). The Desire Thinking Questionnaire: development and psychometric properties. *Addictive Behaviors*, *36*(11), 1061-1067. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.06.013
184. Kavanagh, D. J., May, J., & Andrade, J. (2009). Tests of the elaborated intrusion theory of craving and desire: Features of alcohol craving during treatment for an alcohol disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, *48*(Pt 3), 241-254. https://doi.org/10.1348/014466508X387071
185. Caselli, G., & Spada, M. M. (2015). Desire thinking: What is it and what drives it? *Addictive Behaviors*, *44*, 71-79.
186. Andrade, J., May, J., & Kavanagh, D. (2012). Sensory imagery in craving: From cognitive psychology to new treatments for addiction. *Journal of Experimental Psychopathology*, *3*(2), 127-145.

187. Brandtner, A., Pekal, J., & Brand, M. (2020). Investigating properties of imagery-induced flash-forwards and the effect of eye movements on the experience of desire and craving in gamers. *Addictive Behaviors*, *105*, 106347. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106347
188. Brandtner, A., & Brand, M. (2021). Fleeing through the mind's eye: Desire thinking as a maladaptive coping mechanism among specific online activities. *Addictive Behaviors*, *120*, 106957.
189. Green, M. W., Rogers, P. J., & Elliman, N. A. (2000). Dietary restraint and addictive behaviors: the generalizability of Tiffany's cue reactivity model. *International Journal of Eating Disorders*, *27*(4), 419-427. https://doi.org/10.1002/(sici)1098-108x(200005)27:4<419::aid-eat6>3.0.co;2-z
190. Tiffany, S. T., & Wray, J. (2009). The continuing conundrum of craving. *Addiction*, *104*(10), 1618-1619. https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02588.x
191. May, J., Andrade, J., Panabokke, N., & Kavanagh, D. (2004). Images of desire: cognitive models of craving. *Memory*, *12*(4), 447-461. https://doi.org/10.1080/09658210444000061
192. Spada, M. M., & Wells, A. (2009). A metacognitive model of problem drinking. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *16*(5), 383-393. https://doi.org/10.1002/cpp.620
193. Bywaters, M., Andrade, J., & Turpin, G. (2004). Intrusive and non-intrusive memories in a non-clinical sample: the effects of mood and affect on imagery vividness. *Memory*, *12*(4), 467-478. https://doi.org/10.1080/09658210444000089
194. Caselli, G., Manfredi, C., Ferraris, A., Vinciullo, F., & Spada, M. M. (2015). Desire thinking as a mediator of the relationship between novelty seeking and craving. *Addictive Behaviors Reports*, *1*, 2-6.
195. Caselli, G., Soliani, M., & Spada, M. M. (2013). The effect of desire thinking on craving: an experimental investigation. *Psychology of Addictive Behaviors*, *27*(1), 301-306. https://doi.org/10.1037/a0027981
196. Mansueto, G., Martino, F., Palmieri, S., Scaini, S., Ruggiero, G. M., Sassaroli, S., & Caselli, G. (2019). Desire Thinking across addictive behaviours: A systematic review and meta-analysis. *Addictive Behaviors*, *98*, 106018. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.06.007
197. Brandtner, A., Wegmann, E., & Brand, M. (2020). Desire thinking promotes decisions to game: The mediating role between gaming urges and everyday decision-making in recreational gamers. *Addictive Behaviors Reports*, *12*, 100295.
198. Yuan, Z., Xu, F., & Liu, Q. (2024). Nature Connectedness Reduces Internet Gaming Disorder: The Chain Mediating Role of Intolerance of Uncertainty and Desire Thinking. *Behav Sci (Basel)*, *14*(9), 844. https://doi.org/10.3390/bs14090844
199. Carpenter, S. (2018). Ten steps in scale development and reporting: A guide for researchers. *Communication methods and measures*, *12*(1), 25-44.
200. DeVellis, R. F., & Thorpe, C. T. (2021). *Scale development: Theory and applications*. Sage publications.
201. Yurdabakan, İ., & Çüm, S. (2017). Scale development in behavioral sciences (based on exploratory factor analysis). *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, *11*(2), 108-126.
202. Clark, L. A., & Watson, D. (2019). Constructing validity: New developments in creating objective measuring instruments. *Psychological Assessment*, *31*(12), 1412-1427. https://doi.org/10.1037/pas0000626
203. Erkuş, A. (2005). *Bilimsel araştırma sarmalı*. Seçkin.
204. Karakoç, A. G. D. F. Y., & Dönmez, L. (2014). Ölçek geliştirme çalışmalarında temel ilkeler. *Tıp Eğitimi Dünyası*, *13*(40), 39-49.
205. Egami, H., Rahman, M. S., Yamamoto, T., Egami, C., & Wakabayashi, T. (2024). Causal effect of video gaming on mental well-being in Japan 2020-2022. *Nat Hum Behav*, *8*(10), 1943-1956. https://doi.org/10.1038/s41562-024-01948-y
206. Kaya, A., Türk, N., Batmaz, H., & Griffiths, M. D. (2024). Online gaming addiction and basic psychological needs among adolescents: the mediating roles of meaning in life and responsibility. *International journal of mental health and addiction*, *22*(4), 2413-2437.
207. Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, *12*(1), 77-95.
208. Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2015). Measuring DSM-5 internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in Human Behavior*, *45*, 137-143.
209. Rho, M. J., Lee, H., Lee, T.-H., Cho, H., Jung, D., Kim, D.-J., & Choi, I. Y. (2018). Risk factors for internet gaming disorder: Psychological factors and internet gaming characteristics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(1), 40.

210. Aktürk, Z., Dağdeviren, N., Türe, M., & Tuğlu, C. (2005). Birinci basamak için Beck Depresyon Tarama Ölçeği'nin Türkçe çeviriminin geçerlik ve güvenirliği. *Turkish Journal of Family Practice*, *9*(3), 117-122.
211. Yıldırım, A., Boysan, M., & Kefeli, M. C. (2018). Psychometric properties of the Turkish version of the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21). *British Journal of Guidance & Counselling*, *46*(5), 582-595.
212. Çuhadaroğlu, F. (1985). Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. *XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları*, 107-108.
213. Doğan, T., Çötok, N. A., & Tekin, E. G. (2011). Reliability and validity of the Turkish Version of the UCLA Loneliness Scale (ULS-8) among university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *15*, 2058-2062.
214. Nebioglu, M., Konuk, N., Akbaba, S., & Eroglu, Y. (2012). The investigation of validity and reliability of the Turkish version of the Brief Self-Control Scale. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, *22*(4), 340-351.
215. Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *56*(6), 893-897. https://doi.org/10.1037//0022-006x.56.6.893
216. Rachlin, H. (2004). *The science of self-control*. Harvard University Press.
217. Orth, U., Maes, J., & Schmitt, M. (2015). Self-esteem development across the life span: a longitudinal study with a large sample from Germany. *Developmental Psychology*, *51*(2), 248-259. https://doi.org/10.1037/a0038481
218. Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., & Tarazona-Santabalbina, F. J. (2018). The complexity of loneliness. *Acta Bio-Medica: Atenei Parmensis*, *89*(2), 302-314. https://doi.org/10.23750/abm.v89i2.7404
219. Viswanathan, M. (2010). Understanding the intangibles of measurement in the social sciences. *The SAGE handbook of measurement*, 285-313.
220. Netemeyer, R. G., Bearden, W. O., & Sharma, S. (2003). *Scaling procedures: Issues and applications*. sage publications.
221. Worthington, R. L., & Whittaker, T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The counseling psychologist*, *34*(6), 806-838.
222. Davis, L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied Nursing Research*, *5*(4), 194-197.
223. Johanson, G. A., & Brooks, G. P. (2010). Initial scale development: sample size for pilot studies. *Educational and Psychological Measurement*, *70*(3), 394-400.
224. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
225. Osborne, J. W., & Fitzpatrick, D. C. (2012). Replication analysis in exploratory factor analysis: what it is and why it makes your analysis better. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, *17*(15), n15.
226. Comrey, A. L., & Lee, H. B. (2013). *A first course in factor analysis*. Psychology press.
227. Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve uygulamada eğitim yönetimi*, *32*(32), 470-483.
228. Severo, R. B., Soares, J. M., Affonso, J. P., Giusti, D. A., de Souza Junior, A. A., de Figueiredo, V. L., Pinheiro, K. A., & Pontes, H. M. (2020). Prevalence and risk factors for internet gaming disorder. *Braz J Psychiatry*, *42*(5), 532-535. https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0760
229. Arıcak, O. T., Dinç, M., Yay, M., & Griffiths, M. D. (2018). Adapting the short form of the internet gaming disorder scale into Turkish: Validity and reliability. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, *5*(4), 615-636.
230. Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, *33*(3), 335-343. https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u
231. Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, *44*(Pt 2), 227-239. https://doi.org/10.1348/014466505X29657
232. Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image* (Vol. 11). Princeton university press Princeton, NJ.
233. Hays, R. D., & DiMatteo, M. R. (1987). A short-form measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, *51*(1), 69-81. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5101_6

234. Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, *72*(2), 271-324. https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
235. Büyüköztürk, Ş. (2018). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. *Pegem Atıf İndeksi*, 001-214.
236. Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*. Nobel.
237. Costello, A. B., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical assessment, research, and evaluation*, *10*(1).
238. Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). Multivariate data analysis (Vol. 6).
239. Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of psychological research online*, *8*(2), 23-74.
240. Marsh, H. W., Balla, J. R., & McDonald, R. P. (1988). Goodness-of-fit indexes in confirmatory factor analysis: The effect of sample size. *Psychological Bulletin*, *103*(3), 391.
241. Vieira, A. L. (2011). *Interactive LISREL in practice* (Vol. 1). Springer.
242. Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, *6*(1), 1-55.
243. Ullman, J. B., & Bentler, P. M. (2012). Structural equation modeling. *Handbook of psychology, second edition*, *2*.
244. Karasar, N. (2009). Bilimsel arastirma yontemi: Kavramlar-ilkeler-teknikler. *Ankara: Nobel Yayin Dağitim*.
245. Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2009). *How to: Design and evaluate resecharch in education*. Mc Graw-Hill Higher Education.
246. Yazıcıoğlu, Y., & Erdoğan, S. (2011). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Detay Yayıncılık.
247. McHugh, R. K., & Otto, M. W. (2012). Refining the measurement of distress intolerance. *Behavior Therapy*, *43*(3), 641-651. https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.12.001
248. Çakır, Z. (2013). Kadın üniversite öğrencilerinde yeme tutumlarının mükemmeliyetçilik, sosyotropi-otonomi, üstbilişler, duygulara ilişkin inançlar, duygusal zorlanmaya toleranssızlıkve kaçınma ile ilişkisi: yatkınlaştırıcı ve sürdürücü faktörlere dayalı bir model önerisi.
249. Aydın, O., Ünal-Aydın, P., Caselli, G., Kolubinski, D. C., Marino, C., & Spada, M. (2022). Psychometric validation of the desire thinking questionnaire in a Turkish adolescent sample: Associations with internet gaming disorder. *Addictive Behaviors*, *125*, 107129.
250. Kline, R. B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling.
251. Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, *40*(3), 879-891. https://doi.org/10.3758/brm.40.3.879
252. Hutcheson, G. D., & Sofroniou, N. (1999). The multivariate social scientist: Introductory statistics using generalized linear models.
253. [Record #298 is using a reference type undefined in this output style.]
254. Leech, N. L., Barrett, K. C., & George, A. Morgan (2005). SPSS for intermediate statistics: Use and interpretation. *Lawrence Erlbaum Psychological Bulletin*, *70*, 160-163.
255. Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, *39*(1), 31-36.
256. Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları* (Vol. 2). Pegem akademi Ankara.
257. Özdamar, K. (2013). *Paket programlar ile istatiksel veri analizi: MINITAB 16-IBM SPSS 21*. Nisan Kitabevi.
258. Comrey, A. L. (1988). Factor-analytic methods of scale development in personality and clinical psychology. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *56*(5), 754-761. https://doi.org/10.1037//0022-006x.56.5.754
259. Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, *46*, 74-85.
260. Pallant, J. (2020). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using IBM SPSS*. Routledge.
261. Streiner, D. L. (2003). Starting at the beginning: an introduction to coefficient alpha and internal consistency. *Journal of Personality Assessment*, *80*(1), 99-103.

262. Terzi, Y. (2019). Anket, güvenilirlik–geçerlilik analizi. *Ondokuz Mayis Üniversitesi, Samsun https://personel. omu. edu. tr/docs/ders_dokumanlari/1030_32625_1500. pdf*, *21*, 2023.
263. Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to use and how to report the results of PLS-SEM. *European business review*, *31*(1), 2-24.
264. Doll, W. J., Raghunathan, T., Lim, J.-S., & Gupta, Y. P. (1995). A confirmatory factor analysis of the user information satisfaction instrument. *Information Systems Research*, *6*(2), 177-188.
265. Little, T. D., Cunningham, W. A., Shahar, G., & Widaman, K. F. (2002). To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits. *Structural equation modeling*, *9*(2), 151-173.
266. Nasser-Abu Alhija, F., & Wisenbaker, J. (2006). A Monte Carlo study investigating the impact of item parceling strategies on parameter estimates and their standard errors in CFA. *Structural Equation Modeling*, *13*(2), 204-228.
267. Little, T. D., Rhemtulla, M., Gibson, K., & Schoemann, A. M. (2013). Why the items versus parcels controversy needn't be one. *Psychological Methods*, *18*(3), 285.
268. MacKinnon, D. P., Krull, J. L., & Lockwood, C. M. (2000). Equivalence of the mediation, confounding and suppression effect. *Prev Sci*, *1*(4), 173-181. https://doi.org/10.1023/a:1026595011371
269. Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Gentile, D. A. (2015). The Internet Gaming Disorder Scale. *Psychological Assessment*, *27*(2), 567-582. https://doi.org/10.1037/pas0000062
270. Hazar, Z., & Hazar, M. (2017). Digital game addiction scale for children. *Journal of Human Sciences*, *14*(1), 203-216.
271. Tang, Y., Liao, Z., Huang, S., Hao, J., Huang, Q., Chen, X., Lin, S., Li, Y., Qi, J., & Shen, H. (2022). Development and Validation of a Risk Assessment Tool for Gaming Disorder in China: The Gaming Hazard Assessment Scale. *Front Public Health*, *10*, 870358. https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.870358
272. Melodia, F., Canale, N., & Griffiths, M. D. (2022). The role of avoidance coping and escape motives in problematic online gaming: A systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *20*(2), 996-1022.
273. Király, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., Ágoston, C., Nagygyörgy, K., Kökönyei, G., & Demetrovics, Z. (2015). The mediating effect of gaming motivation between psychiatric symptoms and problematic online gaming: An online survey. *Journal of Medical Internet Research*, *17*(4), e88.
274. Hyun, G. J., Han, D. H., Lee, Y. S., Kang, K. D., Yoo, S. K., Chung, U.-S., & Renshaw, P. F. (2015). Risk factors associated with online game addiction: A hierarchical model. *Computers in Human Behavior*, *48*, 706-713.
275. Hofmann, W., Schmeichel, B. J., & Baddeley, A. D. (2012). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences*, *16*(3), 174-180. https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.01.006
276. Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, *64*(1), 135-168. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750
277. Hu, Y., Chen, S., Qi, D., & Zhu, S. (2025). Problematic Gaming and Self-Control Among Adolescents and Emerging Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *28*(5), 301-317.
278. Yu, Y., Mo, P. K.-H., Zhang, J., Li, J., & Lau, J. T.-F. (2021). Impulsivity, self-control, interpersonal influences, and maladaptive cognitions as factors of internet gaming disorder among adolescents in China: cross-sectional mediation study. *Journal of Medical Internet Research*, *23*(10), e26810.
279. Yifei, P., & Motevalli, S. (2023). Exploring the Correlations Between Game Addiction, Aggression, Narcissism, and Self-Control among Adolescents: A Comprehensive Literature Review. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, *12*(3), 500-519.
280. Safarina, N., & Halimah, L. (2019). Self-control and online game addiction in early adult gamers. Journal of Physics: Conference Series,
281. King, D. L., Delfabbro, P. H., Perales, J. C., Deleuze, J., Kiraly, O., Krossbakken, E., & Billieux, J. (2019). Maladaptive player-game relationships in problematic gaming and gaming disorder: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, *73*, 101777. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101777
282. Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2020). A new era for gaming disorder research: Time to shift from consensus to consistency. *Addictive Behaviors*, *103*, 106059. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106059
283. Ko, Y. M., Lee, E. S., & Park, S. (2024). Prevalence, correlates, and comorbidities of internet gaming disorder and problematic game use: national mental health survey of Korea 2021. *Front Psychiatry*, *15*, 1442224. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1442224

284. Wang, J.-L., Sheng, J.-R., & Wang, H.-Z. (2019). The association between mobile game addiction and depression, social anxiety, and loneliness. *Frontiers in public health*, *7*, 247.
285. Nurmagandi, B., & Suratmini, D. (2024). The correlation between depression with online game addiction among adolescents: Systematic review. *Journal of Psychiatric Nursing/Hemşireleri Derneği*, *15*(1).
286. Amini Manesh, S., Nazari, A. M., Moradi, A., & Farzad, V. (2014). Youth online gaming addiction: the role of self esteem, anxiety and depression. *Strategic Studies on Youth and Sports*, *13*(25), 97-112.
287. Gros, L., Debue, N., Lete, J., & Van De Leemput, C. (2020). Video game addiction and emotional states: possible confusion between pleasure and happiness? *Frontiers in Psychology*, *10*, 2894.
288. Lin, S., Tan, L., Chen, X., Liao, Z., Li, Y., Tang, Y., Shi, Y., Hao, J., Wang, X., Huang, Q., & Shen, H. (2023). Emotion dysregulation and Internet gaming disorder in young people: Mediating effects of negative affect and metacognitions. *Journal of Affective Disorders*, *341*, 104-111. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.077
289. Quancai, L., Meng, C., & Kunjie, C. (2023). Social control and self-control: factors linking exposure to domestic violence and adolescents' Internet gaming addiction. *Front Psychiatry*, *14*, 1245563. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1245563
290. Afriwilda, M., & Wibowo, M. E. (2020). Craving For Game Online Game Addiction And Its Association With Self-Control On High School Students. *European Journal Of Psychological Research. Vol*, *7*(2).
291. Meng, C., Quancai, L., Kunjie, C., Yanyu, X., Wencai, L., & Yiwei, X. (2024). Low self-control, perceived social support and internet gaming addiction: findings from an ethnicity minority region in China. *Front Psychiatry*, *15*, 1458626. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1458626
292. Gao, B., Cai, Y., Zhao, C., Qian, Y., Zheng, R., & Liu, C. (2024). Longitudinal associations between loneliness and online game addiction among undergraduates: A moderated mediation model. *Acta Psychologica*, *243*, 104134.
293. Li, L., Niu, Z., Griffiths, M. D., Wang, W., Chang, C., & Mei, S. (2021). A network perspective on the relationship between gaming disorder, depression, alexithymia, boredom, and loneliness among a sample of Chinese university students. *Technology in Society*, *67*, 101740.
294. Tras, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of Internet Gaming Disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews*, *14*(13), 465-473.
295. Wang, P., Wang, J., Yan, Y., Si, Y., Zhan, X., & Tian, Y. (2021). Relationship between loneliness and depression among Chinese junior high school students: the serial mediating roles of internet gaming disorder, social network use, and generalized pathological internet use. *Frontiers in Psychology*, *11*, 529665.
296. Yu, Y., Peng, L., Mo, P. K., Yang, X., Cai, Y., Ma, L., She, R., & Lau, J. T. (2022). Association between relationship adaptation and Internet gaming disorder among first-year secondary school students in China: Mediation effects via social support and loneliness. *Addictive Behaviors*, *125*, 107166.
297. Karami, A., Khodarahimi, S., Ghazanfari, F., Mirdrikvand, F., & Barigh, M. (2020). The prediction of distress tolerance based on the feeling of loneliness and self-handicapping in students. *Personality and Individual Differences*, *161*, 109994.
298. Moshtaghi, S., Sameri, F., Mokari Menshadi, E., Khorramnia, P., & Jourasti, V. (2024). Investigating the Problematic Use of Cell-Phone in the Relationship by Feelings of Loneliness and Alexithymia with the Mediating Role of Distress Tolerance among Medical Science Students. *International Journal of Travel Medicine and Global Health*, *12*(4), 216-224.
299. Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The effects of boredom, loneliness, and distress tolerance on problem internet use among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *14*(2), 167-180.
300. Munir, F., Saleem, S., & Zahra, S. T. (2023). Executive Functioning and Distress Tolerance: A Moderating Role of Age and Family System. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *38*(3), 373-389.
301. Rodman, S. A., Daughters, S. B., & Lejuez, C. (2009). Distress tolerance and rational-emotive behavior therapy: A new role for behavioral analogue tasks. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, *27*(2), 97-120.
302. Dragan, M., & Grajewski, P. (2021). Psychometric properties of the Polish version of the desire thinking questionnaire in a sample of Internet game players. *Addictive Behaviors*, *112*, 106653. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106653

303. Caselli, G., Canfora, F., Ruggiero, G. M., Sassaroli, S., Albery, I. P., & Spada, M. M. (2015). Desire thinking mediates the relationship between emotional intolerance and problem drinking. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *13*(2), 185-193.
304. Zemestani, M., Niakan, F., Shafeizadeh, K., & Griffiths, M. D. (2023). The relationship between psychobiological dimensions of personality and internet gaming disorder: The role of positive and negative affects. *Current psychology*, *42*(6), 4744-4753.
305. Pilatti, A., Bravo, A. J., Michelini, Y., Aguirre, P., & Pautassi, R. M. (2021). Self-control and problematic use of social networking sites: Examining distress tolerance as a mediator among Argentinian college students. *Addictive Behaviors Reports*, *14*, 100389.
306. Aguirre, P., Michelini, Y., Bravo, A. J., Pautassi, R. M., & Pilatti, A. (2024). Association between personality traits and symptoms of depression and anxiety via emotional regulation and distress tolerance. *PloS One*, *19*(7), e0306146.
307. Byrne, S., Allen, A., Stavropoulos, V., & Kannis-Dymand, L. (2023). Problematic gaming: the role of desire thinking, metacognition, and the Proteus Effect. *Behaviour & Information Technology*, *42*(10), 1453-1465.
308. Wang, S., Zhu, X., Wang, X., Gao, L., & Chen, H. (2026). The desire trap: Metacognitions and the cognitive mechanisms of adolescent online gaming craving. *Addictive Behaviors*, *172*, 108516. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2025.108516
309. Gong, X., Zhang, K. Z., Cheung, C. M., Chen, C., & Lee, M. K. (2019). Alone or together? Exploring the role of desire for online group gaming in players' social game addiction. *Information & Management*, *56*(6), 103139.
310. Zhai, J., Zhang, H., Yu, S. M., Spada, M. M., Demetrovics, Z., & Wu, A. M. (2025). Bidirectional relationships between desire thinking and gambling disorder tendency: Insights from a longitudinal study of Esports gamblers. *Journal of Behavioral Addictions*, *14*(3), 1281-1289.
311. Elhai, J. D., Levine, J. C., O'Brien, K. D., & Armour, C. (2018). Distress tolerance and mindfulness mediate relations between depression and anxiety sensitivity with problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, *84*, 477-484.
312. Sharifi Bastan, F., Spada, M. M., Khosravani, V., & Samimi Ardestani, S. M. (2023). The independent contribution of desire thinking to problematic social media use. *Current Psychology*, *42*(24), 20492-20501.

EKLER

EK-1.İnternette Oyun Oyama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu

Aşağıda, geçen 1 yıl içerisindeki (son 12 ay) oyun faaliyetlerinizle ilgili sorular bulunmaktadır. Oyun faaliyetiyle bilgisayar, oyun konsolu veya diğer elektronik cihazlar (örneğin cep telefonu, tablet gibi) ile hem internette hem de internete bağlı olmadan oynanabilen her türlü oyunla ilişkili etkinlikler kastedilmektedir.		**Asla**	**Nadiren**	**Bazen**	**Sık Sık**	**Çok Sık**
1	Zihniniz sürekli oyun oynamayla meşgul mü? Örneğin; sonraki oyunu sabırsızlıkla bekliyor musunuz?	1	2	3	3	5
2	Oyun oynamayı azaltmaya veya bırakmaya çalıştığınızda kendinizi daha sinirli, endişeli ve üzgün hissediyor musunuz?	1	2	3	3	5
3	Oyuna doymak veya oyundan keyif alabilmek için oyun oynayarak geçirdiğiniz zamanı arttırma ihtiyacı hissediyor musunuz?	1	2	3	3	5
4	Oyun oynama etkinliğinizi kontrol etmeye veya bırakmaya çalıştığınızda sürekli olarak başarısız oluyor musunuz?	1	2	3	3	5
5	Oyunla meşgul olduğunuz için daha önceki hobilerinize ve diğer eğlence amaçlı etkinliklerinize olan ilginizi kaybettiniz mi?	1	2	3	3	5
6	Oyun oynamanın diğer insanlarla sizin aranızda sorunlara neden olduğunu bildiğiniz halde oyun oynamaya devam ettiniz mi?	1	2	3	3	5
7	Oyun oynama sürenizle ilgili ailenize, psikoloğa, rehber öğretmene veya başkalarına doğruyu söylemediğiniz oldu mu?	1	2	3	3	5
8	Olumsuz duygularınızdan (örneğin çaresizlik, suçluluk, kaygı) geçici de olsa kaçmak veya rahatlamak için oyun oynar mısınız?	1	2	3	3	5
9	Oyun etkinlikleriniz yüzünden önemli bir ilişkiyi, işi, eğitim veya kariyer fırsatını tehlikeye attınız mı veya kaybettiniz mi?	1	2	3	4	5

EK-2.Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-21

Lütfen SON 1 HAFTA içindeki durumunuzu belirtiniz. Her bir ifadenin sizin için ne kadar doğru olduğunu yanında yazan rakamı işaretleyerek belirtiniz.		**Hiçbir zaman**	**Bazen ve ara sıra**	**Oldukça sık**	**Her zaman**
1	Gevşeyip rahatlamakta zorluk çektim.	0	1	2	3
2	Ağzımda kuruluk olduğunu fark ettim.	0	1	2	3
3	Hiç olumlu duygu yaşayamadığımı fark ettim.	0	1	2	3
4	Soluk almada zorluk çektim (*örneğin fiziksel egzersiz yapmadığım halde aşırı hızlı nefes alma, nefessiz kalma gibi).*	0	1	2	3
5	Bir iş yapmak için gerekli olan ilk adımı atmada zorlandım.	0	1	2	3
6	Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim.	0	1	2	3
7	Vücudumda *(örneğin ellerimde)* titremeler oldu.	0	1	2	3
8	Sinirsel enerjimi çok fazla kullandığımı hissettim.	0	1	2	3
9	Panikleyip kendimi aptal durumuna düşüreceğim durumlar nedeniyle endişelendim.	0	1	2	3
10	Hiçbir beklentimin olmadığı hissine kapıldım	0	1	2	3
11	Kışkırtılmakta olduğumu hissettim	0	1	2	3
12	Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi	0	1	2	3
13	Kendimi perişan ve hüzünlü hissettim	0	1	2	3
14	Beni yaptığım işten alıkoyan şeylere dayanamıyordum	0	1	2	3
15	Panik haline yakın olduğumu hissettim	0	1	2	3
16	Hiçbir şey bende heyecan uyandırmıyordu	0	1	2	3
17	Birey olarak değersiz olduğumu hissettim	0	1	2	3
18	Alıngan olduğumu hissettim	0	1	2	3
19	Fizik egzersiz söz konusu olmadığı halde kalbimin hareketlerini hissettim *(kalp atışlarımın hızlandığını veya düzensizleştiğini hissettim)*	0	1	2	3
20	Geçerli bir neden olmadığı halde korktuğumu hissettim	0	1	2	3
21	Hayatın anlamsız olduğu hissine kapıldım	0	1	2	3

EK-3.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Sizin için uygun olanı seçiniz.		**Çok yanlış**	**Yanlış**	**Doğru**	**Çok doğru**
1	Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.	1	2	3	4
2	Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4
3	Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.	1	2	3	4
4	Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.	1	2	3	4
5	Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	1	2	3	4
6	Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.	1	2	3	4
7	Genel olarak kendimden memnunum.	1	2	3	4
8	Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.	1	2	3	4
9	Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.	1	2	3	4
10	Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.	1	2	3	4

EK-4.UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu

	Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve her bir ifadenin sizin için ne ölçüde uygun olduğunu işaretleyiniz. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Size en uygun olduğunu düşündüğünüz rakamı işaretleyiniz.	**Hiç Uygun Değil**	**Uygun Değil**	**Uygun**	**Tamamen Uygun**
1	Arkadaşım yok.	1	2	3	4
2	Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4
3	Cana yakın bir insanım.	1	2	3	4
4	Kendimi dışlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
5	Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
6	İstediğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
7	Bu kadar içe kapanık olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2	3	4
8	Çevremde insanlar var ancak benimle birlikte değiller.	1	2	3	4

EK-5.Kısa Öz-Kontrol Ölçeği

	Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneği işaretleyiniz.	**Tamamen Aykırı**	**Oldukça Aykırı**	**Kararsızım**	**Oldukça Uygun**	**Tamamen Uygun**
1	İnsanların beni kötülüğe yönlendirmesine karşı koymada başarılıyımdır.	1	2	3	4	5
2	Kötü alışkanlıklarımı terk etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
3	Tembel biriyim.	1	2	3	4	5
4	Uygun olmayan şeyler söylerim.	1	2	3	4	5
5	Eğlenceli olmaları durumunda benim için kötü olan bazı şeyleri yaparım.	1	2	3	4	5
6	Benim için kötü olan şeyleri reddederim.	1	2	3	4	5
7	Daha fazla öz-disipline sahip olmayı isterdim.	1	2	3	4	5
8	İnsanlar güçlü bir öz-disipline sahip olduğumu ifade ederler.	1	2	3	4	5
9	Zevkli ve eğlenceli şeyler yapacağım işten beni alıkoyar.	1	2	3	4	5
10	Konsantrasyon sorunum var.	1	2	3	4	5
11	Uzun vadeli amaçlarıma ulaşmak için verimli biçimde çalışabilirim.	1	2	3	4	5
12	Bazen yanlış olduğunu bilsem de bazı şeyleri yapmaktan kendimi alamam.	1	2	3	4	5
13	Sıklıkla bütün seçenekler üzerinde düşünmeden hareket ederim.	1	2	3	4	5

EK-6.Oyuncu Profil Formu

1. Doğum Tarihiniz: ____ / ____ / _____

2. Cinsiyetiniz:

3. Eğitim Durumunuz:

☐ **İlköğretim**

☐ **Lise**

☐ **Ön lisans**

☐ **Lisans**

☐ **Lisansüstü**

4. Herhangi bir psikolojik/psikiyatrik tanı aldınız mı?

☐ **Evet (……. tanısı aldım.)**

☐ **Hayır**

5. Bilgisayar/tablet/akıllı telefon/oyun konsolu araçlarından en az birini kullanarak son 6 ay içerisinde dijital oyun oynadınız mı?

☐ **Evet**

☐ **Hayır***

**Cevabınız ''hayır'' ölçeği sonlandırabilirsiniz.*

6. Oyun oynama amacı ile aşağıdaki araçlardan hangisini veya hangilerini <u>en sık</u> kullanırsınız? *(En az 1, en fazla 2 seçenek işaretleyebilirsiniz.)*

☐ **Bilgisayar**

☐ **Tablet**

☐ **Akıllı Telefon**

☐ **Oyun konsolu (Xbox/Playstation vb.)**

7. Aşağıdaki oyun türlerine <u>günde</u> ortalama kaç saat ayırdığınızı işaretleyiniz.

Oyun Türü	Hiç	1-3 saat	3-5 saat	5-7 saat	7 saat ve üzeri
Taktik (Satranç, Dune 2, Age of Empires, Starcraft vb.)					
Yap Boz (Angry Birds, Diamond Crush, Tetris, Frozen Bubble vb.)					
Macera (The Longest Journey, Indıana Jones, Myst ve Riven vb.)					
Aksiyon (Pac-Man, Far Cry, Dragon Age:Inquisition vb.)					
Spor (FIFA, NBA, Championship Manager vb.)					
Rol Yapma (Dungeons& Dragons, Ever-Quest, Diablo vb.)					
Simülasyon (Sim City, The Sims, Uçak Simülatörleri vb.)					

8. <u>Haftada</u> ortalama kaç saat oyun oynadığınızı işaretleyiniz (*Örneğin her gün ortalama 2 saat oyun oynuyorsanız, haftalık ortalama oyun süreniz 14 saattir***).**

☐ **1-3 saat**

☐ **4-7 saat**

☐ **8-12 saat**

☐ **13-19 saat**

☐ **20 saatten fazla**

9. Oyunda item veya karakter satın almak amacıyla para harcadınız mı?

☐ **Evet** ☐ **Hayır**

10. Oyunda item veya karakter satarak para kazandınız mı?

☐ **Evet** ☐ **Hayır**

EK-7.Dijital Oyun Bağımlılığı Risk Ölçeği

Aşağıda kişilerin oyun oynamaya ilişkin davranışlarını ve duygularını ifade etmelerine yönelik bazı cümleler yer almaktadır. Bu ifadeleri, <u>SON 6 AY</u> içerisindeki deneyimlerinize dayanarak değerlendiriniz. Her bir ifadenin yanındaki seçeneklerden size en uygun olan rakamı işaretleyerek yanıtlayınız.		**Hiç**	**Nadiren**	**Bazen**	**Sıklıkla**	**Her Zaman**
1	Oyun oynamadığımda huzursuz hissediyorum.	0	1	2	3	4
2	Oyun oynarken zamanın nasıl geçtiğini fark etmiyorum.	0	1	2	3	4
3	Diğer eğlence aktivitelerine kıyasla oyun oynamak daha çok ilgimi çekiyor.	0	1	2	3	4
4	Mutsuz veya stresli hissettiğimde oyun oynayarak rahatlıyorum.	0	1	2	3	4
5	Oyun oynadığım için arkadaş ilişkilerim olumsuz etkileniyor.	0	1	2	3	4
6	Oyun oynadığım için aile ilişkilerim olumsuz etkileniyor.	0	1	2	3	4
7	Oyun oynadığım için iş veya okul hayatım olumsuz etkileniyor.	0	1	2	3	4

EK-8.Dijital Oyun Bağımlılığı Yatkınlaştırıcı Faktörler Ölçeği

Bireylerin duygusal durumları ve davranışlarıyla ilgili deneyimlerini yansıtan bazı ifadeler aşağıda yer almaktadır. Bu ifadeleri, SON 6 AY içerisindeki deneyimlerinize dayanarak değerlendiriniz. Her bir ifadenin yanındaki seçeneklerden size en uygun olan rakamı işaretleyerek yanıtlayınız.		**Hiçbir Zaman**	**Nadiren**	**Bazen**	**Sıklıkla**	**Her Zaman**
1	Üzgün hissediyorum.	0	1	2	3	4
2	Gelecekte hayatımda olacaklardan dolayı endişe duyuyorum.	0	1	2	3	4
3	Arkadaşlarımın beni sosyal aktivitelere davet etmediğini düşünüyorum.	0	1	2	3	4
4	Çaresiz hissediyorum.	0	1	2	3	4
5	Endişelerimi kontrol altına almakta zorlanıyorum.	0	1	2	3	4
6	Başarısız biri olduğumu düşünüyorum.	0	1	2	3	4
7	Önceliklerimi belirleyerek onlara göre hareket edebiliyorum.	0	1	2	3	4
8	Arkadaşlarım tarafından sevilmediğimi hissediyorum.	0	1	2	3	4
9	Çevremdeki insanlardan yeterli desteği almadığımı düşünüyorum.	0	1	2	3	4
10	Başladığım işi bitirene kadar yapmaya devam edebiliyorum.	0	1	2	3	4
11	Aldığım kararların yanlış olduğunu düşünüyorum.	0	1	2	3	4
12	Endişe verici düşüncelerim yüzünden uykuya dalmakta zorluk yaşıyorum.	0	1	2	3	4
13	Geleceğe karşı umutsuzum.	0	1	2	3	4
14	Yapmam gereken işlere zamanında başlayabiliyorum.	0	1	2	3	4
15	Bir şeylerin ters gidebileceğini düşünüyorum.	0	1	2	3	4
16	Duygularımı ve düşüncelerimi paylaşabileceğim kimse yokmuş gibi hissediyorum.	0	1	2	3	4
17	Sorumluluklarımın bilincindeyim.	0	1	2	3	4
18	Başkalarının beni sosyal ortamlarda dışladığını düşünüyorum.	0	1	2	3	4
19	Çevremde vakit geçirebileceğim kimse yokmuş gibi hissediyorum.	0	1	2	3	4
20	Çevremdekilerle aramda bir duvar varmış gibi hissediyorum.	0	1	2	3	4
21	Hedefimi gerçekleştirmek için elimden gelenin en iyisini yapıyorum.	0	1	2	3	4
22	Endişelerim yüzünden karar vermekte zorlanıyorum.	0	1	2	3	4
23	Diğer insanlarla birlikteyken kendimi dışlanmış hissediyorum.	0	1	2	3	4
24	Kendimi suçlu hissediyorum.	0	1	2	3	4

EK-9.Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık İndeksi

Lütfen aşağıdaki her bir maddeyi okuyun her bir ifadenin size ne kadar uyduğunu puanlamak için izleyen ölçeklemeyi/derecelendirmeyi kullanın.		**Hiç**	**Az**	**Biraz**	**Çok**	**Çok Fazla**
1	Sıkıntılı veya üzgün hissetmekle başa çıkamam.	0	1	2	3	4
2	Diğer insanlar sıkıntı veya üzüntü duygularına benden daha iyi dayanabiliyor.	0	1	2	3	4
3	Sıkıntılı veya üzgün olmak benim için daima büyük bir çiledir.	0	1	2	3	4
4	Sıkıntılı veya üzgün olma hislerim beni korkutur.	0	1	2	3	4
5	Sıkıntılı veya üzgün hissetmemek için her şeyi yapabilirim.	0	1	2	3	4
6	Sıkıntılı veya üzgün hissettiğimde sıkıntının, gerçekten ne kadar kötü hissettirdiğine odaklanmaktan kendimi alamam.	0	1	2	3	4
7	Rahatsızlık veren duygulardan çok çabuk kurtulmalıyım, başka türlü bu duygulara dayanamam.	0	1	2	3	4
8	Üzgün hissedebileceğim durumlara tahammül edemem.	0	1	2	3	4
9	Rahatsızlık verici duygulara dayanamam.	0	1	2	3	4
10	Gergin olmak beni korkutur.	0	1	2	3	4

EK-10.Arzu Düşüncesi Ölçeği

	İnsanlar bir şeyi yapmayı arzuladıklarında, çeşitli düşünceler deneyimleyebilirler. Lütfen aşağıdaki ifadelerin her birini okuyun ve yapmayı arzuladığınız aktiviteyi (oyun oynamak) gerçekleştirmek için güçlü bir istek duyduğunuz zamanki deneyiminizi en iyi tanımlayan rakamı işaretleyin. Lütfen her bir maddeyi ne yapmanız gerektiğine göre değil, ne yaptığınıza göre yanıtlayın. Doğru ya da yanlış cevap yoktur.	**Neredeyse hiçbir zaman**	**Bazen**	**Sık Sık**	**Neredeyse her zaman**
1	Kendimi, arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) yaparken hayal ederim.	1	2	3	4
2	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) deneyimlerken nasıl hissedeceğimi hayal ederim.	1	2	3	4
3	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) gerçekleştirirken bedenimde hissedebileceğim duyumları tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4
4	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) uzun zamandır gerçekleştirmediysem, sürekli onun hakkında düşünürüm.	1	2	3	4
5	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) düşünmeye başlayınca, kendimi durdurmakta zorlanırım.	1	2	3	4
6	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) düşünmeye başlayınca, onu gerçekleştirmenin bir yolunu bulana dek düşünmeye devam ederim.	1	2	3	4
7	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) gerçekleştirmem gerektiğini, kendi kendime zihnimde tekrar edip dururum.	1	2	3	4
8	Arzuladığım aktivite (oyun oynama) aklıma her geldiğinde, onu hayalimde canlandırmaya başlarım.	1	2	3	4
9	Arzuladığım aktiviteyi (oyun oynamayı) gerçekleştiriyor olduğumu bir filmin içindeymişçesine hayal ederim.	1	2	3	4
10	Yapana dek, arzuladığım şey (oyun oynamak) zihnimde tekrarlanıp durur.	1	2	3	4

EK-12A.Gönüllü Onam Formu

Değerli Katılımcı,

"Dijital oyun oynama tutumları" üzerine gerçekleştireceğimiz bu çalışma, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı kapsamında **Doç. Dr. Aynur Feyzioğlu** danışmanlığında **Uzm. Kli. Psk. Cengiz Han Kaşıkçı** tarafından yürütülmektedir.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Yaklaşık 20 dakika sürecek olan çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen bütün soruları eksiksiz ve içtenlikle cevaplamanızdır. Yanıtlarınızı verirken lütfen doğru olduğunu düşündüğünüz seçeneği değil, **sizi en iyi yansıtan seçeneği işaretleyiniz.**

Sizlerden elde edilen veriler sadece bilimsel çalışma amacıyla kullanılacak olup paylaştığınız bilgiler araştırmacı tarafından gizli tutulacaktır. Sizden herhangi bir kimlik bilgisi istenmeyecek ve bireysel bir değerlendirme söz konusu olmayacaktır.

Araştırmamıza katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

Soru ve görüşleriniz için aşağıdaki mail adresine yazabilirsiniz.

"Yukarıda yer alan tüm açıklamaları okudum. Bu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılıyorum ve istediğim zaman araştırmadan ayrılabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda ve faaliyetlerde kullanılmasını kabul ediyorum."

Gönüllü Katılımcı	**Araştırmacı**
İmza:	İmza: .....
Tarih:	**Tarih:**

EK-12B.Ebeveynler için Gönüllü Onam Formu

Sayın Ebeveyn,

Son yıllarda dijital oyun oynamanın yaygınlaşmasıyla birlikte dijital oyun oynamanın sonuçlarını inceleyen çalışmalar artmıştır. Ancak dijital oyun bağımlılığının risk faktörleri, değerlendirilmesinde kullanılacak geçerli ölçüm araçları ve ilişkili psikopatolojilere dair araştırmalar henüz yeterli düzeyde değildir. Bu ihtiyaçların karşılanması amacıyla yürütülen mevcut çalışma, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı kapsamında **Doç. Dr. Aynur Feyzioğlu** danışmanlığında **Uzm. Kli. Psk. Cengiz Han Kaşıkçı** tarafından yürütülmektedir. Çalışmada internette oyun oynama bozukluğunda risk profilini değerlendirebilmek için bir ölçek geliştirilerek internette oyun oynama bozukluğunun birçok değişken ile ilişkisinin ele alınması amaçlanmıştır.

Yaklaşık 20 dakika sürecek olan çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılım izni verme veya verdikten sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Araştırmadan elde edilecek bilgiler sadece bilimsel çalışma amacıyla kullanılacaktır. Sizin ve velayetiniz/vesayetiniz altındaki katılımcının kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. İzin vererek araştırmamıza yaptığınız destek için teşekkür ederiz.

Soru ve görüşleriniz için “ ” mail adresine yazabilirsiniz.

EBEVEYN BEYANI

“Yukarıda ayrıntıları belirtilen ve veli/vasi olarak tarafıma aktarılan bu araştırma ile ilgili yapılan tüm bilgilendirmeleri ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Gerek araştırma yürütülürken gerekse yayımlandığında katılımcı ve ebeveyn kimliğinin gizli tutulacağı konusunda güvence aldım. Ayrıca araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerin dikkatle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırmanın yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden iznimi çekilebilirim. Bu şartlar altında velayetim/vesayetim altındaki aşağıda adı soyadı yazılı katılımcının araştırmaya katılmasına izin veriyorum. Bu formun bir kopyası bana verilecektir.”

Katılımcı Adı ve Soyadı:

Ebeveyn Adı ve Soyadı: **Araştırmacı:**

Ebeveyn İmza: ..... **İmza:** .....

Tarih: **Tarih:**