

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ERGENLERDE AİLE YAŞAM DOYUMU, OYUN  
BAĞIMLILIĞI VE AKADEMİK KENDİNİ  
ENGELLEME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İbrahim Halil ŞİMŞEK**

**İstanbul**  
**Eylül - 2021**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ERGENLERDE AİLE YAŞAM DOYUMU, OYUN BAĞIMLILIĞI**  
**VE AKADEMİK KENDİNİ ENGELLEME ARASINDAKİ**  
**İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İbrahim Halil ŞİMŞEK**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. İbrahim TAŞ**

**İstanbul**

**Eylül - 2021**

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. İbrahim TAŞ .....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem DEMİR ÇELEBİ .....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ .....

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

.....  
Prof. Dr. Metin Toprak  
Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Ergenlerde Aile Yaşam Doyumu, Oyun Bağımlılığı Ve Akademik Kendini Engelleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İbrahim Halil ŞİMŞEK

## ÖN SÖZ

Tez yazım sürecim boyunca desteğini hep yanımda hissettiğim arkadaşım Nagehan Gülenay KILIÇ' a teşekkürü borç bilirim. Yapmış olduğum hataları, gecikmeleri büyük bir sabır ve erdemle karşılayan, bu süreçte engin bilgileriyle beni aydınlatan, yol gösteren tez danışmanım sayın Doç. Dr. İbrahim TAŞ' a en içten saygı ve şükranlarımı sunarım.

**İbrahim Halil ŞİMŞEK**

**İstanbul-2021**



## ÖZET

# ERGENLERDE AİLE YAŞAM DOYUMU, OYUN BAĞIMLILIĞI VE AKADEMİK KENDİNİ ENGELLEME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

**İbrahim Halil ŞİMŞEK**

Yüksek Lisans, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Tez danışmanı: Doç. Dr. İbrahim TAŞ

Eylül, 2021 – 89+ xii Sayfa

Çalışmada amaç ergenlerin aile yaşam doyumu, oyun bağımlılık düzeyleri ve akademik kendini engelleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul Küçükçekmece, Bağcılar ve Fatih ilçelerinde bulunan özel ve devlet okullarında öğrenim gören (12-17 yaş) 216 kız (39,9) ve 325 erkek (60,1) toplamda 541 ilk ve ortaöğretim öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Verilerin toplanmasında; Arıca, Dinç, Griffiths ve Yay (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu", Taşdelen-Karçkay (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Aile Yaşam Doyumu Ölçeği" ve Anlı, Taş, Güneş, Yazgı ve Sevinç (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Akademik Kendini Engelleme Ölçeği" kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen veriler SPSS-22 (Statistical Package for Social Sciences) programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada veriler, SPSS programı kullanılarak frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Yapılacak analizlere karar vermek amacıyla dağılımların normalliğinin denetlenmesi için Basıklık (Skewness), Çarpıklık (Kurtosis), güvenilirlik testleri yapılmıştır. Araştırmada değişkenler arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuç olarak; ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde; akademik kendini engelleme ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, Aile yaşam doyumu, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Akademik Kendini Engelleme



## ABSTRACT

# INVESTIGATION OF THE RELEVANCE BETWEEN SATISFACTION WITH FAMILY LIFE, GAME ADDICTION AND ACADEMIC SELF-HANDICAPPING IN ADOLESCENTS

**İbrahim Halil ŞİMŞEK**

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis Advisor: Asst. Prof. İbrahim TAŞ

September, 2021 – 89+ vii Pages

The aim of this study is to investigate relevance between satisfaction with family life, levels of game addiction, and levels of academic self-handicapping in adolescents. The sample of the study includes 216 female (39,9), and 325 male (60,1) in total 541 middle and highschool students aged between 12 and 17 which study in private or state schools in İstanbul Küçükçekmece, Bağcılar, and Fatih districts in 2018-2019 academic year. Simple random sampling is used for the sample of the study. The data of the study were gathered through Internet Gaming Disorder Scale adapted into Turkish by Arıcak, Dinç, Griffiths and Yay (2019), The Satisfaction With Family Life Scale adapted into Turkish by Taşdelen-Karçkay (2016), and Academic Self-Handicapping Scale adapted into Turkish by Anlı, Taş, Güneş, Yazgı and Sevinç (2018). The data gathered on this study were analysed in SPSS-22 (Statistical Package for Social Sciences). Frequency, mean, and value for standard deviation in the data of this study were measured by using SPSS software. Skewness, Kurtosis and reliability tests were carried out to check normality of the distributions and determine which test is appropriate. To determine if there is relevance between variables on the study, correlation analysis is carried out. As a result, the study has showed that there are negative and low relevance between internet gaming disorder and satisfaction with family life; positive and low relevance between internet gaming disorder and academic self-handicapping; negative and low relevance between academic self-handicapping and satisfaction with family life.

**Key Words:** Adolescence, Satisfaction With Family Life, Internet Gaming Disorder, Academic Self-Handicapping

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>x</b>
<b>KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	<b>xii</b>

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	2
1.3. Araştırmanın Önemi.....	3
1.4. Varsayımlar .....	4
1.5. Sınırlılıklar .....	4
1.6. Tanımlar .....	4

## **İKİNCİ BÖLÜM**

<b>LİTERATÜR TARAMASI</b> .....	<b>6</b>
2.1. Ergenlik Kavramı .....	6
2.1.1. Ergenlik Tanımları.....	6
2.1.2. Fiziksel Gelişim .....	7
2.1.3. Psikososyal Gelişim.....	8
2.1.4. Ergenlik Döneminde Olası Problemler.....	10
2.2. Aile Yaşam Doyumu.....	11

2.2.1. Yaşam Doyumu Kavramı .....	11
2.2.2. Aile Yaşam Doyumu Kavramı .....	11
2.3. Akademik Kendini Engelleme .....	15
2.3.1. Kendini Engelleme .....	15
2.3.2. Akademik Kendini Engelleme.....	16
2.4. Oyun Bağımlılığı.....	20
2.5. Aile Yaşam Doyumu İle İlgili Araştırmalar.....	25
2.6. Akademik Kendini Engelleme İle İlgili Araştırmalar.....	27
2.7. Oyun Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar .....	28

### **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

<b>YÖNTEM.....</b>	<b>30</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	30
3.2. Evren ve Örneklem .....	30
3.3. Veri Toplama Araçları .....	32
3.4. Verilerin Analizi.....	34

### **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

<b>BULGULAR.....</b>	<b>35</b>
4.1. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları ne düzeydir? Alt amacına ilişkin bulgular.....	35
4.2. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları demografik özelliklerine (cinsiyetlerine, yaşlarına, sınıf düzeylerine, oyun oynama, akademik başarılarına, annelerinin eğitim durumlarına, annelerinin çalışma durumlarına, annelerinin tutumlarına, babalarının eğitim durumlarına, babalarının çalışma durumlarına, babalarının tutumlarına) göre anlamlı farklılık göstermekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	36

4.3. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular .....	47
4.4. Ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular.....	48
4.5. Ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular.....	48
4.6. Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular.....	49
4.7. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular .....	50

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>52</b>
5.1. Tartışma.....	52
5.2. Sonuçlar .....	64
5.3. Öneriler .....	67
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>68</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>81</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>89</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Araştırmaya Katılan Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Demografik Bilgilerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Dağılımları .....	31
Tablo 3.2: Ölçeklere Ait Normallik Değerleri ve Güvenirlik Katsayıları .....	34
Tablo 3.3: 5'li ve 6'lı Likert Ölçek Değerlendirmesi .....	34
Tablo 4.1: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	35
Tablo 4.2: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Cinsiyetlerine Karşılaştırılması .....	36
Tablo 4.3: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB), Aile Yaşam Doyumları (AYD) ve Akademik Kendini Engelleme (AKE) Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması .....	37
Tablo 4.4: Ergenlerin İnternet Oyun Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Sınıflarına Göre Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.5: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Oyun Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırılması .....	39
Tablo 4.6: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Akademik Başarılarına Göre Karşılaştırılması .....	40
Tablo 4.7: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması .....	41

Tablo 4.8: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması .....	42
Tablo 4.9: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Tutumlarına Göre Karşılaştırılması .....	43
Tablo 4.10: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması .....	44
Tablo 4.11: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması .....	45
Tablo 4.12: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Tutumlarına Göre Karşılaştırılması .....	46
Tablo 4.13: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu ile Akademik Kendini Engelleme ve Aile Yaşam Doyumları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları ....	47
Tablo 4.14: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları .....	48
Tablo 4.15: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, Akademik Kendini Engelleme Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları .....	49
Tablo 4.16: Ergenlerin Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları .....	49
Tablo 4.17: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumları ile Akademik Kendini Engelleme Düzeyleri Birlikte, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları .....	50

## KISALTMALAR LİSTESİ

MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
SPSS	: (Statistic Packets For Social Sciences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi
Tdk	: Türk Dil Kurumu
Akt	: Aktaran
S.	: Sayfa
TDKS	: Türk Dil Kurumu Sözlüğü
Çev.	: Çeviren
Vd.	: Ve diğerleri
İoob	: İnternet Oyun Oynama Bozukluğu
Ake	: Akademik Kendini Engelleme
Ayd	: Aile Yaşam Doyumu

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Bu bölümde; problem durumu, araştırmanın amacı, önemine ilişkin bilgiler ve araştırma boyunca kullanılan terimler yer almaktadır.

### 1.1. Problem

Bu araştırmada aile yaşam doyumu, internet oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme kavramları arasındaki ilişki incelenecektir. Kavramların seçimi esnasında okul çağında, ergenlik döneminde olan bireylerin yaşamlarını en çok etkileyen kavramlar araştırılmış ve bu üç kavramın geniş kapsamlı olarak ergenlerin yaşamında yer aldığı gözlemlenmiştir. Bu üç kavramın derinlemesine analiz edilerek ergenler üzerinde yapılacak olan değişimlerin ergenlik dönemindeki bireylerin yaşamına olumlu yönde etkileri olacağı düşünülmektedir (Özgüngör, Oral ve Karababa, 2015; Çiftçi Arıdağ ve Ünsal Seydooğulları, 2019).

Alanda yapılan birkaç ilgili araştırmaya bakıldığında aile yaşam doyumu, akademik kendini engelleme ve internet oyun bağımlılığı kavramları olan ikili araştırmalar: bireylerin algıladıkları akademik başarı dereceleri, olumlu anne-baba tutumları ile aile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğunu göstermektedir (Çivitci, 2009). İnternet bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında ise negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur (Köse, 2016).

Ergenlik dönemindeki bireylerin aile memnuniyetleri, yaşam doyumları ve akademik başarıları arasında anlamlı ve pozitif yönde çıkan bulgular; aile içi ilişkileri ile akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişkilerin bu dönemdeki bireylerin yaşamında var olan kavramlar arasındaki bağlantıyı göstermektedir. Var olan kavramlardan birindeki düşüş diğer kavramları da etkileyerek bireyin yaşamına olan etkisini artırmaktadır (Çelebi ve Yazıcı-Çelebi, 2018).

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı; ergenlerde aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Bu genel amaca bağlı olarak aşağıdaki alt amaçlara cevap aranmıştır. Bu amaçlar;

1. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları ne düzeydedir?
2. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları;
  - Cinsiyetlerine,
  - Yaşlarına,
  - Sınıf düzeylerine,
  - Oyun oynama sürelerine,
  - Akademik başarılarına,
  - Annelerinin eğitim durumlarına,
  - Annelerinin çalışma durumlarına,
  - Annelerinin tutumlarına,
  - Babalarının eğitim durumlarına,
  - Babalarının çalışma durumlarına,
  - Babalarının tutumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır?
5. Ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerini yordamakta mıdır?
6. Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır?
7. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Aile yaşam doyumu kavramının hayatımızın büyük bir kısmında var olduğu ve etkilerinin ne kadar hayati, önemli olduğu hakkında çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Kavramın önemini Kulaksızoğlu (1989: 20) şu şekilde belirtmiştir; aile yaşamının çocuğun yaşantısı üzerinde derinlemesine etkisi bulunmaktadır. Özellikle ergenlik döneminde toplumun küçük bir örneği olan ailedeki yaşantı çocuğun akran, çevre ve toplumla olan ilişkisini şekillendirmektedir.

Akademik kendini engelleme kavramı çalışılarak; farkındalığı artırmak ve alınacak önlemler üzerine fikirler ortaya koyarak kavramı derinlemesine analiz etmek amaçlanmıştır. Akademik kendini engelleme kavramının insanlara olan olumsuz etkileri, zararlarını Tice (2007), şu şekilde belirtmiştir: kendini engelleyen bireylerin kişilerarası ilişkileri incelendiğinde toplum tarafından fazla sevilmeyen, arkadaşlık ilişkilerinde problemler olan, yaşadığı sorunlara sürekli bahaneler üreten ve bu sebeplerden dolayı yaşamlarının büyük kısmını toplumdan izole yaşayan bireyler oldukları gözlenmiştir.

Oyun bağımlılığı kavramı günümüzde ergenler ve bütün yaş gruplarının üzerinde sorun olarak durduğu bir kavramdır. Bu durum teknolojik gelişmelerin artmasıyla birlikte daha büyük bir etki alanına sahip olmaktadır. Teknolojik aletler günlük yaşamımızın bir parçası haline gelmiş bulunmaktadır. Uzaklaşmak yerine durumu derinlemesine analiz etmek ve çözüm yolları üretmek hayati bir öneme sahiptir.

Bu kavramın çalışılmasının önemi; kullanılan teknolojilerin günlük yaşamın bir parçası haline gelmesiyle internet kullanımı her yaşta bireyin kullanımını zorunlu hale getirmeye başlamıştır. Özellikle okul ödevlerinin internet kaynaklarından faydalanılarak daha kolay şekilde yapılması nedeniyle aileler çocukların ve ergenlerin daha iyi yetişmesi için internet kullanımını desteklemektedir. Ancak ailelerin internet kullanımını konusunda yeterince bilinçli olmaması ve bilgi teknolojilerinden elde edilen bilgilerin nasıl değerlendirileceğini bilmemeleri bazı sorunlara yol açmaktadır(Cömert ve Kayıran, 2010).

Ergenlik dönemi; ergenlik yıllarının çeşitli arayışlar, sorunlar bulunan hassas bir dönem olduğu; iyi bir şekilde analiz edilerek, özelliklerinin bilinmesi ve bunlara yönelik önlem alınması gereken bir dönem olarak belirtilmiştir (Koç, 2004:232). Bu kavramın birey ve toplum hakkındaki önemini Sinanoğlu (2002) şu şekilde belirtmiştir: fizyolojik olarak büyümede gerçekleşen dönemsel bir artış meydana

gelmektedir. Bu durum bireyin uyum sağlama süreçlerinde sorunlar oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra kendini ve toplumu anlamlandırmaya öncelik veren birey ruhsal olarak sorunlar da yaşamaktadır.

#### **1.4. Varsayımlar**

Bu araştırmanın varsayımları şunlardır:

1. Araştırmaya katılan öğrenciler envanter ve ölçek çalışmalarına gönüllü olarak katılmışlardır.
2. Öğrencilerin soruları cevaplarırken rahat ve samimi oldukları varsayılmaktadır.
3. Bu çalışmada kullanılan ölçme araçları, araştırmanın amacına ve içeriğine uygundur.
4. Ölçme aracının ilgili değişkeni ölçtüğü varsayılmaktadır.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibi kabul edilmiştir:

1. Araştırma 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Avrupa yakasındaki Fatih, Bağcılar ve Küçükçekmece ilçelerinde bulunan ilk ve ortaöğretim türündeki kamu ve özel okullarda okuyan öğrencilerle sınırlıdır.
2. Araştırma sonuçlarının genellenebilirliği ankete katılan öğrenciler ile sınırlıdır.
3. Araştırma “Aile Yaşam Doyumu, Oyun Bağımlılığı ve Akademik Kendini Engelleme Ölçeklerinin” ölçtüğü yapı ile sınırlıdır.

#### **1.6. Tanımlar**

Ergenlik: “Çocuklukla yetişkinlik arasında kalan, başlangıçta kızların erkeklere oranla iki yıl önce olgunlaştığı ancak dönemin sonuna doğru bu farkın kapandığı, bedensel, ruhsal ve cinsel gelişimin tamamlandığı, toplumsal rolün belirlendiği dönem” (Türk Dil Kurumu Sözlükleri, 2020).

Aile yaşam doyumu: İçinde bulunulan aile yaşantısının bireyin yaşam doyumuna olan etkileri şeklinde tanımlanmaktadır (Taşdelen-Karçkay, 2016).

Akademik kendini engelleme: Bireyin akademik olarak yaşadığı olumsuzlukları normal ve olası göstermek amacıyla kullandığı söylem ve yöntemler olarak tanımlanmaktadır (Midgley ve Urdan, 2001).

İnternet oyun bağımlılığı: Tanı kriterleri arasında sürekli oyun oynama isteği, oyunlar haricindeki aktivitelere vakit ayırmak istememek, oyunlara harcanan vakitten dolayı işe ve kariyere zarar verme, problemleri görmezden gelme ya da kaçma, internette oynanan oyunları aşırı düşünme, oyuna ayrılan sürenin sürekli artırılması, oyuna ayrılan süreyi gizli tutma çabası, problemlerden uzaklaşmak için oyunu tercih etme ve birçok kez denenmesine rağmen kontrol altına alınamayan oyun oynama isteği gibi maddeler yer alan ve kumar oynama bozukluğuna benzeyen bağımlılık türü olarak tanımlanmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

## İKİNCİ BÖLÜM

### LİTERATÜR TARAMASI

#### 2.1. Ergenlik Kavramı

##### 2.1.1. Ergenlik Tanımları

Günümüzde ergenlikle ilgili düşünceler; dünya genelinde kabul görmüş ve günlük yaşamımızı birçok yönden etkiler hale gelmiştir. Birçok platformda sıkça üzerinde konuşulan konular arasında gösterilmektedir. Ergenlik kavramı bu kadar sık kullanılmasına karşın tarihçesi çok eskilere dayanmamaktadır. Yirminci yüzyılın başlarında kullanılmaya başlanan ergenlik kavramı G. Stanley Hall ve öğrencileri tarafından yapılan çalışmalar sonucunda popüler konulardan biri haline gelmiştir (Demos ve Demos, 1989). Ergenlik dönemi sözlük anlamına bakıldığında “çocuklukla yetişkinlik arasında kalan, başlangıçta kızların erkeklere oranla iki yıl önce olgunlaştığı ancak dönemin sonuna doğru bu farkın kapandığı, bedensel, ruhsal ve cinsel gelişimin tamamlandığı, toplumsal rolün belirlendiği dönem” olarak tanımlandığı görülmektedir (TDK, 2019).

Dünya Sağlık Örgütü adölesan dönem olarak belirttiği ergenlik döneminin 10-19 yaşlar arasında ortaya çıktığını ve dünyada 1,2 milyar ergenin bulunduğunu ifade etmektedir (World Health Organization, 2020). Ancak ergenlik kelimesi genellikle onlu yaşların başında başlayıp yirmili yaşların başına kadar devam eden karışık, problemler yaşanan dönemi belirtmek için kullanılmaktadır. Ergenliğin; bu dönem içinde bulunan gençlerin birbirlerinden farklı etkilere maruz kaldığı hızlı bir büyüme, olgunlaşma gerçekleşen dönem olduğu düşünülmektedir (Yavuzer, vd., 2011: 63).

Günümüzde ayrılmış halde olan ergenlik ve yetişkinlik dönemleri önceki yüzyıllarda ayrılmış halde değildi. 20. yüzyıl öncesi aileler genellikle kırsal alanlarda yaşamış ve çocuklar her zaman aileyle bir bütün olarak geçim kaynağı olan işlerde çalışmak mecburiyetinde kalmışlardır. Ancak kentte yaşayan insan sayısının artması ve daha fazla ebeveynin fabrikalarda çalışmaya başlamasıyla çocukların düzenli olarak okula gitme oranları da artış göstermiştir. Düzenli olarak okula gitme oranındaki artış yaşlar

arasındaki ayrışmayı da beraberinde getirerek yaşamın yaşlara göre düzenlenmesini sağlamıştır (Çok, 1994).

Ergenlik döneminin yetişkinlikten ayrışması ve bu alanda yapılan çalışmaların da etkisi ile bu dönemde gerçekleşen fiziksel ve ruhsal değişikliklerin ayrıntıları daha iyi anlaşılır hale gelmiştir. Bunlar genel olarak fizyolojik ve ruhsal gelişmeler başlığı altında toplanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2015: 32-35). Bu dönemde arkadaşlık ilişkileri ön plana çıkmaktadır. Ebeveynlerin ergene yönelik tutum ve görüşleri genelde kabul görmemektedir. Bunun yerine arkadaşlarla gerçekleşen yaşantılar ve süreçler daha anlamlı hale gelmektedir. Bunun sonucunda ergen birey aile bireylerinden ilişkisel olarak soyutlanmaktadır (Gül ve Güneş, 2009: 80-81).

Bu dönemde yaşanan sorunlar aileler için problem haline gelebilmektedir. Ancak aile bireyleri bu süreci olumsuz yönlere odaklanmadan geçirmeye çalıştıkları takdirde daha kolay üstesinden geleceklerdir. Ergen birey de yaşamakta olduğu fiziksel-sosyal değişimlere uyum sağlamakta yaşadığı zorluklar nedeniyle problemler yaşamaktadır (Abalı, 2018: 8-10). Genel itibariyle ergenlik; biyolojik, psikolojik, sosyal ve zihinsel açıdan hızlı bir gelişim ve değişimin olduğu bir genç yetişkinliğe geçiş evresidir (Yavuzer, 2013). Doğumundan yaşamının sonuna kadar değişim ve gelişim içerisinde bulunan insanın en kritik gelişim döneminin ergenlik dönemi olduğu düşünülmektedir (Aksaç, 2004: 164).

### **2.1.2. Fiziksel Gelişim**

Çocukluk dönemi ve yetişkin dönem arası hızlı gelişim dönemine ergenlik denilmektedir (Yavuzer, 2013). İnsanoğlunun gelişim evreleri arasında net bir sınır bulunmamaktadır. İnsanın tam olarak her alanda nasıl bir gelişim göstereceği kestirilememektedir ancak kızlar için 11-13, erkekler için ise 13-15 yaş aralığı ergenlik dönemine giriş olarak kabul öngörülmektedir (Kulaksızoğlu, 1995: 19-20). Ancak gelişim dönemlerine ilişkin tam bir yaş aralığı belirlemek kişisel farklılıklardan dolayı mümkün değildir (Koç, 2004). Ergenlik döneminde birçok alanda değişimler gerçekleşmektedir. Bireyin yaşamını en çok etkileyenler; boy ve beden olarak gelişim, fizyolojik olarak değişimler, cinsel gelişim ve bununla birlikte bireyin duygudurum, psikososyal değişimleridir (A.g.e.: 22). Fiziksel değişiklikler kadar bilişsel değişimler de birey için zorlu bir süreç oluşturmaktadır. Değişimlerin tek bir alanda olmaması ve

hızlı bir değişim dönemi olması nedeniyle bireyde gerçekleşen değişimler sadece fiziksel olarak değil ruh sağlığı açısından da kritik bir göreve sahip olduğu düşünölmektedir (Aksaç, 2004: 164).

Ergenlikte büyümeye baktığımızda belirgin prensiplerin olduğu gözlenmektedir. Örneğin; gelişme baş kısmında bulunan organlardan başlayarak yakındaki organlardan devam eder ve en son ayak kısmı gelişir (Yavuzer, vd., 2011: 64). Bu dönemde cinsel gelişim kız ve erkeklerde farklı yaşlarda ortaya çıkmaktadır. Kızlarda genellikle 10 yaş civarında, erkeklerde ise 11-12 yaş civarında cinsel değişimler gözlemlenmeye başlamaktadır. Bu değişimlerle birlikte kız ve erkeklerde potansiyel yüksek enerji ortaya çıkmaktadır. Bu enerji sayesinde boy ve kilo artışları gözlemlenebilmektedir (Yavuzer, vd., 2011: 64). Ancak gelişim dönemlerine ilişkin tam bir yaş aralığı belirlemek kişisel farklılıklardan dolayı mümkün değildir (Koç, 2004).

Ergen bireyler soyut kavramları daha iyi anlamaya başladıkları bu dönemde bilişsel olarak gelişim göstermektedirler. Yapılan son araştırmalar ışığında ergenlik döneminde zihinsel gelişimin gençlik dönemine kadar devam ettiği ortaya konulmuştur (Seminar, vd., 2003).

### **2.1.3. Psikososyal Gelişim**

Fiziksel değişime ayak sağlamaya çalışan ve kendini ve toplumu anlamlandırmaya öncelik veren birey ruhsal olarak sorunlar da yaşamaktadır (Sinanoğlu, 2002). Fizyolojik değişimlerle birlikte sosyal, duygusal, zihinsel gelişmeler de hızlı bir şekilde gelişmektedir. Bu gelişmelere uyum sağlamak bu dönemde daha önemli hale gelmektedir. Entegrasyon sağlandığında aile, arkadaş ve çevre ilişkilerinde yaşanması olası sorunlar azalmaktadır (Bayhan ve Işıtan, 2010).

İçinde bulunulan dönem sosyal ve duygusal olarak yaşam becerilerinin yoğun olarak deneyimlendiği bir dönemdir (Dünya Sağlık Örgütü, 2020). 13-18 yaşları arasında bulunan en çok ön plana çıkan özelliklerin; bağımsızlık ve özgürlük, kendilerine ait bir alanın olması, ben kimim sorusunu verecekleri cevap, arkadaş çevresine sahip olma, ideallerinin olması, macera kitaplarına ilgi duyma, ders başarılarında düşüş, fiziksel görünümü önemsemek olduğu düşünölmektedir (Kaya ve Uzunoğlu, 2003: 96-107).

Ergenlik döneminde gerçekleşen fiziksel değişiklikler bu dönemde bulunan bireylerde hızlı duygusal değişimler yaratmaktadır; mutlu olduğu duruma bir sonraki gün mutsuz olma davranışı sergileyebilmektedir (Kulaksızoğlu, 1995: 44-45). Bu dönemde yaşanan değişimler bireyi kendi bedenine odaklanmaya yönlendirmektedir. Bedensel gelişim kız ve erkeklerde farklı olduğundan dolayı bireyin yaşanması olası sorunlarla mücadele etmedeki izleyeceği yöntemlerin de farklı olacağı düşünülmektedir (Aksaç, 2004: 164). Kız erkek farkının yanı sıra küçük yaş farkları dahi ergenlikte belirli bir kriz, problem durumuna verilen tepkiler de farklılıklara neden olmaktadır. Ergenlik dönemindeki bireyler kriz, problem durumuna genellikle korkma, sıkılma, kendine zarar verme, kazaya eğilimli davranışlar, utangaçlık, suçluluk hissi gibi tepkilerle karşılık vermektedir (Greenstone ve Leviton, 2002 akt: Erdur-Baker ve Doğan, 2016: 81).

Çocuk ve ergenlerin vermiş oldukları tepkilerde ailenin tutumu, izlediği yöntemler ve karşılaşılan sorunlara bakış açıları da etkili olmaktadır. Ailenin çocuk ve ergen bireye karşı tutumlarını etkileyen bazı ana başlıklar bulunmaktadır; ebeveynlerin zihinlerinde oluşturdukları ideal çocuk ile gerçeğin çatışması, toplum ve çevre bakımından var olan değerlerin ebeveynlerin çocuğa olan bakış açılarını etkilemesi, ebeveynlerin çocuk yetiştirme konusunda bilgi ve beceri olarak kendilerini yoksun hissettiği durumlar, ebeveynlerin çocuklarının sayısı ve bireysel özelliklerine olan memnuniyetsizlikleri gibi etkenler ebeveyn bakış açılarını tetikleyerek çocuk ve ergenlerin yaşadığı psikososyal süreçleri etkilemektedir (Yavuzer, 2013: 136).

Ergenlik dönemine girmiş olan birey çocukluk döneminde var olan aileyle kuvvetli bağ ve aidiyet duygusundan farklı olarak ortaya çıkmaya başlayan özgür olma ve aileden uzaklaşma isteğiyle artık daha meraklı, heyecanlı ve özgüven sahibi bir yaklaşım tarzı sergileyerek kendindeki değişimleri keşfetmeye çalıştığı düşünülmektedir. İyi ve kötü ayrımını bir otoriteye bağımlı halde değil kendi düşünce süreçlerinden geçirerek ortaya koyma fırsatı doğan ergen kendisiyle ilgili olarak da bağımsız duygu ve düşüncelerini ortaya koymaya başlayacağı düşünülmektedir (Tarhan, 2010: 117-118). Var olan özgürlük düşüncelerinin yanı sıra kimlik arayışı içerisinde bulunan ergen birey farklı etkenlerle kimlik bunalımını aşmaya çalışmaktadır. Bu etkenlerden bir tanesi de teknolojik gelişmelerle birlikte özellikle gençlerin yaşamında büyük rol oynadığı düşünülen sosyal medya ve sanal dünyadır.

11-19 yaş arasındaki bireylerin gerçek yaşamda istedikleri özelliklere sahip benlikleri gerçek hayatta oluşturmak yerine sosyal medyada varmış gibi yaparak kendilerini tatminkar hissedebilmeleri benlik gelişimi açısından bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır (Şakiroğlu ve Poyraz-Akyol, 2018: 24). Ergenlik dönemi öncesinde tamamıyla somut düşünme becerisine sahip olan çocuk 11-12 ile 14-15 yaşları arasında ergenlik dönemine girişle birlikte gerçeğin tek bir yansıma değil olasılıklar arasında ön sırada yer alan bir olgu şeklinde düşünmeye başlamaktadır. Tekli bakış açısından kurtulan bireyin çoklu düşünmeye geçişle birlikte varsayımlar üzerinde düşünebilme becerisi kazanmasının daha hızlı gerçekleşeceği düşünülmektedir (Piaget ve Inhelder, 2017: 113).

#### **2.1.4. Ergenlik Döneminde Olası Problemler**

Bu dönemde var olan bireyler sosyal, duygusal, fiziksel vb. birçok sorunla karşılaşmaktadır. Bu sorunlarla mücadele sırasında zorluklar yaşamaktadırlar. Ancak bu zorluklar yaşam deneyimleri ve kişilik gelişimleri açısından oldukça kıymetli görülmektedir (Türnüklü ve Şahin, 2004). Genel olarak kişisel kontrolsüzlük, çekingenlik ve ergenlik dönemi negatif belirtileri öğrenim kademesi farketmeksizin kız ve erkek ergenlerde görülmektedir (Apaydın-Demirci, 2020).

Kuşaklar arasında var olan teknolojik, sosyal, toplumsal vb. kavramlara bakış açısındaki farklar ergenlik dönemindeki birey ile aile üyeleri arasında çatışmalara neden olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 1995: 77-78). Gelişmelere uyum sağlayamayan aile üyelerine uyum sağlamaya çalışmanın yanı sıra çocuk ve ergenler yetişkinlerin yaşadıkları birçok kriz durumunu da yaşamaktadırlar. Bunlar arasında madde kullanımı, zorbalık, taciz vb. gibi birçok farklı zorlantı ve kriz oluşturan durumlar bulunmaktadır. Özellikle toplumda gerçekleşen hızlı değişimler hamilelik yaşının erken yaşlara çekilmesine ve bu sebeple çocuk ve ergenler için cinsel bunalımlar, cinsel yaşamda sorunları da beraberinde getirmektedir (Erdur-Baker ve Doğan, 2016: 75-76).

## **2.2. Aile Yaşam Doyumu**

Aile yaşam doyumu kavramını incelemek için öncelikle yaşam doyumu kavramına bakılması gerekmektedir.

### **2.2.1. Yaşam Doyumu Kavramı**

Türk Dil Kurumu doyum sözcüğünü “eldekenden hoşnut olma durumu, doyma işi, yetinme, kanma, kanaat” olarak tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2019). Yaşam doyumu; bireyin yaşamında olan iş, aile ve arkadaşlık ilişkilerinden etkilenecek oluşan bir olgudur (Dikmen , 1995). Yaşam doyumu; bireyin yaşadığı olaylara verdiği tepkilerin zihninde oluşturduğu anlamlardır (Diener, 1984). Kişinin yaşamda az sorun yaşaması ve mutlu olduğu alanların çok olmasıyla bağdaştırılmaktadır. Ancak yaşamdan alınan doyumun belirlenmesinde asıl etken kişinin yaşadıklarını kendine göre analiz etmesi ve ortaya çıkan kararıdır (Diener, 2000). Kısacası yaşamdan alınan doyum bireyle hayatı, ilişkileri ve yaptığı faaliyetlerden aldığı hazzın düzeyidir (Diener, Oishi ve Lucas, 2009).

Birey yaşamına bütüncül şekilde bakarak istekleriyle şu an içinde bulunduğu durumu kıyaslayarak bir değerlendirmeye varır. Bu değerlendirme sonucunda ortaya çıkan denge ne derece iyi düzeydeyse yaşamdan alınan doyum da o derece iyi olmaktadır. İçinde bulunulan durum bireyi memnun ettiği kadar yaşam doyumunu da artırmaktadır (Leung ve Leung, 1992: 653-655). Yaşam doyumunun etkenleri bulunmaktadır. Bu etkenler bireyi toplumsal yaşam içinde bulunduğu anlarda çevreleyerek yaşamı hakkında değerlendirmede bulunmasını sağlar. Bunlar; yaş, cinsiyet, çalışma ve eğitim, evlilik ve aile, eğitim şeklinde sıralanmaktadır (Yetim, 2001: 151-165).

### **2.2.2. Aile Yaşam Doyumu Kavramı**

Aile kelimesi; “Evlilik ve kan bağına dayanan, karı, koca, çocuklar, kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birlik” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2019). Aile; kadın ile erkek arasındaki hukuki birliktelikten meydana gelmektedir ve çocuk bu birlikteliğin tamamlayıcısıdır (Doğan, 2007: 47). Toplumun en küçük parçası olarak aile bireylerin dönüşümü ve yetişkinlik yaşamında yaşadıklarıyla mücadele etmesi, anlamlandırması için ilk eğitim aldığı yerdir (Özdemir, Vatandaş ve Torlak, 2009: 7-11). Aile genellikle kapalı bir sistem

olarak algılanmaktadır ancak aslında toplumsal gelişmelerden (teknoloji, toplumsal krizler vb.) etkilenen açık bir sistem olarak değerlendirilmelidir (Mavili Aktaş, 2004: 5). Toplumsal yaşam geçen tarihi süreçler boyunca köklü değişimlere uğramıştır. Buna bağlı olarak aile kurumu toplumla olan köklü, derinlemesine bağından ve özellikle ekonomik değişimlere uyum sağlamak amacıyla toplumla birlikte değişim göstermiştir (Yavuzer, 2014: 20).

Geçmiş yüzyıllarda çocuğa verilen değer minimal düzeyde bulunmaktaydı. Ancak eğitim, siyaset, politika, toplum, uluslararası kurumlar gibi birçok alanda çocuğa verilen değer; içerisinde bulunduğumuz dönemde oldukça artmış durumdadır (Montessori, 1997: 11-13). Çocuk için aile; güvenlik ve sevgi gibi ihtiyaçlarının karşılandığı ilk ve temel kurumdur. Büyüme döneminde olan çocuk ebeveynleriyle olan ilişkilerinden büyük oranda etkilenmektedir. Ebeveynlerinin üstlenmiş olduğu rolleri benimsemektedirler bu roller içerisinde babanın çalışmakta olduğu meslek de dahil olmak üzere birçok alan girmektedir. Ebeveynlerinin yaşam süreçleri ve sorumluluklarını yerine getirme tarzı çocuk için bir örnek teşkil etmektedir (Aslan, 2002: 26-27). Ebeveynleri örnek alma durumu hem çocukluk ve yetişkinlik dönemleri arasında devam etmektedir. Bireyin mesleklerle ilgili düşüncelerinde kendi ilgi ve yetenekleri konusunda ebeveynlerinin rehberlik etme düzeyi seçimlerinde etkinlik ve doğruluğunu etkilediği düşünülmektedir (Tarhan, 2010: 127-128). Aile içerisinde yaşanan her yönden olumsuz değişimler çocuğu olumsuz yönden etkilemektedir. Duygusal yönden var olan etkileşimdeki eksiklikler çocuğun duygusal, biyolojik, bilişsel ve sosyal gelişiminde sorunlar ortaya çıkarmaktadır (Yavuzer, 2013: 141). Modernleşme ile birlikte özellikle baba figürünün daha çok çalışmasının gerekliliği olan işyerinde geçirilen uzun sürelerin aile yaşamı açısından olumsuz sonuçlara yol açtığı düşünülmektedir. Baba figürünün geç vakitlere kadar çalışmasının baba-çocuk ilişkisine zarar vererek çocuğun ilerleyen yaşlarda karşı cinsle olan ilişkilerinde sorunlar yaşayacağı düşünülmektedir (Sayar, 2018: 161).

Ailenin yerine getirmesi gereken bazı görevler bulunmaktadır. Bunlar: Biyolojik (soyun devamlılığının sağlanması), ekonomik (aile üyeleri ve kamu yararına işler yapmak), koruyuculuk (dışardan gelecek maddi ve manevi tehlikelere karşı aile üyelerini korumak), psikolojik (bireyler duygusal bağları ilk olarak aile içerisinde öğrenmektedir, psikolojik açıdan sağlıklı-sağlıksız bireyler toplumu da etkilemektedir), Eğitim (çocuk okula başlamadan önce ilk eğitimini aile üyelerinden

almaktadır) şeklinde sıralanabilir (Şanlı, Tokyürek ve Güngen, 2002: 109). Bu değerler toplumun gerekliliklerinden bağımsız olarak düşünülemez. Bireyin kendini ifade etme biçimi, karakteri, bakış açısı da toplumun ideal olarak belirlediği tarzdan etkilenmektedir. Var olan etkilere uyum sağlayabilen bireyler büyüyüp gelişecektir. Aile kurumu da toplumun en temel yapı taşlarından biri olduğundan dolayı toplumun gereksinimlerinden etkilenecektir (Adler, 2016: 53).

Sağlıklı bir aile yapısında bulunması gerekenler ise şu şekilde belirtilmektedir: Aile fertlerinin birbirleriyle etkileşimlerini arttırmak, aile üyelerinin kişisel gelişimlerini desteklemek, aile üyelerinin rollerini etkin biçimde belirlemek, sorunlarla mücadele etmede girişken bir yapıda olmak, düzenli bir ev ortamı ve yaşam şekli oluşturmak, etkileşimde buldukları toplumla düzenli ilişkiler kurmak (Allender ve Spradley, 2005; akt: Hallaç ve Öz, 2014: 149). Kurulacak olan ebeveyn çocuk ilişkilerinde empatinin önemli bir yer teşkil ettiği düşünülmektedir. İki farklı benlik durumu olan; yetişkin benlik durumu ve çocuk benlik durumlarının empatiye etkileri bulunmaktadır. Yetişkin benlik durumunun mantıksal ve bilişsel bakış açısıyla olayların gerçek yaşamdaki yönlerini ele alarak daha gerçekçi bir bakış açısı sunduğundan dolayı bireyin içinde bulunduğu durumu anlama noktasında bizlere verimlilik sağladığı düşünülmektedir. Çocuk benlik durumunun ise özgür düşünebilme, yaratıcı düşünebilme gibi zengin yönlerle duruma uyum sağlayabildiğinden dolayı iletişim halinde olunan kişinin bakış açısıyla durumu değerlendirebilme özelliğine sahip olduğu düşünülmektedir (Dökmen, 2015: 178-179). Ebeveynlerin farklı tutumları sağlıklı çocuk ve ilerleyen yaşamında karşılaşacağı sorunlarla mücadele ve yaşam doyumunda önem arz etmektedir. Ebeveynlerin yaklaşım tarzlarını etkileyen unsurlardan bir tanesi de anne babanın duygusal zekaya sahip olma oranlarıdır. Duygusal zekaya ortalamanın üzerinde sahip olan ebeveynlerin çocuğa, çocuğun geleceğine ve yaşamdan alacağı doyuma olumlu yönde etkisi olduğu düşünülmektedir. Duygusal zekaya sahip olmadığı düşünülen ebeveynlerin genellikle çocuğa yönelik bakış açıları; Duyguları tamamıyla umursamamak, aşırı serbest davranılabilecek alanlar oluşturmak, çocuğun duygu ve düşüncelerini hor görerek umursamamak şeklinde sıralanabilir (Goleman, 2018: 252-253). Aile-çocuk arasında dengeli bir iletişim olması çocuğun ebeveynleriyle olan etkileşimlerini daha anlaşılır kıldığı düşünülmektedir. Ebeveyn rolündeki kişi çocuğu bir alt rol olarak üstten bakışla gördüğünde arada olduğu düşünülen seviye farkından dolayı tarafların birbirlerini

dinlemesi ve anlaması zorlaşacaktır. Tam anlamıyla iki tarafın birbirini anlayabilmesi açısından arada bir iletişim engeli olarak var olan erdemli-büyük ile acemi-geç yetişkin bakış açılarının ortadan kalkması kurulacak olan iletişimin daha sağlıklı ve verimli hale gelmesi açısından daha doğru olacağı düşünülmektedir (Dökmen, 2015: 32-33).

Yaşam doyumu; bireyin yaşantıları kendi değerlendirme başlıklarıyla değerlendirerek yaptığı analizlerin sonucunda ortaya çıkan kanaat şeklinde belirtilmektedir (Schimmack, Oishi, Furr ve Funder, 2004). Aile yaşamının çocuğun yaşantısı üzerinde derinlemesine etkisi bulunmaktadır. Özellikle ergenlik döneminde toplumun küçük bir örneği olan ailedeki yaşantı çocuğun akran, çevre ve toplumla olan ilişkisini şekillendirmektedir (Kulaksızoğlu, 1989: 20). Aile üyelerinin yaşantıları aile içi dinamikleri oluşturmakta ve aile üyelerini döngüsel olarak etkilemektedir. Evlilik ilişkileri, ebeveynlik, çocuk davranışı ve gelişimi kavramları birbirlerine bağlı etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Santrok, 1997 akt: Yavuzer, 2014: 129). Ailede bulunan kişilerin birbirleriyle süregelen iletişimleri, etkileşimleri birbirlerine karşılıklı olarak sergiledikleri bakış açılarının bireye; sosyal çevreyle sağlıklı iletişim kurabilme, çevre tarafından daha kolay kabul görme, arkadaşlık ilişkilerinde uygun davranış şekillerini öğrenme, uyum-adaptasyon sürecini hızlı atlatabilme, adaptasyon sürecinde gerekli olan bakış açısını kazandırma, akademik ve akran etkileşimlerinde bireyi başarılı kılacak becerilerin tetiklenmesi, bireyin ihtiyaçlarıyla yeteneklerini dengelemesine yardım gibi birçok farklı alanda pratik yapma şansı sağladığı düşünülmektedir (Yavuzer, 2013: 135).

Çocuğun yetiştirilmesi ile ilgili sorumluluklar göz önüne alındığında özellikle içinde bulunulan dönemde ayrı yaşama oranlarının da artmasıyla çocuk yapma kararı almak kritik yapılması ve değerlendirilmesi gereken bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır (Yavuzer, 2014: 125). Çevre ve aileyle olan ilişkiler kriz, problem durumlarında daha önemli hale gelmektedir. Ergenlik dönemindeki bireyin karşılaştığı sorunlarla etkin mücadele edebilmesi için aile ve çevre desteğine ihtiyacının var olduğu düşünülmektedir. Henüz yetişkinlik dönemine girmemiş ve kendini tanıma aşamasında olan birey etkili bir şekilde kendini anlama ve ifade etmede zorlanacaktır bu sebeple aile ve çevre desteği hem kendini keşfetmesi hem de sorunlarla etkin mücadele için önem arz etmektedir (Kar, 2009 akt: Erdur-Baker ve Doğan, 2016: 78-79).

Ailenin genellikle ilk deneyimlerin elde edildiği yer olduğu düşünülmektedir. Birey aile üyeleriyle olan iletişiminden ve onların rol model olarak göstermiş oldukları davranışlardan etkilenmektedir. Aile ve ebeveyn olmak üzerine yapılan çalışmalar bulunmasına rağmen ebeveynler genellikle tutum ve davranışlarını çocuğun ihtiyacı olduğunu düşündüğü kavramlara yönelik tutumlar geliştirip sonuçlarını değerlendirerek ilerledikleri gözlemlenmektedir (Yavuzer, 2013: 132-133).

Aile içerisindeki bireysel ve toplu yaşantıların her aile ferdi etkilediği bilinmektedir. Son olarak aile yaşam doyumu kavramı ise ailedeki bireylerin aileyle ilgili hislerinin, aileye bakış açılarının aile profilini oluşturması ve aile fertlerinin yaşamını etkilemesi şeklinde açıklanabilir (Barraca, Yarto ve Diaz, 2012).

### **2.3. Akademik Kendini Engelleme**

#### **2.3.1. Kendini Engelleme**

Engelleme; “istek, gereksinim veya bir davranışın belli bir sonuca ulaşmasının önlenmesi” şeklinde tanımlanmaktadır (TDKS, 2020). Kendini engelleme ise kişinin başarısız olma ihtimali olan durumlarda kullanmış olduğu benlik koruyucu savunma sistemidir. Bu yöntemin çalışma şekli; bir işe başlamadan önce başarısız olma ihtimali üzerinde çokca durularak başarısızlık yaşandığında bu durumun olası olduğu düşüncesini ortaya çıkarır ve birey bu sonucu önceden bildiğini düşündüğü için kendinde bir hata görmeyerek rahatlar. Başarılı olduğu takdirde ise başarının tamamıyla kendi yeteneklerine bağlı olduğunu varsayarak benliğini yüceltmektedir (Berglas ve Jones, 1978: 406).

Kendini engelleme terimi kuramsal olarak Adler’ in yüklem kuramına dayanmaktadır. Ancak ilk çalışmalar 1970’lerde Steven Berglas ve Edward Jones’ un araştırmalarıyla başlamıştır (Abacı ve Akın, 2011). Kendini engelleme bireyin benliğini korumasının yanı sıra çevresinde bulunan kişilerin yanıltıcı bakış açıları oluşturmasına da imkan tanımaktadır. Bu sayede birey çevresi tarafından göreceği baskıyı azaltmayı amaçlamaktadır (Baumeister, 1997). Tice (1991) ise sorunlar ortaya çıktığında bireyin benliğini korumak ve yüceltmek için kullandığı bir yöntem olarak belirtmektedir. Flamm (2006) ise bireyin düşünce altyapısında kendini engelleme; kendisi için idealize ettiği benliğini korumak ve var olan konfor alanından uzaklaşmadan başarısızlıklarına atfettiği anlamlı sebepler olarak ortaya çıkmaktadır.

Kendini engellemenin davranışsal ve sözel olarak iki ayrı türü bulunmaktadır. Davranışsal kendini engelleme; bireyin sorumluluklarını gerçekleştirme gereken durumlarda zorlandığında, başarısız olma ihtimali yüksek olduğunda öz şefkatini korumak için engelleyici davranışlara yönelmesidir. Bu türe alkol bağımlılığı örnek verilebilir. Sözel kendini engellemede ise birey öz şefkatini sözel engelleyicilerle korumayı amaçlar. Bu türe kaygılı olmaya dair söylemler örnek verilebilir (Leary ve Shepperd, 1986).

Kendini engelleyen bireylerin kişilerarası ilişkileri incelendiğinde toplum tarafından fazla sevilme, arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar olan, yaşadığı sorunlara sürekli bahaneler üreten ve bu sebeplerden dolayı yaşamlarının büyük kısmını toplumdan izole yaşayan bireyler oldukları gözlenmiştir (Tice, 2007). Bireylerin kendini engelleme davranışları genellikle çevrelerinde insanlar bulunduğunda gerçekleşmektedir. Kişinin kendi başına kaldığı ortam ve işlerde kendini engelleme davranışının görülme sıklığının çok düşük olduğu gözlenmiştir (Baumeister ve Twenge, 2003). Kendini engelleme ile erteleme arasında ilişki bulunmaktadır. Erteleme kelime anlamı olarak bir işi geciktirme, sonraya bırakma, yapılması gereken andan geç gerçekleştirme olarak tanımlanmaktadır (Ferrari, 1992).

### **2.3.2. Akademik Kendini Engelleme**

Eğitim; öğretmen ile öğrenen arasında bulunan etkileşim yoluyla öğrencinin çevre koşulları ve diğer etkenlerin de yardımıyla deneyim elde etmesi için kullanılan yöntemlerin tamamına verilen isim olarak tanımlanmaktadır (Ergün, 1994: 6). Toplumun çoğunluğunu ilgilendiren eğitim kavramı çocuğun doğumundan itibaren başlayan bir süreçtir. Birey içinde yaşadığı toplumun gerekleri ve kurallarıyla harmanlanan bir ortam içerisinde gelişir, eğitim de bu var olan gelişmelerden etkilenecek kendini güncelleyen bir yapıda toplumun bir parçası haline gelmektedir (Ergün, 1994: 7).

Psikologlar ve eğitimciler tarafından ise öğrencilerin yetenek, istek ve arzularını ortaya çıkarmaya yönelik yapılan keşif süreci olarak tanımlanmaktadır (Ergün, 2015: 1). Eğitim yüzyıllar öncesine dayanan en eski uğraşlardan biridir. Bu yaşantı içerisinde

bulunan kişiler için hayati bir öneme sahip olmasının yanı sıra belirli değerleri de içerisinde barındırması beklenmektedir (Cevizci, 2011: 12-13).

Okul ise genellikle aynı sosyokültürel çevrede bulunan insanların toplumun ihtiyaç ve gereksinimlerini karşılamak amacıyla eğitim faaliyetlerinin yürütüldüğü yer olarak tanımlanmaktadır. İlk olarak dini metinlerin öğretimi amacıyla oluşan okul yapısı zamanla toplumun ihtiyaçları çerçevesinde şekillenerek günümüzdeki halini almıştır. Ayrıca okulda eğitim alan bireylerin gelişimini ve yöntemlerin etkinliğini ölçmek amacıyla bir değer olarak sınavlar yapılmaktadır (Gardner, 2018: 162-170). Bu değerler içerisindeki kurallardan bir tanesi de eğitimin etkililiğini ölçmeyi amaçlayan ölçme araçlarıdır. Ölçme; insan ve doğa yaşamında ortaya çıkan değişimleri gözlemlemek ve nedenleri üzerine çıkarımlar yapmak amacıyla oluşturulan araçlarla tespitler yapmaktır. Ölçme araçları farklı ihtiyaçları karşılamak amacıyla birden fazla türe ayrılmıştır (Güler , 2011: 2-5). Ölçme ve değerlendirme süreçlerinde içinde yaşanılan toplum ve yönetim tarafından şekillendirmeler yapılarak kültürler arası farklı eğitim sistemleri ortaya çıkmaktadır (Khan, 2014: 10-11).

Gerçekleştirilen ölçme ve değerlendirme süreçleri bireylerin daha nitelikli hale gelmesini amaçlarken diğer yandan onlarda duygu, düşünce ve bilişsel yönden olumsuz durumlar yaratan sınav kaygısıyla da karşılaşmaktadırlar (Spielberger, 1972). Dünya genelinde yapılan çalışmalar incelendiğinde sınav stresine değil sınav kaygısına daha çok yer verildiği gözlenmektedir. Ancak kaygı stresin var olan alt boyutlarından yalnızca bir tanesidir (Sarason ve Sarason, 1990, Akt: Karaduman ve Kilmen, 2018: 102). Stres; kişinin var olan yaşam dengesini bozan psikolojik, sosyolojik ve biyolojik etkenlerin ortaya çıkması yaşanılan zorlanma olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendi süreçleri veya çevresinde yaşanan toplumsal olaylardan da kaynaklanabilmektedir. Karşılaşılan sorun içinde bulunulan dönemde stres oluştururken bir başka dönemde karşılaşıldığında oluşturmayabilmektedir. Stres durumları kişiye özgüdür aynı olay karşısında bireyler farklı tepkiler ortaya koyabilmekte ve biri stres yaşarken bir diğeri yaşamayabilmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2018: 17). Geçtan (1988: 132)' a göre stres; insanın içinde bulunmuş olduğu dönemde yaşamdan aldığı tatmini artırmak için problemlerle karşılaştığı anlarda izlenmesi gereken farklı yollardan bir tanesinde karar kılması gerektiğinde yaşamış

olduğu öfke, kızgınlık gibi duygular doğurarak kontrolün bireyden çıkmasına neden olan durumların oluşmasına neden olan kavram olarak tanımlanmaktadır.

Stres kelimesi genel olarak günlük yaşamda bilinen ve insanların büyük çoğunluğu tarafından kullanılan bir kavramdır. Basın ve yayın organlarının büyük kısmında da sıklıkla karşılaştığımız bu kavramın yaşamımızı etkileyen etmenler arasında büyük bir yere sahip olduğu düşünülmektedir (Eryılmaz, 2009: 21). Stresin psikolojik olarak bireyde oluşturmuş olduğu etkenler bulunmaktadır. Bunlar; öfke, kıskanma, korkma, kaygılanma, suçluluk hissi, depresif ruh hali, üzüme ve utanma şeklinde sıralanmaktadır. Bireyin stres altında olması genellikle dış etmenlere atıf yapılarak analaşılmaya çalışılmaktadır ancak içinde bulunan kaygılı durumun oluşması tamamiyle bireyin ve savunma mekanizmalarının işleyiş tarzlarından kaynaklanmakta olduğu düşünülmektedir (Yöndem, 2006).

Gerçekleştirilmesi gereken bu süreçlerde öğrenciler olası başarısızlıklar karşısında kaygı yaşamamak için çeşitli yöntemler geliştirmektedirler. Bu yöntemlerden bir tanesi de akademik kendini engellemedir. Bireyin yaşaması olası sorunlara karşı benliğini ve özsaygısını korumak amacıyla öne sürdüğü bahanelerin tamamına verilen ad olarak tanımlanmaktadır (Midgley ve Urdan, 2001).

Bu etkiler göz önüne alınarak akademik kendini engelleme ile kişinin olumsuz olarak gözlemlenebilecek bir durumdan kaçması, bireyin toplumun önünde yapılan sonucu açık ve gözlemlenebilir faaliyetleri gerçekleştirememeye korkusu duyması şeklinde tanımlanan toplumsal kaygı bozukluğuyla (sosyal fobi) benzerlik teşkil ettiği düşünülmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014: 116-117).

Her öğrencinin başarılı olmak istediği düşünülmektedir bu isteğın sebebi ise ilgi ve sevgi, kabul ve onay, fark edilmek gibi arzulardır. Başarıyı elde etmek için farklı yöntemler izlemektedirler. Çok çalışmadığı halde başarılı adlandırılmak amacıyla öğrenciler kopya çekme gereksinimi duydukları düşünülmektedir (Kavaklı ve Saygılı, 2019: 53-54). Toplum ve çevre tarafından gözlemlenerek yargılanacağını düşünen bireyler başarılı olamayacaklarını düşündükleri iş ve sorumluluklarda erteleme, çalışmaya ayrılan sürenin azaltılması, sarf edilen gayretin azaltılması gibi yollara başvurarak olası başarısızlıkların becerilerindeki eksiklikten değil yeterli çabayı gösterememelerinden kaynaklandığını öne sürmektedirler. Bu sayede kendilerinin

beceri eksikliği değil yeterli zamanı ve çabayı bazı sebeplerden dolayı ortaya koyamadıkları için başarısız olduklarını öne sürebilecek ve kendilerine yapılacağını düşündükleri olası eleştirileri bu sayede ortadan kaldırmış olacaklarını düşünmektedirler (Cavendish, 2004, Akt.: Anlı, vd., 2018: 1200).

Akademik; akademi ile ilgili olan, bilimsel niteliği olan (Türk Dil Kurumu Sözlükleri, 2020). Kendini engelleme; bireyin bir işi yerine getiremeyeceğini düşündüğü anlarda bahaneler üreterek öz benliğini korumak için başvurduğu yöntem olarak tanımlanmaktadır (Berglas ve Jones , 1978). Akademik kendini engelleme terimine genel anlamda bakıldığında bireyin akademik olarak karşılaştığı sorunların üzerini örtmek için kullandığı yöntemlerdir denilebilir (Midgley ve Urdan, 2001). Genellikle güvendiğimiz, düzgün insanlara sorumluluk sahibi demekteyiz (Yalom, 2018: 295). İnsanın anlam arayışı yolculuğunda kendi yaptıkları haricinde başka bir düzen yoktur. Bu durumun bireyde sorumluluk almaya dair korkunun oluşmasına neden olduğu düşünülmektedir (A.g.e.: 299). 19. Yüzyılda yaşamış olan Bradley sorumluluk sahibi kişinin sağlaması gereken koşulları; sağlam bir kişiliğinin olması, yaptığı işler kendine ait olması, yaptığı işin etik yönünün farkında olması şeklinde belirtmiştir. 19. Yüzyılın bir diğer görüşü olan determinist yaklaşım ise bireyin sorumsuz olması ve yanlış davranmasınının davranışları üzerindeki sorumluluğu çevresel etkenlere bağlamayabilme isteğinden kaynaklandığını belirtmektedir (Glover, 1970 Akt: Özen, 2015: 10).

Özellikle 13-18 yaş arasında bulunan ergen bireyler için çevre tarafından fiziksel ve bilişsel olarak nasıl görüldüğünün önem arz ettiği düşünülmektedir. Ergenlik döneminde özgüven oluşturmak ve korumak birincil görev, amaçlardan biri haline gelmektedir. Bu dönemde özgüveni düşük olan bireylerin öz benliklerini beceri ve etkililik yönünden başarısız olarak görmekte oldukları düşünülmektedir (Kaya ve Uzunoğlu, 2003: 123-124). Olası başarısızlık durumlarında bireylerin farklı özbenlik koruyucu savunma mekanizmaları kullandıkları bilinmektedir. Öz saygı ve öz inancın korunulamayacağı düşünülen normalin üzerindeki başarısızlık ihtimalli durumlarda akademik kendini engelleme stratejisinin kullanılması da muhtemeldir (Lovejoy, 2008 Akt: Anlı, vd., 2018: 1201).

## 2.4. Oyun Bağımlılığı

Oyun insanlığın başlangıcından beri var olan bir olgudur. Zaman içerisinde kuşaklar arası oyun tercihleri değişim göstermeye başlamıştır. Eski kuşak ile yeni dönem çocukları arasındaki oyun mekân tercihi farklılaşmakta ve yeni nesil dış mekânı daha az tercih etmektedir. Eski kuşak ebeveynler yeni neslin oyun tercihinin bilgisayar oyunlarından yana olduğunu ve fiziksel aktiviteye bağlı değil de iç mekandaki bireysel oyunları tercih ettiğini belirtmektedir. Ayrıca yeni neslin oyuna daha az vakit ayırdığı ve bunun nedeninin eski kuşağa göre farklı olduğunu belirtmektedir. Bu farklılığın nedenlerinden biri ders çalışmak için daha fazla vakit ayırması gerektiği olarak belirtilmiştir. Oyuna ayrılan sürenin az olmasından dolayı yeni nesil geleneksel olan oyunları öğrenmek, değiştirmek ve geliştirmek için vakit harcamak yerine çok daha hızlı öğrenilen ve her an ulaşılabilen internet üzerinden kolayca erişebildikleri oyunları tercih etmektedir (Tuğrul, vd., 2014).

Teknolojinin de gelişmesiyle yeni nesile hitap eden yeni bir oyun türü ortaya çıkmış ve internet üzerinden oynanan oyunlar artış göstermiştir. Günümüzdeki eğlence anlayışının ve boş zaman değerlendirmek için harcanan vaktin kullanımındaki değişimle bilgisayar oyunları vazgeçilmez bir hal almaya başlamıştır. Oyun oynamanın çeşitli nedenleri olabilmektedir. Bunlardan bazıları; yapacak başka bir şey olmaması, eğlence, sosyal iletişim, rekabet, düşsel ortamlar sağlama, rahatlama ya da stresten kaçma, dinlenme, boş zaman geçirme, gerçek hayattan kaçma gibi nedenler olabilmektedir (Horzum, Ayas ve Balta, 2008). İnternete olan bu yönelimle birlikte çocuk ve ergenler internetle yaşam süreçlerini daha çok gidermeye çalışmakta oldukları gözlenmiştir. Ancak bu durum beraberinde bir amaç gözetmeksizin, kullanılması gereken saatlerin çokça aşıldığı, belirli bir denetlemenin olmadığı ve yaşa uygun olmayan içeriklere maruz kalındığı bir mecra olarak interneti karşımıza çıkarmaktadır. Çocuk ve ergenler yaşlarının gereklilikleri olan gelişim ödevlerini yerine getirmeleri gereken zamanları da internetle geçirmeleri akranlarından fiziksel ve psikososyal yönlerden geri kalmalarına sebep olabileceği düşünülmektedir (Yay, 2017: 23).

İnternet 1960'lı yıllarda ortaya çıkmış fakat 1969 yılında yapılan denemelerle yaşam süreçlerine ilk olarak Kaliforniya Üniversitesi'nde dar kapsamlı olarak dahil olabilmıştır. Ancak yaygınlık kazanması 1980'li yıllarda gerçekleşmeye başlamıştır.

Ticaretin yaygınlaştırılması amacıyla ön plana çıkmasıyla birlikte daha da yaygın hale gelmiştir. Toplum içerisinde kullanımı ticari faaliyetler sayesinde artarak artık sadece kurumların değil bireylerin de yaygın kullanımına başlanmıştır. İlk olarak Kuzey Amerika'da daha sonra Avrupa ve Avustralya ve son olarak Asya kıtasında bulunan halkların yaygın kullanıma geçtiği görülmektedir. Kullanım yüzdesi dünya genelinde hızla artış göstermiştir (Arıcak, 2015: 14). Teknolojinin gelişmesiyle internet kullanımı kaçınılmaz hale gelmiştir. Mobil iletişim araçlarının da yaygınlaşmasıyla internette geçirilen süre giderek artmaktadır. Bireyler sosyalleşmek için zamanının büyük kısmını internette geçirmeye başlamıştır. İnternet ortamında geçirilen sürede farklı kültürlerle etkileşim içerisine girmektedirler (Karagülle ve Çaycı, 2014). Kullanılan teknolojilerin günlük yaşamın bir parçası haline gelmesiyle internet kullanımı her yaşta bireyin kullanımını zorunlu hale getirmeye başlamıştır. Özellikle okul ödevlerinin internet kaynaklarından faydalanılarak daha kolay şekilde yapılması nedeniyle aileler çocukların ve ergenlerin daha iyi yetişmesi için internet kullanımını desteklemektedir. Ancak ailelerin internet kullanımı konusunda yeterince bilinçli olmaması ve bilgi teknolojilerinden elde edilen bilgilerin nasıl değerlendirileceğini bilmemeleri bazı sorunlara yol açmaktadır (Cömert ve Kayıran, 2010). Şiddet içerikli bilgisayar oyunları fazla vakit geçiren çocuk-ergenler için yaşam süreçlerinde kendilerini ifade ediş biçimleri maruz kaldıkları oyun içeriklerine göre şekillenmektedir. Çocuk-ergenlerin oyuna bakışları yetişkinlerden farklı bir özelliğe sahiptir. Yetişkinler oyunu keyifli vakit geçirilen mecra olarak düşünmekte ancak çocuk-ergenler için bu durum maruz kaldıkları oyun içeriklerinde var olan karakterleri rol model alma şeklinde gerçekleştiği düşünülmektedir (Tarhan, 2010: 88-89).

İnternet Oyun Oynama Bozukluğu kavramı DSM V'in üçüncü bölümüne dahil edilmiş ve ileri araştırmalar gerektiren durumlar başlığı altında incelenmeye başlanmıştır. İnternet oyun oynama bozukluğu yoğun ve sürekli olarak diğerleri ile oyun oynamak amacıyla interneti kullanmak olarak tanımlanmıştır (Adanır, Doğru ve Özatalay, 2016). Bağımlılık seviyesinin tespit edilmesi için kullanılan Yapılan internet kullanımı araştırmalarına göre 6-15 yaş grubu çocukların internet kullanımı giderek artmakta ve bağımlılığa dönüşmektedir (Adanır, Doğru ve Özatalay, 2016). Oluşan bağımlılığın sebeplerinden bir diğeri ise internetin bir boş zamanı doldurma aracı olarak kullanılması. Öncelikle boş zaman aktivitesi olarak gerçekleştirilen internetle ilgilenme giderek zorlantı haline gelip bireyde internetten ayrılamama durumunu

ortaya çıkardığı düşünülmektedir. Genellikle dış kontrol odağına sahip olan bağımlı bireylerin çevrede ve dünyada gelişen olaylardan tamamıyla haberdar olma isteği de barındırdığı düşünülmektedir (Sayar, 2019: 107). İnternet bağımlılığı ilk kez 1995 yılında Ivan Goldberg tarafından “İnternet Bağımlılığı Bozukluğu” olarak tanımlanmıştır. Goldberg’e (1996) göre, internet bağımlılığı bozukluğu tanısının internette geçirilen zamanı arttırma isteği, internet ağıyla ilgili hayal kurma, istenilenden daha fazla ağda kalma, uzun süreli fiziksel, sosyal ve psikolojik sorunları olmak gibi pek çok temel ölçütü vardır. Daha sonra internet bağımlılığı kavramı 1996 yılında Young tarafından Amerikan Psikoloji Derneği Yıllık Toplantısından kullanılmıştır. Bu gelişmeden sonra internet bağımlılığı kavramı sosyoloji, psikoloji ve iletişim alanlarında araştırma konusu olmuş ve bu alanda çalışmalar gerçekleştirilmiştir (Balcı ve Gülnar, 2009).

İnternet oyun bağımlılığının DSM 5 tanı kriterlerindeki belirtilerine bakacak olursak. Bunlar; Zihnin internet oyunları ile meşgul olması ya da obsesyonların olması, internet oyunları oynanmadığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması, internet oyunları oynama süresinin sürekli artması, internet oyunlarını oynamayı bırakma girişimlerinde başarısız olunması, keyif alınan uğraşlar gibi diğer yaşam etkinliklerine olan ilginin azalması, tüm olumsuzluklarına rağmen internet oyunlarını oynamayı sürdürmek, internet oyun süresi ve sıklığı konusunda diğerlerine yalan söyleme, kaygı ya da suçluluk duygularını hafifletmek ya da bunlardan kaçınmanın bir yolu olarak internet oyunlarına yönelmek, internet oyunlarını oynuyor olmaya bağlı olarak bireyin fırsatları kaçırmaması, ilişkilerini kaybetmesi ya da tehlikeye sokması şeklinde tanı kriterleri önerilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Yapılan çalışmaların artmasıyla internet bağımlılığı bozukluğu tanısını koyma ve tedavisi ile ilgili tartışmalar artmış ve problemlili online oyun kullanımı, video oyun bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı şeklinde çeşitli isimlerle tanımlanmaya başlanmıştır. Yakın dönemde de internet bağımlılığı ile oyun bağımlılığı ayrı olarak incelenmeye başlanmıştır. Bilgisayar ve internet kullanımının yaygınlaşmasının nedenlerine bakarken internetin ve internetin kullanılabilirliğini sağlayan bilgisayarın çıkışı amacının insanlar arası iletişimi arttırmaya yönelik olduğunun bilinmesi faydalı olacaktır (Arıcak, 2015: 15). İnternet kullanımının zorunluluk haline gelmeye başlaması ve çok çeşitli amaçlarla kullanılması bireylerin bağımlılık aşamasına gelmesine neden olduğu düşünülmektedir. İnternet kullanımı bağımlılık aşamasına

gelene kadar dört aşamadan geçmektedir. Bunlar; internetin ihtiyaç olarak kullanımı, sık ve düzenli internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı ve internet bağımlılığı aşamalarıdır (Ögel, 2012). Buradan anlaşılacağı üzere bağımlılık kimyasal maddelerle özdeşleştirilmiş bir kavram olsa da günümüzde kimyasal maddelerden kaynaklanmayan bağımlılık türleri de ortaya çıkmıştır. İnternet bağımlılığı da kimyasal maddelerden bağımsız ortaya çıkan bir bağımlılık türüdür. Türkiye’de bu alanda yapılan çalışmalara literatürde fazla rastlanmamaktadır (Köroğlu, ve diğerleri, 2006).

İnternet bağımlılığının çeşitli türleri bulunmaktadır. Soule ve diğerleri (2003) bu türleri; sanal seks bağımlılığı, sanal ilişki/arkadaşlık bağımlılığı, internet kumar bağımlılığı, ihtiyaç dışı bilgi arama bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı olarak tanımlamıştır.

Sanal seks bağımlılığı, yetişkinler için özel sohbet odaları ve sanal ortamlardaki porno bağımlılığı olarak tanımlanmıştır. Sanal ilişki / arkadaşlık bağımlılığı, sohbet odalarındaki arkadaşlık edinme eylemi olarak tanımlanmaktadır. İnternet kumar bağımlılığı, internet üzerinden çok fazla kumar oynama, bahis sitelerini kullanma gibi etkinlikleri içermektedir. İhtiyaç dışı bilgi arama bağımlılığı, gereğinden fazla araştırma yapma ve bilgi edinme olarak tanımlanmaktadır. Bilgisayar bağımlılığı ise aşırı derece oyun oynama ve program yazma bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır (Soule, Shell ve Kleen, 2003). İnternetin aşırı kullanılmasıyla ilgili tanı almış bireyler çok farklı amaçlarla bilgisayar başında vakit geçirebilmektedir. Farklı türler genel bakımdan iki başlık altında toplanmaktadır. Bunlardan ilki özgül patolojik internet kullanımudur bu tür genellikle bir şeyleri elde etme amacıyla interneti kullanmaktadır ikinci grup ise genel patolojik internet kullanımudur bu türde belirli bir amaç olmaksızın internette fazla vakit geçirme bulunmaktadır (Gönül, 2002 Akt: Dinç, 2016: 21).

İnternette fazla vakit geçirmenin genel olarak çocuk, ergen ve yetişkinlerde sebeplerine bakıldığında üç temel gereksinimi karşılayamamaktan dolayı olduğu düşünülmektedir. Bu gereksinimler: A. Deşarj olma gereksinimi; bu gereksinim günümüz yaşam alanları içerisinde karşılanacak alanların giderek daralmasıyla birlikte daha az karşılanabilir seviyeye gelmiştir. Bu sebepten dolayı insanlar bu gereksinimi kolay ulaşılabilir teknolojik aletlerle gidermeye çalışmaktadırlar. B. Göz önünde olma ve görüş ve fikirlerini aktarma gereksinimi; günümüzde dünya nüfusu önceki dönemlere nazaran artmış ancak gerçek sosyal yaşantılar azalarak bireyselleşme

yoluna gidilmiştir. Bu sebepten kaynaklı olarak insanlar görüş-fikirlerini aktarmak ve göz önünde bulunmak amacıyla daha çok teknolojik aletlere yönelmişlerdir. C. Akranlarla sosyal vakit geçirme gereksinimi; bu gereksinim aile çocuk sayılarının ve akraba, komşulara ulaşılabilirliğin düşmesiyle birlikte daha çok teknolojik aletlerle giderilmeye çalışıldığı düşünülmektedir (Yay, 2017: 31).

İnternet bağımlılığının belirtileri davranışsal etkiler, fiziksel ve ruhsal etkiler, sosyal etkiler şeklinde ortaya çıkmaktadır. Davranışsal ihtiyaçlar, planlanandan daha uzun süre internet kullanımı, zihnin sürekli internetle meşgul olması, internette harcanan süre ile ilgili yalan söyleme, problemlerden kaçmak için interneti bir araç olarak kullanma, giderek artan internet kullanım süresi gibi belirtilerdir. Fiziksel ve ruhsal etkiler, sürekli internette geçen süreyi azaltmak için çaba harcamak, uykusuzluk, panik atak, konsantrasyon eksikliği, stres, kızgınlık halinde artma gibi belirtilerdir. Sosyal etkiler, internet kullanımı nedeniyle sosyal, mesleki ya da boş zaman aktivitelerinden vazgeçme, iş yerinde verimliliğin düşmesi ve boş zamanın azalması gibi belirtilerdir (Balcı ve Gülnar, 2009).

İnternet bağımlılığı her yaşta ve cinsiyette görülebilmektedir. İnternet kullanımına ilişkin bağımlılık, kimyasal madde kullanımına bağlı bağımlılıktan farklı olarak daha erken yaşlarda başlamaktadır. En büyük risk grubu ise 12-18 yaş arası ergenlerdir (Doğan, 2013). Ergenlerin internet bağımlılığı puan ortalamaları yaklaşık 51'dir. Ergenlerin %3,6'sının internet bağımlılığı profili göstermekte, %21,8'i internet bağımlılığı sınırında ve dörtte üçü (%74,6) ise normal internet kullanıcısı olarak saptanmıştır (Şimşek, Akça ve Şimşek, 2015). Ergenlerin sosyodemografik özelliklerine göre internet bağımlılığı durumları karşılaştırıldığında köyde, kasabada ve parçalanmış ailede yaşayanların internet bağımlılık oranlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Ergenlerin yaşına göre internet bağımlılık durumları da değişmektedir. En yüksek bağımlılık düzeyi 16 yaş grubunda gözlenmekte, bunu 15, 17 ve 14 yaş grupları takip etmektedir (Doğan, 2013). Ayrıca ergenlerin internet kullanım amaçları da farklılaşmaktadır. Ergenler interneti en fazla sosyal medya kullanım amaçlı, ödev, oyun oynama ve sohbet etme amaçlı kullanmaktadır. Ergenler internete daha çok akıllı telefondan erişmektedir (Dursun ve Eraslan-Çapan, 2018). Dijital oyun bağımlılığıyla psikolojik ihtiyaçlar arasında bir ilişki kurulmaktadır. İnternet bağımlılığıyla bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişki olduğu görülmektedir. İnternet

bağımlılığı düzeyindeki artış bilgisayar oyun bağımlılığını arttırmaktadır (Ayas, 2012).

İnternet üzerinden çok fazla oyun oynama alışkanlığının oluşması sonucunda internet oyun oynama bozukluğunun ortaya çıktığı düşünülmektedir. DSM-5'te üçüncü alanın "gelişmekte olan ölçüm ve modeller" alanında yer alan bu bozukluğa sahip bireyler günde 8-10 saat haftada 30 saat aralığında bilgisayar kullanma saatlerine sahiptirler. Belirtileri arasında uzun süre boyunca bilgisayar başında kalma isteği, bilgisayarla bağımlı kесеcek engellere karşı öfkeli ruh hali, sorunlardan uzaklaşmak için bilgisayarla vakit geçirme isteği gibi belirtileri bulunmakta olduğu düşünülmektedir (DSM-5, 2013 Akt: Şakiroğlu ve Poyraz-Akyol, 2018). Ergenlik döneminde bulunan bireyler için dijital oyun oynamayı problem haline getiren sebepler bulunmaktadır. 12-18 yaş aralığında bulunan bireylerin dijital oyunlarla günde 2,5 saati aşan süreyle oynaması bu durumun yanı sıra yaşına uygun olmayan içeriklere sahip oyunlarla vakit geçirmesi de ergenlik döneminde bulunan birey için sorun teşkil ettiği düşünülmektedir (Yay, 2017: 29). İnternet üzerinden oynanan oyunların tercih edilme sebeplerinden bir diğeri ise aynı anda oyun oynama ve yazışmanın mümkün olmasıdır. Gerçek hayatta içedönük olan bireylerin internet platformunda oynanan oyunlarda başarılı olmayı hedefleyerek ne kadar atik ve özgüvenli olduklarını ortaya koymayı amaçladıkları düşünülmektedir. Hızlı bir başarı ve ileti döngüsünün olduğu internetten oynanan oyun ortamlarında bireyin hazzı ve doyuma ulaşmasının hızlı olmasından kaynaklı olarak internetle geçirilen vaktin genellikle arttığı düşünülmektedir (Sayar, 2019: 109).

## **2.5. Aile Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar**

Literatüre bakıldığında aile yaşam doyumu hakkındaki çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Myers ve Diener' ın (1995) yapmış oldukları araştırmada yaşam doyumu ile ilgili çalışmalara bakıldığında cinsiyet, ırk ve gelir durumu gibi demografik değişkenlerin yaşam doyumunu yordamada çok düşük bir etkiye sahip olduğu görülürken, psikolojik değişkenlerden olan kişisel eğilimlerin ve yakın ilişkilerin yaşam doyumunu açıklamada daha etkili olduğu görülmektedir.

Uz-Baş ve Yurdabakan' ın (2017: 207) ortaokul öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada yaşam doyumuyla psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında olumlu, orta derecede ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Türkel ve Dilmaç' ın (2019: 64)

ergenlerin sosyal medya, yalnızlık ve yaşam doyumu ilişkileri üzerine yapmış oldukları araştırma sonuçlarına göre yalnızlık ve yaşam doyumu arasında negatif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Yalnızlık seviyesi artan ergenlerin yaşam doyumlarının daha düşük seviyede olacağı düşünülmektedir.

Dursun ve Özkan' ın (2019: 30) ergenlerin gelecek kaygısı, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık üzerine yapmış oldukları araştırma sonuçlarına göre yaşam doyumu ile cinsiyet arasında farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Erkeklerin yaşam doyumunun kızlara oranla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracı role sahip olduğu belirtilmiştir.

Açıkel-Gülel ve Daşbaş (2019) suça sürüklenmiş erkek çocuklarda aile aidiyeti ve yaşam doyumu ilişkisini inceledikleri araştırmanın sonucunda aile aidiyeti ve yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuç aileye karşı bağlılık ve aidiyet hissi yükselen çocukların yaşam doyumlarının artacağına işaret etmektedir. Ayrıca kardeş sayısı az olan çocukların aile aidiyet puanlarının da yükselmekte olduğu gözlemlenmiştir.

Eryılmaz (2010) tarafından yapılan aile ve ergen mutluluğu üzerine olan araştırmada aile yapısının alt başlıkları olan; aile birliği, iletişim, aile yönetimi, ailede yetkinlik, ailenin duygusal bağlamı, aile direnci ve aile doyumu ile ergen öznel iyi oluş durumu arasında pozitif ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Morsünbül (2020) ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada ergenlerin özerk benlik duygusu ile yaşam doyumları arasında pozitif ve anlamlı bir sonuç olduğunu belirtmiştir.

Kuzucu ve Özdemir (2013: 103-105) tarafından yapılan araştırmada anne ve baba katılımıyla depresyon arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve anne, baba katılımının yüksek olduğunu düşünen ergenlerin depresyon hislerinde düşüş gözlemlenmiştir. Bu araştırmada erkek cinsiyete sahip bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Sapmaz ve Doğan (2012) mutluluk ve yaşam doyumunu yordamada iyimserliği araştırdıkları çalışmada mutluluk ve yaşam doyumunun iyimserlik tarafından yordandığı belirtilmiştir.

Acun-Kapıkıran, Körükcü ve Kapıkıran (2014) anne baba tutumları, benlik saygısı ve depresyonun arasındaki ilişkide benlik saygısının etkisini ölçtükleri araştırmada kabul edici anne baba tutumunun yaşam doyumuna pozitif yönde katkısı olduğu sonucu bulunmuştur. Ercan (2019: 506-507) tarafından ergenlerin yaşam doyumuna üzerine yapılan araştırmada yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığı belirtilmiştir. Ergenlerin yaşları ilerledikçe yaşam doyumlarının düştüğü belirtilmiştir. Bir diğer boyut olan ebeveyn kabulü arttıkça yaşam doyumunun da arttığı gözlemlenmiştir. Bu sonuçların yanı sıra ebeveynlerin demokratik tutum gösterme oranlarıyla yaşam doyumunun paralellik gösterdiği belirtilmiştir. Ayrıca ergenlerin yaşam doyumunu etkileyen en önemli iki faktörün ebeveyn tutumunun kabul alt başlığı ve kişilik özelliği olarak dışadönüklük olduğu bildirilmiştir.

Sezer ve Turğut (2019: 1476) ergenlerin yaşam doyumları, şükran ve yaşam amaçlarına bakışları üzerine yaptığı araştırmada; ergenlerin yaşam doyumları ile en çok paralellik gösteren iki kavram mevcuttur bu kavramlar kişisel gelişim ve bireysel farkındalıktır. Bu sonuç bize ergenlerin kendilerini farkettilerinde yaşam doyumlarının artacağı görüşünü belirtmektedir.

Telef (2013: 8) ergenlerin yaşam doyumları üzerine yapmış olduğu araştırmasında yaşam doyumunu ve depresyonun anne babanın birlikte olup olmadığına göre değiştiğini belirtmiştir. Anne babası ayrı olan ergenlerin yaşam doyumları birlikte olanlara oranla daha düşük seviyede çıkmıştır. Depresyon açısından bakıldığında ailesi ayrı olan ergenler birlikte olanlara oranla daha yüksek seviyelere sahip olduğu belirtilmiştir.

## **2.6. Akademik Kendini Engelleme ile İlgili Araştırmalar**

Akademik kendini engelleme kavramı ile ilgili literatür yapılan araştırmada çalışmaların sınırlı sayıda olduğu gözlemlenmiştir. Kapıkıran (2012: 701) ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmasında olumsuz otomatik düşünceler ile kendini engelleme arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmiştir. Kendini engelleme davranışı olumsuz otomatik düşünceler ve içsel güdülenme için aracı rolü oynamaktadır.

Üzbe ve Bacanlı (2015: 41-42) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin kendini engelleme düzeyleriyle genel not ortalamaları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Aynı zamanda bireylerin benlik saygı düzeyleriyle kendini

engelleme düzeyleri arasında da negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda kendini engelleyen bireylerin daha düşük benlik saygısı ve düşük not ortalamalarına sahip oldukları düşünülmektedir.

Barutçu-Yıldırım ve Demir (2017: 687) tarafından yapılan araştırmada kendini engellenin yordayıcılığına bakılmıştır. Sonuç olarak öz saygı, öz anlayış ve akademik özyeterliliği kendini engellenin yordadığı belirtilmiştir.

Atamtürk, Çalık-Var ve Gökler (2020: 7) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yüksek internet bağımlılığına sahip bireylerin akademik erteleme davranışlarının da yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca erkeklerin internet bağımlılığı oranlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çat (2019: 43)' in ergenler üzerinde yaptığı araştırmada heyecan arayışı ve akademik kendini engelleme davranışı arasında pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır.

## **2.7. Oyun Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar**

Öncel ve Tekin (2015: 11) tarafından ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada kız öğrencilerin oyunu yaşamla ilişkilendirme konusunda erkeklere oranla daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Ayrıca erkeklere oranla daha çok oyunu görevlerine tercih ederek görevlerini daha çok aksattıkları belirtilmiştir. Toplam bağımlılık düzeylerine incelendiğinde kız öğrencilerin düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Taş ve Sevinç (2019: 280) tarafından aleksitimi, bilgisayar oyun bağımlılığı ve empatik eğilim üzerine yapılan araştırma sonuçlarına bakıldığında duyguları tanımlama güçlüğü düzeyinin bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir.

Karaca vd. (2015: 16) tarafından ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyal anksiyete puanları arasında paralellik olduğu gözlemlenmiştir. Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe, engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyununu hayalinde yaşamama ve gerçek hayatla ilişkilendirme, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevlerini aksatma,

bilgisayar oyunlarını başka aktivitelere tercih etme ve toplam ölçek puanları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Hazar, Tekkurşun-Demir, Namlı ve Türkeli (2017: 325) tarafından yapılan araştırmada dijital oyun bağımlılığına bakıldığında erkeklerin toplam puanlarının kızlara oranla daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Düzenli spor aktiviteleri yapmayan bireylerin dijital oyun bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Çavuş, Ayhan ve Tuncer (2016: 279) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin %25' inin bilgisayar oyunları için para harcadıklarını belirtmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin % 54,5'i bilgisayar oyunlarını stres oluşturan durumlardan uzaklaşmak ve rahat hissetmek için tercih ettiklerini belirtmişlerdir.

Mustafaoğlu ve Yasacı (2018: ) tarafından yapılan araştırmada çocukların dijital oyun oynamaya ilgili erkeklerin kızlara göre daha yüksek oranlara sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde çalışmayla ilgili araştırma modeline, veri toplama araçlarına, verilerin çözümlenmesine ve yorumlanma süreçlerine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada 12-17 yaş aralığında bulunan ergen öğrencilerde aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlandığı için genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modeli, çok fazla birimden oluşan bir evrende, evren hakkındaki genel bir yargıya ulaşmak için evrenin tamamı veya evrenden alınan bir grubun, örnek veya örneklem üzerinde yapılacak tarama düzenlemelerinde kullanılır (Büyüköztürk ve diğerleri, 2009). Bir konu veya olay ile ilgili katılımcıların görüşlerini ya da ilgi, beceri, tutum gibi özelliklerini belirlemek için genellikle diğer araştırmalardan daha büyük örneklerle yapılan araştırmalara tarama araştırmaları denir. Tarama araştırmalarında genellikle; büyük bir topluluğun bir konuyla ilgili görüşlerini veya özelliklerini belirlemek için topluluğu temsil edebilecek bir parça seçilir. Veriler bu örneklemden toplanır. Araştırma için veri toplanırken kişilere yöneltilen soruların cevapları dikkate alınır (Büyüköztürk, vd., 2014). Bu kapsamda elde edilen veriler nicel teknikler kullanılarak analiz edilmiştir.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili, Avrupa yakasında bulunan ergenler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini belirlerken seçkisiz örnekleme yöntemlerinden basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Basit seçkisiz örnekleme yönteminde, her bir örnekleme birimine eşit seçilme olasılığı verilir ve seçilen birimler örnekleme alınır. Tüm bireylerin seçilme olasılığı aynıdır ve bir bireyin seçimi diğer bireyin seçimini etkilemez (Büyüköztürk, vd., 2014). Bu araştırmanın örneklemini, 2018-2019 eğitim öğretim yılında Fatih, Bağcılar ve

Küçükçekmece ilçelerinde bulunan ilk ve ortaöğretim kademesinde kamu ve özel okullarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan ergenlik dönemindeki bireylerin demografik bilgilerine ilişkin sıklık ve yüzde dağılımları Tablo 3.1’de verilmiştir.

**Tablo 3.1: Araştırmaya Katılan Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Demografik Bilgilerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Dağılımları**

	<b>Gruplar</b>	<b><i>f</i></b>	<b>%</b>
Cinsiyet	Kız	216	39.9
	Erkek	325	60.1
Yaş	12	72	13.3
	13	128	23.7
	14	100	18.5
	15	77	14.2
	16	73	13.5
	17	91	16.8
Sınıf	7	102	18.9
	8	143	26.4
	9	70	12.9
	10	83	15.3
	11	67	12.4
	12	76	14.0
İnternet kullanımı	0-1 saat	220	40.7
	1-3 saat	240	44.4
	3 saat ve üzeri	81	15.0
Akademik başarı algısı	Yüksek	153	28.3
	Orta	370	68.4
	Düşük	18	3.3
Anne eğitim durumu	Okur-yazar değil	33	6.1
	İlkokul	127	23.5
	Ortaokul	149	27.5
	Lise	125	23.1
	Üniversite	86	15.9
Lisansüstü	21	3.9	
Anne çalışma durumu	Ev hanımı	436	80.6
	İşçi	19	3.5
	Memur	38	7.0
	Esnaf	14	2.6
	Diğer	34	6.3

**Tablo 3.2: Araştırmaya Katılan Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Demografik Bilgilerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Dağılımları (DEVAMI)**

	<b>Gruplar</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Anne tutumu	Otoriter	122	22.6
	Aşırı korumacı	169	31.2
	İlgisiz	22	4.1
	Demokratik	228	42.1
Baba eğitim durumu	Okur-yazar değil	10	1.8
	İlkokul	89	16.5
	Ortaokul	93	17.2
	Lise	158	29.2
	Üniversite	140	25.9
	Lisansüstü	51	9.4
Baba çalışma durumu	İşçi	103	19.0
	Memur	75	13.9
	Esnaf	133	24.6
	Diğer	230	42.5
Baba tutumu	Otoriter	137	25.3
	Aşırı korumacı	149	27.5
	İlgisiz	38	7.0
	Demokratik	217	40.1
<b>Toplam</b>		<b>541</b>	<b>100.0</b>

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kullanılmak üzere hazırlanan ölçekle araştırma yapmak için İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi etik kurulundan ve İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır.

Araştırmada aile yaşam doyumu durumunu belirlemek için öğrencilere 'Aile Yaşam Doyumu Ölçeği' uygulanmıştır. Bu ölçek ile öğrencilerin ailesiyle birlikte olduğu zamanlarda kendini nasıl hissettikleri belirlenmeye çalışılmıştır. Kullanılan ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi ölçeği geliştiren tarafından yapılmıştır ve Türkçeye çevrildikten sonra yapılan analizler sonucunda ölçeğin iç tutarlılık ve güvenilirlik derecesi .95 olarak belirlenmiştir. Düzeltilebilir madde toplam korelasyonları .48 ile .75 arasında değişmiştir. Bu nedenle, tüm analizlerin sonuçları, uyarılan Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin, Türk örnekleriyle kullanım için geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir.

Araştırmada ikinci olarak İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği (İOOBÖ9-KF) uygulanmıştır. Bu ölçek öğrencilerin internette oyun oynadıkları süreyi ve bu oyunların öğrencileri etkileme durumunu belirlemeyi amaçlamaktadır. İOOBÖ9-KF'nin geçerliği iki farklı teknikle incelenmiştir: doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve ölçüt-bağıntılı geçerlik. DFA, İOOBÖ9- KF' nin tek boyutlu olduğunu göstermiştir. İOOBÖ9-KF ile İnternet Bağımlılık Ölçeği arasındaki anlamlı korelasyon, ölçüt-bağıntılı geçerliğin olduğunu göstermektedir. İOOBÖ9-KF puanları açısından alt ve üst %27'lik gruplar arasında anlamlı fark olduğunun bulunması geçerlik için destekleyici bir bulgudur. Bunlara ek olarak Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0.82, Guttman test-yarı güvenilirlik katsayısı 0.75 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı da 0.78 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak elde edilen bu veriler ışığında İOOBÖ9-KF'nin Türk ergen ve genç yetişkin grubunda İnternet Oyun Oynama bozukluğunu değerlendirebilecek düzeyde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada üçüncü bölümde Akademik Kendini Engelleme Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek öğrencilerin akademik yetersizliği ve başarısızlığını meşrulaştırmak için kullandığı çeşitli stratejileri ölçmek için kullanılmıştır. Ölçeğin maddelerinin ayırt etme gücünü belirlemek için yapılan madde analizine göre ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .48 ile .63 arasında değerlere sahiptir. Ölçek için yapılan geçerlik güvenilirlik analiz sonuçları ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilirliğini göstermektedir.

### **3.3.1.Kişisel Bilgi Formu (KBF)**

Araştırmacı tarafından geliştirilen bilgi formu, bu çalışmada uygulanan ölçeklerle birlikte katılımcılara uygulanmıştır. Formda yer alan tüm katılımcılara uygulanan demografik değişkenler şunlardır: katılımcıların adı-soyadı, cinsiyeti, yaşı, sınıfı, akademik başarı, günlük oyun oynama süresi, anne eğitim durumu, anne çalışma durumu, anne tutumu, baba eğitim durumu, baba çalışma durumu, baba tutumu ile ilgili sorulara yer verilmiştir.

### 3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada veriler, SPSS programı kullanılarak frekans ( $f$ ), aritmetik ortalama ( $M$ ) ve standart sapma ( $SD$ ) değerleri hesaplanmıştır. Yapılacak analizlere karar vermek amacıyla dağılımların normalliğinin denetlenmesi için Basıklık (Skewness), Çarpıklık (Kurtosis), güvenilirlik testleri yapılmıştır.

**Tablo 3.3: Ölçeklere Ait Normallik Değerleri ve Güvenirlik Katsayıları**

	$N$	<i>Skewness</i> (Çarpıklık)	<i>Kurtosis</i> (Basıklık)	Güvenirlik katsayısı
İnternet oyun oynama bozukluğu (İOOB)	541	.958	.277	.838
Aile yaşam doyumu (AYD)	541	-.398	1.061	.947
Akademik kendini engelleme (AKE)	541	.674	-.141	.755

Tablo 3.2 verilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında yer aldığından verilerin normal dağıldığına karar verilmiş ve parametrik testler yapılmıştır. Fark testlerinde gruplar arasındaki farklılığı belirlemek için varyanslar eşit olduğunda Post Hoc Scheffe testi, varyanslar eşit olmadığına ise Post Hoc Games-Howell testi yapılmıştır. Ölçeklerin güvenilirlik katsayılarının analizler için yeterli düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Analizlerde anlamlılık düzeyi  $p < .05$  olarak alınmıştır. 5'li ve 6'lı Likert tipi ölçeklerin değerlendirilmesi aşamasında referans alınan puan aralıkları ve değerlendirilme düzeyleri Tablo 3.3'te verilmiştir.

**Tablo 4.3: 5'li ve 6'lı Likert Ölçek Değerlendirmesi**

5'li Puan Aralığı	Düzye	6'lı Puan Aralığı	Düzye
1.00-1.79	Çok Düşük	1.00-1.83	Çok Düşük
1.80-2.59	Düşük	1.84-2.67	Düşük
2.60-3.59	Orta	2.68-3.51	Ortanın Altı
3.60-4.19	Yüksek	3.52-4.35	Orta
4.20-5.00	Çok Yüksek	4.36-5.24	Ortanın üstü
		5.19-6.00	Yüksek

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma probleminin çözümüyle ilgili, araştırmaya katılan öğrencilerden anket aracılığıyla toplanmış verilerin analiz edilmesiyle ulaşılan bulgulara yer verilmiştir. Elde edilmiş bulgulardan yola çıkılarak açıklamalar ve yorumlar yapılmıştır.

#### 4.1. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları ne düzeydir? Alt amacına ilişkin bulgular

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyum düzeylerine ilişkin bulgular Tablo 4.1’de verilmiştir.

**Tablo 5.1: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Ortalama ve Standart Sapma Değerleri**

	N	M	SD
İnternet oyun bozukluğu	541	1.76	.69
Aile yaşam doyumu	541	4.43	.84
Akademik kendini engelleme	541	2.04	.77

Tablo 4.1’de görüldüğü ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu “çok düşük” (M=1.76; SD=.69), aile yaşam doyumları “ortanın üstünde” (M=4.43; SD=.84); akademik kendini engelleme düzeyleri ise “düşük” düzeydedir (M=2.04 SD=.77).

## 4.2. Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Akademik Kendini Engelleme ve Aile Yaşam Doyumları Demografik Özelliklerine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir? Alt Amacına İlişkin Bulgular

### a. Cinsiyet

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları Tablo 4.2’de verilmiştir.

**Tablo 4.2: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Cinsiyetlerine Karşılaştırılması**

Değişkenler	Gruplar	N	M	SD	t	df	p
İnternet oyun bozukluğu	Kız	216	1.53	.60	-6.616	539	<b>.000</b>
	Erkek	325	1.92	.71			
Aile yaşam doyumunu	Kız	216	4.53	.85	2.282	539	<b>.023</b>
	Erkek	325	4.36	.83			
Akademik kendini engelleme	Kız	216	2.01	.73	-.724	539	.469
	Erkek	325	2.06	.80			

Tablo 4.2’de görüldüğü üzere ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $t_{[539]}=-6.616$ ;  $p<.05$ ) ve aile yaşam doyum düzeyleri ( $t_{[539]}=2.282$ ;  $p<.05$ ) cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Erkeklerin ( $M=1.92$ ) internet oyun bozukluğu kızlara ( $M=1.53$ ) göre daha yüksek iken; kızların ( $M=4.53$ ) aile yaşam doyumları erkeklere ( $M=4.36$ ) göre daha yüksektir. Ancak, ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t_{[539]}=-.724$ ;  $p>.05$ ).

### b. Yaş

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.3’te verilmiştir.

**Tablo 4.3: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB), Aile Yaşam Doyumları (AYD) ve Akademik Kendini Engelleme (AKE) Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması**

	Yaş	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	A-12 yaş	72	1.72	.53	G. Arası	6.29	5	1.26			
	B-13 yaş	128	1.82	.72	G. İçi	255.74	535	0.48			
	C-14 yaş	100	1.94	.80	Toplam	262.03	540		2.63	.023	C>F
	D-15 yaş	77	1.75	.73							
	E-16 yaş	73	1.72	.63							
	F-17 yaş	91	1.60	.65							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>1.77</b>	<b>.70</b>							
AYD	A-12 yaş	72	4.74	.79	G. Arası	9.24	5	1.85			
	B-13 yaş	128	4.45	.85	G. İçi	377.22	535	0.71			
	C-14 yaş	100	4.32	.92	Toplam	386.46	540		2.62	.024	A>C; A>E
	D-15 yaş	77	4.41	.85							
	E-16 yaş	73	4.31	.79							
	F-17 yaş	91	4.39	.80							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>4.43</b>	<b>.85</b>							
AKE	A-12 yaş	72	1.86	.75	G. Arası	7.95	5	1.59			
	B-13 yaş	128	1.94	.73	G. İçi	319.32	535	0.60			
	C-14 yaş	100	1.99	.79	Toplam	327.27	540		2.66	.022	D>A. B; E>A. B; F>A. B
	D-15 yaş	77	2.17	.79							
	E-16 yaş	73	2.18	.81							
	F-17 yaş	91	2.17	.78							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>2.04</b>	<b>.78</b>							

Tablo 4.3 incelendiğinde ergenlerin internet oyun bozukluğu ( $F=2.63$ ;  $p<.05$ ), aile yaşam doyumları ( $F=2.62$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme ( $F=2.66$ ;  $p<.05$ ) düzeylerinin yaşlarına anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; 14 yaşındaki ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu düzeyleri ( $M=1.94$ ), 17 yaşındaki ergenlerin internet oyun bozukluğu düzeylerinden ( $M=1.60$ ) daha düşüktür.

12 yaşındaki ergenlerin aile yaşam doyumları ( $M=4.74$ ), 14 ( $M=4.32$ ) ve 16 ( $M=4.31$ ) yaşlarındaki ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksektir.

Son olarak 15 ( $M=2.17$ ), 16 ( $M=2.18$ ) ve 17 ( $M=2.17$ ) yaşlarındaki ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri 12 ( $M=1.86$ ) ve 13 ( $M=1.94$ ) yaşlarındaki ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksektir.

### c. Sınıf

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumlari ve akademik kendini engelleme düzeylerinin sınıflarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.4'te verilmiştir.

**Tablo 4.4: Ergenlerin İnternet Oyun Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Sınıflarına Göre Karşılaştırılması**

	Sınıf	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	7. sınıf	102	1.83	.58	G. Arası	5.68	5	1.16	2.37	.038	7>12
	8. sınıf	143	1.80	.73	G. İçi	256.35	535	.49			
	9. sınıf	70	1.91	.87	Toplam	262.04	540				
	10. sınıf	83	1.75	.67							
	11. sınıf	67	1.71	.65							
	12. sınıf	76	1.56	.63							
	Toplam	541	1.77	.70							
AYD	7. sınıf	102	4.57	.86	G. Arası	3.28	5	.62	.89	.484	---
	8. sınıf	143	4.43	.86	G. İçi	383.20	535	.76			
	9. sınıf	70	4.42	.92	Toplam	386.48	540				
	10. sınıf	83	4.32	.86							
	11. sınıf	67	4.41	.77							
	12. sınıf	76	4.39	.79							
	Toplam	541	4.43	.85							
AKE	7. sınıf	102	1.96	.77	G. Arası	7.67	5	1.57	2.55	.027	10>7. 8; 12>7. 8
	8. sınıf	143	1.92	.74	G. İçi	319.62	535	.57			
	9. sınıf	70	2.03	.82	Toplam	327.29	540				
	10. sınıf	83	2.23	.82							
	11. sınıf	67	2.04	.75							
	12. sınıf	76	2.20	.76							
	Toplam	541	2.04	.78							

Tablo 4.4 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=2.37$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=2.55$ ;  $p<.05$ ) sınıflarına göre anlamlı farklılık gösterirken; aile yaşam doyumlari anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F=.89$ ;  $p>.05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; 7. Sınıfa giden ergenlerin internet oyun bozukluğu düzeyleri ( $M=1.83$ ), 12. Sınıfa giden ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu düzeylerinden ( $M=1.56$ ) daha yüksektir.

Ayrıca 10. sınıfa ( $M=2.23$ ) ve 12. sınıfa ( $M=2.20$ ) devam eden ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, 7.sınıfa ( $M=1.96$ ) ve 8. sınıfa ( $M=1.92$ ) ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksektir.

#### d. Oyun Oynama Süresi

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin internet kullanım sürelerine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.5'te verilmiştir.

**Tablo 4.5: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Oyun Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırılması**

	Sınıf	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	A-1 saatten az	220	1.53	.59	G. Arası	33.81	2	16.90			
	B-1-3 saat	240	1.81	.68	G. İçi	228.22	538	.42	39.85	.000	B>A; C>A, B
	C-3 saat ve üzeri	81	2.27	.73	Toplam	262.03	540				
	<b>Toplam</b>	541	1.77	.70							
AYD	A-1 saatten az	220	4.46	.84	G. Arası	3.62	2	1.81			
	B-1-3 saat	240	4.47	.84	G. İçi	382.83	538	.71	2.54	.079	---
	C-3 saat ve üzeri	81	4.24	.87	Toplam	386.45	540				
	<b>Toplam</b>	541	4.43	.85							
AKE	A-1 saatten az	220	1.92	.79	G. Arası	8.73	2	4.36			
	B-1-3 saat	240	2.06	.74	G. İçi	318.53	538	.59	7.37	.001	C>A
	C-3 saat ve üzeri	81	2.30	.81	Toplam	327.26	540				
	<b>Toplam</b>	541	2.04	.78							

Tablo 4.5 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=39.85$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=7.37$ ;  $p<.05$ ) oyun oynama sürelerine göre anlamlı farklılık gösterirken; aile yaşam doyumları anlamlı farklılık göstermemektedir ( $F=2.54$ ;  $p>.05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; bir günde 1-3 saat arası oyun oynayan ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $M=1.81$ ), günde 1 saatten daha az oyun oynayan ( $M=1.53$ ) ergenlerin internet oyun oynama bozukluğundan daha yüksektir. Günde 3 saat ve üzeri oyun oynayan ergenlerin

internet oyun oynama bozukluğu (M=2.27), 1 saatten az (M=1.530) ve 1-3 saat arası oyun oynayan ergenlerin (M=1.81) internet oyun oynama bozukluğu daha yüksektir. Ayrıca 3 saat ve üzeri oyun oynayan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri (M=2.30), 1 saatten daha az oyun oynayan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri (M=1.92) daha yüksektir.

#### e. Akademik Başarı

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin akademik başarılarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.6'da verilmiştir.

**Tablo 4.6: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Akademik Başarılarına Göre Karşılaştırılması**

	Sınıf	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	A-Yüksek	153	1.73	.68	<b>G. Arası</b>	1.25	2	.62	1.29	.274	---
	B-Orta	370	1.77	.69	<b>G. İçi</b>	260.77	538	.48			
	C-Düşük	18	2.01	.87	<b>Toplam</b>	262.03	540				
	<b>Toplam</b>	541	1.77	.70							
AYD	A-Yüksek	153	4.62	.82	<b>G. Arası</b>	12.06	2	6.03	8.66	.000	A>B. C; B>C
	B-Orta	370	4.38	.84	<b>G. İçi</b>	374.39	538	.69			
	C-Düşük	18	3.87	.77	<b>Toplam</b>	386.45	540				
	<b>Toplam</b>	541	4.43	.85							
AKE	A-Yüksek	153	1.77	.75	<b>G. Arası</b>	21.35	2	10.67	18.78	.000	B>A; C>A. B
	B-Orta	370	2.12	.75	<b>G. İçi</b>	305.91	538	.56			
	C-Düşük	18	2.69	.77	<b>Toplam</b>	327.26	540				
	<b>Toplam</b>	541	2.04	.78							

Tablo 4.5 incelendiğinde ergenlerin aile yaşam doyumları (F=8.66; p<.05) ve akademik kendini engelleme düzeyleri (F=18.78; p<.05) akademik başarılarına anlamlı farklılık gösterirken; internet oyun oynama bozukluğu düzeyleri akademik başarılarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir (F=1.29; p>.05). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; akademik başarıları yüksek olan ergenlerin aile yaşam doyumları (M=4.61), akademik başarıları orta (M=4.37) ve düşük (M=3.87) olan ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksektir. Akademik başarıları orta olan ergenlerin aile yaşam doyumları (M=4.38), akademik başarıları düşük olan ergenlerin aile

yaşam doyumlarından (M=3.87) daha yüksektir. Akademik başarısı orta olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri (M=2.12), yüksek olan (M=1.77) ergenlere göre daha yüksektir. Ayrıca akademik başarısı düşük olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri (M=2.69), akademik başarısı yüksek (M=1.77) ve orta (M=2.11) olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri daha yüksektir.

#### f. Anne Eğitim Durumu

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin annelerinin eğitim durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

**Tablo 4.7: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Anne Eğitim	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlam lılık
İOOB	Okur-azar değil	33	1.68	.71	<b>G. Arası</b>	1.38	5	.27	.56	.723	---
	İlkokul	127	1.73	.65	<b>G. İçi</b>	260.64	535	.48			
	Ortaokul	149	1.82	.68	<b>Toplam</b>	262.03	540				
	Lise	125	1.72	.70							
	Üniversite	86	1.82	.78							
	Lisansüstü	21	1.79	.72							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>1.77</b>	<b>.70</b>							
AYD	Okur-azar değil	33	4.49	.87	<b>G. Arası</b>	7.62	5	1.52	2.15	.058	---
	İlkokul	127	4.46	.80	<b>G. İçi</b>	378.83	535	.70			
	Ortaokul	149	4.30	.89	<b>Toplam</b>	386.45	540				
	Lise	125	4.61	.82							
	Üniversite	86	4.38	.83							
	Lisansüstü	21	4.26	.85							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>4.43</b>	<b>.85</b>							
AKE	Okur-azar değil	33	2.02	.86	<b>G. Arası</b>	3.39	5	.67	1.12	.348	---
	İlkokul	127	2.11	.81	<b>G. İçi</b>	323.87	535	.60			
	Ortaokul	149	2.00	.76	<b>Toplam</b>	327.26	540				
	Lise	125	1.96	.78							
	Üniversite	86	2.08	.72							
	Lisansüstü	21	2.32	.80							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>2.04</b>	<b>.78</b>							

Tablo 4.7 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu (F=.56; p>.05), aile yaşam doyumları (F=2.15; p>.05) ve akademik kendini engelleme

düzeyleri ( $F=1.12$ ;  $p>.05$ ) anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

#### g. Anne Çalışma Durumu

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin annelerinin çalışma durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.8'de verilmiştir.

**Tablo 4.8: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Anne Çalışma	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	Ev hanımı	436	1.79	.69	G. Arası	1.51	4	.37	.77	.540	---
	İşçi	19	1.79	.96	G. İçi	260.52	536	.48			
	Memur	38	1.70	.71	Toplam	262.03	540				
	Esnaf	14	1.62	.58							
	Diğer	34	1.61	.62							
	Toplam	541	1.77	.70							
AYD	Ev hanımı	436	4.46	.85	G. Arası	2.25	4	.56	.78	.534	---
	İşçi	19	4.45	.80	G. İçi	384.20	536	.71			
	Memur	38	4.25	.76	Toplam	386.45	540				
	Esnaf	14	4.30	.93							
	Diğer	34	4.32	.90							
	Toplam	541	4.43	.85							
AKE	Ev hanımı	436	2.02	.78	G. Arası	1.48	4	.37	.60	.656	---
	İşçi	19	2.21	.74	G. İçi	325.78	536	.60			
	Memur	38	2.08	.76	Toplam	327.26	540				
	Esnaf	14	2.28	.71							
	Diğer	34	2.03	.83							
	Toplam	541	2.04	.78							

Tablo 4.8 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=.77$ ;  $p>.05$ ), aile yaşam doyumları ( $F=.78$ ;  $p>.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=.60$ ;  $p>.05$ ) anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

#### h. Anne Tutumu

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin annelerinin tutumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.9'da verilmiştir.

**Tablo 4.9: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Tutumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Anne tutum	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
<b>İOOB</b>	A-Otoriter	122	1.88	.74	<b>G. Arası</b>	5.65	3	1.88	3.95	<b>.008</b>	<b>A&gt;D; C&gt;D</b>
	B-Aşırı korumacı	169	1.77	.69	<b>G. İçi</b>	256.37	537	.477			
	C-İlgisiz	22	2.07	.96	<b>Toplam</b>	262.03	540				
	D-Demokratik	228	1.67	.63							
	Toplam	541	1.77	.70							
<b>AYD</b>	A-Otoriter	122	4.20	.84	<b>G. Arası</b>	20.06	3	6.68	9.80	<b>.000</b>	<b>D&gt;A; D&gt;B</b>
	B-Aşırı korumacı	169	4.35	.87	<b>G. İçi</b>	366.39	537	.682			
	C-İlgisiz	22	4.11	1.04	<b>Toplam</b>	386.45	540				
	D-Demokratik	228	4.64	.76							
	Toplam	541	4.43	.85							
<b>AKE</b>	A-Otoriter	122	2.11	.78	<b>G. Arası</b>	9.41	3	3.13	5.30	<b>.001</b>	<b>B&gt;D</b>
	B-Aşırı korumacı	169	2.15	.80	<b>G. İçi</b>	317.85	537	.592			
	C-İlgisiz	22	2.35	.80	<b>Toplam</b>	327.26	540				
	D-Demokratik	228	1.90	.74							
	Toplam	541	2.04	.78							

Tablo 4.9 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=3.95$ ;  $p<.05$ ), aile yaşam doyumları ( $F=9.80$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=5.30$ ;  $p<.05$ ) anne tutumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; anneleri otoriter ( $M=1.88$ ) ve ilgisiz ( $M=2.07$ ) tutum sergileyen ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, anneleri demokratik tutum ( $M=1.67$ ) sergileyen ergenlere göre internet oyun oynama bozukluğu daha yüksektir. Anneleri demokratik tutum sergileyen ergenlerin aile yaşam doyumları ( $M=4.64$ ), anneleri otoriter ( $M=4.20$ ) ve aşırı korumacı tutum ( $M=4.35$ ) sergileyen ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksektir. Ayrıca anneleri aşırı korumacı tutum sergileyen ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ( $M=2.15$ ), anneleri demokratik tutum sergileyen ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden ( $M=1.90$ ) daha yüksektir.

#### **1. Baba Eğitim Durumu**

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin babalarının eğitim durumlarına göre farklılaşp

farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.10'da verilmiştir.

**Tablo 4.10: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Baba Eğitim	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
IOOB	Okur-azar değil	10	1.78	.75	<b>G. Arası</b>	2.33	5	.46	.96	.441	---
	İlkokul	89	1.77	.65	<b>G. İçi</b>	259.70	535	.48			
	Ortaokul	93	1.74	.63	<b>Toplam</b>	262.03	540				
	Lise	158	1.72	.67							
	Üniversite	140	1.77	.75							
	Lisansüstü	51	1.96	.80							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>1.77</b>	<b>.70</b>							
AYD	Okur-azar değil	10	4.61	.82	<b>G. Arası</b>	2.49	5	.49	.69	.628	---
	İlkokul	89	4.44	.88	<b>G. İçi</b>	383.96	535	.71			
	Ortaokul	93	4.56	.72	<b>Toplam</b>	386.45	540				
	Lise	158	4.40	.93							
	Üniversite	140	4.38	.82							
	Lisansüstü	51	4.39	.80							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>4.43</b>	<b>.85</b>							
AKE	Okur-azar değil	10	1.65	.61	<b>G. Arası</b>	4.66	5	.93	1.54	.174	---
	İlkokul	89	2.13	.76	<b>G. İçi</b>	322.60	535	.60			
	Ortaokul	93	2.05	.78	<b>Toplam</b>	327.26	540				
	Lise	158	1.96	.73							
	Üniversite	140	2.05	.83							
	Lisansüstü	51	2.20	.83							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>2.04</b>	<b>.78</b>							

Tablo 4.10 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=.96$ ;  $p>.05$ ), aile yaşam doyumları ( $F=.69$ ;  $p>.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=1.54$ ;  $p>.05$ ) babalarının eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

#### **i. Baba Çalışma Durumu**

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin baba çalışma durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.11'de verilmiştir.

**Tablo 4.11: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Baba Çalışma	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	A-İşçi	103	1.71	.72	G. Arası	1.04	3	.34	.71	.543	---
	B-Memur	75	1.73	.74	G. İçi	260.99	537	.48			
	C-Esnaf	133	1.75	.66	Toplam	262.03	540				
	D-Diğer	230	1.81	.69							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>1.77</b>	<b>.70</b>							
AYD	A-İşçi	103	4.74	.74	G. Arası	13.18	3	4.39	6.32	.000	A>B. C. D
	B-Memur	75	4.35	.77	G. İçi	373.27	537	.69			
	C-Esnaf	133	4.28	.84	Toplam	386.45	540				
	D-Diğer	230	4.41	.88							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>4.43</b>	<b>.85</b>							
AKE	A-İşçi	103	1.89	.71	G. Arası	7.43	3	2.48	4.16	.006	C>A
	B-Memur	75	2.01	.71	G. İçi	319.82	537	.59			
	C-Esnaf	133	2.23	.89	Toplam	327.26	540				
	D-Diğer	230	2.01	.74							
	<b>Toplam</b>	<b>541</b>	<b>2.04</b>	<b>.78</b>							

Tablo 4.11 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=.71$ ;  $p>.05$ ) babalarının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermezken; aile yaşam doyumları ( $F=6.32$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=4.16$ ;  $p<.05$ ) anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; babaları işçi olan ergenlerin aile yaşam doyumları ( $M=4.74$ ), babaları memur ( $M=4.35$ ), esnaf ( $M=4.28$ ) ve diğer (4.41) çalışma alanlarında olan ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksektir. Ayrıca babaları esnaf olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ( $M=2.23$ ), babaları işçi olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden ( $M=1.89$ ) daha yüksektir.

#### **j. Baba Tutumu**

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumları ve akademik kendini engelleme düzeylerinin babalarının tutumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.12’de verilmiştir.

**Tablo 4.12: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Tutumlarına Göre Karşılaştırılması**

	Baba tutum	N	M	SD	Vary. Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Anlamlılık
İOOB	A-Otoriter	137	1.89	.72	<b>G. Arası</b>	3.75	3	1.25	2.60	.051	---
	B-Aşırı korumacı	149	1.77	.72	<b>G. İçi</b>	258.27	537	.48			
	C-İlgisiz	38	1.80	.74	<b>Toplam</b>	262.03	540				
	D-Demokratik	217	1.68	.66							
	Toplam	541	1.77	.70							
AYD	A-Otoriter	137	4.26	.87	<b>G. Arası</b>	16.85	3	5.61	8.16	.000	D>A. B
	B-Aşırı korumacı	149	4.32	.82	<b>G. İçi</b>	369.60	537	.68			
	C-İlgisiz	38	4.30	.94	<b>Toplam</b>	386.45	540				
	D-Demokratik	217	4.65	.79							
	Toplam	541	4.43	.85							
AKE	A-Otoriter	137	2.11	.79	<b>G. Arası</b>	8.96	3	2.98	5.04	.002	B>D
	B-Aşırı korumacı	149	2.14	.77	<b>G. İçi</b>	318.30	537	.59			
	C-İlgisiz	38	2.26	.89	<b>Toplam</b>	327.26	540				
	D-Demokratik	217	1.89	.73							
	Toplam	541	2.04	.78							

Tablo 4.12 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ( $F=2.60$ ;  $p>.05$ ) babalarının tutumlarına göre anlamlı farklılık göstermezken; aile yaşam doyumları ( $F=8.16$ ;  $p<.05$ ) ve akademik kendini engelleme düzeyleri ( $F=5.04$ ;  $p<.05$ ) babalarının tutumlarına anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Post Hoc testi sonucuna göre; babaları demokratik olan ergenlerin aile yaşam doyumları ( $M=4.65$ ), babaları otoriter ( $M=4.26$ ) ve aşırı korumacı ( $M=4.32$ ) tutum sergileyen ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksektir.

Ayrıca babaları aşırı korumacı olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ( $M=2.14$ ), babaları demokratik tutum sergileyen ergenlere göre akademik kendini engelleme düzeyleri daha yüksektir.

### 4.3. Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme ve aile yaşam doyumları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonuçları Tablo 4.13'te verilmiştir.

**Tablo 4.13: Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu ile Akademik Kendini Engelleme ve Aile Yaşam Doyumları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları**

		1	2	3
1-İnternet oyun oynama bozukluğu	r	1		
	p			
	n	541		
2-Aile yaşam doyumu	r	-.270**	1	
	p	.000		
	n	541	541	
3-Akademik kendini engelleme	r	.274**	-.205**	1
	p	.000	.000	
	n	541	541	541

Tablo 4.13 incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ( $r=-.270$ ;  $p<.05$ ); internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ( $r=.274$ ;  $p<.05$ ); akademik kendini engelleme ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ( $r=-.205$ ;  $p<.05$ ) anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

#### 4.4. Ergenlerin aile yaşam doyumlari, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta midir? Alt amacina ilişkin bulgular

Ergenlerin aile yaşam doyumlari, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 4.14'te verilmiştir.

**Tablo 4.14: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları**

B.sız Değ.	B.lı Değ.	B	Std. Hatı	( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	P
Sabit	İnternet	2.75	.15		17.87	.000				
Aile yaşam doyumu	oyun oynama	-.22	.03	-.270	-6.52	.000	.270	.073	42.52	.000

Tablo 4.14'te görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumlari, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ( $R=.270$ ;  $R^2=.07$ ;  $F=42.529$ ;  $p<.05$ ). Ergenlerin aile yaşam doyumlari, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, internet oyun oynama bozukluğunu %7 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

#### 4.5. Ergenlerin aile yaşam doyumlari, akademik kendini engelleme düzeylerini yordamakta midir? Alt amacina ilişkin bulgular

Ergenlerin aile yaşam doyumlari, akademik kendini engelleme düzeylerini yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 4.15'te verilmiştir.

**Tablo 4.15: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, Akademik Kendini Engelleme Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları**

B.sız Değ.	B.lı Değ.	B	Std. Hatı	( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	P
Sabit		2.879	.175		16.446	.000				
Aile yaşam doyumu	Akademik kendini engelleme	-.189	.039	-.205	-4.867	.000	.205	.042	23.689	.000

Tablo 4.15'te görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ( $R=.205$ ;  $R^2=.04$ ;  $F=23.689$ ;  $p<.05$ ). Ergenlerin aile yaşam doyumları, in akademik kendini engelleme düzeylerindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, akademik kendini engelleme düzeylerini %4 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

#### 4.6. Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinin, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 4.16'da verilmiştir.

**Tablo 4.16: Ergenlerin Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları**

B.sız Değ.	B.lı Değ.	B	Std. Hatı	( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	P
Sabit		1.266	.081		15.630	.000				
Akademik kendini engelleme	İnternet oyun oynama	.245	.037	.274	6.611	.000	.274	.075	43.710	.000

Tablo 4.16'da görüldüğü üzere ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ( $R=.274$ ;  $R^2=.07$ ;  $F=43.710$ ;  $p<.05$ ). Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini

açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerindeki artış, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini %7 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

#### 4.7. Ergenlerin aile yaşam doyumlari ile akademik kendini engelleme birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamakta mıdır? Alt amacına ilişkin bulgular

Ergenlerin aile yaşam doyumlari ile akademik kendini engelleme birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 4.17’de verilmiştir.

**Tablo 4.17: Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlari ile Akademik Kendini Engelleme Düzeyleri Birlikte, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

B.sız Değ.	B.lı Değ.	B	Std. Hata	(β)	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	P
Sabit		2.166	.184		11.782	.000				
Akademik kendini engelleme	İnternet oyun oynama	.204	.037	.228	5.527	.000	.351	.123	37.702	.000
Aile yaşam doyumu		-.184	.034	-.224	-5.421	.000				

Tablo 4.17’de görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumlari ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır (R=.351; R<sup>2</sup>=12; F=37.702; p<.05). Ergenlerin aile yaşam doyumlari ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %12’sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, internet oyun oynama bozukluğunu olumsuz yönde, akademik kendini engelleme düzeyleri ise olumlu olarak etkilemektedir. Ergenlerin aile yaşam doyumlari ile akademik kendini engelleme

düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini %12 oranında etkilemektedir.



## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmaya ilişkin sonuçlara, tartışmalara ve bulgular üzerinden düzenlenen önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Tartışma

##### a). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Akademik Kendini Engelleme ve Aile Yaşam Doymu Düzeylerinin Sonuç ve Tartışması

Cavga (2019) tarafından lise öğrencilerinin aile yaşam doyumları üzerine yapılmış olan araştırmada aile yaşam doymu düzeyi (M: 3.81/6-103/162) olarak bulunmuştur. Aykaç (2019) tarafından yapılan araştırmada aile yaşam doymu düzeyi (M: 4.36/7-100.30/161) olarak bulunmuştur. Yapılmış olan araştırma sonuçlarına bakılarak aile yaşam doymu düzeyinin ergenlerde ortanın üzerinde olduğu söylenebilir. Bunun nedeninin toplumsal kültürde yer alan aile kurumuna var olan olumlu bakışların etkisi olduğu düşünülmektedir.

Akademik kendini engelleme ile ilgili yapılan literatür taraması sonucunda herhangi bir çalışma bulunamamıştır. Ergenlerin düşük düzeyde algılamış oldukları akademik kendini engelleme düzeyinin sebebinin kavramın yeni olması ve ergenlerin kendilik bilinçlerinin tam olarak oluşmamasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Taş ve Güneş (2018) tarafından yapılan araştırmada bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyi (40.88/105) olarak bulunmuştur. Güvendi, Tekkurşun-Demir ve Keskin (2019) tarafından yapılan araştırmada ise dijital oyun bağımlılığı düzeyi (52.13/113) olarak bulunmuştur. Yapılan araştırma sonuçlarına göre ergenlerin oyun bağımlılık düzeyleri ortanın altı olarak gözlemlenmektedir. Bu durumun nedeninin bilgisayar oyunlarına karşı oluşan önyargıdan ve tam olarak oyun oynarken geçirilen vaktin algılanamamasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **b). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Sonuç ve Tartışması**

Yapılan araştırmada ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan araştırma sonucunda kızların erkeklere oranla daha yüksek aile yaşam doyum puanlarına sahip oldukları bulunmuştur. Cavga (2019) tarafından aile yaşam doyumuna üzerine yapılan araştırmada aile yaşam doyumunun cinsiyetlere göre anlamlı farklılaşmadığı belirtilmiştir. Aile yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı farklılaşp farklılaşmadığıyla ilgili literatürde sadece Cavga (2019)' un çalışması bulunmuştur.

Yapılan araştırmada ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Literatür tarandığında akademik kendini engelleme ile cinsiyet arasında farklılık olup olmadığına dair araştırmaya rastlanamamıştır. Akademik kendini engelleme ile cinsiyet arasında anlamlı farklılaşmanın bulunamamasının nedeninin kız ve erkek ergenlerin eğitim konusunda aynı şartlara ve beklentilere sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılaşma gözlemlenmiştir. Erkeklerin internet oyun oynama bozukluğu düzeyleri kızlara göre daha yüksek bulunmuştur. Yayman (2019) tarafından yapılan araştırmada erkeklerin oyun bağımlılık düzeyleri kızlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Suak (2019) tarafından dijital oyun bağımlılığı üzerine yapılan araştırma sonuçlarına göre de erkek öğrencilerin oyun bağımlılık düzeyleri kızlara oranla daha yüksek olarak bulunmuştur. Erkek ergenlerin kızlara oranla daha yüksek seviyede olan bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin var olan oyun içeriklerinin erkek ergenlere daha uygun olduğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **c). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB), Aile Yaşam Doyumları (AYD) ve Akademik Kendini Engelleme (AKE) Düzeylerinin Yaşlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Yapılan araştırmada ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı farklılaşma olduğu gözlemlenmiştir. 12 yaşındaki ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri 14 ve 16 yaşındaki ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Cavga

(2019) tarafından yapılan araştırmada aile yaşam doyumunu ile yaş arasında anlamlı farklılaşma olmadığı görölmüştür. Aile yaşam doyumunu ile yaş arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığına dair literatürde başka kaynağa rastlanamamıştır. 14-16 yaşlarında aile yaşam doyumunun düşmesinin nedeninin ilerleyen yaşlarda ergenlerin kimlik oluşumunu daha da tamamlayarak bireyselleşme güdüsünün artması olduğu düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuştur. 15, 16 ve 17 yaşındaki ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri 12 ve 13 yaşındaki ergenlere oranla daha düşük bulunmuştur. Yapılan literatür taramasında akademik kendini engelleme ile yaş durumunu inceleyen araştırmaya rastlanılamamıştır. Büyük yaşlardaki ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinin daha yüksek olmasının nedeninin ilerleyen yaşlarda bireysel başarı, başarısızlık, eğitim, okul, dersler, sınavlardan beklentilerin ve yüklenen anlamın artmasıyla birlikte artma olasılığına sahip başarısızlıkların benliği olası zararlara karşı artan şekilde koruma içgüdüsünden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada ergenlerin internet oyun oynama bozuklukları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermektedir. 17 yaşındaki ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu düzeyleri 14 yaşındaki ergenlere oranla daha yüksek bulunmuştur. Can-Bilgin (2015) tarafından yapılan araştırmada oyun bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Demirbozan (2019) tarafından yapılan araştırmada da benzer sonuçlara rastlanarak oyun bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı ilişki bulunmadığı belirtilmiştir. Tarafından yapılan araştırma sonucuna göre 16-18 yaş gruplarının oyun bağımlılık düzeyleri 10-12 ve 13-15 yaş gruplarına oranla daha yüksek bulunmuştur. Büyük yaş gruplarındaki ergenlerin oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olmasının nedeninin ilerleyen yaşlarla birlikte artan sorumluluklar ve yaşanılan stres durumlarından kaçınma çabası olduğu düşünülmektedir.

#### **d). Ergenlerin İnternet Oyun Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Sınıflarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Yapılan araştırmada ergenlerin aile yaşam doyumu düzeyleri ile sınıfları arasında anlamlı farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Cavga (2019) tarafından yapılan araştırmada aile yaşam doyumu ve sınıf düzeyi arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuş ve 11. Sınıf öğrencilerin 9. Sınıf öğrencilere göre daha düşük aile yaşam doyumuna sahip olduğu belirtilmiştir. Literatür taramasında aile yaşam doyumu ve sınıf arasındaki farklılaşmaya dair başka çalışmaya rastlanılamamıştır.

Yapılan araştırmada ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile sınıfları arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuştur. 10. ve 12. sınıfa devam eden öğrencilerin akademik kendini engelleme düzeyleri 7. ve 8. sınıfa devam eden öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Literatür tarandığında ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile sınıfları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığına dair yapılan araştırmaya rastlanılamamıştır. 10. ve 12. sınıflarda daha yüksek çıkmasının nedeninin ortaöğretimde var olan alan seçimi ve üniversite sınavından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan araştırma ergenlerin internet oyun oynama bozuklukları ile sınıfları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermektedir. 7. Sınıfa giden ergenlerin internet oyun oynama bozuklukları 12. sınıfa giden ergenlere oranla daha yüksek olarak gözlemlenmiştir. Atak (2020) tarafından oyun bağımlılığı üzerine yapılan araştırma sonuçlarına göre 7. Sınıfa giden ergenlerin oyun bağımlılık düzeyleri diğer sınıflara oranla daha yüksek bulunmuştur. Karabulut (2019) tarafından yapılan araştırmada 9 ve 12. Sınıflar arasında okuyan ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada oyun bağımlılığı ile sınıf arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda 9. sınıf ergenlerin oyun bağımlılık düzeyleri 10 ve 12. sınıflara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Keskin (2019) tarafından yapılan araştırmada ise oyun bağımlılığı ile sınıf arasında anlamlı farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Oyun bağımlılığı ile sınıf arasında var olan anlamlı farklılaşmanın nedeninin alt sınıflarda bulunan ergenlerin boş vakitlerinin daha fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **e). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Oyun Oynama Sürelerine Göre Sonuç ve Tartışması**

Yapılan araştırmada ergenlerin aile yaşam doyumları ile oyun oynama süreleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Literatür taramasına bakıldığında aile yaşam doyumunu ile oyun oynama süreleri arasında yapılmış olan araştırma bulunamamıştır. Oyun oynama süreleri ile aile yaşam doyumunu arasında ilişkinin olmamasının nedeninin ergenlerin oyun oynarken geçirdikleri vakti aile yaşantılarının içerisinde bulunan doğal bir süreç olarak algılamaları olarak düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile oyun oynama süreleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan literatür taramasında akademik kendini engelleme ile oyun oynama süreleri arasında yapılmış olan araştırma bulunamamıştır. Akademik kendini engelleme düzeyi ile oyun oynama süresi arasındaki ilişkinin nedeninin akademik kendini engellemede bulunan sorumlulukları erteleme davranışından oluşan boşluğu eğlenceli şekilde doldurduğu algısından kaynaklandığı düşünülmektedir.

İnternet oyun oynama bozukluğu düzeyi ile oyun oynama süresi arasında yapılan araştırmada anlamlı bir ilişkinin çıktığı bulunmuştur. Koç (2020:92) tarafından oyun bağımlılığı olan ve olmayan normal grupların karşılaştırıldığı araştırma sonuçlarına göre; günlük oyunda geçen ortalama süre, tek oturumda ara verilmeksizin geçen süre ve en uzun oyun oynama süreleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Aras (2020:72) tarafından yapılan araştırmada oyun bağımlılığı toplam puanları ile oyun oynama süreleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Oyun bağımlılığı ile oyun oynama süresi arasındaki ilişkinin nedeninin maruz kalmanın alışkanlıklar ve bağımlılıklardaki etkin rolünden kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **f). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Akademik Başarılarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyumları ile algılanan akademik başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Araştırma sonuçları akademik başarısı yüksek olan ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik başarıları orta ve düşük

olan ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksek olduğunu göstermektedir. Cavga (2019:97) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre aile yaşam doyumu düzeyi ile algılanan akademik başarı düzeyi arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur.

Aile yaşam doyumu ile algılanan akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkinin nedeninin aile yaşamından alınan desteğin etkisi olduğu düşünülmektedir.

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırma sonuçları Akademik başarısı orta olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, yüksek olan ergenlere göre daha yüksektir. Ayrıca akademik başarısı düşük olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, akademik başarısı yüksek ve orta olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yapılan literatür taramasında akademik kendini engelleme ile akademik başarı düzeyleri arasında yapılmış olan araştırma bulunamamıştır.

Akademik kendini engelleme düzeylerinin düşük başarı düzeyine sahip ergenlerde daha çok görülmesinin nedeni düşük başarı durumlarında daha çok karşılaşılan olumsuz dönütlere karşı benlik saygısına gelebilecek olası zararları engelleme güdüsünden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada İnternet oyun bağımlılığı düzeyi ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Pesen ve Şanlı (2018:112) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı yerine getiremediği görevler boyutuyla akademik başarı arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Düşük başarıya sahip öğrencilerin orta ve üst başarı sahiplerine göre daha yüksek oranda bağımlılığa sahip oldukları gözlemlenmiştir.

#### **g). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Yapılan çalışmada aile yaşam doyumu düzeyleri ile anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Cavga (2019:71) tarafından yapılan çalışmada da aynı sonuç bulunmuştur. Aykaç (2019:29) tarafından yapılan çalışmada anne eğitim durumu değişkeni ile aile yaşam doyumu arasında

anlamli farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Alınan eğitimlerin annelik rolüne dair olmadığından kaynaklı olarak eğitim boyutunun aile yaşam doyumunda etkin olmadığı düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada akademik kendini engelleme ile anne eğitim düzeyi arasında anlamli farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Ergenlerin bireysel deneyime önem vermelerinden kaynaklı olarak anne figürünün eğitsel-bilimsel alt yapısının onlara etki etmemesi kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

İnternet oyun bağımlılığı ile anne eğitim durumu arasında anlamli farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Gökçearsan ve Durakoğlu (2014:427) tarafından yapılan araştırmada yüksek lisans eğitim düzeyinde anneye sahip bireylerin oyun bağımlılık düzeyleri daha alt düzeylerde mezuniyete sahip bireylere oranla daha yüksek bulunmuştur. İnternet oyun bağımlılığı ile anne eğitim durumu arasında değil ancak anne farkındalık durumuyla ilişkisi olduğu düşünülmektedir.

#### **h). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Aile yaşam doyumunu ile anne çalışma durumu arasında anlamli ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Aykaç (2019:30) tarafından yapılan çalışmada da benzer sonuç bulunmuştur. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Sonucun nedeni olarak annelerin çalışma ve çalışmama durumlarının kendi içerisinde her iki durumda da olumlu ve olumsuz etkilerin olması olduğu düşünülmektedir.

Akademik kendini engelleme düzeyleri ile anne eğitim düzeyi arasında anlamli ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Akademik kendini engellemenin bireyin var olan duruma yüklediği anlamlardan kaynaklı olması nedeniyle annenin çalışma durumunun etken olmadığı düşünülmektedir.

İnternet oyun bağımlılığı ile anne çalışma durumu arasında anlamli ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma

bulunamamıştır. Araştırma başlangıcında annenin çalışması halinde ergenlerin oyun bağımlılık düzeyinin artacağı düşünülmüştür. Anne çalışma durumunun etken olmamasının nedeni ergenlerin öz kontrol seviyelerindeki farklılaşma olduğu düşünülmektedir.

#### **D). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Annelerinin Tutumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Aile yaşam doyumu ile anne tutumu arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Anneleri otoriter ve aşırı korumacı tutum sergileyen ergenlerin aile yaşam doyumları demokratik tutum sergileyen annelere oranla daha düşük bulunmuştur. Cavga (2019:105) tarafından yapılan araştırmada demokratik tutum sergileyen anneye sahip ergenlerin ilgisiz, otoriter ve aşırı koruyucu anne tutumu sergileyen annelere sahip ergenlere oranla daha yüksek aile yaşam doyumuna sahip olduğu gözlemlenmiştir.

Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Demokratik tutuma sahip annelerin sorunlara yaklaşımı nedeniyle hissedilen aile yaşam doyumunun yüksek çıktığı düşünülmektedir.

Akademik kendini engelleme ile anne tutumu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Anneleri aşırı korumacı tutum sergileyen ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, anneleri demokratik tutum sergileyen ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksektir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Aşırı korumacı tutum sergilenilen durumda ergenlerin olumsuz durumların kendilerine ve annelerine olası zararlarının boyutunun yüksek olacağını düşünerek daha çok akademik kendini engelleme kullandıkları düşünülmektedir.

İnternet oyun bağımlılığı ile anne tutumu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Otoriter ve ilgisiz anne tutumuna sahip ergenlerin demokratik anne tutumuna sahip ergenlere oranla daha yüksek bağımlılık düzeylerine sahip oldukları görülmüştür. Orman ve Arıcak (2019:41) tarafından yapılan araştırmada aşırı dijital oyun oynayan 16-18 yaş arası bireylerin en çok koruyucu ve otoriter anne tutumuna sahip oldukları gözlemlenmiştir. Karacaoğlu (2019:59) tarafından 4. Ve 5. Sınıfa giden

öğrenciler üzerine yapılan araştırmada hoşgörölü-İlgili anne-baba tutumu sahibi olan çocukların bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri kollayıcı-koruyucu olan bireylere oranla daha düşük olduğu bulunmuştur.

Sonuçlara genel olarak bakıldığında baskı ve kuralcı temelli tutumların internet oyun bağımlılık düzeylerini artırdığı düşünölmektedir.

### **i). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyumunu ile baba eğitim durumu arasında anlamlı ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Cavga (2019:80) tarafından yapılan araştırmada da aynı sonuç bulunmuştur.

Literatür taramasında bu iki değışkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Aile yaşam doyumunun çok boyutlu bir kavram olmasından dolayı baba eğitim durumunun tek başına etken olmadığı düşünölmektedir.

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile baba eğitim durumu arasında anlamlı ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değışkene dair başka araştırma bulunamamıştır.

Ergenlerin internet oyun bağımlılığı ile baba eğitim durumu arasında anlamlı farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Göldağ (2018:1301) tarafından yapılan araştırmada araştırmada baba eğitim düzeyi ilkokul, ortaokul ve lise olan ergenlerin bağımlılık düzeyi babaları üniversite mezunu olan ergenlere oranla daha düşük bulunmuştur. Çakıcı (2018:109) yapmış olduğu araştırmada ergenlerin oyun bağımlılığı ve baba eğitim durumu arasında anlamlı farklılaşma olmadığını bulmuştur.

Yapılan literatür taramasında genel olarak anlamlı ilişki çıkmış olduğu görülmesi nedeniyle ergenlerin internet oyun bağımlılığı düzeylerinde baba eğitim durumunun etkin olduğu düşünölmektedir.

### **j). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Çalışma Durumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri ile baba çalışma durumu arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Babaları işçi olan ergenlerin aile yaşam doyumları, babaları memur, esnaf ve diğer çalışma alanlarında olan ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Baba kariyer düzeyinin yüksek olması durumunda aile üyelerinin daha az etkileşim sürelerine sahip olacağı düşünülmektedir. Bu durumun aile yaşam doyumunu olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir.

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile baba çalışma durumları arasında anlamlı farklılaşma olduğu gözlemlenmiştir. Babaları esnaf olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, babaları işçi olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Babanın kariyer düzeyi ve beklentilerinin akademik kendini engellemede etken olduğu düşünülmektedir.

Ergenlerin internet oyun bağımlılığı düzeyleri ile baba çalışma durumları arasında anlamlı farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır.

### **k). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Aile Yaşam Doyumları ve Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin Babalarının Tutumlarına Göre Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri ile baba tutumları arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulunmuştur. Babaları demokratik tutuma sahip olan ergenlerin aile yaşam doyumları, babaları otoriter ve aşırı korumacı tutum sergileyen ergenlerin aile yaşam doyumlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cavga (2019:114) tarafından yapılan araştırmada demokratik baba tutumu gösteren babaya sahip ergenlerin aile yaşam doyumları ilgisiz ve otoriter olanlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Demokratik tutumun ergenlerin aile içi etkileşime olan katkısından kaynaklı olarak aile yaşam doyumunda etken olduğu düşünülmektedir.

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri ile baba tutumları arasında anlamlı farklılaşma olduğu gözlemlenmiştir. Babaları aşırı korumacı olan ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, babaları demokratik tutum sergileyen ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır. Aşırı korumacı tutumun olası sorunların yaşamı olumsuz yönde daha çok etkileyeceği algısını oluşturmasından kaynaklı olarak akademik kendini engellemenin bu grupta daha yüksek çıktığı düşünülmektedir.

Ergenlerin internet oyun bağımlılık düzeyleri ile baba tutumları arasında anlamlı farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür taramasında bu iki değişkene dair başka araştırma bulunamamıştır.

#### **1). Ergenlerin İnternet Oyun Oynama Bozukluğu ile Akademik Kendini Engelleme ve Aile Yaşam Doyumları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde; internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde; akademik kendini engelleme ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Değişkenler arasındaki korelasyonu araştırmış olan çalışma bulunamamıştır.

Sonuçlara bakıldığında internet oyun oynama bozukluğunun aile yaşam doyumuna olumsuz, akademik kendini engellemeyi ise olumlu etkilediği görülmektedir. Ayrıca akademik kendini engellemenin aile yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir.

**m). Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Başka bir ifade ile ergenlerde oluşan oyun bağımlılığının % 7'si aile yaşam doyumunun olmamasından kaynaklanmaktadır

Farklı şekilde bakılacak olursa ergenlerde internet oyun bağımlılığını engellemek için aile yaşam doyumunun iyileştirilmesi fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

**n). Ergenlerin Aile Yaşam Doyumlarının, Akademik Kendini Engelleme Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, akademik kendini engelleme düzeylerini %4 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

Akademik kendini engellemeyi azaltma üzerine yapılacak çalışmalarda aile yaşam doyumunu kavramının da ele alınmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

**o). Ergenlerin Akademik Kendini Engelleme Düzeylerinin, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerindeki artış, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini %7 oranında olumlu olarak etkilemektedir.

İnternet oyun bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalarda akademik kendini engelleme kavramının etken rolü üzerinde durulmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

## **ö). Ergenlerin Aile Yaşam Doyumları ile Akademik Kendini Engelleme Düzeyleri Birlikte, İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Düzeylerini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuç ve Tartışması**

Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, internet oyun oynama bozukluğunu olumsuz yönde, akademik kendini engelleme düzeyleri ise olumlu olarak etkilemektedir. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini %12 oranında etkilemektedir.

İnternet oyun oynama bozukluğunu engelleme üzerinde durulurken aile yaşam doyumu ve akademik kendini engelleme kavramları sürece dahil edilerek daha verimli bir süreç yönetileceği düşünülmektedir.

### **5.2. Sonuçlar**

Ergenlerde aile yaşam doyumu, internet oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sonuçları aşağıdaki gibi sıralanabilir. Çalışmaya dahil edilen öğrencilerin demografik özelliklerden cinsiyet faktörüne bakıldığında aile yaşam doyumu ve internet oyun oynama bozukluğu farklılık göstermektedir.

İnternet oyun oynama bozukluğu erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Aile yaşam doyumunda ise kızların erkeklerden daha yüksek değerlere sahip olduğu gözlemlenmiştir.

Akademik kendini engellemeye bakıldığında cinsiyet bazında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ergenlerin yaş faktörleri incelendiğinde internet oyun oynama bozukluğu, aile yaşam doyumu ve akademik kendini engelleme açısından anlamlı farklılaşmaya sahip olduğu gözlemlenmiştir.

Ergenlerin sınıf faktörü incelendiğinde internet oyun oynama bozukluğu ve akademik kendini engelleme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Ancak aile yaşam doyumu ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Ergenlerin oyun oynama süresine bakıldığında internet oyun oynama bozukluğu ve akademik kendini engelleme düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ancak aile yaşam doyumu ile internet oyun oynama süresi arasında anlamlı farklılık görülmemektedir.

Ergenlerin akademik başarı düzeyi ile internet oyun oynama bozukluğu arasında anlamlı farklılık görülmezken aile yaşam doyumu ve akademik kendini engelleme düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Ergenlerin anne eğitim durumu incelendiğinde aile yaşam doyumu, akademik kendini engelleme ve internet oyun oynama bozukluğu arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ergenlerin anne çalışma durumu incelendiğinde aile yaşam doyumu, akademik kendini engelleme ve internet oyun oynama bozukluğu arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ergenlerin anne tutumu incelendiğinde aile yaşam doyumu, akademik kendini engelleme ve internet oyun oynama bozukluğu arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ergenlerin baba eğitim durumu incelendiğinde aile yaşam doyumu, akademik kendini engelleme ve internet oyun oynama bozukluğu arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ergenlerin baba çalışma durumu incelendiğinde akademik kendini engelleme düzeyi anlamlı farklılık göstermezken internet oyun oynama bozukluğu ve aile yaşam doyumu arasında anlamlı farklılık gözlenmektedir.

Ergenlerin baba tutumu incelendiğinde internet oyun oynama bozukluğu ile anlamlı farklılık göstermezken aile yaşam doyumu ve akademik kendini engelleme düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir.

Değişkenler arasında ilişkiler incelendiğinde ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde; internet oyun oynama bozukluğu ile akademik kendini engelleme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde; akademik kendini engelleme ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Ergenlerin aile yaşam doyumlarının, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamasına ilişkin basit regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı

bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, internet oyun oynama bozukluğunu %7 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

Ergenlerin aile yaşam doyumlarının, akademik kendini engelleme düzeylerini yordamasına ilişkin basit regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumları, akademik kendini engelleme düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları, in akademik kendini engelleme düzeylerindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, akademik kendini engelleme düzeylerini %4 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeylerinin, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamasına ilişkin basit regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında görüldüğü üzere ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin akademik kendini engelleme düzeyleri, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, akademik kendini engelleme düzeylerini %7 oranında olumsuz olarak etkilemektedir.

Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında görüldüğü üzere ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerindeki toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin aile yaşamlarındaki artış, internet oyun oynama bozukluğunu olumsuz yönde, akademik kendini engelleme düzeyleri ise olumsuz olarak etkilemektedir. Ergenlerin aile yaşam doyumları ile akademik kendini engelleme düzeyleri birlikte, internet oyun oynama bozukluğu düzeylerini %12 oranında etkilemektedir.

### 5.3. Öneriler

1. Bu araştırmanın örneklemini, 2018-2019 eğitim öğretim yılında Fatih, Bağcılar ve Küçükçekmece ilçelerinde bulunan ilk ve ortaöğretim kademesinde kamu ve özel okullarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Ülkemizin farklı şehir ve bölgelerine uygulanarak sonuçların tutarlılıklarının karşılaştırılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
2. Kullanılmış olan ölçeklerin alt boyutları sınırlı olduğundan dolayı araştırma sürecine çeşitli değişkenlerin dahil edilmesi araştırmanın daha anlamlı ve kapsamlı olmasını sağlayacağı düşünülmektedir.
3. Aile yaşam doyumu kavramı üzerine yapılan araştırmalar sınırlı olarak gözlemlenmiştir. Ülke genelinde aile yaşam doyumuyla farklı kavramlar arasında araştırmalar yapıp bu kavramın yaşama olumsuz etkileri ortaya konularak önlemler alınabileceği düşünülmektedir.
4. Öğrenci ve eğitimcilerin akademik kendini engelleme kavramı üzerindeki farkındalık ve bilgilerinin sınırlı olduğu düşünülmektedir. Kavramla ilgili araştırmalar farklı meslek ve öğrenim gruplarında gerçekleştirilerek sonuçların çeşitlendirilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.
5. Akademik kendini engelleme konusunda okul psikolojik danışmanlık ve rehberlik servislerince ölçekler uygulanıp öğrencilerde farkındalık oluşturulmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
6. İnternet oyun oynama bozukluğu kavramı değerlendirildiğinde yaşamın birçok farklı alanıyla ilişkili olduğu gözlemlenmektedir. Bu kavramın yaşamımızda vazgeçilemez bir alana sahip olduğu düşünüldüğünde internet oyun oynama bozukluğunu önleyici uygulamalar ve doğru kullanıma özendirici çalışmaların yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Abacı, R., Akın, A. (2011). *Kendini sabotaj: İnsanoğlunun sınırlı doğasının bir sonucu*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Abalı, O. (2018). *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Yaklaşım*. İstanbul: Adeda Yayıncılık.
- Açıkel Gülel, E., Daşbaş, S. (2019). Suça Sürüklenmiş Erkek Çocuklarda Aile Aidiyeti Ve Yaşam Doyumu İlişkisi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(3), 965-987.
- Acun-Kapıkıran, N., Körükcü, Ö., Kapıkıran, Ş. (2014). Erken Ergenlikte Anne-baba Tutumlarının Yaşam Doyumu ve Depresyonla İlişkisi: Benlik Saygısının Aracılık Rolü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(4), 1237-1252.
- Adanır, A. S., Doğru, H., Özatalay, E. (2016). Oyuna adanmış yaşam: Bir olgu sunumu üzerinden internet oyun oynama bozukluğuna kısa bir bakış. *Türk Aile Hekimleri Dergisi*, 20(2), 85-90.
- Adler, A. (2016). *İnsanı Tanıma Sanatı* (16 b.). (K. Şipal, Çev.) İstanbul: Say Yayınları
- Aksaç, A. S. (2004). Ergenlerde Stresle Başa Çıkma Tarzları ile Cinsiyet Arasındaki İlişki. *Türk Psikoloji Bülteni*(34-35), 164-170.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısall ve sayımsal el kitabı (DSM-V)* (5. basım b.). (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı* (Beşinci Baskı(DSM-5) b.). (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anlı, G., Taş, İ., Güneş, Z., Yazgı, Z., Sevinç, H. (2018). Akademik Kendini Engelleme Ölçeği'ni Türkçeye Uyarlama Çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(15), 1198-1217.
- Aras, S. (2019). *Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Ailedeki Koruyucu Etkenler ve Kişisel Özellikler Açısından İncelenmesi (Bursa İli Örnekleme)*. Yüksek

Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı,  
Afyonkarahisar.

Arıcak, T. (2015). *Siber Alemen Avatar Çocukları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Aslan, A. (2002). Değişen toplumda aile ve çocuk eğitiminde sorunlar. *Ege Eğitim Dergisi*, 25-33.

Atak, F. (2020). *10-14 Yaş Arasındaki Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığı İle Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.

Atamtürk, E., Çalık-Var, E., Gökler, R. (2020). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları ve Akademik Erteleme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*(1(1)), 1-20.

Ayas, T. (2012). Lise öğrencilerinin internet ve bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin utangaçlıkla ilişkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 627-636.

Aykaç, M. (2019). *Aile Yaşam Doyumuyla Çocuk Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Antalya.

Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk İletişim Dergisi*, 6 (1), 5-22.

Barraca, j., Yarto, L. L., Diaz, J. O. (2012). Psychometric Properties of A New Family Life Satisfaction Scale. *European Journal of Psychological Assessment*(16(2)), 98-106.

Barutçu Yıldırım, F., Demir, A. (2017). Kendini Engellemenin Yordayıcıları Olarak Öz Saygı, Öz Anlayış ve Akademik Özyeterlilik. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 676-701.

- Baumeister, R. F. (1997). Esteem threat, self-regulatory breakdown, and emotional distress. *Review of General Psychology*, 145-174.
- Baumeister, R. F., & Twenge, J. M. (2003). The social self. In M. J. Lerner (Volume Ed.). *Handbook of psychology: Personality and social psychology* (s. 327-352). içinde New Jersey: John Wiley & Sons.
- Bayhan, P., Işıtan, S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Aile ve Toplum*, 33-44.
- Berglas, S., Jones, E. (1978). Drug choice as a self-handicapping strategy in response to noncontingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(4), 405-417.
- Berglas, S., Jones, E. E. (1978). Drug choice as a self-handicapping strategy in response to. *Journal of Personality and Social Psychology*, 405-417.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Can-Bilgin, H. (2015). *Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Denizli
- Cavendish, S. (2004). Self-efficacy and use of self-regulated learning strategies and academic self-handicapping among students with learning disabilities. *Wayne State University*, Unpublished doctoral dissertation.
- Cavga, Z. (2019). *Lise Öğrencilerinde Aile Yaşam Doyumu ile Psikolojik Dayanıklılık ve Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Cevizci, A. (2011). *Eğitim Felsefesi*. İstanbul: Say Yayınları.

- Cömert, I. T., Kayıran, S. M. (2010). Çocuk ve Ergenlerde İnternet Kullanımı. *Çocuk Dergisi*, 10 (4), 166-170.
- Çakıcı, G. (2018). *Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Öfkeyi İfade Etme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul
- Çat, F. B. (2019). Ergenlerde Heyecan Arayışının Çeşitli Değişkenler Bağlamında İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi* .
- Çavuş, S., Ayhan, B., Tuncer, M. (2016). Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*(43), 265-289.
- Çelebi, B., Yazıcı-Çelebi, G. (2018). Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Erciyes Journal of Education*, 2(2), 1-15.
- Çiftçi Arıdağ, N., Ünsal Seydooğulları, S. (2019). Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Yılmazlık Düzeylerinin AnneBaba Tutumlarıyla İlişkisi Açısından İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(4), 1037-1060.
- Çivitci, A. (2009). İlköğretim Öğrencilerinde Yaşam Doyumu: Bazı Kişisel ve Ailesel Özelliklerin Rolü. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, XXII(1), 29-52.
- Çok, F. (1994). Gelişim psikolojisi: Ergenlik ve yetişkinlik. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 905-935.
- Demirbozan, N. (2015). *Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığının Anne Baba Tutumu ve Benlik Saygısı İle İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul
- Demos, J., Demos, V. (1989). Tarihsel açıdan ergenlik. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 755-768.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Buletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. (2009). Subjective Well Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. C. Snyder, & S. Lopez içinde, *Oxford Handbook of Positive Psychology* (s. 187-194). Newyork: Oxford University Press İnc.
- Dikmen , A. (1995). İş doyumunu ve yaşam doyumunu ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi*, 117-119.
- Dinç, M. (2016). *İnternet Bağımlılığı "Ne Bilmeliyiz, Ne Yapmalıyız?"*. İstanbul: Yeşilay Yayınları.
- Doğan, A. (2013). İnternet bağımlılığı yaygınlığı(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylöl Üniversitesi, İzmir.
- Doğan, İ. (2007). *Vatandaşlık, Demokrasi ve İnsan Hakları*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2015). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati* (54 b.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dursun, A., Eraslan-Çapan, B. (2018). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Psikolojik İhtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140.
- Dursun, A., Özkan, M. (2019). Ergenlerin Gelecek Kaygıları ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkide Yaşam Doyumunun Aracı Rolü. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 23-37.
- Erdur-Baker, Ö., Doğan, T. (Dü). (2016). *Kriz Danışmanlığı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ergün, M. (1994). *Eğitim sosyolojisi* . Ankara: Ocak Yayınları.
- Ergün, M. (2015). *Eğitim Felsefesi*. Ankara: Pegem Akademi.

- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres Ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, VI (II), 20-37.
- Eryılmaz, A. (2010). Aile Yapısı Ergeni Mutlu Eder mi? *Aile ve Toplum*, 6(22), 21-30.
- Ferrari, J. R. (1992). Procrastination in the Workplace: Attributions for Failure Among Individuals with Similar Behavioral Tendencies. *Personality and Individual Differences*, 13 (3), 315-319.
- Flamm, A. (2006). When Thinking It Means Doing It: Prefactual Thought In Self-handicapping Behavior. *Doctoral dissertation*. Konstanz, Almanya: Universität Konstanz Mathematisch-Naturwissenschaftliche Sektion Fachbereich Psychologie.
- Gardner, H. (2018). *Eğitilmemiş Zihin*. (M. Ö. Kasımoğlu, Çev.) İstanbul: Alfa Bilim.
- Geçtan, E. (1988). *Çağdaş Yaşam ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabev.
- Gezer, H. (2019). *Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Oyun Bağımlılığı İle Anksiyete ve Empatik Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi; Sancaktepe Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Bağımlılık ve Adli Bilimler Enstitüsü Adli Bilimler Anabilim Dalı, İstanbul
- Goleman, D. (2018). *Duygusal Zeka*. (B. S. Yüksel, Çev.) İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gökçearslan, Ş., Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 419-435.
- Göldağ, B. (2018). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Demografik Özelliklerine Göre İncelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- Gül, S., Güneş, İ. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 80-81.

- Güler , N. (2011). *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme*. Ankara: Pegem Akademi.
- Güvendi, B., Tekkurşun-Demir, G., Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Saldırganlık. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1194-1217.
- Hallaç, S., Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 142-153.
- Hazar , Z., Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., & Türkeli, A. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- Horzum, M. B., Ayas, T., Balta, Ö. Ç. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* , 76-88.
- Kapıkıran, Ş. (2012). Ergenlerde Olumsuz Otomatik Düşünceler ve İçsel Güdülenme Arasındaki İlişkinin Aracı ve Farklılaştırıcısı Olarak Başarı Yönelimi ve Kendini Engelleme Davranışlarının Sınanması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 695-711.
- Karabulut, B. (2019). *Ortaöğretim Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Şiddet Eğilimi İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Gaziantep.
- Karaca, S., Gök, C., Kalay, E., Başbuğ, M., Hekim, M., Onan, N., Ünsal Barlas, G. (2015). Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Anksiyetenin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 14-19.
- Karacaoğlu, D. (2019). *Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ile Aile İlişkileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

- Karaduman, B., Kilmen, S. (2018). Sınav Stresi Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması ve Ölçme Değişmezliğinin İncelenmesi. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 9(2), 101-115.
- Karagülle, A. E., Çaycı, B. (2014). Ağ toplumunda sosyalleşme ve yabancılaşma. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 1-9.
- Kavaklı, A. E., Saygılı, S. (2019). *Beyin Gücünü Etkili Kullanma Sanatı* (23 b.). İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Kaya, C., Uzunoğlu, S. (2003). *Çocuklar Ne İster Anne Baba ve Çocuklara özel*. İstanbul: Kariyer Yayıncılık.
- Keskin, B. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı İle Psikolojik Sağlık ve Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Khan, S. (2014). *Dünya Okulu*. (C. Akaş, Çev.) İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Koç, A.K. (2020). *Lise ve Üniversite Öğrencilerinde İnternet Oyun Bağımlılığı Sıklığı ve Etkili Faktörler*. Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim, Ankara.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 232.
- Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Tellioglu, N., Genç, Y., Mirsal, H., Beyazyürek, M. (2006). Problemlerli İnternet Kullanımıyla Başvuran İki Uçlu Bir Hasta Nedeniyle Psikiyatrik Ek Tanı Tartışması: Olgu Sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 7(3), 150-154.
- Köse, N. (2016). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yaşam Doyumuna Etkisi. *Elektronik Mesleki Gelişim Ve Araştırma Dergisi*, 1, 15–23.
- Kulaksızoğlu, A. (1989). Aile İçi İlişkiler ve Ergen. *Yaşadıkça Eğitim*(8), 19-22.

- Kulaksızoğlu, A. (1995). *Aile Eğitim Kılavuzları 5 ocuğun Eğitimi (Ergenlik Dönemi)*. İstanbul: Seha Neşriyat.
- Kulaksızoğlu, A. (2015). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Kuzucu, Y., Özdemir, Y. (2013). Ergen Ruh Sağlığının Anne ve Baba Katılımı Açısından Yordanması. *Eğitim ve Bilim*, 38(168), 96-112.
- Leary, M. R., Shepperd, J. A. (1986). Behavioral self-handicaps versus self-reported handicaps: A conceptual note. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), s. 1265-1268.
- Leung , J., Leung, K. (1992). life satisfaction, self-concept, and relationship. *Journal Of Youth And Adolescence*, 653-655.
- Mavili Aktaş, A. (2004). Aile terapisinde sosyal hizmet yaklaşımı. *Sosyal Politika alışmaları Dergisi*, 1-10.
- Midgley, C., Urđan, T. (2001). Academic self-handicapping and achievement goals: A further examination. *Contemporary Educational Psychology*, 26, 61-75.
- Montessori, M. (1997). *ocuk Eğitimi Montessori Metodu*. (G. Yücel, ev.) İstanbul: Özgür Yayınları.
- Morsünbül, Ü. (2020). Benlik Kurgularının Ergenlerin Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerine Olan Etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(2), 18-26.
- Mustafaoğlu, R., Yasacı, Z. (2018). Dijital Oyun Oynamanın ocukların Ruhsal ve Fiziksel Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 51-58.
- Orman, N. K., Arıcak, O. T. (2019). Aşırı dijital oyun oynama davranışında anne tutumu ve benlik kontrolünün etkisi. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 40-42.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve İnternetle Başa ıkmak* . İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

- Öncel, M., Tekin, A. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık Durumlarının İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 7-17.
- Özdemir, Ş., Vatandaş, C., Torlak, Ö. (2009). Sosyal Problemleri Çözmede Aile Yaşam Döngüsünün Önemi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 16(16), 7-10.
- Özen, Y. (2015). *Sorumluluk Eğitimi*. Ankara: Vize Basın Yayın.
- Özgüngör, S., Oral, T., Karababa, A. (2015). Ergenlerde Başarı Amaç Yönelimleri, Cinsiyet ve Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyinin Yaşam Doyumunu Yordama Gücü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28 (1), 75-95.
- Öztürk, M. O., Uluşahin, N. A. (Ankara). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. 2018: Bayt Yayınları.
- Pesen, A., Şanlı, T. (2018). Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Düzeyinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Online Academic Journal of Information Technology*, 9(34), 105-117.
- Piaget, J., Inhelder, B. (2017). *Çocuk Psikolojisi*. (O. Türkay, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Sapmaz, F., Doğan, T. (2012). Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-69.
- Sayar, K. (2018). *Yavaşla*. İstanbul: Kapı Yayınları.
- Sayar, K. (2019). *Özgürlüğün Baş Dönmesi*. İstanbul: Kapı Yayınları.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R., Funder, D. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis. *Personality & social psychology bulletin*, 30(8), 1062-1075.
- Seminara, S. B., Messenger, S., Chatzidaki, E. E., vd. (2003). The GPR54 Gene as a Regulator of Puberty. *New England Journal of Medical*, 349(17), 1614-1627.

- Sezer, Ö., Turğut, E. (2019). Ergenlerde Şükran, Yaşam Amaçları ve Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 1463-1491.
- Sinanoğlu, F. (2002). Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi. *Eğitim ve Bilim*, 27(123), 62-63.
- Soule, L. C., Shell, L. W., Kleen, B. A. (2003). Exploring Internet Addiction: Demographic Characteristics and Stereotypes of Heavy Internet Users. *The Journal of Computer Information Systems*, 44(1), 64-73.
- Spielberger, C. D. (Dü.). (1972). *Theory and Research in Anxiety*. New York: Academic Press.
- Suak, S. (2019). *Lisede Okuyan Öğrencilerde Dijital Oyun Bağımlılığı, Aleksitimi Karakter Özelliği ve Gözlerden Zihin Okuma Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Şakiroğlu, M., Poyraz Akyol, C. (2018). *Çocukları Sanal Dünyada(n) Koruma Kılavuzu*. İstanbul: Hayykitap.
- Şanlı, N., Tokyürek, Ş., Güngen, Y. (2002). *Ev Ve Ailede Yaşam Yönetimi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Şimşek, N., Akça, N. K., Şimşek, M. (2015). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve internet bağımlılığı. *TAF preventive medicine bulletin*, 14(1), 7-14.
- Tarhan, N. (2010). *Aile Okulu Mutlu Aile İçin Makul Çözümler* (14 b.). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taş, İ., Güneş , Z. (2018). 8-12 Yaş Arası Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı, Aleksitimi, Sosyal Anksiyete, Yaş ve Cinsiyetin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 22, 83-92.
- Taş, İ., Sevinç, H. (2019). Çocuklarda Aleksitimi, Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişki: Bir Yapısal Eşitlik Modellemesi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(3), 271-288.

- Taşdelen-Karçkay, A. (2016). Family Life Satisfaction Scale—Turkish Version: Psychometric Evaluation. *Social Behavior And Personality*, 44(4), 631–640.
- Telef, B. B. (2013). Ergenlerin Yaşam Doyumlarının ve Psikolojik Semptomlarının İncelenmesi. *Yeni Symposium Journal*, 51(1), 3-12.
- Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives. *Journal of Personality and Social*, 60(5), 711-725.
- Tice, D. M. (2007). Self handicapping. In F. B. Roy, & D. V. Kathleen (Eds.). *Encyclopedia of social psychology (pp. 830-831)*, s. California: SAGE.
- Tuğrul, B., Ertürk, H. G., Altinkaynak, Ş. Ö., & Güneş, G. (2014). Oyunun Üç Kuşaktaki Değişimi. *The Journal of Academic Social Science Studie*, 27, 1-16.
- Türk Dil Kurumu*. (2019, Şubat 19). Türk Dil Kurumu: <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı
- Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. (2020, Nisan 1). <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı
- Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. (2020, 06 17). <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı
- Türkel, Z., Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı, Yalnızlık Ve Yaşam Doyumu Arasındaki Yordayıcı İlişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.
- Türnüklü, A., Şahin, İ. (2004). 13-14 Yaş Grubu Öğrencilerin Çatışma Çözme Stratejilerinin İncelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 18(1), 45-61.
- Uz Baş, A., Yurdabakan, İ. (2017). Psikolojik Sağlık ve Okul İkliminin Ortaokul Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordama Gücü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(41), 202-214.
- Üzbe, N., Bacanlı, H. (2015). Başarı Hedef Yönelimi, Benlik Saygısı Ve Akademik Başarının Kendini Engellemeyi Yordamadaki Rolü. *Journal of Turkish Educational*, 13(1), 33-50.

- World Health Organization.* (2020, Haziran 12). <https://www.who.int/news-room/detail/03-02-2020-the-changing-world-of-adolescent-sexual-and-reproductive-health-and-rights> adresinden alındı
- Yalom, I. D. (2018). *Varoluşçu Psikoterapi.* (Z. Babayiğit, Çev.) İstanbul: Pegasus Yayınları.
- Yavuzer, H. (2013). *Çocuk Psikolojisi.* İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (Dü.). (2014). *Evlilik Okulu* (10 b.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H., Köknel, Ö., Kulaksızoğlu, A., Ayhan, H., Dodurgalı, A., & Ekşi, H. (2011). *Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları* . İstanbul: Timaş.
- Yay, M. (2017). *Dijital Ebeveynlik.* İstanbul: Yeşilay Yayınları.
- Yayman, E. (2019). *Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Oyun Bağımlılığı ve Aile İşlevleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri.* İstanbul: Bağlam yayıncılık.
- Yöndem, Z. (2006). *Kişilik Dinamikleri ve Stresle Başa Çıkma.* İstanbul: Morpa Yayınları.

# EKLER

## EK-1: Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 18/12/2018-E.4470



Sayı : 20292139-050.01.04  
Konu : Etik Kurul Kararı

**Sayın İbrahim Halil ŞİMŞEK**  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

Kurulumuz 06.12.2018 tarihinde toplanarak, "Ergenlerde Aile Yaşam Doyumu, Oyun Bağımlılığı ve Akademik Kendini Engelleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanızda kullanmak üzere Kurula sunmuş olduğunuz Etik Kurul Onay Formunu imza altına almıştır. Onaylanan Etik Kurul Onay Formu ekte yer almaktadır.  
Bilgilerinizi rica ederim.

**e-imzalıdır**  
Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

**Ek:** Etik Kurul Onay Formu (2 sayfa)



Evrakı Doğrulamak İçin : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/K464VP>


Adres : Halkalı Caddesi No: 2 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon No : 444 97 98 Faks No: +90 (212) 693 82 29  
E-Posta : bilgi@izu.edu.tr İnternet Adresi: www.izu.edu.tr  
Kep : izu@hs01.kep.tr

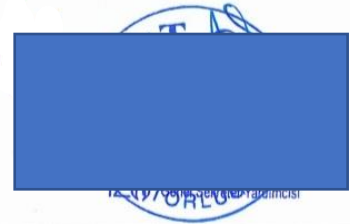
Ayrıntılı Bilgi : Yurdağül TAŞ  
Unvan : Uzman  
Tel : 2126929642



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

06.12.2018 tarihli ve 2018/07 sayılı Etik Kurul Kararı ekidir.

 İstanbul Zaim Üniversitesi	<b>İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ ETİK KURULU</b>	
<b>ARAŞTIRMA ETİK KURUL ONAY FORMU</b>		
<b>Tarih:</b>	06.12.2018	
<b>Sayı:</b>	2018/07	
<b>Ekler:</b>	EK1: Aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme ölçeklerinden oluşan arkalı-önlü bir sayfa anket formu.	
<b>Yer:</b>	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Yazı İşleri Müdürlüğü	
<b>İlgi:</b>	Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nün 31.10.2018 tarihli ve 5748 sayılı yazısı.	
<b>Katılımcılar:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Prof. Dr. Nasuh USLU Kurul Başkanı/Rektör Yardımcısı</li><li>2. Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ Üye/Dekan V.</li><li>3. Prof. Dr. Mehmet KUTLU Üye/Dekan V.</li><li>4. Prof. Dr. Mustafa ATEŞ Üye/Dekan V.</li><li>5. Prof. Dr. Ömer ÇAHA Üye/Müdür V.</li><li>6. Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU Üye/Öğretim Üyesi</li><li>7. Bilal ŞAMAT Üye/Hukuk Müşaviri</li></ol>	
Planlanan araştırma önerisi özeti aşağıdaki gibidir.		
<b>Araştırmanın Başlığı:</b>	İstanbul ilinde bulunan milli eğitim bakanlığına bağlı özel, devlet okullarının lise ve ortaokul kademelerinde okuyan öğrencilere gönüllülük ve gizlilik esasına dayanan "ergenlerde aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesi" çalışmasını gerekli kurumlardan, öğrenci velisinden ve öğrenciden izin alarak araştırma yapmak.	
<b>Araştırmacılar ve adres bilgisi:</b>	Sosyal Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi İbrahim Halil ŞİMŞEK	
<b>Araştırmanın Süresi (ay):</b>	Toplam 12 ay	
<b>Araştırmanın Amacı:</b>	Ergenlerde aile yaşamı, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engellenmenin incelenmesi	
<b>Araştırmada Kullanılacak Ölçme Araçları (adları):</b>	Aile yaşam doyumu ölçeği Akademik kendini engelleme ölçeği Oyun bağımlılığı ölçeği	
<b>Araştırmaya Katılacak Denek Sayısı ve Nereden Seçileceği:</b>	300-400 arasında katılımcı beklenmektedir. İstanbul ilinde bulunan devlet ve özel okulların 7, 8, 9, 10, 11, 12 sınıflarında okuyan öğrenciler.	
<b>Araştırmada Deneklerin Nasıl Seçileceği:</b>	İl milli eğitim müdürlüğünün, okuduğu okulun, ailesinin ve kendisinin izni alınan ortaokul ve lise öğrencilerinden seçilecektir.	
<b>Uygulamanın veya Ölçeklerin Doldurma Süresi</b>	Ortalama 15 (dk)	



06.12.2018 tarihli ve 2018/07 sayılı Etik Kurul Kararı ektir.

KARAR	ARAŞTIRMA İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİNİN ETİK DURUŞUNA AYKIRI DEĞİLDİR.
-------	--

**Tarih:** 06.12.2018

**Sayı:** 2018/07

**İlgi:** Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nün 31.10.2018 tarihli ve 5748 sayılı yazısı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu tarafından hazırlanmıştır.

**Başkan**  
Prof. Dr. Nasuh USLU

**Üye**  
Prof. Dr. Ömer ÇAHA

**Üye**  
Prof. Dr. Mustafa ATEŞ

**Üye**  
Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ

**Üye**  
Prof. Dr. Mehmet KUTLU

**Üye**  
[Redacted] OĞURTÇU

**Üye**  
Av. Bilal ŞAMAT

**ASLI GIBİDİR**

## EK-2: Katılımcı Bilgilendirme, Onay Formu ve Ölçekler

Sayın Veli, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü olarak yüksek lisans tezi kapsamında” Ergenlerde Aile Yaşam Doyumu, Oyun Bağımlılığı ve Akademik Kendini Engelleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tezi yürütmekteyiz. Araştırmamızın amacı ve gerekçesi ergenlerde aile yaşam doyumunun, internet oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme ilişkisi üzerinde rolü olup olmadığını saptamak yaş ve cinsiyet gibi demografik özelliklerin bu dinamikleri nasıl etkilediğini öğrenmek için yapılacaktır. Bu amaçla çocuklarınızın ve sizin bazı anketleri doldurmanıza ihtiyaç duymaktayız. Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır.

Bu çalışma, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında yapılan bilimsel bir araştırma için veri toplamayı amaçlamaktadır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma sizden kimlik belirleyici herhangi bir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamen gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilerek elde edilecek bilgiler bilimsel yayınlar kapsamında kullanılacaktır.

Ölçekler, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendini rahatsız hissederseniz ölçekleri cevaplamayı bırakıp çalışmayı sonlandırmakta serbestsiniz. Araştırma ve ölçeklerle ilgili gerekli bilgiler araştırmacılar tarafından size açıklanacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için .....mail adresinden bizimle iletişim kurabilirsiniz.

**Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.**

Tarih: ...../...../.....

Katılımcının İmzası: .....

.....

Vasisinin Onayı :

Bilimsel bir araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan bu formda çeşitli sorular bulunmaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyup formda yer alan tüm soruları doğru ve samimi bir şekilde cevaplayınız. Hiç maddeyi boş bırakmayınız ve her bir madde için sadece bir seçeneği işaretleyiniz.

**Katkılarınız için teşekkürler.**

Adınız- Soyadınız: \_\_\_\_\_ Yaşınız: \_\_\_\_\_ Sınıfınız: \_\_\_\_\_  
Cinsiyetiniz: \_\_\_\_\_

**Bir günde (bilgisayar/dizüstü bilgisayar, oyun konsolu veya diğer elektronik cihazlar örneğin; cep telefonu, tablet) hem internette hem de internete bağlı olmadan oynanabilen her türlü oyunla geçirdiğiniz sürenin miktarı ?**

0-1 saat ( ) 1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6 saat ve üstü ( )

**Akademik başarı açısından kendinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?** a) Yüksek ( ) b) Orta düzey ( ) c) Düşük ( )

**Annenizin eğitim durumu nedir?** a) Okur-yazar değil ( ) b) İlkokul ( ) c) Ortaokul ( ) d) Lise ( ) e) Üniversite ( ) f) Lisansüstü ( )

**Annenizin çalışma durumu nedir?** a) Ev hanımı ( ) b) İşçi ( ) c) Memur ( ) d) Esnaf ( ) e) Diğer.....

**Annenizin size karşı tutumu nasıldır ?** Otoriter ( ) Aşırı korumacı ( ) İlgisiz ( ) Demokratik ( )

**Babanızın eğitim durumu nedir?** a) Okur-yazar değil ( ) b) İlkokul ( ) c) Ortaokul ( ) d) Lise ( ) e) Üniversite ( ) f) Lisansüstü ( )

**Babanızın çalışma durumu nedir?** a) İşçi ( ) b) Memur ( ) c) Esnaf ( ) d) Diğer.....

**Babanızın size karşı tutumu nasıldır ?** Otoriter ( ) Aşırı korumacı ( ) İlgisiz ( ) Demokratik ( )

### Açıklama:

Aşağıda, geçen 1 yıl içerisindeki (son 12 ay) oyun faaliyetlerinizle ilgili sorular bulunmaktadır. Oyun faaliyetiyle bilgisayar/dizüstü 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.

No	Maddeler	Asla	Nadir	Bazen	Sık	Çok sık
1	Zihninizi sürekli oyun oynamayla meşgul mü? Örneğin; sonraki oyunu sabırsızlıkla bekliyor musunuz? veya sonraki oyunda ne olacağını tahmin etmeye çalışıyor musunuz? Oyun oynamanın günlük hayatınızdaki en önemli etkinlik haline geldiğini düşünüyor musunuz?					
2	Oyun oynamayı azaltmaya veya bırakmaya çalıştığınızda kendinizi daha sinirli, endişeli ve üzgün hissediyor musunuz?					
3	Oyuna doymak veya oyundan keyif alabilmek için oyun oynayarak geçirdiğiniz zamanı arttırma ihtiyacı hissediyor musunuz?					
4	Oyun oynama etkinliğinizi kontrol etmeye veya bırakmaya çalıştığınızda sürekli olarak başarısız oluyor musunuz?					
5	Oyunla meşgul olduğunuz için daha önceki hobilerinize ve diğer eğlence amaçlı etkinliklerinize olan ilginizi kaybettiniz mi?					
6	Oyun oynamanın diğer insanlarla sizin aranızda sorunlara neden olduğunu bildiğiniz halde oyun oynamaya devam ettiniz mi?					
7	Oyun oynama sürenizle ilgili ailenize, psikoloğa, rehber öğretmene veya başkalarına doğruyu söylemediğiniz oldu mu?					
8	Olumsuz duygularınızdan (örneğin çaresizlik, suçluluk, kaygı) geçici de olsa kaçmak veya rahatlamak için oyun oynar mısınız?					
9	Oyun etkinlikleriniz yüzünden önemli bir ilişkiyi, işi, eğitim veya kariyer fırsatını tehlikeye attınız mı veya kaybettiniz mi?					

Aşağıda “**Evde ailem ile birlikte olduğum zamanlar, genellikle kendimi .....hissederim**” cümlesinde ki boşluğu tamamlamanız için yirmi yedi maddede ikili ifadeler verilmiştir. Her bir madde için ikili ifadelerden (**Örneğin1. maddedeki mutlu/mutsuz**) sizin için uygun olan **bir tanesini seçiniz** ve seçtiğiniz bu ifadenin size göre derecesini “**tamamen**”, “**oldukça**” **ya da “biraz” seçeneklerinden bir tanesini** işaretleyerek gösteriniz.

**ÖRNEĞİN**, birinci maddeye cevabınız “Evde ailem ile birlikte olduğum zamanlar, genellikle kendimi **BİRAZ , MUTSUZ** hissederim ise aşağıdaki şekilde işaretleyerek, ikinci maddeye geçiniz.

	Tamamen	Oldukça	Biraz	Biraz	Oldukça	Tamamen																																																																																																																																																																																																					
1.mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	mutsuз																																																																																																																																																																																																				
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Oldukça</th> <th>Biraz</th> <th>Tamamen</th> <th>Biraz</th> <th>Oldukça</th> <th>Tamamen</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. mutlu</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>mutsuз</td> </tr> <tr> <td>2.yalnız</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>birlikte</td> </tr> <tr> <td>3.neşeli</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>neşesiz</td> </tr> <tr> <td>4. teselli bulmuş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>teselli bulmamış</td> </tr> <tr> <td>5. anlaşılmış</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>anlaşılmamış</td> </tr> <tr> <td>6.huzurlu</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>huzursuz</td> </tr> <tr> <td>7.hoşnutsuz</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>hoşnut</td> </tr> <tr> <td>8.güvensiz</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>güvenli</td> </tr> <tr> <td>9.keyifli</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>keyifsiz</td> </tr> <tr> <td>10.memnun</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>memnuniyetsiz</td> </tr> <tr> <td>11.engellenmiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>engellenmemiş</td> </tr> <tr> <td>12.cesaretlendirilmiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>cesaretlendirilmiş</td> </tr> <tr> <td>13.desteklenmemiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>desteklenmiş</td> </tr> <tr> <td>14.rahatsız</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>rahat</td> </tr> <tr> <td>15.yorgun</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>hafiflemiş</td> </tr> <tr> <td>16. saygı görmemiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>saygı görmüş</td> </tr> <tr> <td>17.gevşemiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>gergin</td> </tr> <tr> <td>18.dışlanmış</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>ait</td> </tr> <tr> <td>19.telaşlı</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>telaşsız</td> </tr> <tr> <td>20.sakin</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>tedirgin</td> </tr> <tr> <td>21. saldırıya uğramış</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>korunmuş</td> </tr> <tr> <td>22.sevinçli</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>üzgün</td> </tr> <tr> <td>23.özgür</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>kısıtlanmış</td> </tr> <tr> <td>24.takdir edilmiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>takdir edilmemiş</td> </tr> <tr> <td>25.uzak</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>yakın</td> </tr> <tr> <td>26.teşvik edilmiş</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>teşvik edilmemiş</td> </tr> <tr> <td>27.kötü</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td>İyi</td> </tr> </tbody> </table>								Oldukça	Biraz	Tamamen	Biraz	Oldukça	Tamamen		1. mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	mutsuз	2.yalnız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	birlikte	3.neşeli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	neşesiz	4. teselli bulmuş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	teselli bulmamış	5. anlaşılmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	anlaşılmamış	6.huzurlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	huzursuz	7.hoşnutsuz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	hoşnut	8.güvensiz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	güvenli	9.keyifli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	keyifsiz	10.memnun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	memnuniyetsiz	11.engellenmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	engellenmemiş	12.cesaretlendirilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	cesaretlendirilmiş	13.desteklenmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	desteklenmiş	14.rahatsız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	rahat	15.yorgun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	hafiflemiş	16. saygı görmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	saygı görmüş	17.gevşemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	gergin	18.dışlanmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ait	19.telaşlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	telaşsız	20.sakin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	tedirgin	21. saldırıya uğramış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	korunmuş	22.sevinçli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	üzgün	23.özgür	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	kısıtlanmış	24.takdir edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	takdir edilmemiş	25.uzak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	yakın	26.teşvik edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	teşvik edilmemiş	27.kötü	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	İyi
Oldukça	Biraz	Tamamen	Biraz	Oldukça	Tamamen																																																																																																																																																																																																						
1. mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	mutsuз																																																																																																																																																																																																					
2.yalnız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	birlikte																																																																																																																																																																																																					
3.neşeli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	neşesiz																																																																																																																																																																																																					
4. teselli bulmuş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	teselli bulmamış																																																																																																																																																																																																					
5. anlaşılmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	anlaşılmamış																																																																																																																																																																																																					
6.huzurlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	huzursuz																																																																																																																																																																																																					
7.hoşnutsuz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	hoşnut																																																																																																																																																																																																					
8.güvensiz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	güvenli																																																																																																																																																																																																					
9.keyifli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	keyifsiz																																																																																																																																																																																																					
10.memnun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	memnuniyetsiz																																																																																																																																																																																																					
11.engellenmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	engellenmemiş																																																																																																																																																																																																					
12.cesaretlendirilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	cesaretlendirilmiş																																																																																																																																																																																																					
13.desteklenmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	desteklenmiş																																																																																																																																																																																																					
14.rahatsız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	rahat																																																																																																																																																																																																					
15.yorgun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	hafiflemiş																																																																																																																																																																																																					
16. saygı görmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	saygı görmüş																																																																																																																																																																																																					
17.gevşemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	gergin																																																																																																																																																																																																					
18.dışlanmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ait																																																																																																																																																																																																					
19.telaşlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	telaşsız																																																																																																																																																																																																					
20.sakin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	tedirgin																																																																																																																																																																																																					
21. saldırıya uğramış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	korunmuş																																																																																																																																																																																																					
22.sevinçli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	üzgün																																																																																																																																																																																																					
23.özgür	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	kısıtlanmış																																																																																																																																																																																																					
24.takdir edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	takdir edilmemiş																																																																																																																																																																																																					
25.uzak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	yakın																																																																																																																																																																																																					
26.teşvik edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	teşvik edilmemiş																																																																																																																																																																																																					
27.kötü	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	İyi																																																																																																																																																																																																					

	Aşağıda sizinle ilgili olabilecek bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup sizin için uygun olan maddelerin karşısına (X) işareti koyunuz.	H i ç	Nad iren	Baz en	Çoğ u zam an	Her zam an
1	Bazı öğrenciler sınavdan önceki gece vakitlerini boşa harcarlar. Sonra sınavdan iyi alamazlarsa geçirdikleri boş vakitleri gerekçe gösterirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5
2	Bazı öğrenciler bilerek birçok farklı etkinlikle uğraşır. Bu öğrenciler okul çalışmalarında ya da ödevlerinde başarısız olurlarsa bu durumun başka şeylerle uğraşmalarından dolayı olduğunu söyleyebilirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5
3	Bazı öğrenciler kendilerini ders çalışmaktan alıkoyacak sebepler arar (iyi hissetmiyorum, anne-babama yardım etmem lazım, kardeşime bakmam gerek vb.). Bu öğrenciler okul çalışmalarında ya da ödevlerinde başarısız olursa bunların sebep olduğunu söyleyebilirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5
4	Bazı öğrenciler arkadaşlarının sınıfta dikkatlerini dağıtmasına ya da ödev yapmalarını engellemelerine izin verir. Sonra başarısız olurlarsa arkadaşlarının kendilerini alıkoyduğunu söyleyebilirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5
5	Bazı öğrenciler derslerde bilerek çok gayret etmez. Sonra başarısız olurlarsa çabalamadıkları için böyle olduğunu söyleyebilirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5
6	Bazı öğrenciler okul işleri ya da ödevlerini son dakikaya kadar erteler. Bu öğrenciler başarısız olurlarsa bunun sebep olduğunu söyleyebilirler. Bu sizin için ne kadar geçerlidir?	1	2	3	4	5

# ÖZGEÇMİŞ

## 1. EĞİTİM BİLGİLERİ

2012-2016 Uşak Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

## 2. MESLEKİ DENEYİM

2021-Halen Yenidoğu Okulları, Psikolojik Danışman

2020-2021 Türk Silahlı Kuvvetleri, Psikolojik Danışman

2019-2020 Sultangazi Belediyesi Necmettin Erbakan Bilim Merkezi, Psikolojik Danışman

2017-2018 Birikim Okulları, Psikolojik Danışman