

**T.C.**  
**HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİMDALİ**



**ÇEVİRİM İÇİ OYUN OYNAYAN ERGENLERİN AKIŞ  
YAŞANTILARININ İNCELENMESİ**

**Rıdvan SANSUR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GAZİANTEP, 2023**

**T.C.**  
**HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİMDALİ**



**ÇEVİRİM İÇİ OYUN OYNAYAN ERGENLERİN AKIŞ  
YAŞANTILARININ İNCELENMESİ**

**Rıdvan SANSUR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GAZİANTEP, 2023**



## LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

### YÜKSEK LİSANS TEZ KABUL VE ONAY FORMU

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Rıdvan SANSUR tarafından hazırlanan “Çevrim İçi Oyun Oynayan Ergenlerin Akış Yaşantılarının İncelenmesi” başlıklı tez, **12/08/2023** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

<u>Görevi</u>	<u>Unvanı, Adı ve Soyadı</u>	<u>Kurumu/Üniversitesi</u>	<u>İmzası:</u>
<b>Tez Danışmanı</b>	Dr. Öğretim Üyesi Özgür Osman DEMİR	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
<b>Jüri Başkanı</b>	Doç. Dr. İbrahim TANRIKULU	Gaziantep Üniversitesi	
<b>Jüri Üyesi</b>	Dr. Öğretim Üyesi Mehmet ŞAM	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	

**Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.**

Prof. Dr. M. Serhat YENİCE  
Enstitü Müdürü

## **TEZ BİLDİRİMİ**

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

## **DECLARATION PAGE**

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

Rıdvan SANSUR

15.09.2023

## ÖNSÖZ

Her zorlu süreç insanı bir yerlere ulaştıran merdivenler gibidir. Uzunca bir merdiveni tırmanmak çıkarken zorluk hissettirse de, bitiminde insan artık bir yere varmıştır ve tatlı bir yorgunluktur geride kalan. Bu zorlu süreçte yanımızda olanlar çok kıymetlidir bizim için ve aslında yalnız çıkılmamıştır o merdivenler...

Bu zorlu süreçte kendi zamanlarından, isteklerinden fedakârlık yapan biricik eşime, fedakârlık yaptığının bile farkında olmayan neşe kaynağım Hafsa'ma, Sena'ma en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Hayatımın her anında dualarıyla, benden daha fazla beni düşünmeleriyle, her an yanımda hissettiğim anneme, babama ve bana zamanını ayıran, her an yanımda olan sevgili kardeşlerime en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Yüksek lisans sürecim boyunca desteklerini benden esirgemeyen, her görüşmemizde bakış açısıyla işimi kolaylaştıran, en yoğun olduğu zamanlarda dahi güler yüzüyle enerjimi yükselten kıymetli Özgür Osman Demir hocama teşekkürlerimi sunuyorum. Her ihtiyaç hissettiğimde benzer duygularla yanımda olan, moral veren, desteklerini esirgemeyen ve tezimin şekillenmesinde okumaları ve önerileri ile katkı sunan kıymetli Mehmet Şam hocama, tez savunma sürecimde bulunup değerlendirmeleri ile katkı sunan sayın Doç. Dr. İbrahim Tanrıkulu hocama teşekkürlerimi sunuyorum. Araştırma sürecinde katılım sağlayıp samimi paylaşımlarını esirgemeyen bütün katılımcılara teşekkürlerimi sunuyorum.

Rıdvan SANSUR

Gaziantep - 2023

**HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİMDALI**

**ÇEVİRİM İÇİ OYUN OYNAYAN ERGENLERİN AKIŞ YAŞANTILARININ**  
**İNCELENMESİ**

**Rıdvan SANSUR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman**

**Dr. Öğr. Üyesi Özgür Osman DEMİR**

**ÖZET**

Ergenlik dönemindeki oyun oynama davranışları; bağımlılık, akademik başarısızlık ve riskli davranışlar ile ilişkilendirilerek incelenmiş olsa da okul çağındaki ergenlerin oyun oynama deneyimlerinin, olumsuzluklardan uzaklaşarak, farklı bir bakış açısıyla, derinlemesine incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur. Bu doğrultuda araştırmanın amacı, ergenlik dönemindeki çevrim içi oyun oynayan bireylerin akış yaşantılarının incelenmesidir. Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından ilgili alan yazından yararlanılarak geliştirilen “Çevrim içi oyun oynayan ergenlerde akış yaşantısı görüşme formu” aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmaya katılacak ergenler, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme tekniği ile seçilmiştir. Araştırmanın katılımcıları, Gaziantep ilinde yaşayan, yaşları 14 – 18 arasında değişen ergenlerden oluşmaktadır. Araştırmaya toplam 11 kişi katılmıştır. Araştırmada yüz yüze, bireysel görüşmeler yoluyla elde edilen veriler maxqda programı aracılığıyla, tematik analiz yapılarak çözümlenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, çevrim içi oyun oynayan ergenlerin oyun oynarken, akış kuramının bütün alt boyutları ile ilgili deneyimler yaşadıklarını göstermektedir. Katılımcıların oyun oynamaya ilişkin akış yaşantılarının alt boyutlarına göre yoğunluk sırası şu şekildedir: Otelik deneyim, net hedefler ve geri bildirim, göreve odaklanma, eylem ve farkındalığın kaynaşması, zaman algısının dönüşümü, öz farkındalığın kaybı, zorluk beceri dengesi ve kontrol paradoksu. Ayrıca, araştırmanın temel amaçları arasında olmamakla beraber, katılımcılar oyun oynama sebepleri ile ilgili paylaşımlarda bulunmuşlardır. Bu bulgular W. Glasser tarafından ortaya konan seçim kuramı bağlamında, insanın dört temel psikolojik ihtiyacını gösteren; güç, ait olma, özgürlük, eğlence başlıkları altında incelenmiş ve tartışılmıştır. Katılımcıların oyun oynama sebepleri en yoğunundan, az yoğununa doğru sırasıyla; güç, ait olma, özgürlük ve eğlence ihtiyaçlarıdır. Ortaya çıkan bulgular akış ve seçim kuramları çerçevesinde tartışılmış, araştırma sonuçlarına dönük olarak araştırmacılara ve uygulayıcılara önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar sözcükler:** Akış, Çevrim İçi Oyun, Ergenlik, Seçim Kuramı, Psikolojik İhtiyaç

**HASAN KALYONCU UNIVERSITY**  
**GRADUATE EDUCATION INSTITUTE**  
**DEPARTMENT OF GUIDANCE AND PSYCHOLOGICAL COUNSELING**

**ANALYZING THE FLOW EXAMINATION OF ADOLESCENTS WHO PLAY  
ONLINE GAMES**

**Rıdvan SANSUR**

**MASTER THESIS**

**Counselor**

**Lecturer Dr. Özgür Osman DEMİR**

**ABSTRACT**

Although game playing behaviors during adolescence have been examined in relation to addiction, academic failure and risky behaviors, there was a need to examine the game playing experiences of school-age adolescents in depth from a different perspective, moving away from negativity. Accordingly, the aim of this study is to examine the flow experiences of individuals who play online games during adolescence. In this study, a phenomenological study design from qualitative research methods was used. The data of the study were collected through the "Flow Experiences in Adolescents Playing Online Games Interview Form" developed by the researcher by utilizing the relevant literature. The adolescents to participate in the study were selected by criterion sampling technique, one of the purposeful sampling methods. The participants of the study consisted of adolescents living in Gaziantep province, aged between 14 and 18. A total of 11 people participated in the study. The data obtained through face-to-face, individual interviews were analyzed by thematic analysis through the Maxqda program. The findings obtained as a result of the research show that adolescents who play online games have experiences related to all sub-dimensions of the flow theory. The order of intensity according to the sub-dimensions of the participants' flow experiences related to playing games is as follows: Autotelic experience, clear goals and feedback, focus on task, fusion of action and awareness, transformation of time perception, loss of self-awareness, difficulty-skill balance, and paradox of control. In addition, although it was not among the main aims of the study, participants shared their reasons for playing games. These findings were analyzed and discussed in the context of the choice theory put forward by W. Glasser under the headings of powerfull, belonging, freedom and fun, which indicate the four basic psychological needs of human beings. The reasons for the participants to play games are the needs for powerfull, belonging, freedom and fun, from the most intense to the least intense, respectively. The findings were discussed within the framework of flow and choice theory, and suggestions were made to researchers and practitioners regarding the results of the research.

**Keywords:** Streaming, Online Gaming, Adolescence, Choice Theory, un Psychological

## İÇİNDEKİLER

<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>x</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1. Problem Durumu</b> .....	<b>1</b>
<b>1.2. Araştırmanın Amacı</b> .....	<b>7</b>
<b>1.3. Araştırmanın Önemi</b> .....	<b>7</b>
<b>1.4. Araştırmanın Varsayımları</b> .....	<b>8</b>
<b>1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları</b> .....	<b>9</b>
<b>2. KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>10</b>
<b>2.1. Oyun ve Dijital Oyun, Çevrim İçi Oyun</b> .....	<b>10</b>
2.1.1. Oyun Kavramı .....	10
2.1.2. Oyunun Tarihsel Gelişimi .....	11
2.1.3. Dijital Oyun Kavramı .....	14
2.1.4. Dijital Oyunun Olumlu Etkileri.....	16
2.1.5. Dijital Oyunun Olumsuz Etkileri.....	17
2.1.6. Dijital Oyun Türleri .....	19
2.1.7. Çevrim İçi Oyun Kavramı.....	25
2.1.8. Çevrim İçi Oyun Türleri .....	26
<b>2.2. Akış Kuramı</b> .....	<b>27</b>
2.2.1. Pozitif Psikoloji.....	27
2.2.2. Akış Kavramı.....	29
2.2.3. Akış Kuramı Modelleri .....	31
2.2.4. Akışın Bileşenleri.....	35
2.2.5. Akış ve Çevrim İçi Oyun İlişkisi.....	45
<b>2.3. Ergenlik Dönemi</b> .....	<b>46</b>
<b>2.4. Ülkemizde ve Yurtdışında Yapılan Araştırmalar</b> .....	<b>46</b>
<b>3. YÖNTEM</b> .....	<b>53</b>
<b>3.1. Araştırmanın Modeli</b> .....	<b>53</b>
<b>3.2. Araştırma Grubu</b> .....	<b>54</b>
<b>3.3. Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları</b> .....	<b>56</b>
<b>3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması</b> .....	<b>58</b>
<b>4. BULGULAR</b> .....	<b>59</b>
<b>4.1. Katılımcıların Akış Yaşantıları</b> .....	<b>59</b>

<b>4.2. Katılımcıların Oyuna Yönelme Nedenleri.....</b>	<b>75</b>
<b>5. TARTIŞMA .....</b>	<b>86</b>
<b>6. SONUÇLAR.....</b>	<b>94</b>
<b>7. ÖNERİLER.....</b>	<b>95</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>98</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>109</b>



## ŞEKİLLER LİSTESİ

<b>Şekil 1.</b> Yıllara Göre Oyuncu Sayıları .....	19
<b>Şekil 2.</b> Üç Kanallı Akış Modeli.....	35
<b>Şekil 3.</b> Dört Kanallı Akış Modeli.....	36
<b>Şekil 4.</b> Sekiz Kanallı Akış Modeli.....	37
<b>Şekil 5.</b> Katılımcıların Akış Yaşantıları.....	61
<b>Şekil 6.</b> Katılımcıların Akış Boyutları Deneyimleri.....	62
<b>Şekil 7.</b> Katılımcıların Oyun Aktivitesini Tercih Etme Sebepleri.....	78
<b>Şekil 8.</b> Katılımcıların Oyun Aktivitesini Tercih Etme Dağılımları.....	78

## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo 3.1.</b> Katılımcılara Ait Bilgiler.....	57
---	----



## KISALTMALAR

**BTK** : Bilgi teknolojileri ve iletişim kurumu

**TDK** : Türk dil kurumu

**TEFSED** : Türkiye e-spor federasyonu



# 1. GİRİŞ

## 1.1. Problem Durumu

Ergenlik dönemi çocukluk evresinin sona erip yetişkinliğe ilk adımların atıldığı, oldukça hızlı değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Ergenlik dönemindeki bireylerde psikolojik ve biyolojik değişimler oldukça hızlıdır. Ergenin bu dönemde uyum sağlaması gereken değişimler ve gerçekleştirmesi gereken görevler vardır. Bireyin sağlıklı bir yetişkine dönüşmesinin bu süreçle sıkı bir ilişkisi vardır. Birey bu sürecin sonunda duygusal olarak olgunlaşacak, fiziksel gelişimini büyük oranda tamamlayacak, evlilik, iş bulma gibi kritik süreçlere hazırlanacaktır. İnsan hayatında oldukça kritik bir dönem olan ergenlik döneminde, bireyin hayatında etkisi olan her başlığın dikkatle ele alınması gerekmektedir (Yavuzer, 2013). Ergenlik dönemi iklim, biyolojik yapı gibi birçok faktöre bağlı olarak değişebilen bir dönemdir. Ülkemizde ergenlik dönemi erkeklerde ortalama 13-18 yaş aralıklarını kapsamaktadır (Ercan, 2002).

Ergenlik dönemindeki bireylerin sosyalleşmesi, toplumsal görevlerine hazırlanması ve yetişkinliğe geçişinde aile, arkadaş çevresi, öğretmenleri, sosyal medya, dijital oyunlar ve diğer çevresel etkenler etkili olmaktadır. Bunların arasında dijital oyunlar ergenlik dönemindeki bireyler üzerindeki etkilerini her geçen gün arttırmaktadır (Koçak ve Köse, 2014). Son yıllarda teknolojinin hızlı gelişimi ve internetin yaygınlaşması, günümüzde ergenlerin gelişen teknoloji ve internet ile sıkı bir ilişki geliştirmesine sebep olmuştur. Günümüzde ergenlik döneminde olan bireyler, doğdukları andan itibaren çevrelerinde telefon, bilgisayar ve bunların içeriklerinde bulunan oldukça çeşitli oyunlarla tanışmış ve iç içe büyümüşlerdir (Akbulut, 2013). Ergenler daha önce yüz yüze ve açık alanda gerçekleştirdikleri etkinlikleri, oynadıkları oyunları, artık sanal ortamlarda gerçekleştirmeyi tercih etmektedirler (Günay, 2011). Özellikle son dönemde çocuklar ve ergenlerin dijital oyunlarla olan bağları o kadar güçlenmiştir ki bu dönemdeki çocuklar ve ergenler için oyun kuşağı gibi tanımlamalar kullanılmaya başlanmıştır (Gençer ve Altun, 2022).

Oyunlar, hayata başladığımız ilk andan itibaren hepimizin hayatında olan, özellikle çocuk gelişiminin olmazsa olmaz unsurlarıdır. Oyunlar, verdiği hazla, hayatın stresinden uzaklaşmanın bir yolu olarak, çocuğuyla, yetişkinleriyle, bütün insanlar için vazgeçilmez olmayı başarmıştır. Oyun, çocuk için bir yandan eğlenmenin, bir yandan bilişsel ve fiziksel olarak gelişmenin en temel yoludur (Uzun vd., 2021).

Oyunlar; yaşa, zamana ve mekâna göre değişiklik gösteren, çok geniş yelpazede çeşitliliğe sahiptir. Her dönemde ve her kültürde farklılık gösterse de önemini hiçbir zaman kaybetmemiştir (Çakır ve Öztürk, 2015). İnsanlık tarihi boyunca birçok evreden geçen oyunlar, tarihin ilk çağlarından bu yana büyük değişimler yaşamış ve günümüzde de baş döndürücü bir hızla değişmeye devam etmektedir. Günümüzde özellikle teknolojik gelişmelerin etkisiyle hayatın hemen her alanında köklü değişimler yaşanmış, birçok alan insanlık tarihinin tamamından çok farklı boyutlara evrilmiştir. Oyun kültürü de bu gelişmelerden ciddi anlamda etkilenmiş, geçmiş dönemlerin tamamından farklı bir yapıya bürünmüş ve modern zamanlara kadar devam eden geleneksel oyunlar, yerlerini büyük oranda dijital oyunlara bırakmıştır (Biricik ve Atik, 2021). Dijital oyunlar, yakın zamana kadar devam eden oyun kültürlerinden oldukça farklı etkilere sahip olmuş, insanlık tarihi boyunca sokakları, sosyal hayatı temel alan oyunlar, sokaklardan neredeyse tamamen çekilmiş, farklı teknolojik aletler vasıtasıyla erişilen sanal bir dünyaya taşınmıştır (Vatandaş, 2020).

Hem dijital oyunlar hem de geleneksel oyunlar, oyunun tanımı ve temel yapısal özellikleri bakımından benzerdirler. Bununla birlikte oyunun oynandığı mekâna, oyuncu sayısına, oyun araçlarına, oyun formatına ve içeriğine göre birbirlerinden farklılaşmaktadırlar. Geleneksel oyunlar; fiziksel aktiviteyi esas alan, oyuncunun oyun kurallarını, alanı, süreyi, oyuncu sayısını vs. değiştirebileceği şekilde özgür olduğu oyun türleridir (Hazar vd., 2017). Dijital oyunlar ise sanal etkileşimi esas alan, fiziksel aktivitenin az olduğu, oyuncunun farklı mekanlardaki bireylerle oynamasına imkan sunan, oyuncunun, oyun türü ve oynayacağı kişiyi seçme konularında özgür olduğu oyun türleridir (Samur, 2022). Geleneksel oyunlarda kişi oyun arkadaşları ile yüz yüze etkileşime girmekte, konuşma, hareket etme, arkadaşlık kurma ihtiyacını gidermekte ve sosyalleşmesine katkı sağlamaktadır. Dijital oyunlarla bu ihtiyaçlar büyük oranda sanal ortamda karşılanmaya başlamış, insanlar çoğunlukla yüz yüze gelmeden etkileşim kurmaya başlamıştır. Dijital oyunlar da tıpkı geleneksel oyunlarda olduğu gibi yarışma, heyecan duyma, iş birliğinde bulunma gibi birçok unsuru bünyesinde barındırmakta ve geleneksel oyunların bireye oyun sırasında yaşattığı duygu durumunun benzerini yaşatmaktadır (Gülsoy,2017).

Dijital Oyun kavramı, teknolojik araçlar vasıtasıyla oynanan her tür oyunu kapsarken, çevrim içi oyun ise bir ağ vasıtasıyla farklı mekanlarda bulunan kişilerin sanal ortamda birlikte oyun oynamasını sağlayan oyun türlerini kapsar (Kaya, 2013). Dijital

oyunların bir türü ve alt boyutu olan çevrim içi oyunlar, dijital oyunların sahip olduğu özellikleri, olumlu ve olumsuz yönleri barındırmakta, bununla birlikte internete bağlı olmanın, gerçek şahıslarla karşılıklı oynamanın getirdiği avantajları ve riskleri de bünyesinde barındırmaktadır. İnternetin yaygınlaşması ve çevrim içi oyun kavramının hayatımıza girmesi, özellikle çevrim içi oyunların akıllı telefon ve tablet gibi taşınabilir cihazlar aracılığıyla ulaşılabilir hale gelmesi ile dijital oyun kavramı da bambaşka bir boyuta gelmiştir. Bireyler artık internet bağlantısıyla istediği zaman, istediği yerde sosyal medyada gezindiği gibi çevrim içi oyunlara bağlanabilir duruma gelmiştir (Kaya, 2013). Çevrim içi oyunlar çok farklı platformlarda oynanabildiği ve internet sayesinde dünyanın her yerine ulaşılabilir olduğu için dünya genelinde çok fazla sayıda insana ulaşma şansı yakalamış ve çok fazla insanı etkilemiştir (Taylan vd., 2017). Bu sayede oyuncular tanımadığı insanlarla arkadaşlık kurabilme imkânı bulmuş, yeni ortamlar keşfetmeye başlamış ve bu durum daha çok kişinin bu oyunlara bağlanmasına sebep olmuştur (Griffiths vd., 2004).

Dijital oyunlar her geçen gün ciddi gelişmeler göstererek, dünya genelindeki etkisini artırmaya devam etmektedir. Dünyanın her yerinden, farklı teknolojik aletlerle kolayca ulaşılan dijital oyunlar, farklı zevklere hitap eden çeşitliliği ile, artık kendine ait bir dünya kurmaya başlamıştır. Albayrak ve Arabacıoğlu (2020) yaptıkları çalışmada görülüyor ki artık uluslararası e-spor turnuvaları düzenlenmekte ve bu turnuvalara milyonlarca insan ilgi göstermektedir. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin %50'si akıllı telefonlar aracılığıyla, %34,4'ü dizüstü bilgisayar, %6,2'si masaüstü bilgisayar, %3,3'ü tablet ve %3,3'ü de oyun aracılığıyla oyun oynadıklarını dile getirmişlerdir. Bu gençlerin ortalama 1/3'lük kısmı çevrim içi oyun oynamayı tercih ederken, bu oyuncuların %75,9'u sanal ortamda hiç tanımadıkları kişilerle oynadıklarını ifade etmişlerdir (Yılmaz ve Karaoğlu Yılmaz, 2018).

Çevrim içi oyunlar yaşa uygunluk denetiminin yapılamaması, gerçek kimliğin gizlenmesi, oyuncuların art niyetli kişilerle oynayabilmesi gibi riskler barındırmaktadır. Bu durum art niyetli kişilerin çevrim içi oyun oynayan kişilerle arkadaşlık kurabilmesi ve bunun beraberinde getirebileceği birçok risk unsuru barındırmaktadır. Çevrim içi oyunların barındırdığı bu özellikler dolayısıyla oyuncuların gizlilikleri ihmal edilebilmekte, oyuncular istismar edilebilmekte, çoğunluğu çocuk veya ergenlik yaşlarında olan oyuncular telafisi oldukça zor sorunlarla baş başa kalabilmektedir. Bu durumlardan dolayı birçok kişi kendine zarar verebilmekte, hatta canına kıyabilmektedir

(Yılmaz ve Biricik, 2017). Yine oyuncular, çevrim içi oyunlarda hiç tanımadığı kişilerle temasa geçebilmekte, zorbalığa, cinsel istismara ve kaçırılma, şantajla uğrama gibi ciddi sorunlarla yüz yüze kalabilmektedir. Bunun yanında art niyetli kişiler, kandırdıkları kişilerin kimlik bilgilerini elde edebilmekte, ticari dolandırıcılık faaliyetlerinde bulunabilmektedirler (Taylan vd., 2017).

Yapılan araştırmalarda çevrim içi oyunların psikolojik olarak iyi hissetmeme, fiziksel aktivitenin azalmasına sebep olma, akademik başarıyı olumsuz etkileme, sosyal ilişkilere zarar verme (Başol ve Kaya, 2018; Orzack, 2003), şiddet eğilimi meydana getirme (Arslan, 2020), irade zayıflamasına ve yaşam görevlerini yapmamaya sebep olma (Eni, 2017), ciddi zaman kaybına sebep olma (Ryan vd., 2006), ciddi oyun içi kontrolsüz harcamalara sebep olma (Dinç, 2012), bireyin günlük yaşamını olumsuz etkileme (Bağcı ve Özer, 2021; Kıran, 2011) gibi zararları olduğu ortaya konmuştur. Yine dijital oyunlar, insan hayatındaki birçok ihtiyacın gerçek anlamda karşılanmasına engel olduğu, insan hayatında birçok ciddi olumsuzluğa sebep olduğu (bağımlılık, yüz yüze etkileşimi zayıflatma, bilişsel gelişimi olumsuz etkileme, hareketsiz bir yaşam tarzına sebep olma) gibi gerekçelerle eleştirilere hedef olmuş, bundan dolayı toplum nezdinde genel itibarıyla olumsuz bir imaja sahip olmuş, birçok araştırmanın konusu haline gelmiştir (Gürcan vd., 2008). Bunların yanında dijital oyun bağımlılığı artık bir rahatsızlık olarak kabul görmeye başlamıştır. Dijital oyunların aşırı ve olumsuz kullanımı sonucunda ortaya çıkan, tanı kriterleri DSM 5 tanı kriterleri kitabında da yer alan dijital oyun bağımlılığı, dünya çapında bir ruhsal bozukluk olarak kabul edilmeye başlamıştır (Andiç ve Batıgün, 2021).

Ancak bunun yanında dijital oyunların hızlı öğrenmelere sebep olduğu, iş birliği kurma davranışlarını geliştirdiği, bilişsel gelişime olumlu katkılar sağladığı ve bunlara benzer birçok olumlu katkılarının olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Annetta, 2008; Couse ve Chen, 2010; Gee 2005; Griffiths, 2002). Doğu (2006) bilgisayar oyunlarının, bireylerin duygusal zekâ becerilerinin artmasına yardımcı olduğunu belirtmiştir. Özellikle öğretim sırasında tekrar tekrar oynamayı sağlaması, ilgiyi canlı tutması nedeniyle bilgisayar oyunları duygusal zekâ becerilerinin öğretilmesinde oldukça etkili olmaktadır. Sağlam (2019) dijital oyunların dikkat, karar alma, el-göz koordinasyonu gibi bilişsel yetenekler üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu ifade etmektedir. Yine yapılan çalışmalar incelendiği zaman çevrim içi oyunların kişilerin öznel iyi oluşlarını ve yaşam doyumlarını arttırdığı görülmektedir. Aynı zamanda dijital oyunların, kişiye başarı hissini tattırarak ve anlık ödüller vererek, yetkinlik duygusunu

oluşturma kapasiteleri yüksektir. Dijital oyuncular, oyunları bir rahatlama ve stres atma aracı olarak kullandıklarını ifade etmektedirler (Snodgrass vd., 2011). Sayın (2016) dijital oyun oynayan bireylerin işlem yapma hızlarının, tepki sürelerinin ve kısa dönemli bellek yeteneklerinin hiç oyun oynamayanlardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Ocak (2013), eğitsel oyunların geliştirilme amacının öğrenme olduğunu ancak oyuncu açısından çoğunlukla amacın eğlenmek olduğu görülmektedir. Bu durum sıkılmadan öğrenmeyi beraberinde getirmektedir. Oyunlardaki çevrim içi iletişimin, oyuncular arasındaki iletişimin kalitesini artırdığı ve arkadaşlık bağlarını güçlendirdiği görülmektedir (Valkenburg ve Peter, 2011). Dijital oyunların orta düzeyde oynanmasının duygusal kararlılığı artırdığı ortaya konmuştur (Przybylski ve diğerleri, 2011). Allahverdi vd (2010) kararında dijital oyun oynayan bireylerin öznel oluş düzeylerinin, hiç oyun oynamayan veya çok fazla oyun oynayanlara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Sağlam, 2019).

Bu kadar hızlı gelişen, etkileri geniş alana yayılan bir konuda, ülkeler nezdinde yasal düzenlemeler ve ciddi bilimsel çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulmuştur. Bütün bunların sonucu olarak, ülkeler, olası risklere karşı yasalar çıkarmakta, kurumlar oluşturmakta ve gelişmeleri yakından takip etmektedirler (Bozkurt vd., 2016). Ülkemizde de bu gelişmelerin sonucu olarak çeşitli yasal düzenlemelere gidilmiş ve bazı kurumlar oluşturulmuştur. 2007 yılında çıkarılan 5651 nolu “İnternet Ortamında Yapılan Yayınların Düzenlenmesi ve Bu Yayınlar Yoluyla İşlenen Suçlarla Mücadele Edilmesi Hakkında Kanun” (Resmi Gazete, 2007) ve 2018 yılında Gençlik Spor Bakanlığı’na bağlı olarak kurulan Türkiye E-Spor Federasyonu (TEFSED) buna örnektir.

Bütün bunlar göz önünde bulundurulduğunda yasal düzenlemeler yaparken, kurumlar oluştururken, kararlar alırken, sağlıklı sonuçlar elde edebilmek için sağlıklı bir bakış açısının kazanılması gerekmektedir. Sanal ortamlardan, özellikle de dijital oyunlardan ergenlik dönemindeki bireyler oldukça yoğun etkilenmektedir. Bunun için ergenlik dönemindeki bireylerle yapılacak her çalışma oldukça önem taşımaktadır. Bu alanda gerçekleştirilen çalışmalar incelendiği zaman görülmektedir ki; çalışmalar genel itibarıyla sonuca odaklanmakta, bireyin süreç içinde yaşadığı duygu durumuna, düşüncesine ve oyun oynamaya iten içsel süreçlere odaklanılmamaktadır. Oysaki çevrim içi oyunların sadece olumsuz yönlerine odaklanarak doğru tespitlerin yapılması, sağlıklı çözümler üretilmesi oldukça güçtür. Bundan dolayı ergenleri çevrim içi oyunlara iten içsel süreçleri ortaya koymak ve çevrim içi oyun oynarken yaşanan duygu durumu

anlamak oldukça önemli hale gelmektedir. Çevrim içi oyun oynayan ergenlerin bizzat kendileri ile görüşülerek oyun sırasındaki deneyimlerini ve oyun oynama nedenlerini ortaya koymanın, bu boşluğun doldurulmasına önemli bir katkı sağlayacağı ve gelecek çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Bireyin gerçekleştirdiği aktivite sırasındaki deneyimlerini açıklamaya çalışan kuramlar incelendiği zaman, akış kuramı dikkat çekmektedir. Akış kuramı bir pozitif psikoloji kuramıdır. Pozitif psikoloji bireyin olumlu özelliklerinin gelişimine, ruh sağlığının korunmasına, öznel iyi oluş düzeylerinin artırılmasına odaklanan bir psikoloji disiplini. Bu yaklaşıma göre insan kendi gelişimine yön verebilecek, davranışlarını değiştirebilecek güce sahip bir varlıktır. İnsanın gelişiminin ve davranış değişiminin sağlıklı olmasının yolu bunun içsel motivasyonla gerçekleşmesine bağlıdır. Pozitif psikoloji bireyin içsel kaynaklarını güçlendirmeyi, olası riskleri kendi kaynaklarıyla aşmasını hedefler (Tekinalp ve Terzi, 2015). Akış kuramı bireyin bir davranışta bulunurken hangi durumlarda mutlu olduğunu, davranışı tekrar gerçekleştirme motivasyonunu nasıl kazandığını anlamamıza yardımcı olur. Kuram, bireyin her defasında neden kendini bazı davranışlardan alıkoyamadığını, neden zamanın nasıl akıp gittiğini anlamadığını örnekleriyle açıklamaktadır (Csikszentmihalyi, 2022). Örneğin akış kuramı kişinin gerçekleştirdiği eylemin kolay olmasının kişinin sıkılmasına sebep olacağı, zor olmasının ise kızgınlık ve endişeye sebep olacağı, her iki durumun da kişiyi eylemden uzaklaştıracağı, buna karşılık eylemin zorluğunun kişinin becerisine uygun olmasının kişinin motivasyonunu artıracaklarını söyler (Ak ve Alpullu, 2020).

Çevrim içi oyun oynayan kişiler çoğunlukla oynadıkları oyundan son derece haz almakta ve bu durum oyun oynama davranışlarının tekrar etmesine sebep olmaktadır (Yee,2006). Akış yaşantısının en önemli özelliklerinden biri, kişinin gerçekleştirmeyi hedeflediği ve gerçekleştirdiği aktiviteden büyük bir haz almasıdır. Hedef kişinin öz benliği ile ne kadar tutarlı ise hedefe ulaşmak da o kadar imkân dahilindedir (Aydın, 2005). Akışı yaşayan kişi tamamen o ana odaklanır ve gerçekleştirdiği eylem dışındaki olup bitenin farkında olmaz. Gerçekleştirdiği eylemden o kadar haz alır ki adeta eylemin bir parçası haline gelir (Pelet vd., 2017). Akış kuramı, dışsal etkilerden öte, içsel olarak bizi harekete geçiren şeylerin neler olduğunu anlamamıza ve açıklamamıza yardımcı olmaya çalışır. Akış kuramının alt boyutlarında yer alan beceri gerektiren zorlu bir aktivite, eylem ve farkındalığın kaynaşması, net hedefler ve geri bildirim, eldeki göreve odaklanmak, kontrol paradoksu, öz farkındalığın kaybı, zamanın dönüşümü, ototelik

deneyim kavramlarının oyun oynama davranışını açıklamada etkili olabileceği düşünülmektedir. Nitekim oyun oynayan kişilerin sıklıkla kullandığı “zamanın nasıl geçtiğini anlamıyorum, kendimi kaybediyorum...” tarzı söylemler akış kuramının açıklamalarında karşılığını bulmaktadır.

Ergenlerin çevrim içi oyun oynama yaşantılarının belirtildiği üzere daha çok olumsuz kavramlar ile ele alınmış olması, bu yaşantıya dönük farklı bir bakış açısı ile incelemeyi gerekli kılmıştır. Bu ihtiyaçtan dolayı araştırma kapsamında, ergenlerde çevrim içi oyun oynama davranışları, pozitif psikoloji kavramlarından birisi olan akış kuramı bağlamında, derinlemesine incelenmiştir.

## **1.2.Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı; çevrim içi oyun oynayan ergenlerin oyun oynama davranışlarını akış kuramı aracılığı ile incelemektir. Araştırmada, çevrim içi oyun oynayan 14 – 18 yaş arasındaki ergenlerin oyun oynarken yaşadıkları deneyimleri, akış kuramının alt boyutları olan; yetenek ve zorluk dengesi, zaman algısının farklılaşması, hedefin net olması, zamanında geri bildirim, kontrol hissi, odaklanma, öz bilincin kaybı, eylem ile bütünleşmek, eylemin bizzat ödül olduğu hissiyatı, ototelik deneyimler çerçevesinde incelenmesi hedeflenmiştir.

## **1.3.Araştırmanın Önemi**

Son dönemde ülkemizde ve dünya genelinde çevrim içi oyunların etkisi artmakta ve bununla birlikte bu konuda bilimsel çalışmalara olan ihtiyaç da artmaktadır. Dünya genelinde ve ülkemizde konu ile ilgili çalışmalar artmakla beraber, etkileri oldukça fazla olan bu konuda çok daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Yapılacak olan çalışmanın da, bu ihtiyacın karşılanmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma ile ortaya konacak sonuçların çevrim içi oyunların olumlu yönlerinin nasıl geliştirilebileceği, çevrim içi oyunların eğitici yönlerinin nasıl ön plana çıkarılabileceği konusunda yol gösterici olabileceği düşünülmektedir. Sıklıkla tercih edilen oyunların tercih nedenleri, bireye yaşattığı deneyimler bilindiği ölçüde alternatif eğitici, olumlu yönleri daha güçlü oyunların da bu yönlerinin güçlendirilmesi sağlanabilir.

Ülkemizde çevrim içi oyunlara ilgi her geçen gün hızla artmakta, bu birçok sorunu da beraberinde getirmektedir. Çevrim içi oyunlara ayrılan zamanın artması ile birlikte bireylerin sosyal hayatları olumsuz etkilenmekte, bireyler sosyal hayattaki görevlerini ihmal etmekte, öğrencilerin okul başarıları olumsuz etkilenmektedir. Bunun yanında oyunlarda yer alan şiddet ve korku unsurları tarzı içerikler oyuncuların kişiliklerini olumsuz etkilemektedir. Yine bir tür psikolojik rahatsızlık olarak tanımlanan dijital oyun bağımlılığı ülkemizde de giderek artmakta ve özellikle gençlerin hayatını ciddi anlamda etkilemektedir. Bütün bu olumsuzlukların, çevrim içi oyun bağımlılığının önüne geçebilmek için, çevrim içi oynayan bireylerin, özellikle ergenlerin oyun davranışlarının anlaşılması oldukça önem taşımaktadır. Bu çalışma ülkemizde sayıları 41 milyonu aşan dijital oyuncuları anlamaya yardımcı olacaktır.

Dünya genelinde çevrim içi oyunları akış kuramı bağlamında inceleyen bazı çalışmalar bulunmakta birlikte ülkemizde benzer konularda bazı çalışmalara (Gön, 2020; Gökören, 2022) ulaşılmış olsa da çevrim içi oyun oynama davranışlarını akış kuramı bağlamında açıklayan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılacak olan çalışmanın, çevrim içi oyun oynama davranışlarını, pozitif psikoloji yaklaşımıyla daha pozitif ve geliştirici şekilde ele almaya yardımcı olacağı, alandaki bu boşluğu doldurmaya katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çevrim içi oyunların olumsuz etkileri kadar olumlu etkilerinin de olabileceği yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur. Çevrim içi oyunların doğasını anlamaya yönelik yapılacak her çalışmanın, oyunların olumlu etkilerinin nasıl artırılacağına dair fikir vereceği düşünülmektedir. Bundan dolayı çevrim içi oyunların doğasını anlamaya yönelik kapsamlı ve sistematik bir fikir verebilecek olan akış kuramını temel alan bir çalışmanın yapılması önemli görülmektedir. Çünkü çevrim içi oyunların anlaşılabilirliği oranda risk faktörlerinin daha kolay yönetilebileceği düşünülmektedir. Yine bu yönüyle yapılacak çalışmanın alanda çalışan psikolojik danışmanlara ve diğer alan çalışanlarına yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

### **1.5.Araştırmanın Varsayımları**

Akış yaşantısı aktivite gerçekleştirilirken ortaya çıkan bir durumdur. Araştırma kapsamında aktivite yapıldıktan bir süre sonra yapılmış olan görüşmelerde katılımcıların oyun oynadıkları süreçteki deneyimlerini en sağlıklı şekilde aktardıkları varsayılmıştır.

Bu araştırmada, katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorulara sosyal beğenirlik kaygısından bağımsız olarak, drtst ve içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.

### **1.6.Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma ncesi 13 – 18 yaş aralığında bireylerin çalışmaya dahil edilmesi planlanmıştır. Ancak potansiyel katılımcı bireylerin kendilerini ifade etmekte zorluk yaşamaları ve katılım sağlama konusunda isteksiz olmaları nedeniyle her yaş grubundan katılımcı çalışmaya dahil edilememiştir.

Yüz yüze görüşme yapabilecek kadın bireylerin bulunmasının zorluğu, görüşmeye dahil olmaya, ses kaydı alınmasına isteksiz olmaları gibi sebeplerden dolayı çalışmaya kadın bireyler dahil edilememiş ve çalışma sadece erkek bireylerle gerçekleştirilmiştir. Kadın bireylere; oyun oynayan bireylerin, oyunda edindikleri arkadaşlıklar yoluyla ulaşılmış ve çalışmaya davet edilmiştir. Yine alışma için ulaşılan ve çalışmada yer alan bireylerin kendi çevrelerine ulaşması yoluyla, çevrim içi oyunlar oynayan ve yüz yüze görüşme imkânı olan kadın oyunculara ulaşılmıştır. Ancak ulaşılan kadın bireyler çalışmaya dahil olmak istememiş, bazıları ise katıldıktan sonra geri çekilmişlerdir.

## 2. KURAMSAL ÇERÇEVE

### 2.1. Oyun, Dijital Oyun ve Çevrim İçi Oyun

Bu bölümde oyun kavramı, tarihsel gelişimi ve oyun türleri konuları ele alınacaktır. Bununla birlikte dijital oyun ve çevrim içi oyun kavramları, bu kavramların birbirleri ile ilişkisi ve tarihsel gelişimleri ile ilgili bilgiler verilmiştir.

#### 2.1.1. Oyun kavramı

Oyun kavramı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde kültüre ve zamana göre oyun kavramının birçok farklı tanımı olduğu görülmektedir. Tanımlarda çoğunlukla eğlence, vakit geçirme, oyalanma, yarışma ve çocukluk kavramlarının öne çıktığı görülmektedir. Oyun TDK'nın hazırladığı sözlüğe göre güzel vakit geçirmeyi sağlayan, insanın zekasını ve yeteneklerini geliştirici işlevi de olan eğlenceli etkinlikler olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2023).

Farklı tanımlar incelendiğinde oyun oynamanın çocukların en önemli işi olduğu noktasında görüş birliği olduğu görülmektedir. Çocuklar için önemi oldukça büyük olan oyun, tarih boyunca önemini korumuş, farklı formlara bürünerek günümüze kadar gelmiş ve hâlâ çok önemli bir noktada, araştırma konusu olmaya devam etmektedir. Özellikleri incelendiğinde ise oyunun kendine has sembolik anlamları olan, çocuğun iç dünyasına ayna tutan, hayal gücüne ve beklentilere sözcü olan, çocuğun yaşadıklarına tepki geliştirmesine yardımcı olan, eğlenceli etkinlikler olduğu görülür (Güllü vd., 2012).

Oyun çok farklı anlamlarda kullanılan bir terimdir. Toplumlarda oyun gündelik dilde kullanımının dışında birçok alanda kullanılır. Psikologlar ve biyologlar dahil olmak üzere birçok farklı meslek alanında da kullanılan oyun kavramı belli bir işi ifade etmeyen, ciddi olmayan birçok aktivite için kullanılmaktadır. Oyunu tanımlamak için şu ölçütlerin kullanıldığı görülmektedir: Oyun davranışı kendiliğinden meydana gelir ve bizzat aktivite ödül hissiyatı verir, bireyin içinden gelerek gerçekleştirdiği bir davranıştır ve amaç bizzat oyun oynamaktır, oyun etkinliği genel olarak güvenli ortamlarda ve güvenli bir şekilde gerçekleşir, yetişkin davranışlarına göre daha abartılıdır veya karşılığı yoktur, tekrar eden davranış örüntüleri içerir (Bateson ve Martin, 2014).

Yine yapılan araştırmalar incelendiğinde oyun kavramının birçok anlamda kullanıldığı görülmektedir. Buna göre oyun bu çalışmada kullanıldığı anlamı ile; kişinin oyalanması ve güzel vakit geçirmesi, bir nesneyi veya kendisini hareket ettirmesini gibi anlamlarının yanında spor, müzik ve ritimle ilgili hareketler, bir işi kolayca yapabilme becerisi, tiyatro gibi bir oyunda rol yapma, oyalanmak vs. gibi anlamlarda da kullanılır (Gülsoy, 2017). Oyun oynamak oldukça heyecan veren bir şeydir. Şunu bilmek gerekir ki bunun sebebi aslında çocuğun doğasındaki oyun oynama isteği değildir. Oyunun esası her zaman kişisel gerçeklik ile nesnenin bu gerçeklik içinde ifade ettiği anlam ve ortaya çıkan ilişkidir. Çocuk aslında anne ve çevre ile kurduğu ilişkiyi oyundaki nesneye yansıtır. Oyun onun için yaşamın bizzat kendisi haline gelir (Winnicott, 2013).

### **2.1.2. Oyunun tarihsel gelişimi**

Huizinga (2013)'ya göre oyun ilk çağlardan bugüne birçok amaca hizmet etmiştir. Oyunların; insanları sosyalleştirmesi, kültürler arası etkileşime katkıda bulunma, medeniyet meydana getirme ve zenginleştirme gibi birçok konuda, insanların yaşamına önemli katkılar sunduğu görülmektedir. Hatta daha ötesinde insanlığa ait her kültür oyunun içinde, oyun temelinde ve oyun oynayarak meydana getirilmiş ve oyunlarla kültürler korunmuştur. Oyunu insanların birlikte veya yalnız olarak vakit geçirmek, eğlenmek için kurguladıkları, kuralları olan etkinlikler olarak tanımlayan Huizinga'ya göre oyun oynamak aslında şimdi olduğu kadar, bütün insanlık tarihi boyunca oldukça önemli bir etkinliktir. Huizinga insanı 'homo ludens' yani oyun oynayan insan kavramı ile tanımlar.

Oyun oynamak için kullanılan her türlü malzemeyi oyuncak olarak değerlendirebiliriz. Bu bir ağaç dalı gibi doğadan elde edilen bir nesne olabileceği gibi topaç gibi insan üretimi bir malzeme de olabilir. Fakat oyuncak tabiri daha çok çocuklarla özdeşleşmiş bir kavramdır. Eski Yunan medeniyetinde oyun, çocuğun yaptığı etkinliği yetişkinlerin etkinliğinden ayırmak için kullanılan bir kavramdı (Bener,2016). Arkeolojik bulgular ve tarihi metinler Antik Yunan Medeniyeti ve Roma'da oyunun çocuklar arasında olduğu kadar yetişkinler arasında da oldukça yaygın olarak oynandığını göstermektedir. Gerçekten de bu toplumlarda çok fazla sayı ve çeşitte oyun ve oyuncak bulunduğu bilinmektedir (Bener,2016).

Kültürün topluma aktarımı ancak kişilerin birbirleri ile, çevre ile etkileşimi sonucunda mümkün hale gelir ve bu durum oyun oynama için de geçerlidir. Birey toplum kültürünü ilk olarak oynadığı oyunlar yoluyla edinir. Oyun işte bu yüzden ortaya çıktığı topluma ait kültürel unsurlara ve ortaya çıktığı zamana göre şekillenir (Winnicott, 2013). Bundan dolayı oyun kültürden ve zamandan bağımsız düşünülemez. Oyunlar toplumların kutsalları, yaşam biçimleri, üretim şekilleri ve yönetimleri ile yakından ilişki içindedirler. Antik kalıntılar ile edilen bilgiler ışığında oyunlar, tarih boyunca çocuklar kadar yetişkinler tarafından da oynanmıştır ve oynadığı döneme ait yaşam tarzına, askeri yapıya, yönetime, üretime ait birçok öğeyi barındırmaktadır.

Antik Yunan Medeniyetine ait yapılan kazılarda oyunlara ait ortaya çıkanlar, o dönemde oyunların çoğunlukla ibadethanelerde oynandığı, eğlendiren ve aynı zamanda da kültürel aktarıma, öğrenmeye aracılık ettiğini göstermiştir. Antik Roma Medeniyetine ait kazılarda ise oyun daha çok toplumun günlük yaşayışı ve askeri yapıya ait izler taşır (Bener,2016). Yine antik Yunan'da sopalarn ucunda çemberler, topaçlar gibi oyuncakların varlığı bilinmektedir. Bunun yanında yetişkinlerin de geleceği tahmin etme, yarışma, astronomi gibi alanlarla ilişkili çeşitli oyunlar oynadıkları bilinmektedir (Onur,2022).

Arkeolojik bulgular ışığında M.Ö. 3100 yıllarında Antik Mısır'da Senet isimli bir oyunu anlatan hiyerogliflerin olduğu görülmüştür. Yine M.Ö. 300 yıllarında Pers'lerin tavlaya benzer bir oyun oynadıklarına dair kalıntılara rastlanmıştır. Yine araştırmalarda M.Ö. 600 yıllarında Hindistan'da Satranç oyununa dair izlere rastlanmıştır. Bununla birlikte Platon M.Ö. 345 yılında Yasalar kitabında oyunu bir ibadet türü olarak tanımlar (Sezen ve Sezen, 2011). Eski Mısır mezarlarında birçok oyuncak bebeğe rastlanmıştır. Pişmiş topraktan yapılan bu bebeklerin yanında, tekerlekli atlar, içine tohum doldurulmuş çingiraklar da Eski Mısır Medeniyeti'ndeki oyuncaklar hakkında bize fikir vermektedir (Onur, 2022).

Antik Çağ'da oyunların bir diğer ortak noktası ise oyun alanlarının devlet binaları önünde yer almalarıdır. Meydanlar, ibadet yerleri, hamamlar, kamu binaları gibi mekanların önleri birer ikişer oyun tablalarının bulunduğu yerler olmuştur (Bener, 2016). Oyunlar tarihin en eski dönemlerinden bu yana kutsal öğelerle hep iç içe olmuştur. Bunun en çarpıcı ifadesi olarak, Hindulara ait yaratılışı anlatan mitlerde dünya yaratıcının tasarladığı bir oyun olarak sembolize edilmiştir (Dursun, 2014).

1338 yılına ait bir tarihi metinde Belçika'da o dönemlerde kukla oyununun oynandığına dair bilgilere rastlanmıştır. Roma'da ise bu dönemlerde güreş ve çeşitli yarış müsabakaları ilgi görüyordu. Kiliselerdeki eklemli bebekler muhtemelen o dönemin sosyal ve siyasi yapısına uygun olarak okçuluktan esinlenerek yapılmıştır (Onur, 2022). Orta çağ dönemine gelindiğinde oyunlar daha çok şövalye ve savaş öğeleri içermeye başlar. Halk oyunları artık birçok kutsal anlamını yitirmiş neredeyse çılgınlık derecesine varan eğlence hâlini almıştır. Oldukça gösterişli, ritüeller içeren, şövalye unsurları yanında aşka ait unsurlar da barındıran bir yapıya dönüşmüştür (Huizinga, 2013). Orta çağ sonrası dönemlerde oyun türlerinde çeşitlilik artmış ve günümüze kadar uzanan oyunlar ortaya konmuştur. Günümüzde bilinen ve oynanan geleneksel oyunların önemli bir kısmı bu dönemde olgunlaşmıştır. Yakın zamanda ise dijital oyunlar ön plana çıkmaya başlamıştır.

18.yy'a doğru geldikçe oyuncakların çeşitlerinin ve gerçekçiliğinin arttığı görülmektedir. Gerçeğe çok benzeyen evler ve mutfak eşyaları gibi oyuncaklar bu dönemde kadınların ilgisini çekerken, erkekler için ise tahta atlar olmazsa olmazdı (Onur, 2022). 1860 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde Milton Bradley adlı bir oyun şirketi kurulmuştur. Bugün hâlâ Hasbro şirketinin bir markası olarak yoluna devam eden bu oyun şirketi analog oyunlar ve dijital oyunlar geliştirmiştir. 1883 yılında Parker Brothers adlı oyun şirketi kurulmuş ve bugün hâlâ varlığını devam ettirmektedir. Dünya çapında oynanan monopoli ve risk gibi dijital olmayan oyunları da bu şirket geliştirmiştir (Sezen ve Sezen, 2011). Bunlar ve bunun gibi şirketler, özellikle ABD ve Japonya'da kurulmuş, faaliyet göstermiş 20.yy. başlarında artık dijital oyunlar geliştirmeye girişmişlerdir

İlk dijital bilgisayar oyunu 1958'de ABD New York şehrinde geliştirilmiştir. Bu, Amerika Birleşik Devletleri ve Sovyetler Birliği arasındaki Soğuk Savaşını yansıtan, masa tenisine benzer "Tennis for Two" adlı interaktif bir oyundur. Ancak ilk gelişmiş bilgisayar oyunu, 1962'de Steve Russell ve arkadaşları tarafından geliştirilen Spacewar'dı (Yılmaz ve Çağıltay, 2004). Zamanla dijital oyun sektörü, diğer disiplinlerle iş birliği yaparak ve oyunlara hikayeler ekleyerek büyümesini sürdürmüş, bilgisayarların, cep telefonlarının bir parçası haline gelmiş ve insanların her an erişip oynayabileceği devasa bir büyüklük meydana getirmiştir. İkinci Dünya Savaşı ve Soğuk Savaş dönemindeki gelişmeler elektronik oyunların gelişmesinin de kapısını aralamıştır. Günümüzdeki bilgisayar oyunlarının ilk parçaları ise İkinci Dünya Savaşı'nda ihtiyaç duyulan teknolojik gelişmenin bir sonucu ve bir yan ürünü olarak ortaya çıkmıştır. Soğuk Savaş dönemindeki (1947-

1991) her alanda yaşanan rekabetin bir parçası olan teknoloji alanındaki rekabet bilgisayar teknolojisinin hızlı gelişmesini sağlamış ve dolaylı olarak dijital oyun endüstrisini etkilemiştir (Ulusoy, 2019).

Oldukça hızlı gelişen bu sürecin sonunda ise, günümüzde artık dijital oyunlar neredeyse tamamen geleneksel oyunların yerini almaya başlamıştır. Digital Games 2020 raporuna göre raporun yayımlandığı sene dünya çapında yaklaşık 2,7 milyar oyuncu bulunuyordu. Bunun 2021'de 2,91 milyara ve 2023'te 3,07 milyara ulaşması bekleniyordu. Bölgelere göre dağılıma bakıldığında Asya-Pasifik bölgesinde yaklaşık 1.44 milyar oyuncu bulunuyor. Avrupa ülkelerinde yaklaşık 386 milyon, Orta Doğu ve Afrika ülkelerinde yaklaşık 377 milyon, Latin Amerika'da yaklaşık 266 milyon ve Kuzey Amerika ülkelerinde ise yaklaşık 210 milyon dijital oyuncu bulunmaktadır. Ülkemizde de benzer şekilde oyun sektörü her geçen yıl büyümeye devam etmektedir (Yıldız, 2022).

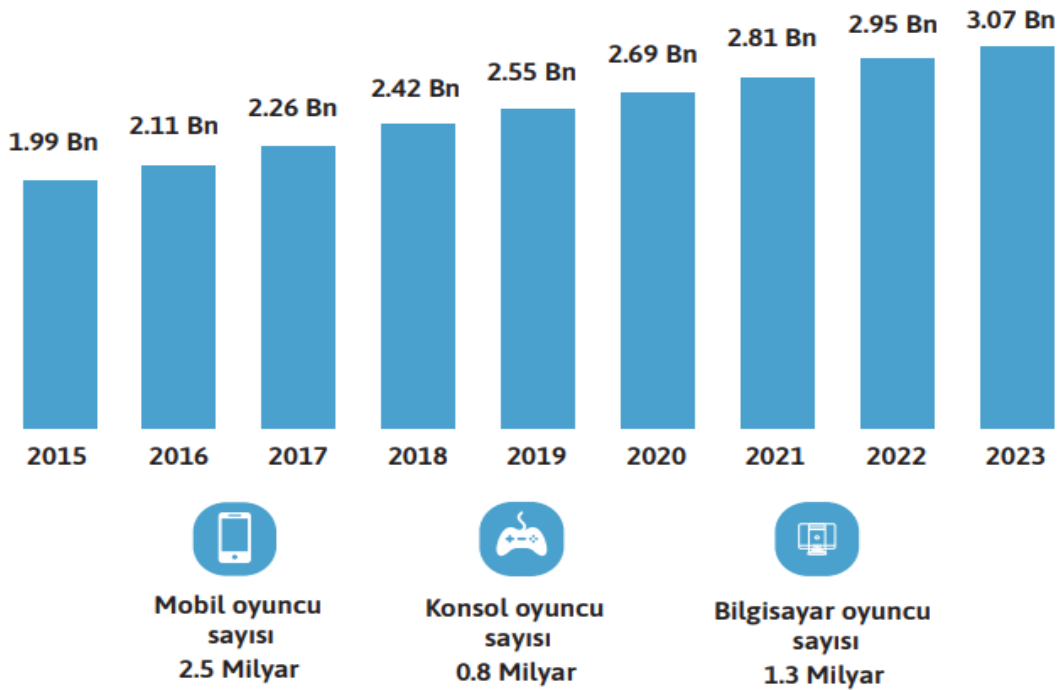
Türkiye ise elektronik oyunlarla ilk kez 1980'li yıllarda tanışmıştır. Tanışma süreci gelişmiş ülkelere göre daha geç olsa da oyunların ve oyun makinelerinin tanıtılma hızı ve gelişimi açısından aradaki fark çok hızlı bir şekilde kapanmıştır (Yılmaz ve Çağiltay, 2004). Ancak oyun makinelerinin geliştirilmesi, makinelere ulaşmanın kolaylaşması konusundaki gelişmeler, oyun oluşturma ve yazılım geliştirme alanında gözlemlenmemiştir. Türkiye nüfusunun 72 milyonu internet kullanmaktadır. Yine ülkede mobil oyun oynayanların yüzdesi %81 – (51 erkek, 49 kadın) iken, bunların %72'si her gün oynamaktadır (Gaming InTurkey. 2022).

### **2.1.3. Dijital oyun kavramı**

Hızla gelişen teknolojinin sunduğu yeni seçenekler sayesinde, çevresel etkilere açık olan insanların çeşitli alışkanlıkları son zamanlarda değişmeye başlamıştır. Bilgisayar ve internet teknolojisinin kullanımının artmasıyla birlikte son zamanlarda insanların ihtiyaç ve taleplerini karşılamak için çeşitli alanlar ortaya çıkmıştır. Bu yeni alanlardan biri de dijital oyun alanıdır (Taylan vd, 2017). Dijital oyun, elektronik oyun, video oyunu ve bilgisayar oyunu terimleri farklı oyun türlerine karşılık gelir, ancak artık birbirinin yerine kullanılmalarına sıklıkla rastlanmaktadır. Dijital oyun terimi, bir oyuncu tarafından oynanmak üzere elektronik bir sistem kullanan ve oyuncunun bu elektronik sistemle bir grafik ekran veya yardımcı cihaz aracılığıyla etkileşime girmesini

sağlayan herhangi bir oyunu ifade etmektedir (Sayın,2016). Oyun ve bilgisayarın tanımlarından yola çıkılarak bilgisayar oyunu kavramı “sanal ortamda, eğlenmek için oynanan oyun türü” olarak tanımlanabilir. Bir bilgisayar oyununu oyun kavramı içinde tanımlamak da mümkündür (Topşar, 2015).

Dijital oyun oynamaya yarayan elektronik sisteme platform denir. Platformlar, atari makinelerinden, bilgisayarlara, mobil cihazlara ve oyun konsollarına kadar uzanır. Dijital oyunların yaygınlaşmasından önce çok popüler olan atari makineleri gibi özel oyun platformları yakın zamanda gözden düşmeye ve yerini oyun konsolları ve mobil cihazlara bırakmaya başlamıştır (Sayın, 2016). Küreselleşmenin doğrudan etkisi, özellikle masaüstü ve dizüstü bilgisayarlar, oyun konsolları, cep telefonları, tabletler, PlayStation ve Xbox gibi elektronik platformlar üzerinden oynanan dijital oyunların popülerliğini artırmıştır (Taylan vd., 2017).



Şekil 1. Yıllara göre oyuncu sayıları (Newzoo, 2021)

Newzoo'nun 2020 yılında topladığı verilere göre dijital oyun sektörü %9,3 büyüyerek 159 milyar dolara ulaşmıştır. İstatistikler, dijital oyun pazarının 2026 yılına kadar 295 milyar doları aşacağını işaret etmektedir. Ülkemizde kadınların yüzde 81,7'si, erkeklerin ise yüzde 76,5'i mobil oyun oynamaktadır. En popüler oyun türlerinin

de macera, aksiyon, spor, bulmaca ve strateji olduğunu görülmektedir (BTK, 2020). Yine 2020 yılında dünya genelinde 2.69 milyon olan dijital oyuncu sayısının 2023 yılına gelindiği zaman 3,07 milyon olması ön görülmüştür.

#### **2.1.4. Dijital oyunun olumlu etkileri**

Dijital oyunların bireyin yaşamının ayrılmaz bir parçası haline geldiği günümüz toplumunda, dijital oyunları oynamanın oyuncular üzerindeki etkisini anlamak, giderek daha önemli hale gelmeye başlamaktadır. Bu alandaki ulusal ve uluslararası araştırma sonuçları, dijital oyunların el-göz koordinasyonu, karar verme, dikkat ve görsel uzamsal beceriler gibi bilişsel beceriler üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Sağlam, 2019). Dijital oyunlara getirilen temel eleştirilerden biri sadece eğlence aracı olarak kullanılması olmuştur. Ancak bu görüş son dönemde değişmeye ihtiyaç duymaktadır. Giderek artan bir şekilde, günümüzde bilgisayar oyunları birçok yerde birincil öğrenme aracı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Bilgisayar oyunları, zor konu alanlarının öğretilmesinden, sosyal becerilerin geliştirilmesine, insan kaynaklarının yönetilmesinden, karmaşık mali konuların anlaşılmasına kadar oldukça önemli ve kullanışlı öğrenme aracı olarak kendilerini kanıtlamışlardır (Ocak, 2013). Eğitsel oyunlar, eğitim ile ilgili bir amaca yönelmiş, bilişsel, sosyal, davranışsal veya duygusal boyutları olan bireysel veya grup oyunları olarak tanımlanabilir. Eğitsel oyunlar genellikle, oyuncuları hikayeler ve anlatılar yoluyla öğrenme etkinliklerine çeken hayal unsurları içerir. Bu oyunlar öğrencileri motive eder ve öğrenme farkındalıklarını artırır. Oyuna dayalı öğrenmenin başarısı, öğrencilerin öğrenmenin merkezinde yer alması, etkileşim kurması ve öğrenme etkinliklerine aktif olarak katılmasıyla ilişkilidir (Demiral, 2010).

Karmaşık ve eğlenceli yapıları ile belirli bağlamlar için özel olarak tasarlanmış dijital oyunlar, bir yandan başarı duygusu sağlarken bir yandan da ödül sistemlerini de bünyesine katarak oyunculara belirli becerileri kazandırabilmektedir. Eğitim amaçlı tasarlanan oyunlar, hem okul çağı çocukları hem de birçok meslek alanındaki bireyler için belirli bir konuda öğrenmeyi kolaylaştırarak kademeli ilerleme sağlamaktadır (Çakmak, 2016). Ayrıca daha karmaşık yapıya sahip oyunlar da karar verme sürecini hızlandırmaya yardımcı olmaktadır. Oyunu ilerletmek için soyut düşüncüyü kullanarak önlerine çıkan engelleri çözen oyunlar, özellikle genç oyuncularda

verilen yönergeleri takip etme ve problem çözme düşüncesi gibi becerilerin gelişimini destekler. Oyun talimatlarını okumak, bir çocuğun hem verilen talimatları okuma hem de takip etme becerisini destekler. Ek olarak, oyuncuların kullanabileceği kaynakları izlemek ve yönetmek, problem çözme becerisine olumlu katkıda bulunur (Üstün, 2020).

Birçok beceri oyunu, oyun karakteri ile aynı anda koşma ve ateş etme gibi birden çok eylemi aynı anda gerçekleştirebilme becerisi gerektirir. Bu, el-göz koordinasyonunun gelişmesine yardımcı olur, çünkü bir karaktere yön veren oyuncunun aynı anda ekranın farklı bölümlerine görsel olarak dikkat etmesi, ellerini ve kontrol cihazlarını uygun şekilde kullanması gerekir. Strateji oyunları ise oyuncunun durumdaki ani değişikliklere dikkat etmesini, buna göre uyum sağlamasını gerektirir ve bu oyuncunun durumsal farkındalığını artırır. Strateji oyunları ayrıca planlama ve kaynak kullanımında karar verme becerilerini geliştirmeye yardımcı olur. Öte yandan, zamanla giderek zorlaşan bir oyun, oyuncuyu başarılı olana kadar oynamaya ve azimli olmaya yöneltir. Ek olarak, bu tür oyunlar genellikle artan dikkatle oynanır, bu nedenle konsantrasyonu da artırabilir. Çevrim içi oyunlar ayrıca, oyuncuların farklı kültür ve dillerle etkileşime girmesine olanak tanır, çocukları takım halinde birlikte çalışmaya, ortaya çıkan sorunları çözmek ve kazanmak için diğer kişilerle iş birliği yapmaya teşvik eder (Sayın, 2016).

Öğrenmenin etkili ve kalıcı olabilmesi için beş duyunun da (görme, duyma, tatma, koklama ve dokunma) sürece dahil olması gerekir. Standart oyunlar genellikle görsel ve işitseldir, ancak yeni nesil oyunlar, dokunmatik ekranları ve gelişmiş oyun denetleyicilerini (joystick'leri) oyunlarına dahil eder. Bugün bile çoğu oyun insan hareketleri tarafından kontrol ediliyor. Günümüzün dijital oyunlarında oyuncunun bizzat fiziki olarak dahil olduğu bir süreç vardır ve bu süreç eğitim sisteminde ‘yaparak, yaşayarak öğrenme’ kavramına karşılık gelir, kalıcılık oranı oldukça yüksektir (Bozkurt, 2014).

### **2.1.5. Dijital oyunun olumsuz etkileri**

Literatürde dijital oyunların olumlu yönlerini ortaya koyan çalışmaların aksine, oyun oynama sırasında oluşabilecek psikolojik ve fizyolojik sorunların varlığını gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (Gürcan vd., 2008). Günümüzde dijital ortam hemen hemen her alanda gerçekte olanların yerini almaya başlamıştır. Bu alanların

başında oyun ortamları gelmektedir. Bazı olumlu etkileri olsa da bu durum genel olarak ciddi olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. Dijital oyunların olumsuz etkileri, özellikle oyun şiddeti ve kumar bağımlılığı bağlamında tartışılan ve incelenen konulardır. Dijital oyunlar, her yaşa hitap eden eğitici ve eğlenceli içeriklerin yanı sıra yoğun şiddet öğelerini de barındırmaktadır. Bu nedenle, çevrim içi oyunlarda şiddet, oyuncunun düşüncelerini ve duygularını etkileyerek oyuncunun kısa veya uzun vadeli saldırgan davranışlarda bulunmasına veya gerçek hayatta şiddete başvurmasına neden olabilir. Oyunlarda yoğun şiddete görseline, söylemine maruz kalmak, çocukların gelişimini olumsuz etkiler. Dijital oyunlarda şiddet öğelerinin, suç, savaş ve hırsızlık gibi olguların normalleştirilmesi bireylerde duyarsızlık, düşmanlık, aldatma gibi olumsuz olguları normalleştirerek duyarsızlık, düşmanlık, aldatma gibi olumsuz duygu ve davranışlara sebep olmaktadır. Aşırı bilgisayar kullanımı ve oyun oynamanın, bireyin akademik, profesyonel veya kişisel yaşamında sorunlara neden olabileceği, olumsuz psikolojik, fizyolojik ve sosyal etkileri olabileceği gözlemlenmektedir. Bağımlılık da dijital oyunların olumsuz etkileri arasında başta gelen olumsuzluklardandır. Sanal ortamda bağımlılığın en başta gelen sebeplerinden biri dijital oyunlardır, dolayısıyla dijital oyunlar, zaman içinde oyuncu özerkliğinin azalması ve günlük yaşam yükümlülüklerinde ihmal gibi etkilere sebep olarak karşımıza çıkmaktadır (Birol, 2021; Gentile, 2003; Günüş, 2009; Söğüt, 2020).

Aşırı oyun oynayan kişilerin, arkadaş ve aile dahil olmak üzere sosyal çevrelerinden soyutlandıkları, günlük yaşam aktivitelerinden koptukları ve yalnızca oyun içi başarılarına odaklandıkları durumlar görülebilmektedir. Oyuna bağımlılık, özellikle küçük yaşlarda depresyon ve kaygıya yol açabilir. Ayrıca özellikle çocuklarda sosyal fobi oluşmasına yol açabileceğine dair yapılan çalışmalar bulunmaktadır. Yine oyun bağımlılığı olan çocuklarda genel olarak akademik performansta düşüş gözlenmektedir. Dijital oyunların aşırı oynanmasının fizyolojik sağlığı da olumsuz etkilediği gözlemlenmektedir. Bu etkiler arasında obezite ve aşırı ekran süresinden kaynaklanan sinir sıkışması, karpal tünel sendromu, duruş bozuklukları ve kas-iskelet sistemi bozuklukları gibi sorunlar yer alır. Yine dijital oyunların yanlış fikirler ve ideolojiler taşıması riski de, dijital oyunların olumsuz etkilerine dair bir eleştiri noktasıdır (Sayın, 2016).

### 2.1.6. Dijital oyun türleri

Dijital oyunlar için çeşitli sınıflandırmalar yapılmıştır. Bu sınıflandırmalardan biri, oyuncunun oyunu oynadığı andaki bakış açısını temele alarak sınıflandırma yoluna gider; Buna göre dijital oyunlar üç sınıfa ayrılmaktadır ve oyunlar arasındaki temel fark, oyuncunun oyunu birinci kişi gözüyle, üçüncü kişi gözüyle veya her şeyi tepeden gören bir gözle oynamasıdır (Buckingham, 2006). BTK, 2020'ye göre ise dijital oyunlar; konsol oyunları, bilgisayar oyunları, çevrim içi oyunlar ve mobil oyunlar olmak üzere dörde ayrılmaktadır. Konsol oyunları, özellikle video oyunları oynamak için geliştirilmiş cihazlarda oynanır. Oyuncular, denetleyici düğmeler ve oyun çubuklarıyla, elde taşınan cihazlarla video oyunları oynayarak etkileşim kurarlar. Dijital devrimin başlamasıyla birlikte bilgisayarlar, oyun geliştirmede de çok önemli hale geldi. Oyunlarda hareket ve yön, fare, klavye ve direksiyon simidi gibi kontrol cihazları tarafından belirlenir. Günümüzde hâlâ popüler olan bilgisayar oyunları, oyuncuların çevrim içi oyun oynamak için tercih ettiği bir seçenek haline geldi. Çevrim içi oyunlar, bir veya daha fazla oyuncunun, bir ağa bağlanarak oynayabileceği oyunlardır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte çevrim içi oyunlar dünyanın her yerinde, herkesin oynayabileceği oyunlar haline geldi. Teknoloji ilerledikçe insanlar cep telefonu ve tablet gibi taşınabilir cihazları giderek daha fazla kullanmaya başlamış ve dijital oyunlarda yeni bir devrim meydana gelmiştir. Mobil oyun ile birlikte dijital oyunlar her yaştan ve cinsiyetten insanın oynayabileceği bir hale gelmiş ve dünya çapında, büyük yer edinmiştir (BTK, 2020). Bilgisayar oyunlarının popüleritesi, genellikle iki amaca hizmet etmelerine yol açmıştır. Bunlar eğitici ve eğlenceli oyunlardır. Eğitsel oyunlar, genellikle oyuncuların bir konu hakkında düşünmesini veya öğrenmesini sağlayan oyunlardır. Eğlence oyunları ise sınırsız hayal gücü ile çalışır ve asıl amacı kullanıcıyı meşgul etmek ve eğlendirmektir (Bozkurt, 2014).

Dijital oyunlar aynı zamanda tematik olarak, oyuncu tercihleri doğrultusunda şekillenmiş çok sayıda ve farklı türde oyun bulundurmaktadır. Kesin bir görüş birliği olmamakla birlikte taktik, yap boz, macera, aksiyon, spor, rol yapma ve simülasyon olmak üzere yedi oyun türü belirlenmiştir (Aytekin, 2017). Dijital oyunlar farklı kaynaklarda farklı kategorilere ayrılmaktadır. Araştırmada bu ayrımlardan tematik bir sınıflandırma ile ilgili daha detaylı bilgi verilmiştir;

### 2.1.6.1. Taktik (strateji) oyunları

Stratejik, taktiksel ve ekonomik zorlukların aşılmasını gerektiren bu tür oyunlar, oyuncu planlamasını ve taktiklerinin geliştirilmesini teşvik eder. Strateji oyunları oyuncunun taktiksel yollarla oyunda karşısına çıkan sorunları çözmeye dayalı oyunlardır (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2020). Strateji oyunları, aksiyon-macera oyunlarından farklı olarak daha geniştir. Bire bir dövüş yerine taktiklerle düşmanları yenme eğilimindedir ve genellikle düşmanın güçlü ve zayıf yönlerini dengeler. Ayrıca, geniş kapsamlı olmaları nedeniyle, strateji oyunları genellikle bulmaca oyunlarında bulunan mantık zorluklarını, simülasyon oyunlarında bulunan kaynak yönetimi unsurlarını ve rol yapma oyunlarında bulunan karakter yönetimi unsurlarını içerir. Ancak çözülmesi gereken mantıksal sorunun oyuncular arasındaki çatışmaya sebep olması, kaynak yönetiminin sonuca götüren bir araç olması strateji oyunlarını diğer türlerden ayıran özelliklerdir (Sayın, 2016). Strateji oyunları başlangıçta satranç ve dama gibi masa oyunlarının mantıksal yapısının sanal dünyalara uyarlanmasıyla geliştirilmiştir. Satrancın temeli, binaların ve savaşçıların aynı anda fethedilmesidir. Zamanla oyundaki birimlerin sayısı artmış ve onlara farklı görevler verilmiştir. Zamanla oyun araçlarının gelişmesiyle birlikte strateji yürütmek için piyon, at veya kale gibi bir kişiyi kontrol etmek de mümkün hale gelmiştir (Günay, 2011).

Kendi içinde farklı türlere ayrılır; savaş türü oyunlarda oyuncunun düşmana karşı neden zafer kazanması gerektiği bir hikâye eşliğinde oyuncuya aktarılır ve zafere giden yol gösterilir. Belirli bir harita üzerinde stratejik veya taktik ilerleme gerektirdiğinden, bu oyunlarda tarihsel doğruluk da önemlidir (Kaya, 2013). Gerçek zamanlı strateji oyunları ise geleneksel strateji oyunlarında görüldüğü gibi oyuncuların kaynakları toplama, yönetme, orduları ve binaları inşa etme, yönetme gibi görevleri birbiri ardına değil, sürekli olarak gerçekleştirdiği oyunlardır. Gerçek zamanlı strateji oyunu terimi, Starcraft'taki bu oyun türünün bir örneği olan Dune II'den kaynaklanmıştır. Bunun yanında gerçek zamanlı taktiksel strateji oyunları vardır ki bunlar; savaş durumlarını ve askeri taktikleri simüle eden gerçek zamanlı savaş oyunlarıdır. Bu tür; kaynak yönetimi, ordu, bina inşası eksikliği ve oyundaki savaş taktiklerinin daha büyük önemi nedeniyle gerçek zamanlı strateji oyunlarından farklıdır. Bu tür oyunlara Blitzkrieg serisi ve World in Conflict örnek olarak verilebilir (Sayın, 2016). Politik strateji oyunlarında ise amaç bir

kenti, ülkeyi politik ve ekonomik olarak iyi bir şekilde yönetmeye çalışmaktır. Age of Empires ve gibi oyunlar bu türe örnek gösterilebilir (Kaya, 2013).

#### 2.1.6.2. Yapboz oyunları

Yapboz, birçok çağda oynanan geleneksel bir oyundur. Oyuncunun parçaları bir araya getirmesini gerektiren bu oyun türünde, birçok parçaya bölünmüş olan görüntü, tek bir birim oluşturacak şekilde düzenlenmeye çalışılır. Oyuncuların parçaları organize etmeye devam etmeleri için motive olmasını sağlayacak çeşitli desenler ve renkleri ipucu olarak sunan oyunlarda, oyuncu buradan yola çıkarak bütünü oluşturmaya çalışır. Yapboz oyunları el göz koordinasyonu ve dikkat gerektirir. Bu yenilikçi, ilgi çekici ve oynaması eğlenceli oyunlar, öğrencilerin öğrenme hedeflerine en uygun şekilde ulaşmalarına yardımcı olabilmektedir (Walidah, 2023).

Bu oyun türünde oyuncular kendi planladıkları eylemlerle bulmacayı zekice çözmek için mücadele ederler. Rakipli veya rakipsiz oynanabilir. Amaç genelde oyun içi şekilleri, renkleri ve sembolleri belirli bir sırayla yönetmektir. Dijital yapboz oyunları, oyuncuların sonuca varmak için, mevcut her bilgi parçası üzerinde düşüncelerini gerektirir. Genel olarak tüm katılımcıların davranış modelleri gözlemlenerek, farklı oyun stratejilerine karşılık gelen çeşitli davranış türleri belirlenebilir. Örneğin oyuncular gözlemlendiği zaman, önemli bir kısmının problemi çözmek için deneme yanılma taktiklerini kullandığı görülebilir. Bununla birlikte, bu süreç öngörülemez veya rastgele görünse de, durum her zaman böyle değildir (Hong vd, 2012). Yapboz oyunları strateji geliştirmeye, çocukların zihinsel gelişimine katkıda bulunabilir. Yapılan çalışmalar özel gereksinimli çocuklar için tasarlanan dijital yapboz oyunlarının gelişime katkı sağladığını göstermiştir (Chen, 2013).

#### 2.1.6.3. Spor oyunları

Spor oyunları, sanal ortama uyarlanmış bir spor alanının tüm özelliklerini sergilemek ve bu spor alanını taklit etmek üzere tasarlanan oyunlardır. Örneğin futbol maçlarına ilişkin ofsayt, gol, penaltı gibi özellikler oyuna yansıtılır. Bu tür oyunlar spora göre değişir, ancak oyun çubuğu, klavye ve strateji becerileri gerektirir. Böyle bir oyunun seçilmesinin nedeni, kişinin tercih ettiği oyun tarzını ve taraftarı olduğu takım ve

oyuncuları simüle etmek ve bu oyunculara koçluk yaparak başarıya ulaşmaktır. Bu tür oyunlara örnek olarak futbol, basketbol ve dövüş oyunları simülasyonu sunan Playstation, Fifa serileri verilebilir. Bu oyunların iki unsuru vardır. Bunlardan ilki, oyunun detaylarına odaklanan ve kendi kurallarına göre oynanan tüm spor disiplinlerini ifade eder. İkinci olarak spor yönetimi oyunlarında oyuncular takım yöneticisinin rolünü değiştirir. Oyuncular strateji, taktikler, transferler ve finansal konularla ilgilenmelidir (Sağlam, 2019).

Bu oyunlar geleneksel sporlara dayanmaktadır. Bu oyunlar iki farklı özelliğe göre sınıflandırılmaktadır. Futbol ve basketbol gibi takım oyunlarından ekstrem sporlara kadar, türlerine göre oluşturulan tüm spor oyunlarını kategorize eden ilk ayırım, oyunun dayandığı spora göre yapılır. Diğer ayırım ise oyuncunun sporu yapan kişiyi yöneten kişi mi yoksa sporun arkasındaki strateji ve organizasyonu yöneten kişi mi olduğuna göre yapılır. FIFA serisi, tek oyuncuya dayalı bir oyun örneğidir ve Championship Manager, sporun arkasındaki strateji ve organizasyona dayalı bir oyun örneğidir. Bu tür oyunlar, dayandıkları sporlar gibi, genellikle oldukça rekabetçidir. Bu türdeki birçok oyun, gerçek spor kulüplerinin, takımlarının ve sporcularının logolarını, adlarını ve karakterlerini kullanır (Sayın, 2016).

Bu tür, zamana, oyuncunun reflekslerine ve fiziksel becerisine dayanan, yüksek dikkat düzeyi gerektiren oyun türüdür. Bu tarz bir oyun oynarken arayüz ile etkileşim üst seviyede olur. Bir oyuncunun motor becerileri ve arayüzleri kullanma becerisi, oyuncunun oyun içi performansı için çok önemlidir. Öte yandan, bir joystick düğmesine eşdeğer bir sanal ortam kurarken oyuncunun, sanal nesnenin hedeften yönü, açısı ve mesafesi gibi karmaşık bilişsel süreçleri içeren bir dizi parçayı bir araya getirmesi gerekir. Örneğin, bir futbol maçında, topun gücünü, mesafesini ve diğer parametreleri belirledikten sonra, bir joystick düğmesine basmak şutu atar. Program, zamanlamaya ve önceki parametrelere bağlı olarak topun hedefini hesaplayacaktır. Oyuncu hem zihinsel hem de fiziksel olarak gerektiği gibi performans gösterebilirse, top hedefine ulaşacaktır. Araba ve benzeri araçlarla yarış oyunlarını spor oyunları kategorisinde derecelendirmek mantıklıdır. Özellikle küçük erkek çocuklar bu tür oyunların hayalini kurar. Oyun tarafından sağlanan veya oyuncu tarafından oluşturulan bir kural yapısı, yarış arabası, uçak, motosiklet, tekne gibi araçların sanal ortamda serbestçe kullanılabileceği sanal bir ortam sağlar. Şu anda en popüler spor oyunları arasında "FIFA" serisi, "NBA" serisi, "UFC" serisi yer almaktadır (Kilci, 2019).

#### 2.1.6.4. Macera oyunları

Oyuncu bu oyun türünde, hakkında tam anlamıyla bilgisi bulunmayan bir dünyada, oyunun sonunu getirebilmek ve başarı elde edebilmek için, verilen ipuçlarını da kullanarak çeşitli materyaller toplar, önüne çıkan bulmacaları, sorunları çözmeye çalışır ve sonunda işin gizemini çözerek sonuca varır (Vatandaş, 2020). Bu oyunlarda bireyin haz aldığı temel unsur kendisine oyun içinde verilen bulmacayı çözmektir. Oyuncular garip bir dünyada birçok sorunu çözmeye çalışır. Oyuncu, çevre ile etkileşime girer ve engelleri aşarken, bulmacaları çözerken, oyunun içinde bulunan malzemeleri kullanır. Bu oyunlarda karakterin veya oyunun gelişimi söz konusu değildir, dolayısıyla level atlama, yükselme yoktur (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2020). Bu oyun türü, içinde alt bölümler bulunan, bir ana temaya dayalı, keşif, bulmaca, dövüş, araştırma, hız ve çeşitli hareketler içeren dijital oyun türüdür. Bunlara örnek platform oyunları ve labirent oyunlarıdır; Platform oyunları; oyuncunun (sanal) bir platformda zıplama gibi eylemler gerçekleştirerek bir karakteri fiziksel olarak kontrol ettiği bir türdür. Bu oyun türünde, karakterin etkileyici zıplama yetenekleri, oyun bulmacalarını çözmeye ve karşılaşılan düşmanları yenmeye dayalı bir veya iki basit dinamik hareketi bulunu; Mario oyunu gibi. Labirent oyunları; içsel karmaşıklıkları ve beklenmedik anlarda ortaya çıkan güçlükleri nedeniyle içinden çıkılması zor macera oyunlarıdır; Pacman oyunu gibi (Sağlam, 2019).

#### 2.1.6.5. Aksiyon oyunları

Oyuncuların aksiyon oyunlarında karşılaştıkları zorlukların çoğu fiziksel becerilerini ve koordinasyonlarını test eder. Aksiyon oyunları genellikle oyuncuların el-göz koordinasyonu ve kısa reaksiyon süresi becerilerini kullanmasını gerektirir. Bunlara örnek dijital savaş/dövüş oyunları ve atış oyunlarıdır. Bu oyun türünde meydan okuma, takım arkadaşlarıyla koordineli oynama ve strateji becerilerinin gelişmiş olması oyuncunun başarılı olması için gerekli özelliklerdir (Wright vd., 2002).

Aksiyon oyunlarının en başında gelen savaş/dövüş oyunları genellikle yapay zeka tarafından kontrol edilen, bir ağ üzerinden diğer kullanıcılarla oynanan dövüş/kavga içerikli oyun türüdür. Genellikle sadece iki oyuncudur, ancak bazı oyunlar dört oyuncuya kadar oynanabilir. Mortal Kombat oyunu bu türünün bir örneğidir. Atış oyunları ise,

oyuncuların tabanca, tüfek ve roket gibi silahların arasından ateş ederek ilerlediği oyunlardır. Oyuncu karakterin gözleriyle oynanan oyuna "birinci şahıs nişancı", oyuncu karakterinin arkasından oynanan oyuna "üçüncü şahıs nişancı" denir. Öte yandan taktik atış oyunları, belirli bir hikaye içinde oynanabilen, gerçekliği ve takım çalışmasını vurgulayan oyunlardır (Sayın, 2016).

#### *2.1.6.6. Rol yapma oyunları*

Rol yapma oyunları, oyuncuların kurgusal bir ortamda, bir karakterin rolünü üstlendiği oyun türüdür. Oyuncular, diğer oyuncularla birlikte oluşturdukları oyun senaryolarını veya hikayelerini canlandırarak bu rolleri sergileyebilirler. Basitçe söylemek gerekirse, oyuncunun, oyunun hikayesine uygun olarak kendi oluşturdukları bir karakterin kişiliğine büründükleri bir oyun türüdür. Oyuncunun, iyi tanımlanmış bir dünyada kahramanın hareketlerini kontrol etmesine imkan verir. Rol yapma oyunlarının çoğu, Dungeons and Dragons gibi masa üstü rol yapma oyunları ile aynı ortamları, terminolojiyi ve oyun mekaniğini kullanır. Bu oyunların en önemli özelliği, farklı hikayeler ve anlatım öğeleri içermesi ve oyuncu karakterlerinin karmaşık ve gelişmeye açık olmasıdır (Sayın,2016).

Rol yapma oyunlarının temalarına göre farklı türleri bulunmaktadır; Aksiyon rol yapma oyunları, aksiyon ve macera tabanlı oyunlardır. Bugün bu türün örnekleri arasında "Warcraft" ve "Diablo" oyunları yer almaktadır. Taktik rol yapma oyunları strateji ve rol yapma oyunlarının temel özelliklerini bütünleştiren, rol yapma oyunlarında stratejik kararlar alma yeteneğini kullanmayı gerektiren oyunlardır. Final Fantasy Tactics böyle bir oyuna örnektir. Günümüzde oldukça yaygın olan devasa çok oyunculu çevrim içi rol yapma (MMORPG) oyunları bu türe örnektir ve genellikle çok sayıda oyuncunun sanal bir ağ üzerinden oynadığı birden çok oyunu ifade eder. MMORPG tarzı oyunlarda oyuncu, genellikle karakteriyle oyun dünyasını keşfeden ve daha da geliştirmeye çalışan bir klan üyesi olarak oyunun tek hakimidir. Bu oyunlara World of Warcraft ve Everquest örnek verilebilir (Sağlam, 2019).

#### 2.1.6.7. Simülasyon oyunları

Simülasyon teknolojisi oyun endüstrisine uyarlandıkça, doğa kanunlarının yapısı oyunlarda esneklik göstermeye başlamıştır. Doğa kanunlarının kontrolünde yaşanan deneyimler, oyunun eğlencesine müdahale edip, zaman zaman oyunculara bıkkınlık getirmektedir. Bu nedenle oyun geliştiricileri daha geniş bir kitleye hitap etmek, oyunun eğlence sınırlarını genişletmek istediklerinde simülasyon oyunları listesini genişleterek sosyal hayata uyarlamışlardır. Şu anda bu oyunların en popüler örnekleri arasında SimCity, The Sims, Silent Hunter 5, Tom Clancy's HAWX 2 ve sanal karakterlerin sosyal ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlayan uçuş simülatörleri sayılabilir (Günay, 2011).

Simülasyon oyunları, gerçek dünya aktivitelerini oyun ortamına getirir. Simülasyon oyunları; eğitim, analiz ve tahmin dahil olmak üzere çeşitli amaçlara hizmet eder. Bu tür oyunlar, oyunun amacını kesin olarak tanımlamak yerine, oyuncunun karakteri özgürce manipüle etmesine olanak tanıyan bir yapı izler. Simülasyon oyunları, 1989'da Will Wright'ın SimCity'sinin piyasaya sürülmesiyle başlamıştır. Simülasyon oyunları temalarına göre farklı isimler alırlar. Bunlara örnek; inşaat ve işletme simülasyonu; oyuncuların sınırlı kaynaklarla inşaat projeleri oluşturduğu, geliştirdiği ve yönettiği oyun türüdür. SimCity ve ThemePark bu oyun türünün örnekleridir. Yaşam simülasyonu; belirli organizma popülasyonlarını korumaya, muhafaza etmeye ve yetiştirmeye odaklanan bu simülasyon türüne Sims ve Spore oyunları örnektir. Araç simülasyonu; oyuncuların farklı araçları gerçekçi bir şekilde kullanmasını sağlayan oyunlardır. Bu araçlar, arabalar, uçaklar, gemiler ve uzay gemileri gibi farklı araç türlerini içerir. Bu tür oyunların temel amacı, kullanıcının bakış açısından aracı kontrol etmektir. Bu oyunlara Motocross Madness ve Train Simulator örnek verilebilir (Sayın, 2016).

#### 2.1.7. Çevrim içi oyun kavramı

Çevrim içi oyunlar çoğunlukla dijital oyunların bir türü olarak görülmektedir. Çevrim içi oyunlar tıpkı dijital oyunlarda olduğu gibi bilgisayar veya bilgisayar formunda cihazlar aracılığıyla, bir ağ bağlantısı üzerinden, insanlarla karşılıklı oynamaya imkân

sağlayan oyun türüdür. Bu oyun türünde birey farklı zamanlarda devam edebildiği, farklı teknolojik araçlar vasıtasıyla ulaşabildiği bir hesaba sahip olur (Kaya, 2013).

Sahip olunan bu oyun sürekli olarak geliştirilebilir. Çevrim içi oyunlarda oyuncuların, bir oyuna katılmak için öncelikle oyunun doğasına göre kendilerini temsil edecek bir oyun karakteri oluşturmaları, ardından sanal ortamı keşfedip, etkileşime girmeleri gerekmektedir. Oyuncular, oyunun doğasına bağlı olarak oyuncu karakterleri oluştururken, çevrim içi varlıklarını geliştirmek ve değiştirmek için sanal aksesuarlar satın alabilmekte ve kullanabilmektedirler (Sağlam, 2020).

Dijital oyundaki değişimler oyun salonlarında, cep telefonlarında, bilgisayarlarda, konsollarda ve internette gözlemlenebilir. Günümüzde oyunlardaki asıl değişim “çevrim içi olmak” şeklinde tanımlanabilir. Çevrim içi oyunların yaygınlaşması ile artık oyun sadece oynanan değil, izlenen bir yapıya bürünmüştür. Streaming platformları, mevcut çevrim içi oyun uygulama alanını temsil eder ve bu platformlar hem oyun izleyicileri hem de oyuncular meydana getirmiştir. Bu sayede seyirciler için seyirlik olan bir çevrim içi oyunlar, oyuncular için de bir gelir kaynağı olmaya başlamıştır (Durmuş ve Karatay, 2023).

### **2.1.8. Çevrim içi oyun türleri**

Çevrim içi oyunların sınıflandırması ile ilgili literatürde genel kabul görmüş bir ayırım gözlenememiştir. Birbirinden farklı sınıflandırmalar yapılmış olsa da, dijital oyunların sınıflandırılmasına benzer bir sınıflandırmanın, çevrim içi oyunlar için de uygun olacağı düşünülmektedir. Dijital oyunların önemli bir kısmının çevrim içi oynanma özelliği de vardır. Birçok oyun çevrim içi ve çevrim dışı oynanabildiği için kesin bir ayırma gitmek oldukça zor olmaktadır.

Çevrim içi oyun türleri arasında taktik, savaş gibi unsurlar içeren, oyuncunun oyuna bakış açısına göre farklılaşan, MOBA, RPG, MMORPG, FPS, TPS gibi türler bulunmaktadır. Bunlar arasında strateji, savaş ve rol yapma temalı oyunlar ön plana çıkarken, MMORPG (çevrim içi çok oyunculu rol yapma oyunları) özellikle çok popülerdir (Torres-Rodríguez, Griffiths, & Carbonell, 2018). Çevrim içi oyunlar yaygın kullanılan oyun platformlarında genel olarak şu şekilde sınıflandırmaktadırlar;

MOBA (çevrim içi savaş arenası): Multiplayer, internet üzerinden gerçek zamanlı olarak oynanan savaş oyunlarını ifade eder. RPG (rol yapma oyunu): Oyun içi karakter gücü, hız, büyü gücü vb. kademeli geliştirme ve seviye atlamayı içeren, karakterin rol yaptığı oyun türüdür. FPS (birinci şahıs nişancı): Yönetmenliğini oyuncunun yaptığı bir karakterin gözünden oynanan oyun türüdür. TPS (üçüncü şahıs nişancı): Tamamen karakterin görüldüğü ve kontrol edildiği oyun türüdür. MMORPG (çok oyunculu çevrim içi rol yapma oyunu): Sunucuya bağlıyken oynayabilen, çok oyunculu rol yapma oyunudur (Xgame, 2023).

## **2.2. Akış Kuramı**

Bu bölümde pozitif psikoloji kavramı, bir pozitif psikoloji kuramı olarak akış kuramı ve akış kuramının boyutları ile ilgili bilgiler sunulmuştur.

### **2.2.1. Pozitif psikoloji**

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre insanın sağlıklı olarak tanımlanabilmesi için fiziki olarak, ruhsal olarak ve sosyal olarak iyi olması gerekmektedir. Dolayısıyla sadece herhangi bir rahatsızlığı olmayan insan sağlıklı olarak tanımlanamaz. Psikoloji yaklaşımları genel olarak buna benzer şekilde bireylerin rahatsızlıklarına odaklanmakta, bu rahatsızlıkları azaltmaya çalışmakta, herhangi bir belirti olmadığı zaman bireyi sağlıklı varsaymaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Psikoloji alanının bireyin problemlerini gidermeye çalışması, problemleri bireylere yardım etmesi ve problemi olan bireylerin, problemi olmayan bireylerden öncelikli görmesi anlamlıdır. Ancak bu noktada bireyin olumlu özelliklerinin güçlendirilmesinin, buraya odaklanmanın, problemleri azaltacağı veya önleyebileceği gerçeği gözden kaçırılmamalıdır (Gable ve Haidt, 2005).

Geleneksel psikoloji anlayışının insanın kendisinde var olan güce inanmaktan uzaklaşması, insanın karşılaştığı zorlukları, travmaların etkilerini giderme konusunda eksik kalmaya başlaması ile birlikte, insanın kendi gücüne ve olumlu olana odaklanan yeni bir psikoloji yaklaşımı gelişmeye başlamıştır (Seligman, 2000). Aslında pozitif psikolojinin temel yaklaşımının yeni olduğu söylenemez. Seligman eski çağlarda Sokrates ve diğer bazı filozofların insanın doğası ile ilgili, nasıl bir insan olması gerektiği ile ilgili yaklaşımlarının pozitif psikolojinin temel yaklaşımına benzer olduğunu savunur

(Schulman, 2009). Psikoloji alanında da pozitif psikoloji yaklaşımı aslında çok yeni değildir. Bu alanda da geleneksel psikolojiden ayrılan, pozitif psikolojinin yaklaşımına benzer, hümanist yaklaşımlar sergileyen Maslow gibi psikologlar olmuştur (Demir ve Türk, 2020).

Pozitif psikoloji, bireyin hayatını olduğu yerden daha iyi bir yere götürmesine, bireyin hayata daha güçlü bağlanmasına yardımcı olan, olumlu olanı merkeze alan ve geliştirmeye çalışan bir bilimsel alandır (Peterson, 2000). Pozitif psikoloji bireyin ve toplumun her türlü gelişimine, kendilerinde var olan gücü tam olarak kullanmalarına katkı sağlayacak süreçler ve yöntemler üzerinde çalışmayı hedeflemektedir (Gable ve Haidt, 2005). Seligman'ın ifadeleri incelendiği zaman pozitif psikolojinin bir ihtiyaç nedeniyle, bir akım olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Psikoloji biliminin insanlardaki olumsuzluklara odaklanması, insanda mutluluğa sebep olan şeylerin, insanın olumlu özelliklerinin, tutumlarını, yaşam enerjilerini nasıl etkilediğini araştırma konusu yapmaması, bu yaklaşımın ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Ozasma, 2016).

Pozitif psikolojinin üç düzeyinden söz edilebilir; ilki öznel düzeyde değerli olan deneyimlerdir. Bunlar için geçmişten memnuniyet, iyi olma ve doyum; geleceğe yönelik umutlu ve iyimser olma; şimdiki zamanda akış hali ve mutlu hissetme sayılabilir. İkincisi bireysel düzeyde olumlu özelliklerdir. Bunlar için kişiler arası ilişkiler, cesaret, bağışlayıcılık, sebat, özgünlük, maneviyat, bilgelik sayılabilir. Üçüncüsü ise grup düzeyinde kurumsal ve eğitimsel uygulamalarıdır. Bunlar için de duygusal bakım ve destek, sorumluluk, hoşgörü, nezaket, iş ahlakı sayılabilir (Tekinalp ve Terzi, 2015).

Pozitif psikoloji sadece insanın olumlu yönlerinin güçlendirilmesine odaklanan, problemsiz insanlarla ilgilenen bir alan olarak da görülmemelidir. Pozitif psikoloji problemi olan veya olmayan her insanın iyilik halini arttırmaya çalışan, problemi olan bireyin probleminin azalmasına ve tamamen ortadan kalkmasına yardımcı olan bir alandır. Nitekim Seligman (2002) pozitif psikolojinin sadece hastalıkları, zayıflıkları ve zararları incelemeyeceğini, aynı zamanda bireyin güçlü ve olumlu yanlarını da incelemektedir der. Ona göre tedavi yanlı ve eksik olanı onarmakla birlikte var olan iyilikleri de inşa etmektir (Demir ve Türk, 2020).

### 2.2.2. Akış kavramı

Mihaly Csikszentmihalyi uzun zaman insanın mutlu olmasını sağlayan şeyin ne olduğunu araştırmış, insanların en fazla eğlendikleri anlarda yaşadıkları duyguları ve neden bunu yaşadıklarını anlamaya çalışmıştır. Çalışmalarını, yaptığı işi severek yapan insanlara odaklayan Csikszentmihalyi, işini iyi yapan, zamanının çoğunu sevdiği işi yaparak geçiren müzisyen, sporcu, sanatçı, atlet yüzlerce insan ile görüşmüş, çalışmalarının sonunda adına ‘Akış’ dediği bir optimum deneyim teorisi geliştirmiştir. Buna göre bireyin deneyimi o kadar eğlenceli ve mutlu edicidir ki birey uğrunda büyük fedakarlıklar yapmak gerekse dahi sadece o anı tekrar yaşamak için o deneyimi tekrar yaşayacaktır (Csikszentmihalyi, 2022).

Teorinin ortaya konmasından sonra Hindistan, Kore, Tayland ve İtalya gibi çok farklı yerde binlerce kişiyle mülakatlar yapılmış ve uğraş alanları, ekonomik düzeyleri, hayat deneyimleri çok farklı olmasına rağmen birçoğu mutluluk deneyimlerini benzer kelimelerle ifade etmişlerdir. Bu da mutluluğun anlaşılmasında bu teorinin oldukça yardımcı olacağı düşüncesini güçlendirmiş ve teori üzerine yapılan çalışmalar ilk günden bugüne değin artarak devam etmiştir (Csikszentmihalyi, 1990).

Yıllardır dünyanın birçok yerinde spor, eğitim, sanat, siyaset, turizm gibi çeşitli alanlarda yararlanılan ve üzerine çalışmalar yapılan Akış Kuramı, bireyin varoluş süreçlerini açıklamak, mutluluk ile ilgili soru işaretlerini giderebilmek, kişilik ve güdülenme ile ilgili süreçleri anlamaya yardımcı olmak, ruh sağlığı ve ergenlik kavramlarını anlamaya yardımcı olmak için yararlanılan çok yönlü bir kuram haline gelmiştir (Sahranç, 2007).

Bireyin mutluluğu hedeflerine ne ölçüde yaklaştığı ile ilgilidir. Birey mutlu olmak için kendi kontrolü dışındaki alanlarla ilgili hedefler koymak yerine kendi bilincine ait hedefler koymalıdır. Mutluluk bireyin bilincinde gerçekleşir, herkese göre genel kabul görececek bir mutluluk düşünülemez, şahsidir ve bireyin kendi deneyimi ile ilgilidir (Novak ve Hoffman, 1997). Bu yüzden, bize göre oldukça güzel hayata sahip biri neredeyse hiç mutlu olarak tanımlayacağı anlar yaşamazken, zor bir hayata sahip, savaşı yaşamış, mülteci konumuna düşmüş bir insan hayatında çok daha fazla mutlu olarak nitelendireceği anlar yaşayabilmektedir.

Yine Yılmaz ve Talu (2022)’ya göre bireyin stresle başa çıkmasını sağlamada, akış kuramının gösterdiği yol etkili sonuçlar ortaya koymaktadır. Akış deneyimi yaşayan

kişiler, en olumsuz koşullarda bile mutlu olmayı başarabilmektedir. Yapılan çalışmalarda akış kuramı baz alınarak hazırlanan grup çalışmalarının stresi azaltmada etkili olduğu ortaya konmuştur.

Rüya sırasında insan zihninden birçok anılar, olaylar geçse dahi, insan bunu kontrol edemediği için bu duruma bilinç dışı deriz. Bilinç kasıtlı olarak düzenlenmiş bilgiyi ifade eder. Bireyin mutlu olmak için odaklanması gereken nokta işte burasıdır. Ancak bilinç düzeyinde kendini tanıyan, kontrol edebilen birey mutluluğu yakalayabilir. Bu sadece bilmeyele alakalı değildir, kişinin kendini kontrol edebilmesi, duygularını tanıyabilmesi, erteleyebilme gücünün olması gibi birçok özellekle alakalıdır. Birçok kültürde bu amaca ulaşabilmek için belli yollar ortaya konmuş ve takip edilmiştir. Müslümanların tasavvuf yolu olarak nitelediği metodlar, yoga, Çin’de Tao gelenekleri, Budist ve Rahip öğretileri hep bu özellikleri geliştirmeyi hedefler (Csikszentmihalyi, 2022). Akış Kuramı işte bu bilinç halinin nasıl düzenlenebileceği ile ilgili önemli ipuçları vermektedir.

Akış Kuramı bireyin içsel motivasyonlarla çevrenin ilişkisi sonucu nasıl mutlu olabileceğine dair varsayımlarla, kişinin içsel süreçlerini nasıl kontrol altına alabileceğine dair açıklamalara yer veren bir kuramdır. Kuramın ilk adımları 1965 yılında Mihaly Csikszentmihalyi tarafından atılmıştır. Doktora öğrencilerinin saatlerce yoğun bir dikkat ile tablo ve heykel yapmalarını gözlemleyen Mihaly Csikszentmihalyi, kuramı ortaya koyduğu ve geliştirdiği yıllar boyunca, yaptığı işten keyif alan, dış dünyadan adeta kopmuş gibi görünen, odaklanma düzeyi yüksek olan dağ tırmanıcısı, ses sanatçısı, tiyatrocu gibi birçok insanı gözlemlemiş, onlarla mülakatlar gerçekleştirmiştir. Uzun yıllar boyunca yapılan bu görüşmeler esnasında katılımcıların yaşadıkları deneyimleri anlatmak için kullandıkları “Akış” sözcüğü bir süre sonra kuramın adını tanımlamak için kullanılmaya başlanmıştır (Sahranç, 2007).

Geçmişten bu yana tanımlar incelendiği zaman mutluluk kavramının, bireyin kendini gerçekleştirme, kendi potansiyelini fark etmesi ve bu potansiyeli geliştirme konusunda içsel bir güdülenmeye sahip olması gibi niteliklere sahip olduğu görülmektedir. Akış Kuramı son dönemde ön plana çıkan, sorun odaklı olarak değil gelişim odaklı bir yol takip eden pozitif psikolojinin bir kavramı olarak, mutluluğa nasıl ulaşılacağına dair soruya yanıtlar aramış, bu tanıma uygun bir yapıda gelişim göstermiştir (Öz, 2019).

Yapılan bu ve daha başka tanımlardan hareketle akış deneyiminin, kişinin ileri derecede odaklanma ile gerçekleştirdiği aktiviteden zevk aldığı ve sürekli olarak bu etkinliği gerçekleştirme isteği taşıdığı durum olduğunu söylemek mümkündür. Akış deneyimi sırasında zamanın nasıl geçtiği fark edilmez, gündelik herhangi bir etkinlik sırasında da ortaya çıkabilir. Birey için ortaya çıkan durum her zaman olumlu duygulara meydana getirir (Öner, 2022).

### **2.2.3. Akışın kuram modelleri**

#### *2.2.3.1. Basit kavramsal model*

Bu modelde akış kuramının nitelikleri birer yapı olarak ele alınmaktadır. Bununla birlikte bu yapılar arasındaki ilişki, neden ve sonuç bağlamında incelenmemektedir (Novak ve Hoffman, 1997). Diğer modellerin ortaya konması ile birlikte hakkında pek çalışma yapılmayan basit kavramsal model ile ilgili Hoffman ve Novak (1996) internet kullanan bireylerin akış yaşantılarını incelemek için kullanılmıştır. Bu modele göre internet kullanımındaki akış deneyimini beceri zorluk dengesi, odaklanma sağlamaktadır. Neden sonuç ilişkisine dair bir şey söylenmemiştir (Büyükoğlu, 2015).

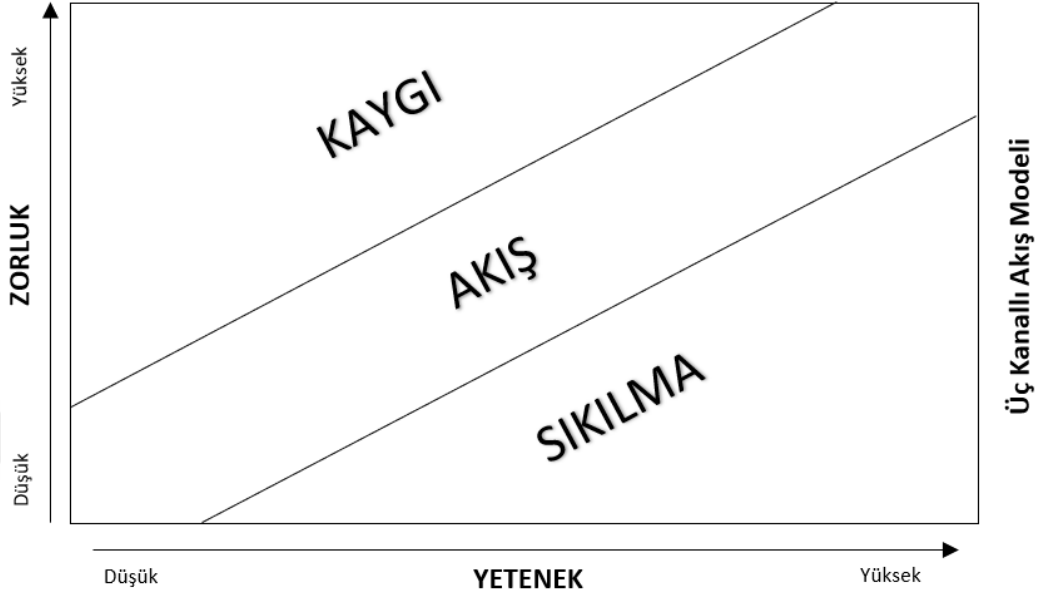
#### *2.2.3.2. Nedensel model*

Bu modele göre akış deneyiminin yaşanabilmesi için zorluk ve yetenek dengesi tek başına yeterli değildir. Bunun yanında bireyin eylemi gerçekleştirmeye yönelik belirli bir hedefe sahip olması gerekir. Yine bunun yanında akışın gerçekleşmesi için bireyin hedefe ulaşmış olmasına dair geribildirim olması gerekmektedir. Birçok eylemde zorluk yetenek dengesi bulunmasına karşın akış deneyimi yaşanmadığı için sadece bu değişkenlerle akış yaşantısının açıklanması mümkün olmamaktadır (Guo, 2004).

#### *2.2.3.3. Kanal modeli*

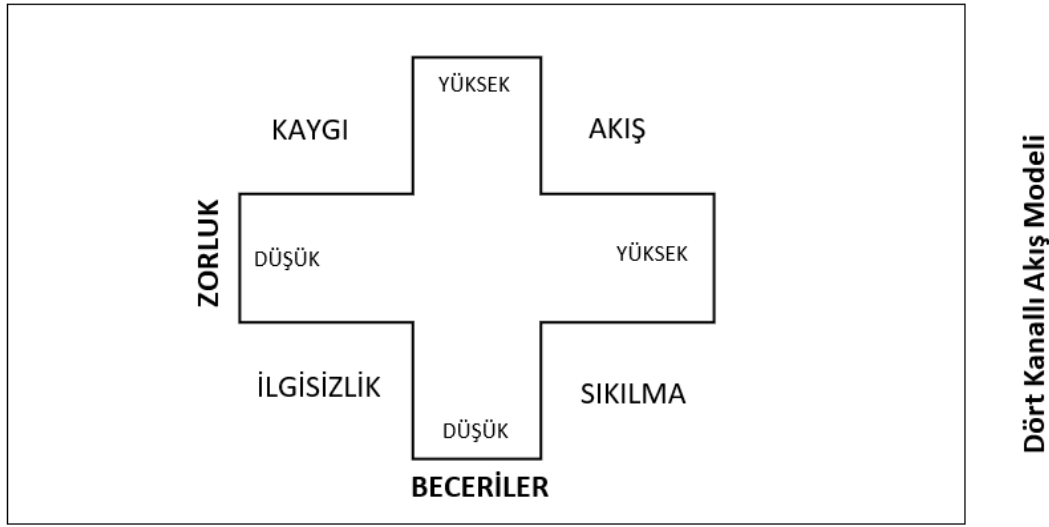
Kanal modelleri genel olarak Csikszentmihalyi'nin akış tanımına, beceri ve zorluklara bakış açısına dayalı olarak ortaya çıkmıştır. Üç kanallı, dört kanallı ve sekiz kanallı akış modeli olmak üzere üç tür modellenmesi vardır. Üç kanallı akış modeli ilk

kanal modeli olup beceri ve zorluğun dengede olduğu her zaman akış deneyiminin yaşanacağını söyler. Daha sonra yapılan çalışmalar geçerliliğinin düşük olduğunu göstermiş ve daha geçerli olan dört kanal modeli ön plana çıkmıştır (Sahranç, 2007).



Şekil 2. Üç kanallı akış modeli (Novak ve Hoffman, 1997)

Dört kanallı modelde sadece akış yaşanan durum değil, aynı zamanda akışın yaşanmadığı durumlarda bireyin nasıl bir halde olduğu da açıklanmaya çalışılmıştır. Bu modelde kişinin beceri düzeyinin düşük olduğu ve görevin zor olduğu durumlarda kaygı meydana gelirken, beceri düzeyinin düşük, görevin kolay olduğu durumda isteksizlik, becerinin yüksek, görevin basit olduğu durumlarda sıkılma meydana gelir. Akış deneyiminin yaşanabilmesi için bireyin beceri düzeyinin yüksek ve görevin de zor olması gerekmektedir (Guo ve Klein, 2009).



Şekil 3. Dört kanallı akış modeli (Abuhamdeh, 2020)

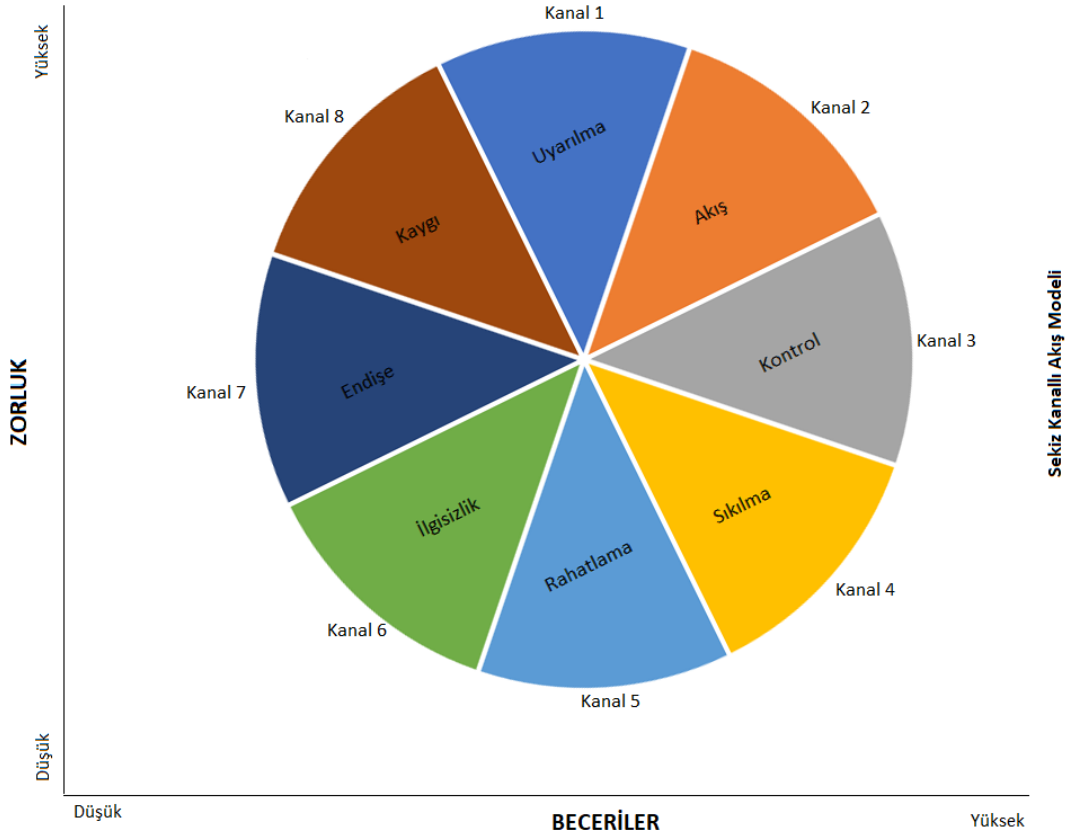
Sekiz kanallı model ise dört kanallı modelin bir devamı niteliğinde olup, belirtilen dört değişkene ek olarak dört tane daha ara değişkeni modele dahil etmektedir. Bu modelde beceri ve zorluk düzeylerinin net olmadığı, ortada yer aldığı durumlarda nasıl bir hissiyatın ön plana çıkacağı açıklanmaya çalışılmıştır (Sahranç, 2007).

1. Kanal: Uyarılma (Arousal): Kişinin becerisi orta düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi yüksektir. Etkinliğin zorluk düzeyi kişinin becerisinin üstünde olduğu için akış deneyimi yaşanmaz. Bu durumda kişi uyarılmış olur, becerisinin üstünde bir etkinliğe isteğinin uyanması ve yeteneğini güçlendirmesi ihtimali olduğu gibi uzaklaşma ihtimali de vardır.

2. Kanal: Akış (Flow): Kişinin becerisi yüksek düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi de yüksektir. Etkinliğin zorluk düzeyi kişinin beceri düzeyine yakın olduğu için akış yaşantısı deneyimlenir. Burada akışın en yoğun yaşandığı durumlar ortaya çıkabilir. Kişi kendini etkinliğe tamamen kaptırabilir ve zamanın dönüşümü, eylem ve farkındalığın kaynaşması durumları ortaya çıkabilir.

3. Kanal: Kontrol (Control): Kişinin becerisi yüksek düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi ise orta düzeydedir. Bu noktada etkinliği gerçekleştirmek kişiye kolay gelecek ve kişi kendini yetkin hissedecektir. Kişinin yeteneği etkinliğin zorluk düzeyinden yüksek olduğu için kişinin sıkılıp bırakma durumu olabileceği gibi etkinliği gerçekleştirip doyum sağlama noktasına da yönelebilir. Burada kontrol bireydedir.

4. Kanal: Sıkıntı (Boredom): Kişinin becerisi orta düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi ise kolay düzeydedir. Burada etkinlik can sıkıcı bir durumdur.



Şekil 4. Sekiz kanallı akış modeli (Massimini ve Carli, 1988)

5. Kanal: Rahatlama (Relaxation): Kişinin becerisi yüksek düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi ise orta düzeydedir. Bu durumda kişi kaygı ve endişe yaşamaz, kişi etkinliği gerçekleştirebilir ancak etkinlik ilgi çekici değildir.

6. Kanal: İlgisizlik (Apathy): Kişinin becerisi düşük düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi de düşük düzeydedir. Burada kişi etkinliği gerçekleştirme noktasında kararsızdır ve isteksizdir. Etkinliği gerçekleştirip gerçekleştirilmeme kişi için aynı şeydir.

7. Kanal: Endişe (Worry): Kişinin becerisi düşük düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi ise orta düzeydedir. Etkinlik kişinin beceri düzeyinin üstünde olduğundan dolayı kişi kendisini yetersiz hisseder ve endişeye kapılır.

8. *Kanal: Kaygı (Anxiety)*: Kişinin becerisi düşük düzeyde iken gerçekleştirilen etkinliğin zorluk düzeyi ise yüksek düzeydedir. Burada etkinlik kişinin becerisinin çok üstünde olduğu için yoğun bir kaygı söz konusudur (Çelik, 2021).

#### 2.2.4. Akışın bileşenleri

İnsanın fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması, toplum tarafından ortaya konan beklentilerin karşılanması gibi durumlar insana zevk verir. Zevk, insan hayatının kalitesini artırır ve olmazsa olmazdır. Uyku, yemek, dinlenme gibi ihtiyaçlarının karşılanması bedeni rahatlatır, bilinci düzene sokar. Zevk, insanın hayatını sürdürmesine yardım eder. İnsan yemekten zevk almazsa beslenme ihtiyacı sağlıklı bir şekilde karşılayamaz, cinsellikten zevk almazsa neslinin devamı tehlikeye girebilirdi. Uyku bize zevk verdiği kadar da bedenimizin vazgeçilmez bir ihtiyacıdır (Csikszentmihalyi, 2022).

Ancak zevk almak her ne kadar hayatın devamına ve düzenine yardımcı olsa da mutlu olmak için yeterli değildir. İnsan neyin hayatı yaşamaya değer hale getirdiğini düşündüğünde, zevkin ötesini düşünmeye ve aramaya başlar. İnsan biyolojik olarak programlandığı, kaçınılmaz ihtiyacı olan şeylerin dışında bir şeyleri hedefleyip başardığında haz almaya başlar ve bu duygu zevkten daha farklı, kalıcı ve geliştiricidir. Bu duyguda başarı hissi vardır, yenilik vardır. Haz veren bir olaydan sonra geliştiğimizi ve özümüzün değiştiğini anlarız (Csikszentmihalyi, 1977).

Haz verici şeylerden de zevk alabiliriz ancak zevk verici şeyler çoğunlukla haz vermez. Çünkü bu durum çoğunlukla geliştirici, zorlayıcı değildir. Yemek yemek zevk vericidir ancak nadir insan yemekten haz duyar, ancak bir gurme insanların genelinin yemeğe yüklediğinden farklı bir anlam yükler ve gerçekten haz duyarak bu eylemi gerçekleştirir (Csikszentmihalyi, 1990). Haz veren deneyimleri yaşayan birçok insan deneyimlerini benzer, hatta neredeyse aynı diyebileceğimiz şekilde ifade ederler. Yıllarca yapılan çalışmalarda görünen o ki haz almanın kendine has bir dünyası var ve herkeste benzer şekilde ortaya çıkıyor. Yıllarca ortaya konan çalışmalar sonucu Csikszentmihalyi haz almanın sekiz bileşeni olduğu ve bunların bir aktivitede bulunmasının o aktiviteyi haz verici kılacağını ifade eder (Csikszentmihalyi, 2022).

#### 2.2.4.1. Beceri gerektiren zorlu bir aktivite

En kaliteli anlarımız, genelde fiziksel ve ruhsal olarak kendimizi, içimizden gelerek, sonuna kadar zorladığımızda ortaya çıkar. Bundan dolayı da bu tarz deneyimler bizim gerçekleşmesini sağladığımız anlardır. Bunu sağlayan, zorluğun çok üst düzeyde olması değildir. Bu görevler, bir müzisyenin o zamana kadar ki en iyi performansını sergilemesi, bir dağcının en yüksek dağa tırmanması gibi zor görevler olabileceği gibi, bir bebeğin ilk defa kaşığı kendisinin ağzına götürmesi, oyunda topu ilk defa hedefe atabilmesi gibi kişinin kendi düzeyine göre zorlayıcı görevler de olabilir (Csikszentmihalyi, 1988).

İnsanın neredeyse yaptığı her eylemin belli bir zorluk seviyesi vardır ve o eylemi gerçekleştirmek bazı yeterlilikleri gerektirir. Günlük hayatımızda yaptığımız en sıradan aktivitelerde bile bazı yeterliliklere ihtiyaç duyarız. Markete gidip ekmek almak, bir arkadaş grubuyla muhabbet etmek veya kitap okumak aslında beceri gerektiren aktivitelerdir. Markete gidip ekmek almak sıradan bir yetişkin için beceri gerektirmez gibi düşünülse de ilk defa bu eylemi gerçekleştiren bir çocuk için oldukça geliştirici olabilir, çünkü çocuk belki ilk defa yalnız markete gidecek, parasının hesabını yapacak, kasiyer ile konuşacak ve bunları hatasız yapmaya çalışacaktır. Arkadaş grubuyla muhabbet etmek çoğu kişi için basit görünse de sosyal becerileri zayıf biri için hayli zorlayıcı bir aktivite olabilir. Bir aktivitenin beceri gerektirmesi için özellikle fiziksel bir hareketi gerektirmesi de gerekmez. Bir eleştirinin resmin önünde durması ve yorumlaması da özellikle zorlayıcı bir aktivite olabilir (Csikszentmihalyi, 2022).

Bireyin gerçekleştirdiği aktiviteden haz duyabilmesinin en önemli koşullarından biri, neredeyse her işte var olan bu zorlukların kendi becerisine uygun olmasıdır. Bu yüzden bir yetişkin için marketten ekmek almak sıkıcı bir iş iken, küçük bir çocuk için heyecan verici olabilir ve çocuk ekmek almak için ailesine ısrar edebilir. Yine bu sebeple eylemi bir süre gerçekleştiren çocuk için ekmek almak kolay bir işe dönüşmeye başlar ve çocuk artık ekmek almaya gitmek istemez. Bireyin karşılaştığı aktivite, becerisine oranla kolay gelmeye başladığı zaman sıkılır ve yapmak istemez, becerisine oranla çok daha zor gelmeye başladığı zaman ise kaygı düzeyi artar, bıkkınlık hissi oluşur ve eylemi gerçekleştirmek istemez. Burada haz verici eylemin bireyin birkaç denemede veya zorlanarak gerçekleştirebildiği, gerçekleştirdiği zaman başarı hissi uyandıran bir düzeyde olması gerekir (Öz, 2019).

Bir aktivitenin birey için zor veya kolay şeklinde bir anlam ifade edebilmesi için bireyin dikkatini çekmesi ve onun için anlam ifade etmesi gerekir. Dağa tırmanmayı çok seven biri, yüksek ve zorlu bir dağı gördüğü zaman bile son derece heyecan duyarken, çoğu insan aynı dağın yanından geçerken onu fark etmez bile. Satranç oynamayı bilmeyen biri için oynanan oyunun zorluğu diye bir şey de söz konusu değildir (Csikszentmihalyi,1977). Herhangi bir etkinliğin zorluk düzeyi, genel olarak gerçekleştirilecek etkinliğin ne olduğunun ve nasıl yapılması gerektiğinin tam olarak kavranıp kavranmaması ile ilgilidir. Anlaşılabilirlik azaldıkça zorluk seviyesi artmış olur, kişi bu durumda kontrolünü kaybetmeye başlar ve dışarıdan gelen uyarılara daha açık hale gelir. Etkinlik parçalayıp detaylandırıldığı ölçüde yapılabilir hale dönüşür, zorluk düzeyi azalmış olur (Pehlivan, 2019).

#### 2.2.4.2. Eylem ve farkındalığın kaynaşması

Bazı aktivitelerde başarılı olabilmemiz için bütün benliğimizle dikkatimizi sadece o aktiviteye vermemiz gerekir. Kişi o anda çevresinde olup bitenin farkında değildir ve gelen uyarılar kişinin dikkatini çekmez. Everest Dağı'na tırmanan kişinin dikkatinin bir an dağılması can kaybına sebep olabilir, o yüzden kişi için o an bütün benliğiyle sadece tırmanma eylemi vardır. Yaptıkları eylemle o kadar bütünleşmişlerdir ki çalışma yapılan kişilerden bu anı anlatmaları istendiği zaman, kişiler kendilerinin dahi farkında olmadıklarını, her şeyin öylece akıp gittiğini söylerler. Bir kaya tırmanışçısından o anı bizlere anlatması istendiği zaman, anı şöyle aktarır 'Yaptığım şeye kendimi o kadar kaptırıyorum ki o an başka hiçbir şey düşünemiyorum. Kendimi dahi o an yaptığımdan ayrı düşünemiyorum.' (Csikszentmihalyi, 2022).

Birey zaman zaman bilincini olumsuz etkileyen durumlar yaşar. Bireyin niyeti ile var olan bilgisi ve inandığı doğruların çelişmesi bu olumsuz durumlardandır. Yine dikkatini olumsuz etkileyen durumlar amacına ulaşması yolunda bireyi olumsuz etkilemektedir. Birey bu dengesizlik, uyumsuzluk halini ortadan kaldırmak için bilişsel enerjisini yoğun bir şekilde buraya yönlendirir ve bireyin hedefe ulaşması zorlaşır (Csikszentmihalyi, 1999).

İşte akış bu uyumsuzluk halinin ortadan kalktığı, bilişsel enerjinin tamamen etkinliğe yöneldiği bir durumdur. Bireyin zaman algısı değişir ve birey neredeyse meşgul olduğu etkinlik dışında ki her şeyi unutacak kadar kendini etkinliğe kaptırır. Bu durum

sadece profesyonel süreçlerde yaşanmaz, aynı zamanda gündelik herhangi bir eylem sırasında da yaşanabilir. Hoş bir sohbet sırasında, macera dolu bir kitap okunduğu zaman, satranç oynarken veya ilgi çekici bir şey izlerken bu his deneyimlenebilir. Akışın en belirgin özelliği, etkinlik ile bütünleşmek, dikkati tamamen o etkinliğe vermek ve bu süreçte yetenekleri en üst düzeyde kullanmaktır (Şahan, 2019).

Yıllarca çalışmalarda gerçekleştirilen görüşmeler sırasında, birçok kişinin en dorukta hissettikleri anı "...öylece akıp gidiyor..." şeklinde tanımlamaları kurama "Akış" isminin verilmesine sebep olmuştur. Her şey o anı devam ettirmek içindir. Sadece tırmanmak için tırmanmak, sadece oynamak için oynamak ve o an bitmesin istersiniz. Bu durum ne kadar ciddi bir çaba gerektirmeyen, rastgele ortaya çıkan bir durum gibi görünse de ciddi çaba gerektirir. Çünkü konsantrasyonun bir an kaybolması akışı bitirir. Ve bir defa bu anı yaşayan birey sürekli olarak enerjisini bu anı tekrar yaşamaya yönlendirir (Csikszentmihalyi, 2022).

#### *2.2.4.3. Net hedefler ve geri bildirim*

Akışı meydana getiren en temel unsurlardan biri kişinin kendisinden bekleneni net olarak bilmesidir. Fakat bazı etkinliklerde kişinin amacı etkinliğe başlamadan tam olarak ortaya çıkmayabilir, ürün ortaya çıkmaya başladıkça netleşebilir. Örneğin resim yapan ressamın öncesinde nasıl bir ürün ortaya çıkacağını kestirememesi gibi. Yine akışın meydana gelmesinde hedefin net olması kadar önemli bir diğer unsur da hedefe ulaşma durumu ile ilgili geri bildirim sağlanmasıdır. Geri bildirim sağlıklı olduğu oranda kişi daha çok haz alır, yaptığı işe daha fazla odaklanır, becerisini geliştirir ve zorluklarla baş etmeye çalışır (Sahranç, 2008).

Her bireyin hayatında ne kadar belirsiz de olsa ölmeden önce gerçekleştirilmeyi istediği hedefleri mutlaka vardır. Çoğumuzun hedefi temel yaşam için gerekli olan parayı kazanmak, güven içinde olmak, çocukları için bir yaşam standardı oluşturmaktır. Birey bunu gerçekleştirdiği ölçüde yeni hedefler belirmeye başlar ve ne kadar ileri giderse gitsin bu hedeflerin yenileri oluşur. Bireyin hedefine yaklaştığı ölçüde mutluluk düzeyi artarken, hedefinden uzaklaştığı oranda ise hayata küskünlüğü, vazgeçmişliği ve mutsuzluğu artmaktadır (Csikszentmihalyi, 2022).

Yaşadığımız dönemde suçlar, sorunlar, uluslararası boyutta gün geçtikçe artmakta ve zaman zaman insan buna karşı kendini savunmasız hissetmektedir.

Csikszentmihalyi'ye göre insan dünya çapında veya toplum çapında, kendi kontrolü dışındaki gelişmelere odaklandıkça mutluluktan uzaklaşacaktır. Çünkü insan ancak kendisi için net hedefler koyduğu ve bu hedeflere doğru yaklaştığı ölçüde başarılı ve mutlu olur. Kendisini aşan büyük gelişmelere odaklanan insan karmaşıklıktan veya umutsuzluktan başka bir şey elde edemez (Csikszentmihalyi, 2014).

Bireyin bir aktiviteye odaklanabilmesi için hedefin net olması ve hedefe ulaşım ulaşamama durumu ile ilgili zamanında geri bildirim veriliyor olması son derece önemlidir. Bir satranç oyuncusu için oyunda ulaşması gereken hedef nettir ve o hedefe ulaştığı zaman oyuncu hedefe ulaştığını kendisi bilir, rakibi ve hakem de anında kazandığı ile ilgili geri bildirim kendisine verir (Csikszentmihalyi, 1977).

Hedefler her zaman bir yarışmada, bir spor dalında olduğu kadar net olmayabilir. Bir ressamın, bir müzisyenin yaptığı işte ortaya net bir hedef koymak ve doğru geri bildirim almak kolay olmayabilir. Bu yüzden bir ressamın veya müzisyenin kendi iç kılavuzunun olması gerekir. Ressam için, resmin tamamlandıktan sonra aldığı şekli gördüğü zamanki başarıya veya başarısızlığa hissiyatı aslında kendini değerlendirmesi ile ilgilidir. O yüzden sanatçı eserini ortaya koyarken her adımında kendi kendine “-hayır bu aradığım şey değil, -evet bu işe yarıyor...” gibi geri bildirimlerde bulunur. Bu tarz hedeflerin net olmadığı durumlarda, iç kılavuz olmadan akışı yaşamak oldukça güçtür (Csikszentmihalyi, 2022).

Geri bildirim kimi zaman bir söz, kimi zaman bir mimik, kimi zaman bir ödül olabilir. Önemli olan kişinin bunu eyleminin bir sonucu olarak görmesi ve olumlu, olumsuz değerlendirebilmesidir. Sürekli olarak kazancı artan bir mühendis için bu işini iyi yaptığına dair bir geribildirim olabilirken, başka bir mühendis için başarı kıstası olmayabilir. Her insan doğası gereği farklı geri bildirimlerden daha fazla etkilenir. Kimi için sözlü bir uyarı oldukça önemli olabilirken, kimi için ödül daha etkili bir geri bildirim olabilmektedir (Csikszentmihalyi vd., 2014).

Bireyin yaptığı işin sonucu önemlidir ancak hedefe giden yoldaki ara hedefler akış deneyimini sağlayan asıl unsurlardır. Örnek olarak bir satranç oyuncusunun kazanmanın ötesinde, oyunun devam ettiği anda en iyi hamleye odaklanması akış deneyimini yaşamasına kapı aralar. İş hayatında mutsuz olan insanların genel olarak yaptıkları işin sonucuna odaklandığı, işin sonundaki ücret odaklı çalıştıkları görülmektedir. Yaptığı işin

bizzat kendisini anlamlı gören, işi yaparken en iyisini yapmak gibi süreç ile ilgili hedefler koyan insanlar işlerinde daha mutludurlar (Pehlivan, 2019).

Geri bildirim o eylemi gerçekleştiren birey için anlamlıdır ve onun fark edeceği şekilde olmalıdır. Çünkü her geri bildirim, her birey için aynı şeyi ifade etmez. Örneğin psikiyatristin hastası üzerinde sağladığı başarı diğer tıp alanlarına göre daha belirsiz görülür. Bir cerrahın ameliyattan çıktığı zaman başarılı olup olmadığına dair veriler genelde gözle görülür şekilde ortadadır. Ama bir psikiyatristin yıllarca ilgilendiği hastası ile ilgili elde edilen sonuç çoğu kişiye göre ortada değildir. Bununla birlikte psikiyatrist için hastasının bir mimiği, bir davranış değişikliği, ruh halindeki farklılaşma, ses tonundaki rahatlama hastanın gidişatına dair önemli geri bildirimlerdir. Yine bebeğini yetiştirmeye çalışan bir annenin çocuğunun her geçen gün büyüdüğünü, öğrendiğini, değiştiğini görmesi de doğrudan bir geribildirimdir (Csikszentmihalyi, 2014).

#### *2.2.4.4. Eldeki göreve odaklanmak*

Her an çevremizden duyularımıza hücum eden sayısız uyarının olduğu bir ortamda yaşıyoruz. Bir insan evinde otururken, araba kullanırken, işte veya spor yaparken sayısız uyarana maruz kalır. Bu sayısız uyarın içinde hangilerini bilgiye dönüştürüp karar alma süreçlerimizin bir parçası haline getireceğimizi belirleyen şey dikkat yeteneğimizdir. Evimizde otururken dışarıdan gelen sayısız sestten hangisini bilincimizin fark edip işleyeceği, araba kullanırken yanımızdan geçen sayısız arabayı fark edip etmeyeceğimiz, işteki uğultuların içinde bazı konuşmaların dikkatimizi çekmesi, spor yaparken onlarca aletin sesini duyup duymayacağımız hep dikkatimizle ilgilidir. Dikkat yeteneğimiz sayesinde bizim için önemli olanı fark eder, bilincimizin baş edemeyeceği kadar karmaşık olan uyarınların arasından doğru olanları seçebiliriz. Dikkat kapasitemiz sınırsız değildir ve insan sınırsız bir şekilde istediğine odaklanamaz. Odaklanmak bir enerji gerektirir ve sağlıklı bir odaklanma için bilinçli bir çabaya ihtiyaç vardır. Kişinin deneyiminden alacağı zevk ve elde edeceği başarı, kişinin dikkati ile yakından ilişkilidir (Csikszentmihalyi, 2022). Odaklanma bireyin meşgul olduğu aktiviteye tam anlamıyla dahil olmasını gerektirir, yüksek konsantrasyonu temsil eder (Tellegen ve Atkinson, 1974). Kişi o an kendisinde bulunan dikkat yeteneğini en üst düzeyde elindeki işe verir.

Hedefin net olması ve eylemin gidişatı ile ilgili anlık geri bildirimler aktiviteye odaklanmamızı sağlar. Günlük hayatın gidişatı içinde bireyin bilinci sürekli olarak gün

içinde yaşadığı olaylarla bölünür. İsteyken evdeki tatsız tartışma bir anda zihne hücum eder ve odaklanmanın önüne geçer. Oysaki birey aktiviteye tam anlamıyla kendini verdiği zaman o anki aktiviteye dair olan detayların dışında hiçbir şeyi fark etmemeye başlar. İşte bu akış deneyimi yaşamak için olmazsa olmazdır (Csikszentmihalyi, 2003). Akış yaşantısı için bireyin motivasyonunu yönlendirebilme becerisi oldukça önemlidir. Bireyler yapacakları işe motive olabildikleri oranda, kendilerini bir işe motive edebilme becerilerini arttırdıkları oranda, yapacakları işe yüksek düzeyde odaklanmalarının ve akış yaşantısını deneyimlemelerinin çok daha kolay olacağı görülmektedir (Turgut ve Ümmet, 2021).

#### 2.2.4.5. Kontrol paradoksu

Bireyin gerçek hayatta bir aktivitesinin olumsuz yönde gitmesinin ve olumsuz sonuçlanmasının gerçek olumsuz karşılıkları vardır. Örneğin yaptığı yatırımlar bireyin bütün varlığını kaybetmesine, yardıma muhtaç hale gelmesine sebep olabilir. Evliliğini iyi yönetemeyen kişinin evliliği boşanma ile sonuçlanabilir, kişi çocukları ile görüşememe durumuna düşebilir. Ancak birey satranç oynarken kaybederse, eğlenmek için gerçekleştirdiği bir aktiviteyi yapmaktan vazgeçerse ciddi bir sonuç ile karşılaşmaz. İşte kontrol paradoksu bunun gibi bireyin kontrolü kaybetme endişesi taşımaması durumunda kullanılan bir ifadedir. Ancak bu his her zaman satranç oyununda olduğu gibi güvenli bir alanda ortaya çıkmaz. Kaya tırmanışı, ralli, drift, dalış gibi gerçek riskler barındıran aktivitelerde de kişi her geçen an daha fazla kontrolün kendisinde olduğu hissine kapılabilir. Burada kişi patolojik bir zevk yaşıyor gibi görünse de buradaki olumlu duyguların asıl kaynağı bireyin potansiyel tehlikelerle baş edebilme becerisine dair kendisinde gördüğü güçtür (Csikszentmihalyi, 2014).

Birey etkinlik sürecinin kendi kontrolü altında olduğuna inanır. Bu da daha fazla risk almasına ve sınırlarını zorlamasına sebep olur. Bu döngü sayesinde birey her defasında yetkinliğini ve hakimiyetini biraz daha artırır. Her geçen gün kontrol hissi güçlendiği için de göreceli bir güven hissi meydana gelir (Sahranç, 2008).

Kişi olumsuz sonuçlardan kurtulmak için kontrol edebildiği alanlarda riskleri düşürmeye, kendi becerisini artırmaya çalışır. Şans oyunları gibi durumlarda ise alınan haz aslında kontrol paradoksu ile açıklanamaz. Ancak genelde kumar oynayıp kazanan

şanslılar, bunun kendi becerilerinden kaynaklandığına kendilerini inandırırılar (Csikszentmihalyi, 2022).

#### 2.2.4.6. Öz farkındalığın kaybı

İnsan gün boyunca gerçekleştirdiği aktivitelerde sürekli olarak kendi öz benliğiyle ilgili zihinsel bir uğraş verir. Verilen bu zihinsel uğraş kişinin ruhsal enerjisinin azalmasına sebep olur. Yolda yürürken bize bakıp gülen birinin bunu neden yaptığını, yüzümüzde, kıyafetimizde herhangi bir sorun olup olmadığını merak ederiz, geç kaldığımız bir etkinliğe dahil olurken insanların bizim hakkımızdaki yargılayıcı düşüncelerine odaklanıp tedirginlikle yürürüz, bir futbol maçında oynadığımız oyunun nasıl olduğu kadar nasıl görüldüğümüzü de düşünürüz. Bütün bunların aslında özümüzü korumak, toplum içindeki rolümüzün iyiye gitmesini sağlamak gibi olumlu işlevleri vardır. Ancak öyle anlar vardır ki insan o an ruhsal enerjisinin birazını bile öz benliği ile ilgili uğraşlara harcamak istemez. O anki deneyim bütün ruhsal enerjiye ihtiyaç duyar ve kişi bundan o kadar haz alır ki nasıl görüldüğüne, insanların ne düşündüğüne odaklanmaz (Csikszentmihalyi, 2022). Birey karşılaştığı müthiş ve kendisi için oldukça keyifli zorluklarla baş edebilmek için kendi sınırlarını zorlar ve başkasının kendisi ile ilgili düşüncelerini oldukça önemsiz görür. Bu durum akışın doruk noktalarından biridir (Sahranç, 2008).

Öz bilincin kaybı aynı zamanda eylem ve farkındalığın kaynaşması boyutu ile de yakından ilişkilidir. Kişi aktivite ile o kadar bütünleşmiştir ki kendini aktiviteden ve ortamdaki bağımsız görüp değerlendirmez. Kişi o an sadece tırmanıcıdır ve kimin görünüşü veya performansı hakkında ne düşündüğünü düşünemez, önemsemez. Artık kendi öz benliği gitmiş, yerine aktivitede rol aldığı takımın parçası olan kişi gelmiştir. O an sadece bir top yakalayıcıdır, sadece bir kalecidir. Burada benliğin kendine odaklanmamış olması kendi zihninde, vücudunda olanlardan habersiz olduğu anlamına gelmez. Aksine yaptığı hareketlerin anlamının, aktiviteye dahil olan diğer insanların yaptıklarının o kadar farkındadır ki, sadece o an eski benliği değildir var olan, aktivitenin içindeki kişidir. Bireyin enerjisi tamamen eyleme kaydı için eylem dışında hiçbir şeye enerjisi kalmamıştır (Csikszentmihalyi, 2022; Özalp, 2021).

Akış deneyiminin başka bir etkisi ise kişinin sınırlarını zorlaması, sürekli olarak yeteneklerini geliştirmeye çabalaması sebebiyle ile olumlu gelişime kapı aralamasıdır.

Bundan haz duyan kişi sürekli bu etkinliği tekrar etme isteğinde olacak bu da sürekli yenilenmeyi ve gelişmeyi beraberinde getirecektir (Pehlivan, 2019). Aktivite sona erdiğinde kişi artık o aktiviteden önce olan kişi değildir. Benliği gelişmiş, farklı bir insan olmuştur. Bu deneyim oldukça geliştirici ve benliğin sınırlarını genişleticidir. Ancak deneyimin geliştirici olması kişi için haz verici olmasını ve sürekli becerileri mükemmelleştirmeye zorluyor olmasını gerektirir (Csikszentmihalyi vd., 2014). Birey gerçekleştirdiği eylemden müthiş derece haz alır ve bütün benliği ile hayata dahil olduğu hissine kapılır. Bu deneyim bireyin gelişimine çok yönlü katkıda bulunur. Bu durumda birey her defasında becerilerini biraz daha geliştirerek bu duygu durumunu tekrar yaşayabilmek için benzer aktivitelere yönelir. Böylece bu durum bireyin sürekli olarak daha fazla gelişmesine ve neticede mutlu olmasına kapı aralar. Akış deneyiminde asıl amaç mutluluk olmasa da birey bu eylem sonunda mutluluğu yakalamış olacaktır (Şahan, 2019). Burada kişinin benliğinin farkında olmaması ile deneyimin benliği geliştirmesi çelişkili gibi görünebilir. Ancak deneyim o kadar zorlayıcıdır ki kişi kendine odaklanacak fırsatı bulamaz ve etkinliği başarı ile tamamlamaya çalışırken elinden gelenin en iyisini yapmak zorundadır. Bu durum kişinin becerilerini artırır ve etkinlik sona erip kişi kendini fark etmeye başladığında artık eskisinden daha güçlü bir öze sahiptir (Csikszentmihalyi, 2022).

#### *2.2.4.7. Zamanın dönüşümü*

Akış yaşantısının gündelik hayatta karşımıza sıklıkla çıkan en belirgin yönü zaman algısının değişmesidir. Bazen birinin zamanın nasıl geçtiğini anlamadığını, saatlerin dakikalar gibi geçtiğini söylediğine şahit oluruz. Kişi aktiviteye kendini o kadar kaptırmıştır ki dakika aralıkları, saat aralıkları adeta aktivitenin periyotları tarafından belirlenir olmuştur. Örneğin kişi için en kısa zaman aralığı bir köşeden diğerine olan koşma aralığıdır (Csikszentmihalyi vd., 2014).

Genelde akış sırasında zamanın gerçekte olduğundan daha hızlı aktığı hissedilse de bu durum her zaman geçerli değildir. Bazen kişi her saniyenin geçişini iliklerine kadar hisseder ve her anın farkındadır. Onun için beş dakikalık bir aktivite adeta saatlerce sürmüş gibi gelebilir. Bir gösteri sırasında oyuncunun, seyircilerin tamamını büyülediğini hissettiği an, bir doktorun ameliyat sırasında hissettiği duygu buna örnek olabilir. Bazı aktiviteler ise zamana gerçekte olduğu şekliyle tamamen hakimiyeti gerektirir ki, bu

aktivitelerde bulunan kişi hiçbir ölçme aletine ihtiyaç duymadan geçen süreyi neredeyse saniyesi saniyesine bilir. Süreye dayalı yarışmalarla ilgilenenler çoğunlukla zamana üst düzeyde hakimdirler. (Csikszentmihalyi, 2022). Akış deneyimi yaşayan insanların tamamına yakını zaman algısının değiştiğini ifade eder. Bu durum akış deneyiminin en bilinen, halk arasında belki en fazla dile getirilen boyutudur. Burada ki zaman dönüşümü gerçekte olduğundan daha hızlı olduğu hissine kapılma, daha yavaş olduğu hissine kapılma veya gerçek haliyle her anını yaşama şeklinde olabilir. Ancak burada zaman her birey için değişkendir ve aynı faaliyeti yapan kişiler için bile farklı şeyler ifade eder (Özalp, 2021).

#### 2.2.4.8. Ototelik deneyim

Ototelik ifadesi Yunanca Oto (öz), Telos (Hedef) kelimelerinin birleşmesinden meydana gelmiştir ve hedefin bizzat kendisi olduğunu ifade eder. Gerçekleştirilen aktivitenin amacı bizzat aktivitenin kendisidir, herhangi bir fayda beklentisi yoktur. Vatana faydalı olması için öğrencileri ile ilgilenen öğretmenin yaşadığı ototelik deneyim değildir, sonuçtan etkilenir. Ototelik deneyim yaşayan öğretmen öğrenciye öğretme anından haz duyar ve sonuç aldığı hazza etki etmez. Aslında insanlar çoğunlukla bu iki durumu bir arada yaşarlar, genelde aktiviteye ilk adım atılması amaçlıdır, aktivite gerçekleştirirken içselleştirme gerçekleşir ve ototelik deneyim yaşanır (Csikszentmihalyi, 2022).

Bir doktor çoğunlukla işi yapmaya fayda sağlayıcı niyetlerle adım atmıştır ancak zaman içinde bundan haz almaya başlamıştır. Bu durum özellikle çocuklar olmak üzere bir çoğumuz için geçerlidir. Yeni bir deneyim genelde dışsal bir etki ile gerçekleşir, bu kaçınılmaz ve olması gereken bir durumdur. Aksi bir durumda çoğumuz yeni deneyimler için gereken cesareti kendimizde bulamayız (Baumann, 2021). Burada deneyimi gerçekleştiriyor olmak en büyük ödüldür ve tek başına eylemi gerçekleştirmek için yeterlidir. Dışsal bir ödül de içsel motivasyonun yanında yer alabilir ancak eylemi gerçekleştirmek için yeterli değildir. Ödül kısa süreli motive etse de uzun süre eylemi gerçekleştirmek için genel olarak yetersizdir. Gündelik deneyimlerimizin çoğunda ikisi birlikte bulunur (Akyol,2022).

Kişi gerçekleştirdiği eylemi haz alarak yapmaya başladığı zaman, yaptığı iş kendisini yormaz ve içsel enerjisini kendini geliştirmeye yöneltir. Ancak şuna dikkat

etmek gerekir ki, bu durumun olumsuz bir yönü de olabilir; o da bağımlılıktır. Kişi gerçekleştirdiği eylemden haz aldığı zaman sürekli olarak bu eyleme yönelme ve bağımlılık oluşturma durumuna düşebilir (Csikszentmihalyi, 2022). Örnek olarak bir öğretmen göreve para kazanmak ve geçimini sağlamak gibi dışsal bir motivasyonla ilk adımı atabilir. Zamanla bu öğretmen eğer öğrencilerle iletişim kurmayı, öğrenmeyi ve öğretmeyi gerçekten sevmeye başlarsa içsel motivasyon gelişmeye ve işinden keyif almaya başlar. Böylece önceleri dışsal uyarılarla gerçekleştirilen eylem daha sonra asıl amaç haline gelebilir ve otomatik deneyim yaşanma ihtimali meydana gelir. Bu arada dışsal motivasyonlar da devam edebilir ancak arka planda kalır (Şahan, 2019).

Akış deneyimi yaşayan bireyler yaptıkları işten o kadar keyif almaya başlar ki zamanın nasıl geçtiğini anlamadıklarını dile getirmeye başlarlar. Burada içsel motivasyonları geliştiği için gerçekleştirilen eylem ödüle ihtiyaç duymaz, aksine ödülün bizzat kendisi haline gelir. Birey ödül bekleminin de ötesinde eylemi gerçekleştirebilmek için fedakarlıkta bulunmaya başlar (Ryan ve Deci, 2020). Oyunun özü bizzat bireyi tatmin eder, kendisi bizzat ödül niteliğindedir. Bireyin endişesi üst düzeyde olsa dahi bu durum geçerlidir. Ancak oyundan alınan zevki ortadan kaldıran bir kaygı düzeyi vardır ki, kaygı o düzeye vardığı zaman birey için oyun ödül olmaktan çıkar (Winnicott, 2013).

### **2.2.5. Akış ve çevrim içi oyun ilişkisi**

Dijital oyunların tüketilmesinin en önemli nedeni doğru bir "akış" içinde tasarlanmış olmalarıdır. Oyun akışı düzgün yapılandırılmazsa oyun pazarda rekabet edemeyecek ve hızla yok olacaktır. Bu nedenle oyuncunun oyunu oynamaya devam edebilmesi için oyunun zorluğu ile oyuncunun oyunu oynama becerisinin uyumlu olması gerekir. Bir oyunun tasarımı, sesi, grafik özellikleri ve bazı durumlarda oyun hikayesinin sürükleyiciliği, oyunu oynamak için "akışı" oluşturmak, oyunu oynama isteği oluşturmak, onu aktif tutmak ve sürekli oynama isteğine kapı aralamaktadır (Sağlam, 2020).

Oyun, akış deneyimine yönelik araştırmaların odaklandığı en önemli alanlardan biridir. Bu alanda ağırlıklı olarak sanal ve eğitici oyunlardaki akış deneyimleri ele alınmıştır. Eğitsel oyunlar oynayan gruplar üzerinde yapılan bir çalışmada, grup üyelerine buldukları durum sorulduğunda, hemen hemen tüm oyuncular ellerindeki oyuna fazlasıyla odaklanabildiklerini, zamanın farkında olmadıklarını ve bundan çok keyif aldıklarını dile getirmişlerdir. Oyun tasarımcıları da oyuncular kadar akış deneyimi

yaşar. Örneğin Rawlings ve Adams, Tetris Trance adlı bir oyun tasarlarken zamanın nasıl geçtiğini anlamayacak kadar kendilerini kaptırılmış ve tam anlamıyla bir akış deneyimi yaşamışlardır (Turan, 2019).

Yaptığı işe aşırı odaklanan, o işin faydasından çok yaptığı işle ilgilenen kişiler genelde o an çok özel bir an yaşıyor ve üst düzey haz bir duyuyorlar. Bunun gibi deneyimler kişisel ve benzersizdir. Csikszentmihalyi'nin bakış açısından, her oynadığı oyunun son oyun olduğunu söyleyen, oyun başında saatler geçiren ve başarılarından haz duyan insanlar hiç de anlaşılmasız bir durum içinde değildirler. Dijital oyun oynayan, bütün benliğiyle oyunun içine dalan kişilerinde oyun oynarken bir akış halinde olduğu düşünülmektedir (Gön, 2020).

Bireylerin oyun oynamasının nedeni, oyun mekaniğinin kişisel mutluluğu sağlayan temel unsurlarla uyuşmasıdır. (Sağlam, 2019). Çevrim içi oyunların akış yaşantısına ve bağımlılığa olan etkisi üzerine yapılan bir çalışmada belirtildiğine göre çevrim içi oyunlarda karşılıklı ilişki zorunlu hale gelmekte, akış yaşantısı kolaylaşmakta ve bu durum oyun bağımlılığı riskini artırmaktadır (Hu vd., 2019). Yine Aleksić (2016) akışın bazı olumsuz yanlarının olabileceğini, bağımlılığa sebep olabileceğini, daha önceki çalışmaların da bu durumu desteklediğini ortaya koymuştur.

### **2.3. Ergenlik Dönemi**

Ergenlik dönemi fiziki gelişimin, cinsel gelişimin ve psikososyal olgunlaşmanın gerçekleştiği, yetişkinliğe geçiş dönemidir (Parlaz vd., 2012). Ergenlik döneminde birey, biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimini sürdürerek kimliğini inşa etmeye çalışır (Erikson, 1964). Ergenlik insan hayatında hızlı ve uzun süreli değişimlerin olduğu bir evredir. Ergenlik Latince kök anlamı büyümek ve olgunlaşmak olan adolescent tabirine karşılık gelir. Tanımı, yaş dönemi, etkileri açısından döneme ve topluma göre farklı yaklaşımlarla ele alınmıştır. (Yavuzer 2013). Ergenlik yaşı ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. Ülkemizde ergenlik dönemi kızlarda genel olarak ortalama 10-12 yaşlarında, erkeklerde ise ortalama 12-14 yaşları arasında başlamaktadır (Törüner ve Büyükgönenç 2012). Ülkemizde ergenlik dönemi kızlarda ortalama 12-17 yaş aralıklarını, erkeklerde ortalama 13-18 yaş aralıklarını kapsamaktadır (Ercan, 2002).

Ergenlik çağındaki birey gelişimini henüz tamamlamamıştır. Bundan dolayı yetişkin değildir ancak çocuk olarak da nitelendirilemez. Dolayısıyla ergen yetişkinliğe geçiş sürecini yaşayan birey olarak kabul edilir (Öztürk 2007). Ergenliğin özellikler ilk dönemlerinde hızlı değişimler yaşanır. Yaşanan bu hızlı değişimlerle birlikte çevrenin bireye yönelik tutumları değişmeye başlar. Ancak bu süreçte aile ve yetişkinler bireyi yetişkin veya çocuk olarak değerlendirme konusunda kararsız kalır ve farklı yaklaşımlar sergilerler (Kulaksızoğlu 2014). Ergenlik dönemindeki bireyler ise bu dönemde yaşadıkları değişimlerle nasıl başa çıkacaklarını bilemezler. Toplumsal kuralların kendilerini kısıtladığı düşüncesiyle karşı çıkarlar ve kendilerini ispat etmeye çalışırlar (Gül ve Güneş, 2009). Ergenlik dönemi oldukça hassas, her yönüyle dikkat edilmesi gereken bir dönemdir. Parman (1998), ergenliği ikinci doğum olarak nitelendirir. Ona göre doğum sonrasında fetüsün bebeğe dönüşmesi gibi ergenlik sonrasında da çocuk yetişkine dönüşmüş olur. Ergen de tıpkı bebek gibi zayıf ve kırılgandır, eğer bu dönemde zarar görürse etkileri bir ömür görülür.

Ergenlik döneminde birey bazı gelişimsel görevleri gerçekleştirmeye çalışmaktadır. Gelişim görevleri modelinde, ergenlik döneminde gerçekleştirilmesi gereken sekiz gelişimsel görev ortaya konmuştur; 1. Fiziki görünümünün değişimine alışma ve bedenini doğru bir şekilde kullanma, 2. Cinsiyetine ait toplumsal rolleri yerine getirmek, 3. Çevresiyle sağlıklı iletişim kurabilmek, 4. Ebeveynlerinden ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığını kazanmak, 5. Meslek seçiminde bulunmak, buna hazırlanmak ve ekonomik olarak bağımsızlaşmak, 6. Aile kurmaya hazırlanmak, 7. Topluma karşı sorumlu davranmak ve buna istekli olmak, 8. Bir değerler sistemi ve düşünce sistemi meydana getirmek ve buna uygun davranışlar sergilemek (Havighurst, 1952).

#### **2.4. Ülkemizde ve Yurtdışında Yapılan Araştırmalar**

Yalçın Irmak ve Erdoğan (2016), oyun etkinliklerinin bilgisayarlarda veya internet/oyun salonlarında gerçekleşen sanal etkinliklere dönüşmesine bağlı olarak gençler arasında dijital oyunların aşırı ve kontrolsüz kullanımının yol açtığı “dijital kumar bağımlılığı” kavramını gündeme getirdiğini ve dijital oyun bağımlılığını çevreleyen tartışmalara rağmen konuyla ilgili literatür giderek arttığını ifade etmektedirler.

Yaptıkları çalışma ile dijital oyun davranışını güncel literatür doğrultusunda genel bir bakış açısıyla incelemeyi amaçlamışlardır.

Balıkçı (2018), ortaokul ve lise öğrencileri ile çocuklarda ve ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığı ile agresif davranışlar arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve aralarındaki ilişkinin cinsiyet, ebeveynin eğitim durumu, sınıf düzeyi gibi değişkenlere göre incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada çocuk ve ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığının saldırganlıkla ilişkili olduğu, çevrim içi oyunları tercih edenlerin daha saldırgan davranışlar sergiledikleri ve erkeklerin çevrim içi oyunlara karşı kadınlara göre daha fazla bağımlılık ve saldırganlık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında çalışmada lise öğrencilerinin ortaokul öğrencilerine göre daha saldırgan oldukları; ortaokul öğrencilerinin lise öğrencilerine göre çevrim içi oyunlara daha yüksek düzeyde bağımlı oldukları; bireysel olarak kendine ait odası, bilgisayar, oyun aracı olan öğrencilerin çevrim içi oyunlara daha bağımlı ve agresif oldukları; babanın eğitim durumu, evde internet bağlantısı ve evde ortak bilgisayar olmasının çevrim içi oyun bağımlılığı ve saldırganlık açısından anlamlı bir fark yaratmazken annenin eğitim durumunun çocukların saldırgan davranışlar sergilemesinde anlamlı bir şekilde farklılık yarattığı araştırmada elde edilen diğer sonuçlardan bazılarıdır.

Emre (2019), yaptığı çalışmada farklı lise türlerine devam eden ergen öğrencilerin çevrim içi oyun bağımlılığı düzeylerinin aile, arkadaş ve öğretmenlerinden gördükleri sosyal destek ve psikolojik gereksinimleri ile ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Yaptıkları araştırmanın sonuçlarına göre, erkek öğrenciler kız öğrencilere göre çevrim içi oyunlara, ağırlıklı olarak çevrim içi oyunları tercih eden öğrenciler ise çevrim dışı oyunları tercih eden öğrencilere göre anlamlı bir şekilde çevrim içi oyunlara daha bağımlıdır. Meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin çevrim içi oyun bağımlılık puanları, Anadolu lisesi ve imam Hatip lisesi öğrencilerinin puanlarından anlamlı derecede yüksektir. Anadolu lisesi ile imam hatip lisesi arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Çevrim içi oyun bağımlılığı ile algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı negatif ilişkiler gözlemlenmiştir. Çevrim içi oyun bağımlılık düzeyleri ile aileden, arkadaşlardan ve öğretmenlerden alınan sosyal destek algıları arasında anlamlı bir negatif ilişki bulundu. Temel psikolojik ihtiyaçlardan biri olan yeterlilik ihtiyacı, çevrim içi oyun bağımlılığı ile anlamlı bir şekilde ilişkili değildir.

Gökmen (2019), yaptığı araştırmada 15-25 yaş arası 258 erkek katılımcı ile çevrim içi oyun kullanımına bağlı olarak video oyunu oynayan ergenlerin çevrim içi kimlik

keşifleri, çevrim içi kimlik, yalnızlık, sosyal yeterlilik ve benlik belirginliği düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada yaş farklılıkları dikkate alındığında benlik ve kimlik arama eğiliminde olan 15-18 yaş arasındaki (n=135) katılımcıların, oyun içinde gösterdikleri çevrim içi kimlik keşifleri yüksekken, 19-25 yaş arasındaki (n=123) katılımcıların ise çevrim içi oyun ortamındaki çevrim içi kimlik/çevrim içi bağımsızlık seviyelerinin, kendilerini sosyal olarak kendilerini gösterme ve benlik belirginliklerinin daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Günlük oyun oynama sürelerine göre farklılıklar ele alındığında çok fazla oyun oynayanların daha az oyun oynayanlara göre yalnızlıktan kaçış seviyeleri daha yüksek, çevrim içi kimlik/çevrim içi bağımsızlık seviyelerinin daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

Boran (2020), 170 erkek öğrenci, 161 kız öğrenci olmak üzere 331 katılımcı ile yaptığı çalışmada ergenlerin çevrim içi oyun bağımlılığı ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre; ergenlerin çevrim içi oyun bağımlılığı genel puanları cinsiyete, çevrim içi oyun arkadaşlıklarına ve haftalık çevrim içi oyun saatlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ek olarak, ergenlerin kullandığı başa çıkma stratejileri cinsiyete göre büyük farklılıklar göstermektedir. Çevrim içi oyunlar aracılığıyla arkadaş edin. Haftalık çevrim içi oynama süresine dayalı bir ayırım yoktur.

Gön (2020), yaptığı çalışmada Türkiye başta olmak üzere dünyanın her yerinde dijital oyun oynayan bireylerin desteğiyle satın alma davranışının gerçekleşmesine yardımcı olan motivasyonları ve akış kuramının dijital oyun oynayan bireylerin satın alma eylemleri üzerindeki etkisini ortaya koymayı hedeflemektedir. Çalışmada sosyalleşme motivasyonu yüksek katılımcıların dijital oyunlara daha fazla bağlandıkları, sadakat gösterdikleri ve daha fazla satın alma eylemi ortaya koydukları sonucuna ulaşılmıştır.

Yağcı ve Yalaki (2021), ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığının bunları etkileyen sosyal destek algısı, algılanan stres düzeyi ve sosyodemografik faktörler ile ilişkisinin ortaya konması amacıyla yaptıkları çalışmada erkek katılımcılarda çevrim içi oyun bağımlılığının daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Çevrim içi oyun bağımlılığının telefonda her gün oyun oynanması ve günlük oynama sürelerinin 2 saatten fazla olması ergen katılımcıların kendilerine özel telefon ve bilgisayarlarının olması ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Gökören (2022), Türkiye'deki e-sporcuları, bireyleri e-spora yönlendiren onları motive eden faktörleri ortaya koymak ve akış deneyimlerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada akış yaşantısında erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek düzeyde e-spor katılım motivasyonuna sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların akış yaşantıları en çok tercih ettikleri oyunlara değişkenlik göstermezken, katılım motivasyonları ilişkisel benlik ve boş zamanlarını değerlendirme alt bileşeni haricinde bütün alt bileşenlerde ve toplam puanlarda anlamı bir farklılık göstermiştir. Bunun yanında akış yaşantısı ile e-spora katılım motivasyonu arasında yüksek korelasyon olduğu (güçlü bir ilişki olduğu) sonucuna ulaşılmıştır.

Yılmaz ve Talu (2022)'ya göre bireyin stresle başa çıkmasını sağlamada, akış kuramının gösterdiği yol etkili sonuçlar ortaya koymaktadır. Akış deneyimi yaşayan kişiler, en olumsuz koşullarda bile mutlu olmayı başarabilmektedir. Yapılan çalışmalarda akış kuramı baz alınarak hazırlanan grup çalışmalarının stresi azaltmada etkili olduğu ortaya konmuştur.

Afiani vd. (2023), günde 8 saat çevrim içi oyun oynayan 150 ortaokul öğrencisi ile ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığına yönelik gerçeklerden kaçma eylemleri ile nevrotik kişilik arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedeflemişlerdir. Çalışma sonucunda gerçeklerden kaçış ve nevrotik kişiliğin aynı anda ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bhatiasevi vd. (2023), 2.044 ergenden topladıkları veriler ile yaptıkları çalışmada çevrim içi oyun bağımlılığına yol açan nedenleri ve etki seviyelerini ve bu unsurların ergenlerin yaşam kaliteleri üzerindeki tesirlerini ortaya koymayı hedeflemişlerdir. Çalışmada hangi unsurların oyun bağımlılığına yol açtığı noktasında kadın ve erkek katılımcılar arasında farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılsa da oyun bağımlılığının hem kadın hem de erkek katılımcıların yaşam kaliteleri üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hew vd. (2023), çevrim içi oyun bağımlılığının bastırıcı rolü üzerine yaptıkları çalışmada çevresel uyaranların çevrim içi oyun bağımlılığı ve öznel mutlulukla doğrudan ve olumlu bir şekilde ilgili olan akış durumuyla doğrudan ve olumlu bir şekilde bağlantılı olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu çalışmaları ile aynı zamanda çevrim içi oyun bağımlılığın akışın mutluluk üzerindeki etkisini bastırmadaki rolünü de araştırmaktadırlar.

Nora (2023), yaptığı çalışmasında gözlemler, görüşmeler, odak grup tartışmaları yoluyla ergenlerin eylemleri üzerindeki çevrim içi oyunların unsurlarını ve etkilerini ortaya koymayı hedeflemektedir. Çalışma sonucunda çevrim içi oyunlar ergenler için bir eğlence aracı olma, can sıkıntısını giderme, arkadaşlıkları zenginleştirme ve İngilizce kelime dağarcığını geliştirme gibi nedenlerden dolayı ergenler üzerinde olumlu etkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çevrim içi oyunlar ergenlerin ders çalışmayı ihmal etme, dini gereklilikleri yerine getirmeme, yemek yemeyi unutma, anne ve babanın sözlerini dikkate almama, fiziksel şiddete varan sert ifadeler kullanma gibi noktalara neden olduğundan dolayı olumsuz etkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçların yanında ergenlerin can sıkıntısını giderme, hobilerini gerçekleştirecek imkanların bulunmaması ve çevrim içi oyunların yayılıp popüler hale gelmesi gibi nedenlerin çevrim içi oyunları tercih etmelerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yang vd. (2023), Çin’de çocuklar ve ergenler arasında çevrim içi oyun bağımlılığının nedenlerini, doğasını, alt yapısını, bağlantılarını derinlemesine incelemeyi amaçlamaktadırlar. Çalışmada çocuk ve ergenlerin %40.9’u çevrim içi oyun bağımlısı olduğunu ifade etti. Erkek katılımcıların ve kampüste yaşayan katılımcıların çevrim içi oyun bağımlılığı ile karşı karşıya kalma olasılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşıldı. Çalışmada oyun oynamadığında dahi çevrim içi oyunları düşünme, çevrim içi oyunların tehlikelerinin farkında olup ancak buna engel olamama, oyun oynamadığında karamsar, sinirli, endişeli olma maddeleri çevrim içi oyun bağımlılığı için temel belirtiler olurken ilgi kaybı, aldatma maddeleri süreçte en az etkili belirtilerdir.

Zabrina (2023), aktif bir şekilde çevrim içi oyun oynayan 60 ergen katılımcı ile ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığı ile depresyon eğilimleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı hedeflemektedir. Çalışmada ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ülkemizde ve yurtdışında yapılan çalışmalar incelendiği zaman ergenlerin çevrim içi oyun oynama davranışları ile ilgili birçok araştırma yapıldığı ve bunların son dönemde artarak devam ettiği görülmektedir. Yapılan çalışmalarda özellikle çevrim içi oyun bağımlılığı, çevrim içi oyun oynamanın kişilik özellikleri ile olan ilişkisi, ailelerin, öğretmenlerin oyuna bakışı, çevrim içi oyunların bireyin mutluluğu, öznel iyi oluşu ile ilişkisi benzeri konular öne çıkmıştır. Ülkemizde yapılan çalışmalarda çevrim içi oyunların olumsuz etkileri, ailenin, çevrenin bakışı, akademik başarıya etkisi gibi

başlıklar daha fazla araştırma konusu olurken, yurtdışı çalışmalarında daha çok olumlu etkiler, kişilik özellikleri üzerindeki etkisi araştırma konusu olmuştur.



### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın deseni, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci, verilerin analizi ve geçerlik, güvenilirlik ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### 3. 1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, çevrim içi oyun oynama davranışı, oyun oynayan ergenlerin gözünden, akış kuramının bileşenleri üzerinden anlaşılma ve açıklanmaya çalışılmıştır. Bu kapsamda araştırmada ergenlik dönemindeki bireylerin çevrim içi oyun oynama nedenleri ile ilgili derinlemesine bilgiler alabilmek, güven ortamını daha iyi sağlayabilmek için nitel araştırma desenlerinin bir türü olan olgubilim çalışması deseni tercih edilmiştir. Nitel araştırma, nitel veri toplama yöntemlerinin tercih edildiği, algı ve olayların kendi doğası içerisinde, gerçekçi ve bütüncül bir şekilde ortaya konmasına dönük, nitel bir sürecin izlendiği bir araştırma türü olarak ifade edilebilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Nitel araştırma çoğunlukla araştırmacının bir olguyu açıklamaya çalışırken, öznel görüşleri öğrenmek istemesi, olguyu katılımcıların gözüyle derinlemesine öğrenmek istemesi durumunda kullanılır (Baltacı, 2017). Olgubilim çalışmaları ise haberdar olduğumuz ancak ayrıntılı bir şekilde derinlemesine bilgi sahibi olmadığımız olgulara yoğunlaşmaktadır (Cropley, 2002, akt. Büyüköztürk vd., 2018). Olgular, hayatımızı sürdürdüğümüz dünyada olaylar, tecrübeler, algılar, yönelimler, kavramlar gibi farklı şekillerde kendini göstermektedir. Bu olgularla dünyada yaşamımızı sürdürürken farklı şekilde karşılaşmamız mümkün olsa da, bu durum olguları tam olarak anladığımızı göstermemektedir. Bize tamamıyla yabancı gelmeyen, ancak tam olarak anlamını kavrayamadığımız olguları araştırmayı amaçlayan çalışmalar için olgubilim uygun bir araştırma imkânı sunmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016).

Olgubilim, açıklanmaya çalışılan olgular hakkında bilgi edinmek için, katılımcıların deneyimlerinden faydalanarak araştırma yapılması yöntemidir. Genel olarak olgunun altında yatanları derinlemesine keşfetmek için, olguyu deneyimleyen kişilerden bilgi toplamaya odaklanır (Kocabıyık, 2015). Çevrim içi oyunların artık toplumun önemli bir gündemi olduğu gözlemlenebilir hale gelmiştir. Bu konu ile ilgili detaylara odaklanmak, derinlemesine bilgi edinmek bu çalışmanın temel amacıdır. Bunun yanında çevrim içi oyun ile ilgili, özellikle oyun oynayan ergenlerin gözünden, onların

öznel görüşleri ve deneyimlerini ortaya koymak amaçlanmıştır. Dolayısıyla bu araştırmada, dijital oyunlar ile ilgili derinlemesine bilgi edinmek ve oyuncuların gözünden, kişisel deneyimlere odaklanabilmek için olgubilim çalışması deseni tercih edilmiştir.

### **3.2. Araştırma Grubu**

Bu araştırmada katılımcılar amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılarak seçilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemleri birçok alanda olgu ve olayların keşfedilmesinde ve anlamlandırılmasında faydalı olmasının yanında nitelikli bilgiye sahip olduğu düşünülen durumların derinlemesine çalışılmasını olanak sağlamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Ölçüt örnekleme yapılacak olan araştırmada problem ile alakalı özellikleri taşıyan kişilerin çalışmaya dahil edilmesini esas almaktadır (Büyüköztürk vd., 2018). Yapılan çalışmalarda görülmektedir ki 3 saat üzerinde ekran başında vakit geçirmek yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir (Davies vd., 2012). Literatür tarandığı zaman ülkemizde ergenlik dönemindeki bireylerin dijital oyun ve çevrim içi oyun oynama sürelerine yönelik olarak yapılan çalışmalarda, ergenlerin çoğunun günlük 3 saat altında oyun oynadıkları görülmektedir. Gerçekleştirilen çalışmalarda 3 saat üzeri oyun oynayan ergenlerin oranı %13 - %28 arasında değişmektedir (Atabay vd., 2023; Tarlakazan ve Yavuz, 2018; Küçükvardar ve Türel, 2022). Bu kapsamda araştırmaya genel ortalamanın üzerinde olan, günlük 3 saatten fazla çevrim içi oyun oynayan ergenler dahil edilmiştir. Dolayısıyla araştırmaya dahil edilecek kişiler amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Katılımcılar Gaziantep ilinde ikamet eden 14 – 18 yaşları arasındaki erkeklerden meydana gelmektedir. Ek olarak, örneklem grubuna katılımcı dahil edilirken, mevcut zaman diliminde oyun oynamaya devam ediyor olması bir ölçüt olarak belirlenmiştir.

Yüz yüze görüşme yapabilecek kadın bireylerin bulunmasının zorluğu, görüşmeye dahil olmaya, ses kaydı alınmasına isteksiz olmaları gibi sebeplerden dolayı çalışmaya kadın bireyler dahil edilememiş ve çalışma sadece erkek bireylerle gerçekleştirilmiştir. Çevrim içi oyun oynayan bireylerin, oyunda edindikleri arkadaşlıklar yoluyla kadın oyunculara ulaşılmış ve çalışmaya davet edilmiştir. Yine çalışma için ulaşılan ve çalışmada yer alan bireylerin arkadaşlarına ulaşması yoluyla, çevrim içi oyunlar oynayan ve yüz yüze görüşme imkânı olan kadın oyunculara ulaşılmıştır.

Toplamda ulaşılan ve çalışmaya davet edilen 32 kadın oyuncunun 2 tanesi çalışmaya katılmayı kabul etmiş ancak görüşme yapılırken çalışmadan çekilmek istediklerini ifade etmiş ve çalışmadan çekilmişlerdir. Çalışmaya katılmayı reddeden ve sonradan çekilen bireyler ses kaydı alınması, zamanlarının olmadığı, yüz yüze görüşmek istemedikleri gerekçeleri ile çalışmaya katılmamışlardır. Bazı bireyler ise herhangi bir gerekçe sunmadan dahil olmak istemediklerini dile getirmişlerdir.

**Tablo 3.1.** Katılımcılara Ait Bilgiler

KATILIMCI	YAŞ	OYUN ARACI	OYUN MEKÂNI	OYUN ARKADAŞI
K1	16	Tablet	Ev	Oyundan Tanıdık
K2	16	Bilgisayar	Oyun Salonu	Okul Arkadaşı
K3	18	Telefon	Ev	Oyundan Tanıdık
K4	14	Telefon	Ev	Okul Arkadaşı
K5	17	Bilgisayar	Oyun Salonu	Okul Arkadaşı
K6	15	Telefon	Ev	Akraba
K7	14	Tablet	Ev	Oyundan Tanıdık
K8	17	Telefon	Oyun Salonu	Oyundan Tanıdık
K9	16	Bilgisayar	Oyun Salonu	Oyundan Tanıdık
K10	18	Bilgisayar	Oyun Salonu	Okul Arkadaşı
K11	15	Bilgisayar	Ev	Okul Arkadaşı

Tabloda katılımcıların yaşları, oyun oynarken en fazla hangi oyun aracını tercih ettikleri, en çok hangi mekânda oyun oynadıkları ve en fazla kiminle oyun oynadıklarına dair bilgiler aktarılmıştır. Görüşme formları incelendiği zaman katılımcıların çoğunlukla oyunlar aracılığıyla tanıştıkları kişilerle oyun oynadıkları, daha sonra okul arkadaşları ile

oynadıkları görülmektedir. Katılımcıların oyun oynamak için sırasıyla bilgisayarı, telefonu ve tableti tercih ettikleri görülmüştür. Katılımcılar en fazla evde oyun oynarken, ardından oyun salonlarını ve okul ortamını kullanmaktadırlar. Bunların yanında katılımcılar, oyun türleri arasında en fazla birinci şahıs nişancı oyunlarını ve gerçek zamanlı strateji oyunlarını oynadıklarını dile getirmişlerdir. Bunlardan sonra en çok oynanan oyun türleri ise hayatta kalma oyunları ve çok oyunculu savaş arenası oyunları (moba) olarak ifade edilmiştir. Spor oyunları ve rol yapma oyunları ise en az oynanan oyun türleri olarak ifade edilmiştir. Katılımcıların 5 tanesi daha önce oyun için para harcadığını ifade ederken, 5 tanesi de de para harcamadığını belirtmiştir, 1 kişi ise soruyu cevaplandırmamıştır.

### **3.3. Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları**

Araştırma öncesi katılımcı ölçütleri dikkate alınarak, ergenlerin yoğun olarak kullandıkları internet kafelerde, kütüphanelerde yüz yüze görüşmeler yapılmış, bazı gençlik kuruluşlarının çevrim içi duyuru grupları aracılığıyla duyurular yapılmış, kadın ve erkek oyunculara ulaşılmaya çalışılmıştır. Ulaşılan kişilere araştırmanın amacı detaylı bir şekilde aktarılmış, buralarda ulaşılan ergenler ve onların ulaştıkları çevrelerinden bireylerle katılımcılar çalışmaya dahil edilmeye çalışılmıştır. Görüşülen kişilerden, çalışmaya katılmaya istekli olanların ailelerinden, çalışmaya katılmaları için veli izin formu (ek-2) aracılığıyla izin alınmış ve bireyler çalışmaya dahil edilmişlerdir. Katılmaya istekli olan bazı kişiler aileleri izin vermediği için çalışmaya katılamamış, bazı katılımcılar ses kaydı alınmasından dolayı görüşme sırasında çalışmadan çekilmek istemiş ve çalışmaya dahil olmamışlardır. Daha sonra çalışmaya katılacak kişilerden katılımcı bilgi formu (ek-1) formu aracılığıyla bilgiler alınmıştır. Daha sonra araştırmanın verilerinin toplanması amacıyla yüz yüze görüşmeler yapılmış ve hazırlanan form aracılığıyla sorulan sorulara cevaplar aranmıştır. “Çevrim içi oyun oynayan ergenlerde akış yaşantısı görüşme formu” araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Araştırma öncesi görüşülecek kişi sayısı ile ilgili herhangi bir sınır konmamıştır. Araştırma sırasında toplam 11 katılımcı ile birer görüşme yapıldıktan sonra verilerin tekrar ettiği görülmüş, verilerin doyum noktasına ulaştığı sonucuna varılmış ve daha fazla kişi ile görüşme ihtiyacı hissedilmemiştir. Burada veri doyumuna ulaşıp ulaşılmadığına Yağar ve Dökme (2018) tarafından belirttiği üzere verilerin tekrar etmeye başlayıp başlamadığına bakarak karar verilmiştir.

### *Çevrim İçi Oyun Oynayan Ergenlerde Akış Yaşantısı Görüşme Formu*

Çalışmaya dahil olan ergenlerden çevrim içi oyun oynarken yaşadıkları deneyimleri öğrenebilmek için hazırlanan görüşme formunda akış yaşantısının 8 alt boyutu ile ilgili soruların yanında genel akış yaşantılarını öğrenmek için sorulan sorular yer almaktadır. Bu 8 alt boyut; Beceri gerektiren zorlu bir aktivite, eylem ve farkındalığın kaynaşması, net hedefler ve geri bildirim, eldeki göreve odaklanmak, kontrol paradoksu, öz farkındalığın kaybı, zamanın dönüşümü, ototelik deneyimden oluşmaktadır.

Sorular hazırlanırken (Eysenbach ve Köhler, 2002; Forrester ve Sullivan, 2018; Kvale, 1994; Seidman, 2006; akt. Baltacı, 2019) tarafından belirtilen noktalara; soruların katılımcılar tarafından kolay anlaşılır olmasına, konunun detaylarına, derinlerine inecek şekilde sorular hazırlanmasına, konuyu uzatacak şekilde belirsiz, niteliksiz sorulardan kaçınmaya, farklı noktaları açığa çıkaracak şekilde, konunun farklı yönlerine vurgu yapan soruların hazırlanmasına, açık uçlu şekilde sorulmasına, yeterli bilgiye ulaşılamaması veya konudan uzaklaşılma ihtimaline karşılık alternatif soruların bulunmasına, soruların mantıklı bir düzen içinde olmasına dikkat edilmiştir.

Hazırlanan sorular alan yazına uygun şekilde hazırlanmış ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında uzman, nitel araştırma deneyimi olan, 2 doktor öğretim görevlisi tarafından incelenerek revize edilmiş ve son halini alarak pilot uygulamaya tabi tutulmuştur. Pilot uygulama sonrası gerekli düzenlemeler yapılmış ve görüşme formu nihai halini almıştır.

Görüşme formundan örnek sorular şu şekildedir;

*“Oyuna hazırlık aşamasında, oyun sırasında ve sonrasında nasıl hissediyorsun, aklından neler geçiyor?”*

*“Boş olduğun bir vakitte birçok farklı alternatif varken, neden oyun oynamayı tercih edersin? Seni oyun oynamaya yönelten durumlar nelerdir?”*

*“Oyun oynarken sence dışarıdan nasıl görünüyorsun? Oyun oynadığın anda odaya birisinin geldiğini düşün. O anda senin ile ilgili gözlemleri sence neler olur?”*

Araştırmanın verilerinin elde edilmesi, hazırlanan görüşme formu aracılığıyla, katılımcılardan yüz yüze, birebir görüşme yoluyla gerçekleştirilmiştir. Görüşme ortamında katılımcıların rahat hissetmesinin sağlanması amacıyla doğal bir ortam (kitap kafe) tercih edilmiş ve görüşme formundaki sorular yorum katılmadan, net bir şekilde

sorulmuş ve alınan cevaplar kaydedilmiştir. Görüşmelerin yapıldığı kitap kafe halka açık olmayıp, görüşmeler sırasında, kimsenin olmadığı sakin bir ortam sağlanmıştır.

Görüşme sırasında soruların katılımcı tarafından doğru bir şekilde anlaşılıp anlaşılmadığı yoklanmış, ihtiyaç görülen yerlerde devam soruları, sondaj sorular, özelleştirici sorular sorulmuş ve en uygun, sağlıklı veriler toplanmaya çalışılmıştır. Böylece bu bölümde belirtildiği üzere detaylı biçimde süreç aktarılarak araştırmanın geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin bir yapı sunulmuştur.

### **3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Araştırma kapsamında kişilerle yapılan görüşmeler, katılımcıların da rızası alınarak, ses kayıt cihazıyla kaydedilmiş, daha sonra bu ses kayıtları herhangi bir veri kaybı yaşanmadan, ifadeler olduğu gibi, bilgisayar ortamında yazıya aktarılmıştır. Sonrasında bu veriler bilgisayar ortamında nitel verilerin analiz edilmesi için geliştirilen MAXQDA 2022 programı ile içerik analizine tabi tutulmuştur. Verilerin sadece yapılan bu çalışma için kullanılacağı ile ilgili katılımcılardan ve ailelerinden izin alınmış, katılımcılar ve aileleri, katılımcı ve rıza beyanı formunu imzalamışlardır. Verilerin kaydı ve bilgisayar ortamına aktarılması sırasında azami hassasiyet gösterilmiş ve herhangi bir veri kaybı yaşanmamıştır. Yazıya aktarılan görüşmeler bizzat katılımcılar tarafından tekrar kontrol edilmiş ve konuşmaların doğru anlaşıldığı, yazıya doğru aktarıldığı teyit edilmiştir. Yine analiz sonuçlarının tutarlı ve güvenilir olması; oluşturulan temalar ve kodların doğruluğunun sağlanması, bunların altında yer alan verilerin doğru şekilde sunulabilmesi için, araştırmacı tarafından bütün görüşmeler iki defa değerlendirilmiş, literatür ışığında düzenlemeler yapılmıştır.

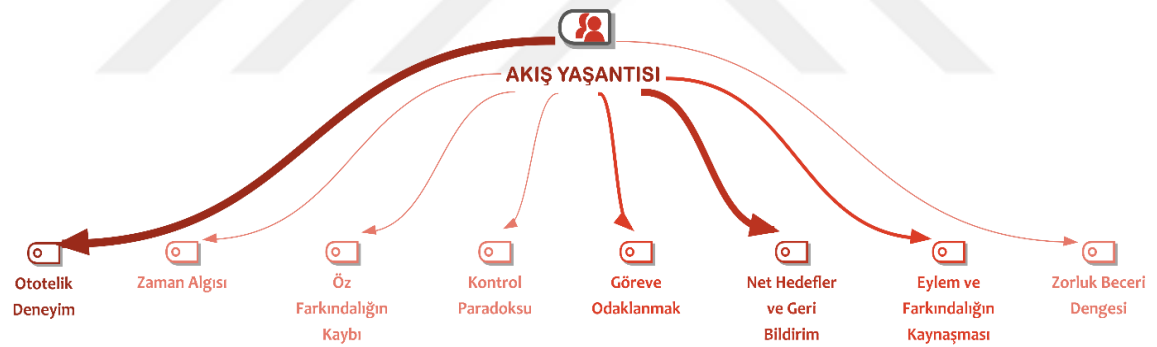
Son olarak tez danışmanı ve bir uzmanın (RPD alanında profesör) bütün kodlamaları, alt kodları kontrol etmeleri ve önerileri ile kodlamalar son halini almıştır. Yine güvenirliliğin sağlanması amacıyla analiz sırasında kullanılan bulgular, doğrudan alıntılar şeklinde, ayrıntılı olarak sunulmuştur. Analizlerin tutarlılığını sağlamak amacıyla bütün analizler iki defa yapılmış, analizler karşılaştırılmış ve analiz sonuçlarının aynı olduğu görülmüştür.

## 4. BULGULAR

Bu bölümde yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanan verilerden hareketle elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular iki ana temaya göre oluşturulmuş görsellerle desteklenmiş ve anlaşılır bir şekilde ifade edilmeye çalışılmıştır. Katılımcıların Akış Yaşantıları (Şekil 6) ve Katılımcıların Oyun Aktivitesini Tercih Etme Sebepleri (Şekil 8) şeklinde iki ana tema ve bu temalara ait kodlarla katılımcıların oyun oynama davranışları açıklanmaya çalışılacaktır.

### 4.1. Katılımcıların Akış Yaşantıları

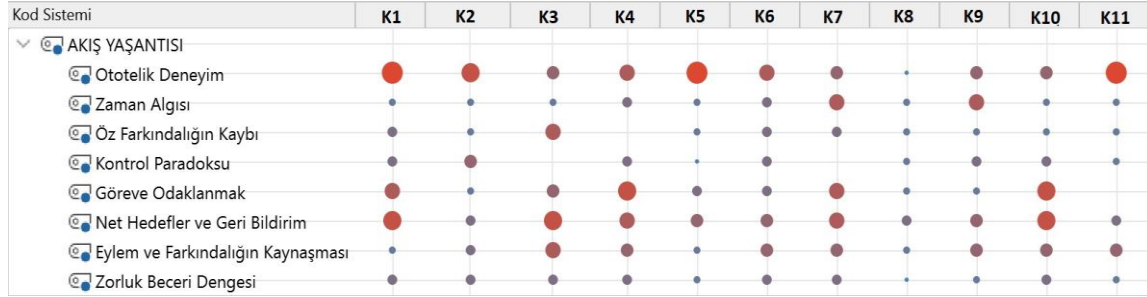
Katılımcıların oyun oynarken yaşadıkları akış deneyimleri ile ilgili elde edilen verilerin ışığında, araştırmacı tarafından Şekil 6 hazırlanmıştır. Şekilde kalın ve koyu renkte olan oklar kavram ile ilgili deneyimlerin yoğun yaşandığını, ince ve açık renkte olan oklar ise deneyimlerin daha seyrek yaşandığını göstermektedir.



Şekil 5. Katılımcıların Akış Yaşantıları

Şekil incelendiği zaman görülmektedir ki, katılımcıların oyun oynarken en yoğun yaşadıkları deneyim olarak ototelik deneyim ön plana çıkmaktadır. Daha sonra net hedefler ve geri bildirim katılımcıların oyun sırasındaki odaklanma ve haz alma düzeylerini artırdığı görülmektedir. Ardından oyun sırasında en yoğun yaşanan deneyimlerin sırasıyla göreve odaklanma, eylem ve farkındalığın kaynaşması olduğu görülmektedir. Bunların yanında oyun oynarken yaşanan deneyimlerin sırasıyla zaman algısının değişmesi, öz farkındalığın kaybı, zorluk beceri dengesi ve kontrol paradoksu olduğu gözlemlenmektedir.

Katılımcıların oyun oynarken akış yaşantısının hangi alt boyutunu daha fazla deneyimlediğine dair bilgiler, araştırmacı tarafından hazırlanan Şekil 7’de sunulmuştur. Buradaki yanıtların dağılımları paylaşılmış ve katılımcıların verdikleri yanıtlardan örneklerle bulgular aktarılmıştır.



Şekil 6. Katılımcıların Akış Boyutları Deneyimleri

Şekil 7 incelenince görülmektedir ki K1, K2, K11 yoğun bir şekilde ototelik deneyim yaşamaktadırlar. K8 ise katılımcılara oranla daha az ototelik deneyim yaşamaktadır. Yine K4 ile K10 yoğun göreve odaklanma, net hedefler ve geri bildirimler ile ilgili deneyimler yaşamakta, diğer boyutlarda da birbirlerine benzer dağılımlar göstermektedir. Zorluk ve beceri dengesi alt boyutu bütün katılımcılarda seyrek gözlemlenirken, kontrol paradoksu K2 dışında bütün katılımcılarda seyrek olarak gözlemlenmektedir. Yine K8 isimli katılımcının diğer katılımcılardan farklı olarak hiçbir boyutta yoğun bir deneyimi olmadığı görülmektedir.

### ***Ototelik deneyim***

Katılımcıların önemli bir kısmı tarafından yaşandığı dile getirilen ototelik deneyim, araştırma bulgularına göre, katılımcıların oyun sırasında en fazla yaşadıkları deneyim olmuştur.

Katılımcılardan K1 bu deneyimi, oyun sırasında yaşadığı mutluluğu, her şeyi unutturmasını şu şekilde ifade ederken;

*“...iyi bir mutluluk geliyor sonra... Nasıl diyeyim sanki her şey geçecekmiş gibi bir mutluluk geliyor. Ondan sonra, oyun bittikten sonra ise, genelde kendi isteğimle bitmediğinden dolayı, yine bir üzüntü geliyor. Keşke bu an sonsuza*

*kadar sürse, bir daha o diğer düşüncelerle uğraşmazdım diye düşünüyorum genelde. Yani bir oyundan, eğer bu kadar haz alıyorsak, yani keşke sonsuza kadar sürseydi diye düşünürüz. Genelde böyle oluyor.”*

K2 yaşadığı deneyim ile ilgili, o an yaşadığı duygunun, oyunu kaybetmenin üzüntüsünü dahi bastıracak bir mutluluk anı olduğunu, bu mutluluğu bastıracak pek bir duygu olmadığını şöyle ifade ediyor;

*“Oyunun sonu da genelde eğlenceli bitiyor, çünkü eğlenerek bir şeyler oynuyoruz, oyun sırasında, zaten insan oyun oynarken çok eğleniyor, yani mutlu hissediyor kendisini. Çünkü sürekli bir şeyler için uğraşıyorsunuz, bu güzel, arkadaşlarınızla beraber... Hiç o an, üzüntü gibi bir şey yok, genelde kaybedince oluyor ama o da mutluluğu bastıracak kadar değil. Yani o an mutluluğunuzu bastıracak pek bir duygu yok gibi.”*

K4, o an aldığı hazdan dolayı oyunu asla bırakmak istemediğini şu kelimelerle dile getiriyor;

*“Oyun oynarken amacım sadece maç kazanmak, başka bir amacım yok. Soyut, benim için sadece zevk veriyor. Eğlenceli. Başka da bir elime geçen bir şey yok bence. Sadece keyif aldığım şeyi oynamaya devam ediyorum.”*

K3 ise akış kuramının isimlendirmesine ilham veren akışa kapılıp gitme ifadeleriyle yaşadığı deneyimi şöyle dile getiriyor;

*“Eee ama oyunu oynarken çok da bunları düşünmüyorsun, o anın zevkini çıkartıyorsun sadece...o anın akışına kapılıp gidiyorsun.”*

K5 adlı katılımcı ise görüşmenin bir yerinde mutluluğun kaynağı olarak bizzat oyun oynamayı gösterirken, görüşmenin başka bir yerinde ise oyunu diğer alternatiflere göre daha çekici bulduğunu, daha fazla haz aldığı için oyun oynadığını şu şekilde ifade ediyor;

*“...mutluluğun kaynağı yani bir nevi direk oyunun kendisi...”*

*“Neden oyun oynamayı tercih ediyorum? Yani bana çok çekici gelmiyor diğer hayat mesela. Ben de hani geziyorum aslında, ama biraz da oyun daha çekici geliyor ya. Hani o dediğim gibi o zevki o verdiği hazzı çoğu şeyden alamıyorum. Mesela bir gezmede alamıyorum. Tamam hani çok fazla anı biriktiriyorsun ama yani bir yerden sonra bitiyor...”*

K6 ise oyun dışında bir amacı olmadığını, sadece oyun oynamak için oyun oynadığını şöyle ifade ediyor;

*“Oyun oynamayı nasıl desem? Bunu nasıl anlattırım bilmiyorum öyle... Bir şey yapmak istersin ama zevk, hobi gibi bir şey... Amacı yoktur ama yaparsın yine...”*

K9 oynadığı oyundan aldığı hazzı, tekrar tekrar aynı oyunu oynamak istiyorum şeklinde ifade ediyor ve görüşmenin ilerleyen bölümlerinde ise oyun oynamaya başlamadan bu haz beklentisinin kendisini nasıl ele geçirdiğini şu cümlelerle dile getiriyor;

*“Hani diyorlar ya işte X filmini izledim ama keşke hafızamdan silinse de tekrar izlesem tarzı bir şey oluyor. Aynı oyunu tekrar oynama isteği oluyor. Bir sonraki, yine diyoruz ki, direk adres saat diyoruz, yarın tekrar aynı yerde falan. Hani bu eğlenceyi yaşayalım diye, bu şekilde son buluyor.”*

*“...bir saat sonra oyun oynayacağımı bilince, o 1 saat tamamen zamanın geçmesini bekliyorum. Hani hadi geçsin de, o sandalye oturayım der gibi. Ondan sonrasında o saate geldiğimde bilgisayara oturuyorum, elimi koyuyorum. İşte şimdi eğlenme vakti diye düşünceler geçiyor zihnimden.”*

### ***Net hedefler ve geri bildirim***

Katılımcıların en fazla paylaştıkları deneyimlerden biri de oyunda hedeflerin ve geri bildirimlerin oyun oynama davranışlarına etkisi olmuştur. Araştırma bulgularına göre ototelik deneyimden sonra en fazla paylaşım hedefler ve geri bildirimler ile ilgili olmuştur.

Katılımcılardan K1 oyunda kendisine verilen ödüllerin nasıl motive edici olduğunu şu şekilde dile getiriyor;

*“...oyun için çalışıp sonunda ödül almak bir işçinin, eee... inşaatta çalışıp sonrasında parasını alması gibi bir mutluluk veriyor bana...”*

Yine görüşmenin başka bir yerinde, bunu oynadığı oyun üzerinden örneklendirip oyunun kendisine hedef göstermesinin ve hedefe ulaştıktan sonra ödüllendirmesinin kendisi için ne anlama geldiğini şöyle ifade ediyor;

*“...örneğin minecraft diyelim, eğer minecraftta görevler olmasaydı, mesela sondaki büyük ejderi öldürür müydüm? Başarı olmasaydı, herkes sadece ev yapacaktı. Yani herkes sadece ev yapacaktı, bundan ibaret olurdu oyun. Ama bize görevler verdiler. Mesela oyunun en zor bulunan maddesinden bir kule inşa et dediler ve bu zor bir şeydi. Bunu yapmak için çabaladım, çabaladılar ve bunu ödül olarak gördüler. Bu sayede oyunun bir amacı oldu.”*

K3 ise kendisi için oyunda geri bildirimlerin olmazsa olmazlığını şu ifadelerle dile getirmiştir;

*“...oyunda skorlar oluyor mesela. Olmazsa olmaz. Kaç kişiyi öldürdüm? Kaç defa öldüm? Mesela oynadığım oyunda, rolde, kaç tane minyon deniyor...eee eşyalarının farkı ne? Onu geçmiş misin, eşit misin, geride misin? Ona göre karşılaştırma yapabiliyoruz.”*

K4 de ödüllerin kendisi için mutluluk kaynağı olduğunu, oyuna motive ettiğini şöyle dile getirmiştir;

*“...kazandığımız zaman şeyimiz, rankımız yükseliyor. Ödüller kazanıyoruz. O yüzden daha mutlu oluyoruz.”*

Yine katılımcılardan K5 da mutluluğun kaynağı olarak oyunda verilen ödülleri gösteriyor;

*“...mutluluğun kaynağı oyunlardan biri şu özellikleri veriyor, işte sen şu rütbeye gelersen sana şu özellikler açılıyor, sen de şu etiket gözükiyor, onlar mesela beni çok etkiliyor...”*

Yine görüşmenin başka bir yerinde K5, oyun sırasında birlikte oynadığı kişilerin kendisine yönelik geri bildirimlerinin kendisi için ne anlama geldiğini şu cümlelerle dile getiriyor;

*“Hani cidden insan eleştirisi, başka bir insana çok kıymetli oluyor... cidden o insanların yorumları çok önemli oluyor. Bence oyunlarda mesela seni övmesi veya ne bileyim seni daha iyi görmesi kendinden seni, böyle biraz daha mutlu ediyor. Bence çok daha önemli şahsen benim için yorumları insanın...”*

Yine katılımcılardan K6 da K5 benzeri ifadelerle oyun oynadığı kişilerin geri bildirim vermesinin kendisi için ne anlama geldiğini şu şekilde dile getiriyor;

*“...bu beni çok büyük bir manada motive ediyor, işte başarılı olduğumu hissettirmeli. Çok hoşuma gidiyor ve beni motive ediyor Oyuna odaklanmama , daha iyi oynamama yol açıyor.”*

K7 ise görevli oyunların kendisini görevsiz oyunlardan daha fazla motive ettiğini şu şekilde dile getiriyor;

*“Bir görev verdiğinde, eğer o görev güzelse ve zorluyorsa, onu başarabilirsem beni daha çok tatmin ediyor. Görevsiz oyunlarda bir süre sonra sıkıyor. Sen zaten çıkmak istiyorsun.”*

Görüşmenin başka bir yerinde ise K7 karşısındaki kişi geri bildirimde bulunmasa dahi oyun içindeki skor tablosu vs gibi görsellerin kendisi için yeterli bir geri bildirim olduğunu şu şekilde dile getiriyor;

*“Eeee skor tablosuna bakınca eğer aşagılarda oluyorsan belli ki bir şey yapamıyorsun. Her el kötü oynayıp vuramıyorsan direk ölüyorsun. Anlıyorsun ki kötü oynuyorsun... eğer bunlar olmasaydı yani bir süre sonra gereksiz yere oynadığını düşünebilirsin. Yani sana bir geri dönüş yapmıyorsa oyun, bence bir süre sonra sıkılırsın ve oyundan çıkarsın.”*

K9 adlı katılımcı da oyun oynadığı kişilerin geri bildirimlerinin kendisi için çok önemli olduğunu, bunun gerçek hayatta kendisine geri bildirim verenlerden daha kıymetli olabileceğini görüşmenin iki farklı yerinde şu şekilde dile getiriyor;

*“...takımdakiler ooo helal olsun sana, işte sen oyun için yaratılmışsın falan tarzında sizi övebiliyorlar, o güzel motive edici, yani dışarıda kimse dört artı dördü sekiz bildiğiniz için sizi tebrik etmez ama oyunda onu söylerseniz tebrik ediyorlar sizi. O yüzden çok daha basit şeylerde tebrik almak güzel oluyor.”*

*“Dışarda ise yüz yüze olduğunuz için kimse size dürüst olamaz. Yani ne kadar olmak istese de aslında dürüst olamazlar. Ama oyunda işte dediğim gibi tanımama söz konusu olunca herkes rahat bir şekilde...yanlış yapmışsın veya kötü yapmışsın işte doğru yapmışsın, iyi yapmışsın. Olumlu veya olumsuz bir şekilde, şey önyargısız bir şekilde değerlendirebilirler diye düşünüyorum. Çok daha gerçekçi oluyor bence...”*

## **Göreve odaklanmak**

Görüşmede birçok katılımcı oyun sırasında sadece oyun içeriği ile ilgili düşünceler içinde olduklarını, oyunu nasıl kazanacaklarına, ödülü nasıl alacaklarına dair kuracakları stratejileri düşündüklerini şu şekilde dile getiriyorlar;

K2; “Genelde savaş oyunlarında tek başıma kaldığımda, o onlarda genellikle çok odaklanıyorum. Onu da işte nasıl yapıp da yenebilirim? Nasıl kurtarabilirim şeyi yani o oyunu nasıl kurtarabilirim? Genelde rant deniyor şeye bir tura. O turu nasıl kurtarabilirim diye odaklanıyorum. Hatta bazen heyecanlanıp tek başıma gidip duvara falan sıkıldığım oluyor. İşte o zaman biraz hani nasıl diyeyim? Oraya full fokus oluyorum. Direkt orada başka hiçbir şey aklıma gelmiyor. Genelde zaten dediğim gibi bir şey kırıldığında falan başka yani ortamda bir şey olduğunda hiç o an fark etmiyorum işte o an o orası. Öyle odaklanıyorum tam orada ne oluyorsa oluyor artık.”

K3 “Eee o an yapmam gerekenler şu şu, hani yapmam gerekenler sadece, misafirler yazıyor hangi düşmanın çıkacağını, tam tarafsız, rakipten biri şuradan geliyor ona göre kendimizi ayarlıyoruz falan. Oyuna dair şeyler geçiyor teknik saf olarak.”

K4; “Yani taktiklerim nasıl olsun, mesela buradan gitsem ne yapabilirim? Öbür koridora gitsem onu alabilir miyim? Karşılı kazanmak için elimden geleni yapmaya çalışırım sadece...yani çevrenle direk bağımlı kesiyorsun diyorlar, babam genelde, biraz içeriye gel, bizimle konuş falan o şekilde.”

K6; “Dışla irtibat kesilmiş zaten, o oyunda nasıl başarılı olacağım hakkında düşünceler geçiyor. İşte nasıl kazanırım, nasıl şey yaparım diye strateji geliştirmeye çalışırım.”

K10; “Oyuna odaklı oynuyoruz işte. Hangi roldeyse ona odaklanıyoruz... O an aklımdan karşı takımı berbat edip yani bozguna uğrattıp kendi takımını zafere ulaştırma hayalleri geçiyor. Eee silah oyunu oynuyorsam dediğim gibi o adamı öldürmek geçiyor. Yani tabii oyun esnasında o adamı yenmek, o adamı düşürdükten sonra önüme bakıp devam etmek geçiyor. Oyunu kazanmak...”

K8; “...ište sürekli aklında oyun oluyor. Sonra ne yaparım, nasıl geliştiririm, şunu nasıl alırım, bunu nasıl kazanırım bunları düşünüyorum bu şekilde yani.”

K9; “O an tamamen zaferi düşünürüm veya rakibinin neler yapabileceğini düşünüyorum. İşte mesela üç kapı var. Diyorum ki mesela ben buradan sesini duydum. Demek ki yani buradan gelmez, buradan gidiyor veya şaşırtma yaparak buradan gelecek. Ona göre tedbir mi almam gerek?... öyle ya, genelde zafer odaklı olduğu için veya takımı destekleme uğruna. Tamamen şeyi, oyunu düşünüyorum.”

K7 “Büyük çoğunlukla farkında olmuyorum çevrem... genellikle full fokus oyuna odaklanmış oluyorum. Oyunu iyi bir şekilde oynayıp ve o artık el mi yoksa görev mi ne ise...”

### ***Eylem ve farkındalığın kaynaşması***

K2 oyun oynarken kendisini oyuna nasıl odakladığını, çevresinde olup bitenin farkında olmadığını, bir şeylerin sanki kendi kontrolü dışında, nasıl olduğunu anlamadan gerçekleştiğini şu şekilde ifade ediyor;

“Oraya full fokus oluyorum. Direkt oraya hiçbir şey aklıma gelmiyor. Genelde zaten dediğim gibi bir şey kırıldığında falan başka yani ortamda bir şey olduğunda hiç o an fark etmiyorum işte o an o orası. Öyle odaklanıyorum tam orada ne oluyorsa oluyor artık.”

K3 ise oyunun atmosferine nasıl dahil olduğunu sanki karakteri yaşar gibi oynadığını şu şekilde ifade ediyor;

“Oyunda aslında yeni bir dünyaya giriyorsun. Ee o dünyada geziyorsun, dolaşıyorsun, kişilerle, karakterlerle tanışıyorsun...online, böyle gerçek insanlarla karşılaşmalı bir maç, rekabet oynuyorsam, bir savaşın içindeymiş gibi. Zaten sesli sohbede olduğumuz için eee bir ordudaymış, gerçek savaştaymış gibi oynuyor diyebilir gören kişi.”

K5 o an oyunla nasıl bütünleştiğini, o anın ruh halini ve bedenini nasıl etkilediğini şu şekilde anlatıyor;

*“...oyuna çok fazla bakıyorum, böyle her detayı görmek istiyorum. Ekrana ben daha fazla yaklaştığımı hissediyorum. Daha fazla yaklaşp etrafı dinlememeyi. Sadece oyuna odaklanıyorum. Ya cidden çok garip bir duygu. Sanki böyle her şeyin, o andaki o duruma bağlı. Mesela benim kalp ritmimin hızlandığını ben anlıyorum. Mesela oyunu kazana kazana ama sonunda her türlü tutuyorum. Kendimi kastığımı hissediyorum, yani o seslerini duymak o kadar şey yapıyor ki mesela tek başıma kalmışım. Arkadaş abi hadi yaparsın, yaparsın diyor. Ama ben orada ben odaklandığım için kalbim tir tir titriyor. Hızlı hızlı atıyor. O an çok fazla adrenalin sarfediyorum...”*

Yine o an dışarıdan nasıl görüldüğüne dair şu ifadeleri kullanıyor;

*“...ama benim sürekli çok ciddi olduğumu söylerler, oyun oynarken hani. Nasıl desem oyuna çok kenetlendiğini ben bile hissediyorum. Yani sadece o ekrana baktığımı biliyorum. Hani etrafına tamam bir oyun diyemiyorum. Ben şahsen ben tamamen kitleniyorum. Orada ne olursa hayatımda o olacak gibisinden görüyorum...”*

K6 ise o anı şu şekilde ifade ediyor;

*“Oyun oynarken tamamen onun içine dalıyorsun. Böyle etrafı sanki kesilmiş gibi, böyle arkadan sesler geliyor ama gelmiyor diyeyim. Hiç duymuyorsun. Eee böyle oyun oynarken işte annen odaya giriyor, sesleniyor ses gelmiyor, duymuyorsun ama kapalı gibi bir şey, kulaklık takmasan bile o an odaklandığın için öyle.”*

K8 o an kişisel ihtiyaçlarını dahi erteleyebilecek kadar oyunla bütünleştiğini şu şekilde dile getiriyor;

*“...yani o an yanımda cips vesaire varsa bile, o bile umurumda olmayabiliyor ya, full fokus oyunda oluyorum işte. Ailem bir şey dediğinde onu umursamıyorum, yapacağım bir şey varsa onlar aklımdan çıkıyor. Hani lay lay lom, tuvaletim gelse bile o an onu erteleyip o an oyuna odaklanıyorum. Tamamen oyundayım yani...”*

K9 o an nasıl oyunla bütünleştiğini ve çevresinde olan bitenin farkında olmadığını şu kelimelerle dile getiriyor;

*“Bir seferinde internet kafede sandalyenin aslı ceketinin cebinden kulaklığımı almışlardı. Yani hiç fark etmiyorum. Muhtemelen bana müdahale edilirse, yani bir elim titrerse falan dışarıdan aşırı derecede hassas bir şekilde tepki veririm...Ama bana temas olmayan bir şekilde oyunu oynuyorsam hiçbir şekilde, hiçbir şeyi muhtemelen fark etmem.”*

K10 oyundaki eylemlerinin bedenini nasıl etkilediğini, oyunu kazanmak için bütün benliğini oyuna vermesi gerektiğini şu şekilde ifade ediyor;

*“...adama silahı doğrultuş hızın falan daha relaxsın. Kalbin rahat atıyor ama böyle zor seviyedeyken daha ciddi oluyorsun. Kendine daha ciddi olmaya itiyorsun. Çünkü ciddi olmazsan adam seni vuruyor, daha fazla sinir oluyorsun. Bir de ciddi olduğun zaman yani ciddi ortamda bulunduğun zaman diğerleri gibi. Yani diğerleriyle aynı rankta olduğun zaman, o zamanlar işte , takım arkadaşlarının senden daha çok şey bekliyorlar. Bunu senin yapman lazımdı. Sen nasıl buraya kadar geldin? Bu seviyeye kadar çıktın diyorlar genelde. Yani daha bir ciddi olma eğilimin olması lazım. Yoksa oynayamıyorsun o zor seviyede oyunu.”*

Yine görüşmenin ilerleyen kısmında o an nasıl odaklandığını şu şekilde açıklıyor;

*“Yağmur yağıyor falan olsa mesela hava yağmurlu olsa içeri girerken yağmur yağsa da sonradan hava güneşli olsa hiç fark etmem. Ama şimşek falan çaksa böyle etrafta yani görüntü farklılıkları olsa fark ederim mesela internet kafede oynadığımız için abiler bazen sesleniyor işte arkandan bazıları koltuğunla falan oynuyor veya yanındaki adam gitmiş, senin haberin yok. Böyle şeyler oluyor. Genelde o kadar farketmiyorsun ortada. Yani odağın oyunda olduğu için. Etrafla olan ilişkim zayıf düşüyor. Yani o kadar umurumda olmuyor.”*

### **Zamanın dönüşümü**

Görüşme sırasında katılımcılar oyun oynarken zamanın nasıl geçtiğini anlamadıklarını, zamanın çok hızlı geçtiğini şu şekilde dile getiriyorlar;

K1; *“... ben eğer o sıkılana kadar oynarsam büyük ihtimalle 3 ya da 4 saat oynarım ve tahminim genelde 2 saat 2 buçuk saat olur. Yani arada bir, bir buçuk saatlik bir fark olur. Çünkü eğlenirken zaman hızlı ilerlemiş gibi gelir”*

K3; *“Oyun oynarken zaman çok hızlı geçiyor. Eeee bu hele bir online oyunda çok şey oluyor yani oyun akışı da hızlı olduğu için, hızlı karar vermen*

*gerektiği için falan o anın akışına kapılıp gidiyorsun ve zamanın nasıl geçtiğini anlamıyorsun.”*

*K5; “oynayınca da vakit nasıl geçiyor bilmediğim için sürekli oynuyorum” Ben saat 11.30’da gitmiştim hocam. Ben eve saat 6 buçukta dönmüştüm, o da annem aramıştı. Daha aramasaydı ben daha kalırdım yani cidden. Bağımlılık farklı bir şey. Hocam ya böyle oynarım ben. Cidden ben 7 saat oynarım 6 saat. Sanki hiç oynamamış hissediyorsun.*

*“...cidden mesela 7 saat diyorsam bunun sadece 3 saat oynamışım gibi düşünüyorum. Sadece zaman çok hızlı akıp geçtiğinin oyun oynarken fark ediyorum. Mesela şu kadar oyun oynamışsındır. Mesela hesaba vursan her oyun 40 dakikadır desem. Mesela sen 8 oyun oynasan 320 dakika yapar ama onu düşününce yani ne maksimum işte 2 saat 3 saat yapmıştır gibisinden düşünüyorum ama çok fazla süre geçiyor. Yani hiç bakmasan.”*

*K8 “Oyunun içinde zamanın nasıl aktığından hiç haberim olmayacak bir şekilde baya oynuyorum. Uzun süreli tabi.”*

*“...acıkana kadar falan bırakmam, bıraktığımda da derim herhalde bir işte 3-4 saat olmuştur. Halbuki gerçekte geçen 9-10 saat vardır, yani çünkü o an çok hızlı geçiyor. Yani oyunda her şey çok hızlı gelişiyor, birden oluyor, bitiyor, oluyor, bitiyor, kaybın yok zaten o bir daha, sonra bir daha, bir daha, işte bir görev varmış ona devam edeyim. Bunu yaparken de hiç zaman su gibi akıp gidiyor.*

*K9 “...ama işte 3 saatin üstünde artık 4 5 6 saatlerde kesinlikle saat kavramı değişmiş oluyor. Artık akıyor dünyayla şeyiniz de kopmuş oluyor. Saati hiç durduramazsınız diye tahmin ediyorum yani...”*

*K10 Burak “Biz dediğim gibi internet kefedeyken oynadığımız için işte 10 TL yarım saat yeter diye düşünüyorsun. Bakıyorsun süren bitmiş. Yani orada diyorsun lan benim sürem hangi ara bitti? Ben daha yeni yüklemiştim bu süreyi falan filan diye. O yüzden bayağı su gibi akıp geçiyor. “*

Yine yapılan görüşmelerin bazılarında ise zamanın her zaman hızlı akmadığı bazen geçen her saniyenin hissedildiği ve yavaş aktığı da paylaşılmıştır. Zaman algısı oynanan kişi, oyunun türü ve hatta oyunun içindeki bazı anlarda değişkenlik gösterebiliyor. Buna örnek olarak katılımcılar şunları söylemiştir;

K11 “...kendi başıma oynadığım zaman, zaman geçmiyormuş gibi hissediyorum. Yani nasıl desem mesela bir saat oynamışım gibi hissediyorsam. Halbuki yarım saat oynamışım gibi oluyor. Onun aksine mesela kuzenlerimle veya arkadaşlarımla oynuyorsam geçen zaman yani su gibi akıp gidiyor. Ben mesela bir saat gibi oynamışım gibi düşünüyorum ama bir bakmışım 2-3-4... Saat akmış gitmiş şey olmuyor yani kuzenlerle oynadığım zaman, zamanın farkına varamıyorum....”

K7 “...eğer sürükleyici bir oyun ise ben üç saat diyorsam beş altı saat geçmiş olabilir ama sıkıcı bir oyunsa tam tersi de olabilir. Ben üç saat derim, bir saat de geçmiş olabilir...”

K9 “...bir görev mesela normalde 10 dakikalık bir görevdir. Siz onu yirmi beş dakikadır oynuyor gibi hissedebilirsiniz... Ama mesela araba sürüyorsunuz, Tır gidiyor önde. Yani sürün 3 saat sürün 4 saat sürün. Hani şey olmuyor o zaman akıcı geçmediği için fazla zaman baya bi hissediyorsunuz yani zamanın geçtiğini ama eğlenceli bir şey olunca sanki böyle hop diye geçebiliyor...”

K10 Burak “...oyun oynarken zaman çok hızlı geçiyor. Yani mesela ... Lol'de bazı karakterlerin, yani bazı yaratıkların çıkmasının belli bir zamanı var. O zamanlar orada daha hızlı geçiyor. Mesela sen dersin, bitmesi için bir dakikayı elinde sayarken sanki yıllar geçiyormuş gibi. Ama orada o bir buçuk dakikayı beklerken hemen bir sohbet yazıyorsun ya sohbeti bir mesaj yazıyorsun, işte sen git işte mavi yarattığı kes ben de kırmızı yarattığı keseyim. Bunu yazmaya kalmadan yaratık doğmuş oluyor. O bir buçuk dakika su gibi gelip geçiyor yani”

### **Zorluk beceri dengesi**

Katılımcıların çoğu oyunların zorluk seviyesinin kolay veya zor olduğunda oyun oynama davranışlarının azaldığını ancak kendi seviyelerine uygun olduğu zaman oyuna yöneldiklerini paylaşmış ve bunu şu örneklerle ifade etmişlerdir;

K1; “Çok basit oyunlar eğlenceli olmuyor. Zaten her şey çorap söküğü gibi dağıldığından dolayı oynaması pek eğlenceli olmuyor ama eğer zor oyun oynuyorsak sürekli tekrar etmemiz gerekiyor ve bu tekrarlardan ötürü ise oynaması daha eğlenceli kılıyor.”

“...aşırı zor değil de seviye 6 gibi, yani zorla aşırı zor arasındaki bir seviye. Ya böyle defalarca deneyeceğim. En sonunda başaracağım...”

K2; “...bence 1-2 ay boyunca çalışmak zevk veriyor oyunda, çünkü sonuç olarak her şey çalışarak yapıldığı için hani 1-2 ay verilmesi lazım bence. O yüzden biraz o sürece göre zor olması lazım. Ama çok da zor olursa imkansız gibi bir şey olursa, yani günün 20 saatini 15 saatini verip de illa bunu yapmam gerekirse bence çok saçma oluyor. O zaman da hiçbir zevk alamayacağım gibi, robot gibi oynayacakmışın gibi geliyor.”

“Kolay olduğunda yani sürekli yapabiliyorsun. Yapıyorsun, yapıyorsun, belli bir süre sonra sıkılıyor insan. Eee genellikle bunlar şey oyunlarında oluyor böyle inşa etme oyunlarında falan. Artık ezberliyorsun, nereyi yıkmalısın, nereyi inşa etmesin falan. Ondan sonra hep sürekli aynı şeyi yapınca sıkıcı olmaya başlıyor.”

K3 de benzer paylaşımlarda bulunurken aynı zamanda çevrim içi oyunların zorluk seviyesini oyuncuya göre ayarladığını, oyunların buna göre tasarlandığını dile getiriyor. Bunun çevrim içi oyunların haz veren bir yönü olduğunu paylaşıyor;

K3 “Eee çok zor olursa ben zorluktan biraz sıkılıyorum açıkçası. Çok zor olursa direk sıkıyor... çok kolay da olmamalı, zor da olmamalı. Ortasında bir yerde. Bir de bizim gelişimimiz ile birlikte. Zorluğu da zaten kimi oyun ve oyun şirketleri yükseltiyor. Hem biz geliştikçe o kale, düşman yaratıklar falan da geliyor. Bir denge sağlanmış oluyor zaten...”

K4; “Yani ne kadar zorsa benim için o kadar iyi. Yani çokta kolay olması beni çok şey yapmıyor. Mesela benim seviyeme göre çok daha düşük olan oyuncularla oynadığım zaman onları çok kolay alt edeceğim için bana çok zevk vermez ama kendi seviyemdeki oyuncularla oynadığım zaman daha zevkli oluyor.”

K6; “Oyunun zorluk seviyesini bence kendi seviyene bağlı. Eğer yeni başlamış biriysen zordan başlamak saçma olur, yapamam işte. Kolaydan zora doğru kendini seviyeme göre. Mesela çok iyi bir oyuncu değilsem, kolay veya normal oynamak.”

K7; “Kolay olması ilk başta heyecan verebilir ama sonrasında sıkıyor. Orta ve zor seviye olması oyunun devamlılığı için daha iyi oluyor.”

K8; “Şimdi oyunun zorluk düzeyi çok zor olursa bir kere sürekli sinirimi bozar. Bu da hayatta beni kötü etkiler. Çok kolay olursa da yine sinir bozucu olur bazı noktalarda. Çünkü herkes seninle aynı seviyede olur. Orta zor arası bir zorluk. Bence gayet güzel keyif almamı da bu arttırır zaten.”

K9; “...tek başıma girdiğimde basit oyunlara genelde girmiyorum. Hani orta düzey daha çok açıyor akıcı oluyor. Onlar da seni mesela şey yapabilir yenebiliyor sen de onları biliyorsun. O yüzden mesela yüksek rank dediğimiz sistemler seviyede yüksek seviyede çok şey olabiliyor hani toksik dediğimiz. Düşman baya güçlü olabiliyor veya sizi görmeden vurabiliyor. Sis oluyor oyunda sisin içinden falan ateş edip sizi kafanıza denk getirirse ölüyorsunuz...”

K10; “Adam nefes aldırılmazsa... Ben oyunu silerim yapabilecek bir şey yok. Kapatır çıkarım öyle.”

K11; “Ya becerebildiğim düzeyde, mesela uzun süredir oynadığım bir oyunsa zor olmasını severim. Yeni başladığım oyunsa orta seviyede olmasını seviyorum. Genellikle hem oyunları orta seviyede oynuyorum. Becerebildiğim düzeyde.”

### **Öz farkındalığın kaybı**

Katılımcılar arasında bazı kişiler, oyun sırasında kendi benlikleri ile ilgilerinin azaldığını, artık kendi kimliklerini bir kenara bırakıp tamamen oynadıkları karakterin rolüne büründüklerini ifade etmiştir. Bunlara örnek olarak;

K1 bu anda nasıl bir ruh halinde olduğunu, kendinin farkında olmadığını şu cümlelerle dile getiriyor;

“Genellikle uzanıyorum ve gözlerim birazcık böyle pörtlemiş gibi sonuna kadar açık oluyor. Ayrıca dışarıdaki sesleri duymuyorum. Yani tepki vermiyorum genellikle. Ayrıca biraz tuhaf duruyorum sanırım. Onu nasıl tarif edeceğimi bilmiyorum bile yani. Nasıl diyeyim? Kollar tableti böyle havada tutar pozisyon. Ya yatakta ya da bir koltukta uzanırken. Gözler ponk demiş gibi yani bir bakıma...”

K2 oyunda benliğini nasıl kaybettiğini, gerçek kişiliğinden nasıl uzaklaştığını kardeşinin şahitliği ile şöyle dile getiriyor;

*“...çünkü genelde oyunlarda bazen stres olduğum zamanlar kendimi kaybediyorum... hani tanımlasalar derler ki o an o kişi o değil diye. O o değil yani o sırada değil...ama odaklandığım zaman gerçekten oyun oynadığım zaman biraz çıldırmuş gibi gözüküyorum. Genelde bunu kardeşlerim söylüyor.”*

Bu konuda yaşadığı bir olayı konuşmanın ilerleyen kısmında şu şekilde ifade ediyor;

*“Bir keresinde kardeşim geldi. Bizim yazıcımız var, çıktı almamı istedi. Ben de normalde her zaman çıkarırım. Çünkü küçük kardeşim daha, evde tek başına. O sırada yeniliyorum. Bir bağırdım kendisine, akşama kadar benimle konuşmadı...”*

K3 ise o anda kendinden geçtiğini, çünkü oyundaki karakterle özdeşleştiğini ifade ediyor;

*“...eee? Bazı seçimler oluyor, seçim yaptık, yapıyoruz falan, onunla birlikte bir nevi biz oluyormuş gibi şey oluyor oyundan oyuna ve kalıyor. Hikayesi, karakterleri, gelişimi eee biz onla çalışıyoruz falan. Onunla birlikte olmak, yaşadığı acıları, mutluluğu hissetmek iyi oluyor...”*

K8 da benzer şekilde şunları söylüyor;

*“Aslında ben oyunla, çok oynadığım zaman kendimi böyle özdeşleştiriyorum. Hani o karakter benmişim gibi yaşıyorum işte onu gerçek hayatta yaşıyormuş gibi düşünüyorum. Hayal ediyorum rüyalarımın girmesini istiyorum böyle...”*

O anki kendinde olmayışı ile ilgili ise başkasının kendisini görmesini istemediğini şöyle ifade ediyor;

*“...internet kafede vesaire olduğunda eee öyle bir durum yaşamak istemezdim. Çünkü korkunç bir durum olurdu...”*

K9 adlı katılımcı ise o an yaptığı bazı şeylerin nasıl olduğunu dahi anlamadığını, sanki oyunun kontrolünün tamamen kendisinden çıktığını ve kendine gelip bakınca şaşırıldığını şu cümlelerle ifade ediyor;

*“Ben nasıl böyle bir şey yapabildim? Ben bunu nasıl yaptım diye, ben de diyebiliyorum. Yani tekrar aynı şeyi yapmaya çalışsam yapamıyorum. Ama bir anda böyle. Artık elim alışmış mı oluyor? Ben sadece izliyorum. Sanki başkası*

*oynuyormuş gibi oluyor. Yani birden beynim kendi kendine tuşlara basıyor, birden kazanıyorum falan. Hani böyle hiç beklenmedik şeyler olabiliyor ama bazen de kontrol ediyorum ve çok saçma şeyler olduğunu fark ediyorum...”*

### ***Kontrol paradoksu***

Katılımcılar arasından bazıları oyun oynamanın güvenli olduğunu, her şeyin kontrol altında olması hissini kendilerini oyun oynamaya motive ettiğini ifade etmişlerdir. Bunlara örnek olarak;

*K1; “Biliyorum ki, düştüğünde öleceğim ama gerçekte bir şey olmayacak. Yani o düşünce, beni pek etkilemiyor eğlencesine oynadığımdan etkisi olmuyor bana.”*

*“Mesela minecraftta arkeoloji yapıyorum. Gerçekten arkeoloji bu kadar eğlenceli mi diye düşünüyorum ama araştırdığım zaman bakıyorum ki saatlerce böyle emek isteyen bir şeymiş ve eğer yanlış yaparsak anında gidiyor. Bu yüzden diyorum ki, mactaki daha kolay minecraftta yine yöneliyorum.”*

*K2; “Kaybedeceğiniz bir şey yok. Kaza yapsanız falan maksimum arabaya oyun parasıyla kayıt geri tamir ettiriyorsun. O biraz daha zevkli geliyor öyle. Hani oturduğunuz yerden araba sürmeyi falan öğreniyorsunuz. Kaza yok, risk yok, eğlenceli geliyor o yüzden.”*

*K8; “...mesela sanal dünyada oynadığımızda hiçbir kaybımız olmuyor. Araba patlamış, adamım ölmüş, kutum kaybolmuş, sandığım çalınmış hiç umurumuzda olmuyor. Ama gerçek dünyada gerçekten bizden bir şey kaybolunca bu tabi ki de insanı ister istemez üzer, sinirini bozar, ona devam etmez muhtemelen zaten oyunu cezbeden şey de bu hiçbir kaybının olmaması. Ona rağmen keyif alman gerçek dünyada yapamadıklarını orada yapabilme...”*

*K9; “...yani bence mutluluğun kaynağı oyunda hayatta yapamayacağımız şeyleri yapabilmek...”*

*K10; “Böyle ne olursa olsun tarzı, yani ölürsem de bir şey olmayacak. Sonuçta gerçek hayatta ölmeyeceğim tarzı oynadığımız için daha böyle rahat bir şekilde oynuyoruz. Bunlar gerçek değil yani savaş ortamındaki gibi. Yani gerçek olmayışı, o sadece bir dijital oyun. Gerçek olmayan bir şeyi sen yapıyorsun o anı*

*veya mesela izlediğimiz bir sürü spor kahraman filmi vardır. Örneğin onlar gibi yapıyorsun, orada uçuyorsun, kaçırıyorsun? Zıplıyorsun, ağ atıyorsun yani gözünden lazer çıkıyor. Yani çiziliyor dan çok yani o kaza sonucu belki senin bacağıın kopacak kafan kırılacak öleceksin. Ama gerçek hayatta bunlar olmadığı için daha böyle hani ölsen olacak? Sonuçta yenileyebiliyorsun. Yenisini almak hemen bir göreve bakıyor...”*

Yine K9 oyun sırasında konuşmalara, karşındakilere müdahale edebilmenin, oyunun kontrolünün kendisinde olmasının da oyun oynama davranışını artıran bir şey olduğunu şöyle dile getiriyor;

*“Hani o kim ki diyorum, beni tanımıyor, banane ondan deyip sesini de kapatabilirim veya sohbetten engelleyebiliyorum. Ama hani o bir daha bana bir şey diyemez oyunda. Yani gerçek hayatta şey gibi, hakim nasıl susun diyor, vuruyor masaya, hepsi susuyor, o tarz. Bir tuş, tuşa basıyorum hepsi susmuş oluyor, yani hakaret tarz şeylerde. Bir de reportlama diye bir yani şikayet diye bir şey var. O da çok da faydalı oluyor hani rahatlığı yüzünden, şikayet ettim, bir gün sonra ceza alacak, bir daha kimseye ses basamayacak yani konuşamayacak tarzında oluyor.”*

Genel olarak akışın her kavramı, katılımcılar tarafından farklı yoğunlukta deneyimlenmiş olsa da, katılımcıların yaşadıkları deneyimleri vurgulu şekilde paylaştıkları ve bu deneyimlerin kendileri için oldukça etkileyici olduğu görülmektedir.

#### **4.2. Katılımcıların Oyuna Yönelme Nedenleri**

Yapılan görüşmeler sırasında verilen cevaplar incelendiği zaman, katılımcıların oyun sırasındaki akış yaşantılarının yanında, neden oyun oynadıklarına dair de yoğun şekilde paylaşımlarda buldukları görülmüştür. Akış yaşantıları incelenirken bu bölüme girmeyen, araştırmamızın amacı olmayan, ancak katılımcıların sıklıkla ifade etmiş oldukları oyuna yönelme nedenlerinin bulgular kısmında paylaşılması ve tartışılmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Bulguların kodlanması ve analizi öncesi literatür geniş bir şekilde taranmış ve katılımcıların paylaşımlarına uygun, kapsayıcı bir yol tercih edilmiştir. Oyuna yönelme nedenleri ile ilgili verilen cevaplar analiz edildiği zaman bunların en uygun ve kapsayıcı şekilde psikolojik ihtiyaçlara karşılık geldiği görülmüş ve seçim kuramına dayalı 4 kod oluşturulmuştur. Seçim kuramı W. Glasser tarafından ortaya

konan, bireyin gerçekleştirdiği her eylemi kendisinin tercih ettiği görüşüne dayanan kuramdır. Bu kurama göre birey bilinçli bir şekilde tercihte bulunur ve bu tercihlerle isteklerine ulaşmaya çalışır. Bu isteklerin kaynağı da insanın ihtiyaçlarıdır (Glasser, 1999). Seçim kuramına göre insanın 4 psikolojik ihtiyacı vardır. Bunlar; güç, ait olma, özgürlük, eğlencedir (Wubbolding, 2017). Araştırma kapsamında elde edilen bulgular da bu şekilde kodlanmıştır.



Şekil 7. Katılımcıların Oyun Aktivitesini Tercih Etme Sebepleri

Araştırmacı tarafından hazırlanan Şekil 8’de kalın ve koyu renk ile işaret edilen kavramlar, katılımcılar tarafından çokça tercih edilmeyi ifade etmekte, açık renk ve ince oklar ise kavramın daha az tercih edildiğini göstermektedir. Katılımcıların sorulara verdikleri cevaplar incelendiği zaman oyuna yönelme nedenlerinin başında güç ihtiyacı gelmektedir. Bunun ardından ait olma ve özgürlük ihtiyacı gelirken son sırada da eğlence ihtiyacı gelmektedir. Katılımcıların oyun aktivitesini tercih sebepleri arasında hangisinin daha yoğun olduğu ile ilgili tablo Şekil 8’de verilmiş olup, daha sonra verilen yanıtlara örnekler sunularak elde edilen bulgular paylaşılmıştır.



**Şekil 8.** Katılımcıların Oyun Aktivitesini Tercih Etme Dağılımları

Araştırmacı tarafından hazırlanan Şekil 9 incelendiği zaman en yoğun çevrim içi oyun oynama sebebinin güç olduğu görülmekle birlikte katılımcıların oyun oynama sebeplerinin genel olarak birbirinden farklı oldukları görülmektedir. K2 ve K9 daha çok özgürlük ve ait olma ihtiyaçları için çevrim içi oyunları tercih ederken, K5, K8 ve K10 güç ihtiyacı için çevrim içi oyun oynamayı tercih etmektedir. Katılımcıların çoğunluğu için ise baskın bir tercih sebebi olmadığı görülmektedir.

### **Güç**

Güç kavramı psikolojik olarak üstün olmayı, kontrolün elde olması duygusunu ve başarı duygusunu ifade eder (Skeen, 2002). Katılımcılar kendilerini çevrim içi oyun oynamaya iten nedenler arasında en sık, başarı hissiyatını yaşama, insanların takdirini kazanma, oyunda hakimiyetin, kontrolün kendisinde olması gibi güç öğelerini dile getirmişler ve bunu görüşmelerin farklı yerlerinde, farklı şekillerde ifade etmişlerdir. Bunlara örnek olarak katılımcılardan;

K3;

*“Başarı hissiyatı verdiği için. Eee yani mesela en basitinden oyunun başında bir şey oluyor, hikaye, bir intikam. Eee bizi böyle gösteriliyor falan, intikam peşinde görev yapıyoruz diyelim. Eee o karakterle zaten daha önce söylediğim gibi içselleştirdiğimiz için intikam alınca biz yapmışız gibi bir şey oluyor. Eee bir başarmıştık hissiyatı veriyor o tamamlama, ezme şeyi, hazzı veriyor.*

K9;

*“Mesela ben 100 level olacağım o 90 ben görev yapmışım O yapmamış yani bu bir üstünlük olmuş oluyor artık veya o kostümün kattığı zevk o yeni silah açılmış olabilir, yeni araba açılmış olabilir...”*

K11;

*“Ya işte kazanma isteği, hırs ve en başta mesela bir şeyi başarma düşüncesi...”*

K2 bir şeyleri başarma hissiyatının ve çevrim içi oyunlarda kontrolün kendisinde olmasının kendisine oyuna yönlendiren önemli bir sebep olduğunu şu ifadelerle dile getiriyor;

*“...burada basketbol, voleybol, ben mesela başaramıyorum. Orada yapabiliyorum. Bir şeyleri atıp, gol atıp, işte futbol olsun. Çok iyi futbol oynayamıyorum mesela, orada direkt tek başıma, hatta takım oluşturarak oynayabiliyorum, tek tuşla...”*

Buna göre K2 gerçek hayatta elde edemediği başarı hissiyatını çevrim içi oyunda deneyimleyebilmekte, becerisinin yetersiz olduğunu düşündüğü alanlarda kendisi için sanal bir dünya kurabilmekte ve dünyanın kontrolü kendisinde olmaktadır.

K5 ise oyunlarda seviye yükseldikçe, başarısını gösteren, insanların takdirine sebep olan karakterlerin, görüntülerin kendisini nasıl oyuna motive ettiğini şu şekilde dile getiriyor;

*“...oyunda yüksek bir rank var, yücelik mesela onun görüntüsü çok güzel, yeşil görüntüsü oluyor. Nasıl desem seni gören o insanlar diyor ki, işte oyunu biliyor ama o da seni övünce gelen mutluluk geliyor. Hani bir şeyler başarmışsın hissi...”*

*“...yani dediğim gibi hani o yönde o belirli kademe var oyun değil, üste çıkmak yani amaç...”*

K8 da benzer şekilde oyunlarda yaşadığı başarı hissiyatının nasıl olduğunu, çevresindekilerin kendisini takdir etmesinin en iyilerden biri olmaya nasıl güdülediğini şu şekilde ifade ediyor;

*“Benim böyle havalara uçuracak şeyler ne bileyim işte çok iyi oynadın. O maç çok iyidim, onda çok iyi yaptın, şöyle yaptın, böyle yaptın işte hesabın çok*

*güzelmiş bunlar. Hani beni aslında bir nebze oyuna daha da fazla bağlıyor. Oyundan aldığım hazzı da arttırabiliyor...”*

*“Sonra işte oyunda kendimi geliştireyim. En iyisi olayım, ne bileyim işte izlediğim oyunla alakalı izlediğim yayıncılar vesaire onlar gibi olayım. Öyle güzel noktalara geleyim falan çok iyi oynayayım ya bu kafada oluyorsun. O şekilde yani zirve noktaya ulaşayım.”*

*“...kazancım ne, psikolojik olarak işte başardım hissiyatı var. İşte geliştirdim, en iyi oldum işte şöyle öldürdüm, böyle öldürdüm işte bunu arkadaşlarıma şöyle söyleyeceğim...”*

K10 da diğer katılımcılar gibi başarıma hissiyatının kendisini oyuna yönlendirdiğini dile getirirken, aynı zamanda bunun öz güvenini arttırdığını söylüyor;

*“...özgüveni olabilir, yani kendi öz güvenim arttığı için mutlu olurum...vurursam da herkes helal olsun sana adamsın vesaire şudur budur...mutluluk kaynağımız bu oluyor yani...”*

*“...kendini yüksek rütbelerde görmek istiyorsan ona göre oynuyorsun. O adamı öldürmem lazım. Sonra devam eder. Hepsini keseceğim, oyun bitecek, kazanacağız, o da bu, yani amaç bu olacak... Herkesin amacı kazanmak...”*

K10 aynı zamanda zorluk beceri dengesi ile ilgili akış kuramında ortaya konan görüşün aksine kolay oyunların kendisi için daha motive edici olduğunu, burada her zaman başarılı olduğunu ve bunun takdir görmesine sebep olduğunu ifade ediyor. Bu durum katılımcıların bazılarında başarı ihtiyacının oldukça baskın olduğunu gösteriyor;

*“...herkesi vuruyorsun, herkes helal olsun sana adamsın falan sen bunun içinde doğmuşsun, yaratılmışsın diyorlar. Yani benim için en düşük seviye en iyi seviye, yani en mutlu olduğum seviye...”*

### ***Ait olma***

Ait olma kavramı sevgi, bağlılık, arkadaşlık gibi kavramları içeren, kişilerle bağları ifade eden bir kavramdır (Glasser, 1999). Katılımcılar kendilerini çevrim içi oyun oynamaya iten nedenler arasında güç öğeleri ile birlikte en fazla sosyalleşme ihtiyacını

karşılama, arkadaşları ile vakit geçirme gibi ait olma öğelerini vurgulamışlardır. Bunlara örnek olarak;

K3;

*“...arkadaşlar neredeyse genelde ona doğru kayıyorum. Ya sosyal olmak daha iyi oluyor benim için. Eee arkadaşlar gel muhabbet edelim, çikalım dediğinde arkadaşlarıma gidiyorum, Oyuna çağırdıklarını da oyun...”*

K7;

*“Özellikle arkadaşlarla birlikte girersek daha iyi oluyor. Eğer arkadaşlarım da oyundaysa ben de onlarla birlikte oynayıp eğlenmek isteyebilirim...”*

K9;

*“Bir de özellikle arkadaşlarıma bakıyorum. Hani tek başıma yine sıkıcı olabiliyor. Arkadaşlarım varsa daha güzel oluyor...”*

*“Hani gerçek hayattan şey yapmaya başlıyoruz, birbirimize destek olmaya çalışıyoruz, işte öyle en son gelip der yani sohbet ediyor. E hani oyun artık oyun kelimesi kalkmış olabilir oradan...”*

Yine K9 aslında dışarıda sosyalleşecek yeterince ortam bulunmadığı için çevrim içi oyunlara yöneldiğini, sanal ortamlarda binlerce kişiyle arkadaşlık kurabildiğini ve her zaman müsait birilerinin olduğunu şöyle ifade ediyor;

*“...ne yapsam veya dışarı mı çıksam gezmeye, bisiklete falan. Dışarıda diyorum. Bir ile sohbet etme isteği oluyor. Konuşma, vakit geçirme güzel oluyor yani tek kalmaktan da daha iyi oluyor. O yüzden de yani dışarıda alternatif olmayınca bilgisayara yöneliyorum. Orada olmayan arkadaş sayısı biraz dışarıda 3 4 arkadaşınız varsa gezebileceğiniz online oyunda yüzlerce arkadaşımız oluyor. Hani hadi gel beraber oynayalım deyince herkes geliyor. Yani onlar da arkadaş aradığı için durmadan beraber şey yapabiliyorsunuz...”*

Bazı katılımcıların da ifade ettiği şekilde K1 de oyun oynadığı kişilerle ortak bir ilgi alanına sahip olmanın, aynı şeyden haz almanın kendisini çevrim içi oyunlara bağlayan bir sebep olduğunu şöyle dile getiriyor;

*“...oyundaki arkadaşlarla konuşmak bazen eğlenceli geliyor mesela. Oyunla ilgili konuşuyoruz ya arkadaşlarımız, arkadaşlarımızla o normal hayattaki nasılsın? Sohbetlerinden daha eğlenceli oluyor. Çünkü ikimiz de aynı konunun üzerine yoğunlaştığımızdan üstüne bir de konu eğlenceli bir şey olduğundan. Sohbet de eğlenceli geçiyor...”*

K2 diğer birçok katılımcının da benzer şekilde ifade ettiği gibi gerçek hayatta arkadaşlarıyla buluşmanın, birlikte bir şeyler yapabilmeyin zorluğundan dolayı çevrim içi oyunları tercih ettiğini söylüyor. Görüşmenin tamamı incelendiği zaman K2’in oyun oynama davranışının kaynağının büyük oranda arkadaşları olduğu görülmektedir. Nitekim bu başlık ile ilgili en fazla paylaşımda bulunan katılımcı olmuştur;

*“Ya oyun sırasında sadece o sırada arkadaşlarla eğleniyoruz. Hani biraz yüz yüze görüşmek de zor oluyor. O sıradaki arkadaşlarla beraber vakit geçirebildiğimiz için hiç sıkıntı olmuyor...”*

Görüşmenin başka bir yerinde de benzer şekilde;

*“Sürekli bir yerlere de gidemiyoruz. Arkadaşlarla falan buluşma sanıyorum bir haftada bir falan olsun. Hemen direkt yanı başınızda bir alet var, hemen girdiğin zaman çok farklı çeşitte spor olsun, eğlence olsun, hayatta kalma olsun, oyun oynuyorsunuz. Arkadaşlarınız geliyor, onlarla oynuyorsunuz. Hani o arkadaşlarınızla geçebileceğiniz zaman orada da geçebiliyorsunuz hem de farklı ortamlarda...”*

K2 aynı zamanda çevrim içi olmayan, tek başına oynanan oyunların eğlenceli olmadığını, sadece çevrim içi oyunları oynadığını ifade ediyor;

*“Eee bir takım oyunu olduğu zaman gerçekten insanı mutlu ediyor. Tek başına oynandığı zaman hiçbir zaman çevrim içi olsa bile tek başına olduğun zaman hiç eğlencesi olmuyor işte. Sürekli bir destek gibi bir şey bekliyorsunuz oyunda...işte yaralanınca yere düşüyorsun falan hemen gidip onu kaldırma isteği falan oluyor. Yani o açıdan çok mutlu hissettiriyor. Birbirine güven hissettiriyor yani ben öyle düşünüyorum.”*

Yine katılımcılar arasında ait olma ile ilgili kavramlara en fazla vurgu yapan katılımcılardan biri olan K10 gerçek hayatta, aynı ilgi alanıyla istekli arkadaş bulmanın zorluğundan, bireylerin hayat şartlarının farklı olmasından dolayı kendisine benzer arkadaşlar bulmanın zorluğundan şöyle bahsediyor;

*“...sitede arkadaşlarım da vardı, her gün yani o zaman da arkadaşlarıma bir bağımlılığım vardı. Aşağıda gidiyordun, belli bir saatte dışarı çıkıp top oynuyordum, şimdi tekim tek başıma bilgisayar oynuyorum ve bir sürü kişide bana yani istemsiz bir şekilde katılıyor yani o sırada arkadaş oluyorsun...”*

*“...sorumluluk artınca da herkesin seninle olan ilişkisi kesiliyor. Herkes eğlenmek istemiyor. Tabii bazıları eğlenmek istiyor, bazıları istemiyor. Bazıları mesela benim annem babam çalışıyor, bazıları çalışmıyor. Yani onlar aileleriyle vakit geçiriyor diye düşünürsek benimkisi geçirmiyor ve ben tek başıma takılmak zorunda kalıyorum. Bundan sıkılan insanlar için oyun, yani nasıl söylerler bunu? Şey, işte bulunmayacak, nimet gibi bir şey oluyor...”*

K10 aynı zamanda gerçek ortamda kuramadığı arkadaşlık ilişkilerini oyun ortamında kurabildiğini ve bunun kendisi için büyük bir şans olduğunu dile getirmektedir;

*“...diyor ki lan acaba bu benimle konuşmak istiyor mu. Ben onunla konuşmak istiyorum. O benimle konuşmak ister m acaba ama orda oyunda herkes onu yapmak için gelmiş. Öyle toplanmış, kimse onu zorlamamış... Arkadaşlarımla yani farklı farklı arkadaşlar ediniyorsun. Mesela mesela bazı arkadaşların. Sadece o oyunluk olsa bile, mesela benim bazı oyunlardan bazı arkadaşlarım hâlâ bağımlı devam ediyor mesela...”*

### **Özgürlük**

Özgürlük kavramı bireyin seçenekler arasında tercih yapabilme özgürlüğünün olmasını ifade eder (Skeen, 2002). Katılımcılar bunların yanında çevrim içi oyun oynarken, tercihlerin kendilerine bırakılmasının, istediklerini seçebilmenin oyuna motive eden şeylerden olduğunu dile getirmektedirler. Hayal dünyasının sınırlarının geniş olması, oyunların bunları yaşamasına izin vermesi ergenleri oyuna bağlamaktadır. Oyuncuya seçim hakkı tanımayan, sınırları katı şekilde çizilmiş oyunlar oyun oynama davranışını olumsuz yönde etkilemektedir. Örnek olarak;

K2 tamamen kendi istediği şekilde, özgürce seçimlerle oynanabilen bir oyundan örnek vererek, hayal kurmanın, yeni şeyler deneyimlemenin, kısıtlanmamanın kendisini oyuna nasıl bağladığını şöyle ifade ediyor;

*“...GTA’da oynadığından sonra belli bir şeye hapsolmuş gibi, şunu yap vs, ama onda hayal dünyamıza geliyor işte uçağa biniyorum, aşağı atla, gemiye bin, kaç falan filan böyle modları da var onun mesela ayarlıyorsunuz, kovalıyorlar. Siz her türlü şey senaryo ile kaçabiliyorsunuz. Ben ona düşünerek söylüyorum bence görevsiz oyunlar daha güzel çünkü görevliler de bazen belli bir noktadan sonra tıkanıyorsunuz. Serbest hayal dünyanız yani kendinize bağlı artık hiçbir şeye sınır koymuyorsunuz. Ne düşünürseniz o oluyor hani ne diyeyim dediğim gibi bir mod yaptınız sallıyorum, gidiyorsunuz kaçarken işte ne yapacağım, ne olacak? Oyun bana sadece arabaya binmeyi değil de helikoptere de binebilirsin diyor. Kaçıp gidebilirsin, paraşütle adaya atabilirsin. Görevde ne oluyor işte şu duvarın üstüne çıkıp şuradan atlamalısın sen falan o kısıtlamalar olmadığı için iyi oluyor yani...”*

Yine K2 gerçek hayatta deneyimleyemediği şeyleri deneyimleme özgürlüğünün kendisini oyuna bağladığını şu cümlelerle dile getiriyor;

*“...araba sürme mesela ben şu an yaşım kurtaramadığı için ehliyet alamam. Kesinlikle arabayı sürmeden çok zevk alıyorum. Hatta ve hatta direksiyon setleri var şu an ona göre oyunlar var, takıyorsunuz direkt koltuğunuza oturduğunuz zaman hatta sallamalı koltuklar bile var da biraz fiyatları yüksek. Eee direk direksiyonlar var gerçek hayattaki gibi hassasiyetini falan ayarlıyorsunuz. Mükemmel şekilde araba sürüyorsunuz arabası o an eğlenceli geliyor...”*

Akış kuramında ifade edildiği şekliyle hedefin kişiyi güdülemesinin yanında, oyun alanındaki özgürlük, seçim isteğinin ağır bastığı durumlarda kişi hedefsiz, özgür oyunları da tercih edebilmektedir. K4;

*“...bence görevsiz benim için daha zevkli. Yani serbestsin istediğin zaman girip istediğin zaman çıkıyorsun. Bir zorunluluğun yok benim için daha zevkli olur. Bunu sağlayan şey rahatlık ne zaman oynayacağını sen seçiyorsun, oyun belirlemiyor...”*

K7 ise çevrim içi oyunun gerçek hayatta kendisini zorladığı seçimlerden kurtulma özgürlüğünü oyuna bağlanma nedeni olarak gördüğünü şu şekilde dile getiriyor;

*“...yani eğer dışarıda beni çağıran kişiler aşırı samimi olmadığım kişilerse bir bahane de olabilir bu. Hemen on saniyemi almayacak belki oyuna girmem ama*

oraya gitmem. Ee üzerine giyin, hazırlan, tramvaya bin git uzun sürecek. O yüzden daha yakında oynamayı tercih edebilirim...”

### ***Eğlence***

Eğlence kavramı keyifli aktivitelerde bulunmayı ve yeni şeyler keşfetmeyi ifade etmektedir (Glasser, 1999). Yine katılımcılar kendilerini çevrim içi oyunlara bağlayan unsurlar arasında yeni şeyler keşfetmek, deneyimlemek gibi eğlence unsurlarını da ifade etmişlerdir. Bunlara örnek olarak şunlar verilebilir;

K3;

*“Çünkü bazı oyunlar var ki bir filmde, bir kitaptan falan çok daha sanatsal, estetik oluyor. Sanatsal, özellikle de güzelliği, estetiği, hikayesi, karakterleri, gelişimi eee biz onla çalışıyoruz falan. Yani bir resme bakarsanız güzel olur. Belki bir roman okursunuz hikayenin güzelliğinde, o dünyasında, kurgusunda falan dolaşmak, o evreni anlamak, öğrenmek bir mutluluk verir, bir haz verir, yeni bir şey. Aynı onun gibi. Oyunda aslında yeni bir dünyaya giriyorsun. Ee o dünyada geziyorsun, dolaşıyorsun, kişilerle, karakterlerle tanışıyorsunuz. Bu epey yan bir fark. Olduğumuz, bulunduğumuz, mevcut olduğumuz dünyadan farklı olduğu için bize alışılmıştın dışında dışında bir şeyler önümüze sürdüğü için gayet keyif verici oluyor.”*

K9;

*“...o kostümün kattığı zevk o yeni silah açılmış olabilir, yeni araba açılmış olabilir. Yeni şeyler her zaman daha cazibeli olur. Yani ne kadar değişik olursa olsun yeni bir şey denemek ister insan...”*

*“...mesela her gün ne yapıyoruz? Parka gidip bisiklet sürüp veya sallanıp bir şeyler yapabiliyoruz ama yani bir kere onu yaptıktan sonra artık şey yapabiliyor ama oyun her gün oynarsınız çeşit çok. Hani sıkıldın. Değişik oyunlar var . Dışarıda mesela yapabileceğiniz şey bellidir....”*

K10;

*“...yani farklı şeyler deneme güzel hissettirir insana. Yani hiç denemediğim bazı şeyleri orada görürsün ilk defa denersin...”*

Bulguların tamamı incelendiği zaman katılımcılar çevrim içi oyunlara içsel süreçler sonucu yönelmekte, oyun oynadıkça akış deneyimleri yaşamaktadırlar. Yaşadıkları akış deneyimleri ise onları daha fazla oyuna yönlendirmektedir.



## 5. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı çevrim içi oyun oynayan ergenlerin, oyun oynarken yaşadıkları akış deneyimlerini ortaya koymak ve oyun oynama davranışlarını anlamaya çalışmaktır. Araştırmanın sonunda görülüyor ki, katılımcılar haz aldıkları için oyun oynamaya devam etmektedir. Hsu ve Lu (2007) çevrim içi oyuncuların oyun oynama davranışlarının aldıkları haz ile açıklanabileceğini ifade etmişlerdir. Buna göre oyuncu oyundan haz aldığını düşündüğü oranda oyun oynama davranışı gösterirken, haz aldığını düşünmüyorsa bu davranışı gerçekleştirmekten vazgeçer. Katılımcılar akış kuramının boyutları arasında en fazla ototelik deneyimi yaşadıklarını ifade etmektedirler. Bunun ardından oyun oynama davranışlarına en fazla katkı sağlayan ise net hedefler ve geri bildirimler olmuştur. Bunların ardından katılımcılar en fazla göreve odaklanma, eylem ve farkındalığın kaynaşması boyutları ile ilgili deneyimler yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Katılımcılar daha sonra sırasıyla zaman algısının değişmesi, öz farkındalığın kaybolması, zorluk beceri dengesi, kontrol paradoksu boyutlarının oyun oynama davranışını etkilediği ifade etmişlerdir. Elde edilen bu bulgular, literatüre dayanarak tartışılmıştır.

Çalışmada katılımcılar çevrim içi oyun oynama davranışları konusunda akış kuramının bütün alt boyutları ile ilgili farklı oranda paylaşımlarda bulunmuşlardır. Geçmişte yapılan çalışmalarda aktivitelerden alınan haz ve aktiviteye gerçekleştirme durumlarının akış kuramının alt boyutları ile ilişkilerinin oldukça yoğun olduğu ortaya konmuştur. Nitekim Ghani ve Deshpande (1994) yaptıkları çalışmada bilgisayar kullanımının, akışın neredeyse bütün boyutları ile ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmada aynı zamanda katılımcıların kişinin özelliklerine göre, akışın bazı boyutlarının kişi üzerindeki etkilerinin daha yoğun olduğu gösterilmiştir. Uzunbacak vd. (2019) gerçekleştirdikleri çalışmada meslekten alınan haz ile kişilerin akış yaşantılarının bütün boyutlarının ilişkili olduğu gösterilmiştir. Yine Akyol ve Imamoglu (2019) tarafından öğrencilerin motivasyonu ve akış deneyimleri ile ilgili gerçekleştirilen çalışmada, akışın bütün alt boyutları ile ilgili deneyimlerin öğrencilerin oyun oynama motivasyonlarını arttırdığı görülmüştür. Moneta (2004) ise gerçekleştirdiği çalışmada akış kuramının alt boyutlarının motivasyona ve mutluluğa olan katkılarını ve bu katkıların kültürlerle sınırlı olmadığını destekleyecek sonuçlar ortaya koymuştur. Bu durum akış kuramının, davranışları açıklama konusunda etkili açıklamalar ortaya koyduğunu göstermektedir.

Katılımcıların ifadelerinden, neredeyse tamamının, oyun oynarken yoğun bir şekilde ototelik deneyim yaşadıkları görülmektedir. Ototelik deneyim bireyin aktiviteyi herhangi bir başka amaç olmaksızın, bizzat aktivite için, haz aldığı için gerçekleştirmesini ifade eder. Kişi bunun için fedakarlığa hazırdır, sürekli bu aktiviteyi gerçekleştirmek ister (Akyol, 2022). Geçmişte yapılan çalışmalarda, kişilerin haz aldıkları etkinliklerde yaşadıkları akış deneyimleri arasında, ototelik deneyimi sıklıkla yaşadıkları görülmüştür. Dağcıların akış deneyimi üzerine yapılan nitel bir çalışmada, katılımcıların zorluk beceri dengesinin yanında en fazla ototelik deneyim yaşadıkları ve hedef ile geri bildirim etkinlik sırasında, katılımcıların motivasyonlarının ciddi oranda etkilediği ortaya konmuştur (Metin ve Düşmezkalender, 2022). Ülkemizde turistlerin akış yaşantıları üzerinde yapılan bir araştırmada, turistlerin en fazla ototelik deneyim yaşadıkları ve tatil yapma motivasyonlarının çoğunlukla buna dayandığı sonucuna varılmıştır (Karasakal, 2020). Bireyin eylemi gerçekleştirirken yoğun şekilde haz aldığı ve bunun da bireyi tekrar aynı eylemi gerçekleştirmeye götürdüğü görülmektedir. Çevrim içi oyun oynarken davranışı etkileyen en temel etkenin bu durum olduğu görülmüştür. Bu durum da şaşırtıcı değildir.

Yine katılımcıların neredeyse tamamı oyun sırasındaki hedeflerin ve verilen geri bildirimlerin oyundan aldıkları hazzı arttırdığını, oyun oynama davranışlarına olumlu katkı sağladığını dile getirmişlerdir. Buil vd. (2017) gerçekleştirdikleri çalışmada dijital oyunların verdikleri geri bildirimlerin ve zorluk dengesinin öğrencilerin akış yaşantılarına olumlu katkı sağladığı ve oyuncuların memnuniyetini arttırdığı ortaya konmuştur. Geçmiş çalışmalar incelendiği zaman bu çalışmalarda da akışın boyutları arasında hedef ve geri bildirimlerin ön plana çıktığı görülmektedir. Metin ve Düşmezkalender (2022)'in yaptıkları çalışma buna örnektir. Koo (2009) yaptığı çalışmayla amaca yönelmenin çevrim içi oyun oynamada önemli bir güdü olduğunu ve bireyin oyuna bağlanmasında itici bir güç olduğunu dile getirmiştir. Choi ve Kim (2004) gerçekleştirdikleri çalışmada net hedeflerin ve geri bildirimlerin olmasının çevrim içi oyun oynayan kişilerin oyuna bağlanma, oyun davranışını devam ettirme üzerinde ciddi etkilere sahip olduğunu göstermiştir. Katılımcılar özellikle oyundaki ödüllerin kendilerini motive ettiğini dile getirmişlerdir. Yapılan çalışmalarda da geri bildirim mahiyetindeki ödüllerin aktiviteyi gerçekleştirme davranışlarını arttırdığı görülmüştür. Buna örnek olarak Hilgard vd. (2013) ortaya koyduğu çalışma ile oyunda verilen oyun içi ödüllerin oyuncuların oyuna olan bağlılığını arttırdığı ve oyuna motive ettiğini göstermiştir. Katılımcıların paylaşımları

incelendiği zaman sözlü ve yazılı geri bildirimlerin yanında özellikle ödül başlığı dikkat çekmektedir. Katılımcılar, oyun tasarımlarının özellikle daha fazla oyun oynama ve oynadıkça ödül almaya yönelik olduğunu dile getirmiştir. Bu durum oyuncuların giderek daha fazla oyuna bağlanmalarına sebep olmaktadır.

Katılımcılar arasında en fazla paylaşım yapılan başlıklardan biri de oyun sırasında göreve odaklanma düzeylerinin yüksekliği ve bu konuda yaşadıkları deneyimler olmuştur. Geçmiş çalışmalar incelendiği zaman bu bulgu desteklenmektedir. Çevrim içi oyun ve akış yaşantılarının ilişkisini inceleyen bir çalışmada göreve odaklanmanın çevrim içi oyun sırasında kişilerin en yoğun yaşadığı deneyimlerden biri olduğu ortaya konmuştur (Voiskounsky vd., 2004). Dye ve diğerleri video oyunlarında kişilerin odaklanma düzeylerinin çok yüksek olduğunu, oyunların kişilerin odaklanma kabiliyetlerini artırabileceğini ifade etmiştir (Dye vd., 2009). Yine benzer şekilde Karle vd. (2010) video oyunlarının diğer oyunlara göre kişilerin odaklanma düzeylerini ciddi anlamda arttırdığını ifade etmişlerdir.

Verilen cevaplar arasında katılımcıların oyun oynarken eylemle nasıl bütünleştikleri, adeta oyunu yaşar gibi oynadıklarına dair oldukça fazla sayıda paylaşım yapılmıştır. Bu durum akış kuramının boyutları arasında eylem ve farkındalığın kaynaşması olarak ifade edilmektedir (Şahan, 2019). Video oyunu oynayan gençlerin akış yaşantıları üzerine yapılan bir araştırmada, katılımcıların video oyunlarını geleneksel bisiklet sürmeye tercih etmelerinin en önemli sebeplerinden biri olarak eylemle farkındalığın bütünleşmesi gösterilmiştir (Thin vd., 2011).

Yine verilen cevaplar arasında sıklıkla rastlanan diğer bir madde ise oyun oynarken zaman algısının büyük oranda değişmesi, zamanın nasıl geçtiğini bilememe durumu olmuştur. Hancock vd. (2019) tarafından yapılan çalışma bireyin aktiviteyi gerçekleştirirken performans düzeyinin, aktiviteye olan duygusal bağlılığının ve oyun sırasındaki bilinç durumunun zaman algısının değişmesiyle ciddi anlamda ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yine mutluluk anlarında, bireylerin zaman algısının değiştiiği ve zamanın çok hızlı aktığı bu konuda yapılan çalışmaların çoğunda ortaya konmuştur (Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2009). Zaman algısının değişmesi başlığının paylaşımlarda çok yoğun olmaması şaşırtıcı bir durum olarak görülebilir. Bunun sebebi oyun oynayan ergenlerin oyun oynama zamanlarının genelde aile tarafından kontrol altında tutulması, internet kafede sınırlı süre ile oynamaları olabilir.

Kişinin aktiviteye kendini kaptırdığı ve kendisinin dahi farkında olmadığı anları ifade için kullanılan akış kuramının bir boyutu da öz farkındalığın kaybıdır (Özalp, 2021). Katılımcılar görüşmelerin bazı yerlerinde yaşadıkları bu durumdan bahsetmişler ve oyun oynarken bu durumun yaşandığını dile getirmişlerdir. Bu durumun yaşanması odaklanmanın daha ileri bir boyutu olup bu anı yaşamak çok sık ortaya çıkabilecek bir durum değildir. Bundan dolayı da diğer boyutlara göre daha az deneyimlenmiş olması olası bir durumdur (Pehlivan, 2019). İnternet kullanıcılarının akış deneyimleri üzerine yapılan araştırmada internet kullanıcılarının öz farkındalıklarını kaybettikleri ve bunun stres düzeylerini azalttığı görülmüştür (Chen vd., 2000). Öz farkındalığın kaybı oldukça yoğun konsantrasyon gerektiren, başka uyaranların mümkün olduğunca az olmasını gerektiren bir durumdur. Ergenlerin oyun oynadıkları ev ortamında, internet kafe ortamında yoğun uyaranlar ve aile müdahaleleri olduğundan dolayı bu deneyimin yaşanma ihtimali düşmüş olabilir.

Oyun oynarken oyunun zorluk düzeyinin oyuncunun beceri düzeyine uygun olması gerektiği ile ilgili paylaşımlar yapılmış ve bu durumun oyun oynama davranışlarına ciddi etkisi olduğu dile getirilmiştir. Oyunun kolay olması oyuncunun sıkılmasına ve zor olması bıkip vazgeçmesine sebep olabilmektedir (Öz, 2019). Çevrim içi oyunların kişilerin üzerindeki etkilerini incelemeye yönelik yapılan bir çalışmada, çevrim içi oyunlardaki beceri ve zorluk dengesinin akış deneyimini olumlu yönde etkilediği görülmüştür (Chiang vd., 2011). Yine video oyunu oynayan gençlerin akış yaşantıları üzerine yapılan bir araştırmada katılımcılar, video oyunlarını geleneksel bisiklet sürmeye karşı tercih etmelerinin en önemli sebebi olarak video oyunlarındaki beceri ve zorluk dengesini göstermişlerdir (Thin vd., 2011). Jones vd. (2003) gerçekleştirdikleri çalışmada aktivitenin beceri ve zorluk dengesinin kişileri macera içerikli aktivitelere motive ettiği sonucuna varmışlardır. Katılımcılar genel olarak zorlayıcı oyunların daha fazla haz verdiğini ifade etmişlerdir. Geçmişte yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Örneğin Ede (2010) gerçekleştirdiği çalışmada yüksek rekabet düzeyine sahip sporların düşük rekabete sahip sporlardan daha fazla akış deneyimine neden olduğu ortaya konmuştur. Yine bazı katılımcıların oyunların beceri ve zorluk düzeyi ile ilgili genel kanaatten farklı olarak kolay oyunları daha fazla haz verici buldukları görülmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda da benzer bulgulara ulaşıldığı görülmektedir; Çin'de yapılan bir araştırmada, akış kuramında yer alan yüksek zorluk/yüksek beceri yerine düşük zorluk/yüksek beceri

koşullarında en yüksek içsel motivasyon seviyesini deneyimleme eğilimindedir. Bu motivasyon kısmen toplumsal değerlerin içselleştirilmesiyle açıklanmaktadır (Moneta,2004). Bulgular incelendiği zaman başarı duygusunu tatmak için oyuna yönelen ergenlerin kolay oyunları daha fazla tercih ettikleri görülmektedir. Bu durum kolay oyunlarda başarılı olmanın daha ulaşılabilir olması ile açıklanabilir. Oyuncu kolay oyunları tercih etmekte ve kolaylıkla başarılı olmaktadır. Bu durum takdir görmesine, kendini ispat etmesine sebep olmaktadır.

Katılımcıların diğer boyutlara oranda daha az paylaşımda bulunduğu bir boyut da kontrol paradoksu olarak tanımlanan durumdur. Bu durum bireyin gerçekleştirdiği aktivitenin kontrol altında olduğuna, zarar görmeyeceğine dair algısını ifade eder (Sahranç, 2008). Geçmiş çalışmalarda benzer bulgulara ulaşılan çalışmalara rastlanmıştır. Örneğin kişilerin bilgisayar kullanımına dair motivasyon kaynakları ile ilgili yapılan çalışmada, kişilerin bilgisayar kullanım motivasyonlarına en fazla etki eden değişkenlerden birisinin, kişinin algılanan kontrol düzeyi olduğu ifade edilmiştir (Ghani ve Deshpande, 1994). Kontrol paradoksu daha çok gerçek bir tehlikenin olduğu durumlarda kişinin kendini güvende hissetmesi, risklerin kontrol altında olduğunu düşünmesini ifade eden bir kavramdır. Oyunlarda bireyler risk durumlarını daha az düşündükleri için bu boyut ile ilgili daha az paylaşımda bulunmuş olabilir.

Katılımcıların akış yaşantıları incelenirken, oyuna yönelme nedenleri ile ilgili, farklı katılımcılar çok defa paylaşımlarda bulunmuşlardır. Araştırmamızın temel amaçları arasında olmamasına rağmen, bu durumla ilgili yoğun paylaşımlar olmasından dolayı, bulgulara oyuna yönelme nedenleri başlığı altında yer verilmiş ve üzerine tartışılmıştır. Bulguların sunulmasında literatürde yer alan kuramlardan, geçmiş çalışmalardan faydalanılmıştır. Literatür incelendiği zaman konu ile ilgili yapılan araştırmalarda boş zaman aktivitelerini tercih etmede bazı başlıkların etkili olduğu görülmektedir. Ağduman tarafından gerçekleştirilen çalışmada başarı ihtiyacı, sosyal ihtiyaçlar gibi ihtiyaçların boş zaman değerlendirmede tercihleri etkilediği ortaya konmuştur (Ağduman, 2014). Murcia vd. (2008) oyun oynamaya bazı psikolojik ihtiyaçlar nedeniyle yönelen kişilerin daha fazla akış yaşantısı deneyimlediklerini ortaya koymuştur. Kowal ve Fortier (2000) yaptıkları çalışmada ise dışsal motivasyonların oyun oynama sırasında akış deneyimini olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuşlardır. Literatürde yapılan çalışmalarda araştırmacılar, bilgisayar oyunu oynama davranışlarını ve kişinin bundan aldığı haz ile ilişkisini Öz Belirleme Kuramı (Ryan ve Deci, 2000) üzerinden açıklamaya

çalışmışlardır. Çalışmaların bazıları algılanan oyun içi özerklik ve yetkinliğin oyundan alınan haz ile ilişkili olduğunu gösterir. Çevrim içi oyun oynayanlar üzerine yapılan bir çalışmada sonuçlar, öz belirleme kuramının, özerklik, yeterlilik ve ilişkililik ihtiyaçlarının, keyfi ve gelecekteki oyun oynamayı bağımsız olarak tahmin ettiğini göstermektedir (Hagger ve Chatzisarantis, 2007; Ryan vd., 2006). Kim ve Ross (2006) tarafından video spor oyunları oynayan kişilerin oynama nedenlerine yönelik gerçekleştirilen çalışmada oyun oynama nedenleri arasında bazı içsel motivasyonların ön plana çıktığı görülmektedir. Bu çalışmada yer alan başlıca nedenler arasında çalışmamızda değinilen dört alt başlıkla eşdeğer başlıklar da bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar ışığında bulgular incelenmiş ve katılımcıların paylaştıkları oyuna yönelme nedenleri dört başlık altında paylaşılmış, analiz edilmiş ve tartışılmıştır.

Katılımcıların çevrim içi oyun oynama nedenleri ile ilgili yaptıkları paylaşımlar incelendiği zaman oyun aktivitesini en fazla başarı, güç ihtiyacı için tercih ettikleri görülmektedir. Yee (2006) oyun oynayan kişilerin başarı ihtiyaçlarını karşılamak için çevrim içi oyunlara yöneldiğini belirtmiştir. Geçmiş çalışmalar incelendiği zaman yapılan çalışmaların bu bulguyu destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Çevrim içi oyun ve akış deneyimleri üzerine yapılan bir çalışmada Voiskounsky vd. (2004) çevrim içi oyun oynama davranışına sebep olan önemli bir etkenin başarı ihtiyacı olduğunu ortaya koymaktadır. Yine yapılan bir araştırmada çok oyunculu rol yapma oyunu oynayan bireylerin genel olarak güç elde etmek, otorite sahibi olmak ve daha fazla seviye atlamak gibi başarı motivasyonları taşıdıkları ortaya konmuştur (İskender, 2015). Üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerini seçerken hangi motivasyonlarla hareket ettiğini gösteren çalışmada, başarı güdüsü ve sosyal ihtiyaçları karşılama (arkadaşlık) boş zaman etkinliklerini tercih etmede belirleyici kişilik özellikleri arasında kendini göstermektedir (Ağduman, 2014). Başarı ihtiyacının çevrim içi oyunlar üzerinden karşılanmaya çalışılması ergenlerin gerçek hayatta takdir görme, kendilerini ispat etme gibi konularda eksik kaldıklarını gösteriyor olabilir. Yine oyunlarda başarı elde etmek, takdir görmek daha kolay ulaşılır olduğundan dolayı da, ergenlerin başarıya çevrim içi oyunlarda ulaşmaya çalıştıkları düşünülebilir. Katılımcıların ifadelerinde de bunu destekleyici ifadeler bulunmaktadır. Örneğin K2 “...burada basketbol, voleybol, ben mesela başaramıyorum. Orada yapabiliyorum. Bir şeyleri atıp, gol atıp, işte futbol olsun. Çok iyi futbol oynayamıyorum mesela, orada direkt tek başıma, hatta takım oluşturarak oynayabiliyorum...” şeklinde paylaşımda bulunuyor. Bunların yanında çevrim içi

oyunların beceri ve zorluk dengesine göre tasarlanması, oyuncunun kendi seviyesine uygun şekilde sürekli başarılar elde etmesi ve ilerlemesi her durumda oyuncunun başarı hissiyatını elde etmesine zemin hazırlamaktadır.

Yine katılımcıların çevrim içi oyun oynama nedenleri ile ilgili yaptıkları paylaşımlarda en fazla öne çıkan ihtiyaçlardan birinin sosyal ihtiyaçlar, aidiyet ihtiyaçları olduğu görülmektedir. Bununla ilgili literatürde birçok çalışmanın olduğu görülmektedir. Chang (2013) çevrim içi oyunların akış deneyimleri üzerine etkisini inceledikleri çalışmada çevrim içi oyunların akış deneyimine sebep olduğu ve çevrim içi oyunların oynanma nedenleri arasında en önemli nedenin sosyal etkileşimler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmaya göre oyuncular, arkadaşlık kurup, ortak ilgi alanı oluşturmak için çevrim içi oyunları tercih etmektedir. Yine bu çalışmada çevrim içi oyunlara yönelme nedenleri arasında başarı ihtiyacı ve eğlence ihtiyaçları da öne çıkmaktadır. Koo (2009) sosyal bağlılığın bireyleri çevrim içi oyunlara bağladığını, arkadaşlarla oyun oynama imkânı sayesinde çevrim içi oyunların daha fazla tercih edildiğini ifade etmiştir. Yee (2006) oyun oynayan kişilerin sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için çevrim içi oyunlara yöneldiğini belirtmiştir. Hilgard vd. (2013) tarafından yapılan çalışmada, oyuncuların video oyunlarını sosyal ilişki ihtiyaçlarını gidermek için oynadıklarını belirtilmiştir. Colwell vd. (1995) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, ergenlerin bilgisayar oyunu oynama nedenleri arasında arkadaşlık kurma ihtiyaçlarını yoğun bir şekilde dile getirdikleri görülmüştür. Yine kişilerin neden çevrim içi oyun oynadıkları ile ilgili yapılan araştırmada sosyal ilişkiler kurma ihtiyacının en başta geldiği görülmektedir (Choi ve Kim, 2004). Bilgisayar oyunu oynama motivasyonunu sağlayan öğelerin neler olduğuna dair yapılan çalışmada, eğlence ve sosyalleşme alt boyutlar olarak ortaya çıkmış ve tercih sebepleri arasında oldukça önemli oldukları ortaya konmuştur. Çalışma sonucu geliştirilen ölçekte bu iki kavram alt boyutlar olarak yerini almıştır (Munusturlar ve Munusturlar, 2018). Ergenlerin bazı ifadelerinden de görülebileceği üzere, oyun oynama davranışları, gerçek hayatta sosyal ilişki ihtiyacının yeterince giderilememesinden de kaynaklanıyor olabilir. (K2 “Sürekli bir yerlere de gidemiyoruz... Hemen yanı başınızda bir alet var... Arkadaşlarınız geliyor, onlarla oynuyorsunuz...” şeklinde ifade ediyor). Yine gerçek hayatta sosyal imkanların kısıtlı olması, ilgi çekici, çeşitli sosyal faaliyetlerin az olması da ergenleri, yoğun bir şekilde ihtiyaç duyduğu sosyalleşme ihtiyacını gidermek için çevrim içi oyunları tercih etmeye yönlendiriyor olabilir.

Araştırma bulguları incelendiği zaman çevrim içi oyunların tercih nedenleri arasında eğlence de bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda da benzer şekilde dijital oyunların, çevrim içi oyunların tercih sebepleri arasında eğlence bulunmaktadır. Geçmişte yapılan çalışmalar incelendiği zaman, gerçekleştirilen bu çalışmanın aksine eğlence ihtiyacının ön plana çıktığı görülmektedir. Örnek olarak; Khang vd. (2013) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, bireylerin dijital oyun oynama nedenleri arasında eğlence ihtiyacının öne çıktığını dile getirmiştir. Fuster vd. (2012) çevrim içi oyunların oynanma nedenleri üzerine yaptıkları çalışmada sosyalleşme ihtiyaçlarının yanında eğlence ihtiyacının da öne çıktığı görülmektedir. Bunun yanında geçmişte yapılan çalışmalar içinde benzer sonuçlara ulaşan bazı çalışmalar olduğu da görülmüştür. Dijital oyunların oynanma nedenleri ile ilgili yapılan bir çalışmada ortaya konan değişkenler arasında eğlence de bulunmaktadır. Bu çalışmada da eğlence dijital oyunların tercih sebepleri arasında en fazla etkisi olan değişkenler arasında gösterilmemiştir. (Pala ve Erdem, 2011). Oyuna yönelme sebepleri arasında eğlencenin alt sıralarda kalması oldukça şaşırtıcı görünmektedir. Ergen oyuna başarı hissiyatını yaşamak, sosyal ihtiyaçlarını gidermek için yönelmekte, oyun oynadıkça eğlenmektedir.

Araştırmada çevrim içi oyun oynama nedenleri arasında vurgulanan bir diğer kavram da özgürlük olmuştur. Geçmişte yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar olduğu görülmektedir. Buna örnek olarak Seifer ve Hederson (2010) tarafından gerçekleştirilen, katılımcıların kaykay sporunu gerçekleştirme motivasyonları ile akış deneyimleri üzerine yapılan çalışmada, katılımcıların kaykay sporunu özgürlük duygusu ve çeşitli içsel motivasyonlarla açıkladıkları görülmüştür. Burada önemli olan husus oyun oynayan bireyin oyunu kendi özgür iradesiyle tercih etmesidir.

## 6. SONUÇLAR

Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar kısaca şu şekildedir;

Çalışmada çevrim içi oyun oynayan ergenlerin yoğun bir şekilde akış deneyimi yaşadıkları görülmektedir. Yine katılımcılar akış kuramının alt boyutlarının tamamı ile ilgili deneyimler yaşamaktadırlar. Katılımcılar çevrim içi oyun oynamaktan yoğun haz almakta, bu hazzı tekrar yaşamak için daha fazla oyun oynamaktadır. Katılımcıların çevrim içi oyun oynarken akışın boyutları ile ilgili yaşadıkları deneyimler incelendiği zaman deneyim sıklığının sırasıyla ototelik deneyim, net hedefler ve geri bildirim, göreve odaklanmak, eylem ve farkındalığın kaynaşması, zaman algısının değişmesi, öz farkındalığın kaybı, zorluk beceri dengesi ve kontrol paradoksu şeklinde olduğu görülmektedir. Katılımcıların neredeyse tamamı çevrim içi oyun oynarken, en fazla akış kuramının boyutlarından ototelik deneyim boyutu ile ilgili deneyimler yaşamaktadırlar. Buna ek olarak, katılımcıların büyük çoğunluğunun, net hedefler ve geri bildirim alt boyutu için oyun deneyimi esnasında odaklanma ve haz alma düzeylerini artırdığını dile getirmişlerdir. Katılımcılar oyunlarda verilen ödüllerin onları oyun oynamaya motive ettiğini ifade etmektedir.

Çevrim içi oyun oynayan ergenler, çoğunlukla bazı ihtiyaçlarını gidermek için çevrim içi oyunlara yönelmektedir. Katılımcıların çevrim içi oyunlara yönelme nedenleri arasında güç (başarma) ihtiyacı ilk sırada gelmektedir. Bunu ait olma (sosyalleşme) ihtiyaçları takip etmektedir. Katılımcılar daha sonra çevrim içi oyunlara sırasıyla özgürlük ve eğlence ihtiyaçları dolayısıyla yönelmektedir. Katılımcıların oyun sırasında yaşadıkları takdir duygusu, bir aktivitede başarılı olma hissiyatının, katılımcıyı oyun oynama davranışına motive ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların bununla birlikte arkadaşlık ihtiyacı, benzer ilgi alanlarına sahip kişilerle aktivitede bulunma isteğinden dolayı çevrim içi oyuna yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

## 7. ÖNERİLER

Araştırma kapsamında araştırmacılara ve uygulayıcılara sunulan öneriler şu şekildedir;

### **Araştırmacılara öneriler**

Araştırma sırasında elde edilen bulgulardan hareketle bireylerin sosyalleşme ihtiyacı için oyun oynadıkları görülmektedir. Çevrim içi oyun ve sosyalleşme ihtiyacı arasındaki bu bağlantının nicel araştırma yöntemleri ile incelenmesi değişkenler arasındaki ilişkinin genellenebilirliği hakkında daha çok bilgi verebilir.

Gerçekleştirilen bu araştırmada bir sınırlılık olarak katılımcıların tamamı erkeklerden oluşmaktadır. Her iki cinsiyetin de dahil edileceği bir çalışma yapılabileceği gibi daha fazla kişiye ulaşabilmek için nicel bir çalışma da yapılabilir.

Gelecekte gerçekleştirilecek çalışmalarda ergenlerin çevrim içi oyun oynama yaşantıları hakkında daha detaylı sonuçlara ulaşmak adına, veri toplama tekniklerinin gözlem tekniği ile de zenginleştirilerek incelenmesi yararlı olabilir. Katılımcıların doldurdukları görüşme formları incelendiği zaman görülmüştür ki çevrim içi oyun oynayan bireyler çoğunlukla oyun salonlarında oyun oynamayı tercih etmektedirler. Yapılacak olan çalışmalarda katılımcıları belirlemek veya bizzat çalışmayı gerçekleştirmek, gözlem yapmak için ortam olarak oyun salonları tercih edilebilir.

### **Uygulayıcılara öneriler**

Çalışma gösteriyor ki ergenler haz aldığı aktiviteleri içten gelerek, zorlama olmadan gerçekleştirmektedirler. Bundan dolayı öğrenme süreçleri tasarlanırken akış kuramının alt boyutları dikkate alınabilir, ergenlerin haz alacağı aktiviteler yoluyla öğrenme süreçlerinin düzenlenmesi sağlanabilir. Örnek olarak geliştirilecek olan eğitsel oyunlarda, çevrim içi oyunların ergenleri çeken özellikleri göz önünde bulundurulabilir ve sanal ortamın imkanları gençlerin gelişimine olumlu etki edecek şekilde kullanılabilir. Nitekim yapılan araştırmada internet tabanlı problem çözme etkinliklerinin çocukların öğrenme performansını arttırdığı görülmüştür. Dolayısıyla öğrencilerin öğrenme performanslarını arttırmak ve eğlenceli hale getirmek için çevrim içi oyun yaklaşımı önerilmiştir (Hwang vd., 2012).

Gençlerin sosyal hayatları ve eğitimleri, bilgisayar oyun bağımlılığı nedeniyle, her geçen gün daha olumsuz etkilenmektedir (Goleman, 2005). Ancak çalışmamızda elde

edilen bulgular göstermektedir ki ergenlerin çevrim içi bilgisayar oyunlarına yönelme nedenleri arasında sosyalleşme isteği, aidiyet ihtiyaçları oldukça baskın bir şekilde ifade edilmektedirler. Katılımcılar için arkadaşlık kurmak, var olan arkadaşlık ilişkilerini geliştirmek, çevrim içi oyun oynamalarında ciddi bir etkidir. Dolayısıyla ergenlerin gerçek hayatta da sosyalleşebileceği ortamların artırılması amacıyla okullarda görev yapan öğretmen, okul psikolojik danışman ve okul yöneticilerinin bu sonuçları göz önünde bulundurarak okullarda gençleri dijital oyunlara alternatif sosyal, kültürel aktivitelere dahil etmeleri, uygun ortam oluşturmaları ve gençleri bu aktivitelere teşvik etmeleri sağlanabilir.

Araştırma bulgularından hareketle öğrencilerin dijital oyunları yalnızca eğlenmek için değil, arkadaşlık kurmak, yetersizlik hislerini gidermek, özgürlük ihtiyaçlarını karşılamak için oynadıkları görülmektedir. Bu sonuçtan yola çıkarak, okul psikolojik danışmanlarının dijital oyun bağımlılığı nedeniyle okul rehberlik servisine başvuran öğrencilerin oyun oynama sürecindeki psikolojik ihtiyaçlarını saptamaya çalışarak, öğrencilerin bu ihtiyaçları karşılayabilecekleri daha sağlıklı aktivitelere ya da davranışlara yönlendirmeleri daha etkili olabilir.

Çevrim içi oyunlara karşı doğrudan olumlu veya olumsuz bir tutum geliştirmeden teknolojinin sunduğu imkanlardan yararlanılmalıdır. Bu durum çevrim içi oyunların risklerinin görmezden gelinmesine sebep olmamalı ve gerekli tedbirler alınarak daha sağlıklı bir kullanım ortamı sağlanmalıdır. Bunun için psikolojik danışmanların ve rehberlik araştırma merkezlerinin çevrim içi oyunların sağlıklı kullanımı konusunda, çevrim içi oyunların yararları, zararları, olası riskleri, oyun oynama süreleri, zararlı oyun içerikleri, bunların ergenler üzerindeki etkileri ve olumlu gelişime katkı sağlayan oyunlar ile ilgili öğrencileri, öğretmenleri ve velileri bilgilendirmeleri yerinde olacaktır.

Araştırma bulgular göstermektedir ki oyunlar yalnızca bir eğlence aracı değildir. Oyunlar aynı zamanda ilişki kurmanın, yeterlik hislerini gidermenin de bir aracıdır. Bu nedenle, aileler ve öğretmenler gençlerle ilişki kurmanın, yeterlik hislerinin üstesinden gelmenin bir aracı olarak çevrim içi oyunlardan yararlanabilirler. Aileler çocuklarıyla oyun oynayarak ilişkilerini geliştirebilir, sağlıklı oyun oynama davranışlarını kazanmalarına yardımcı olabilir.

Psikolojik danışmanlar okullarda çevrim içi oyun oynama sürecinde gençlerin yaşadıkları akış deneyimleri ve oyun oynama nedenleri hakkında aileler ve öğretmenlere bilgi vererek öğrencinin oyunlara yönelme nedenlerini anlamalarına katkı sağlayabilir.

Böylece aileler ve öğretmenlerin öğrencileri eğitim hayatında ve sosyal yaşamında bu akış deneyimlerinden yararlanarak nasıl başarılı olabilecekleri konusunda da fikir verebilir.



## KAYNAKÇA

- Afiani, D., Widyorini, E., & Primastuti, E. (2023). Relationship between escapism behavior and neurotism personality on online game addiction in adolescents. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 15(1), 60-67. DOI: 10.31289/analitika.v15i1.9180
- Ağduman N. (2014). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyon ve tatminlerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi
- Ak, M. O., & Alpullu, A. (2020). Alpak akış ölçeği geliştirme ve doğu batı üniversitelerinin karşılaştırılması. *Sport Sciences*, 15(1), 1-16.
- Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve ergenlerde bilgisayar ve internet kullanımının gelişimsel sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2).
- Akyıldız Munusturlar, M. & Munusturlar, S. (2018). Bilgisayar oyunları motivasyon ölçeğinin geliştirilmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16 (3), 81-90.
- Akyol, E. M. (2022). *Lise öğrencilerinin akademik bağlamda akış düzeylerinin akademik öz yeterlilik, öz düzenleme ve okul bağlılığı ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi
- Akyol, P., & Imamoglu, O. (2019). The relationship between motivation and flow states in sports faculty students. *Asian Journal of Education and Training*, 5(3), 440-446. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1230414>
- Albayrak, O., & Arabacıoğlu, B. C. (2020). E-Spor arenalarının oyun-insan-mekân etkileşimi bağlamında yorumlanması. *Journal of FSMVU Faculty of Architecture and Design*, 1(2), 228-243.
- Aleksić, D. (2016). *The negative aspects of flow: examining relationships between flow and unethical behavior*. [Doctor of Philosophy, University of Ljubljana].
- Allahverdipour, H., Bazargan, M., Farhadinasab, A., & Moeini, B. (2010). Correlates of video games playing among adolescents in an Islamic country. *BMC public health*, 10, 286. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-286>
- Andiç, S. & Batıgün, A. D. (2021). DSM-5 tanı ölçütleri temelinde internet bağımlılığı ölçeği'nin geliştirilmesi: İnternet oyun oynama bozukluğu açısından bir değerlendirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 32(1), 33-42. DOI : 10.5080/u23194
- Annetta, L. A. (2008). Video games in education: why they should be used and how they are being used. *Theory Practice*, 47(3), 229-239. <https://doi.org/10.1080/00405840802153940>
- Atabay, M., Şimşek, M., Güllüoğlu, K., & Erdoğan, F. (2023). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama alışkanlıklarının oyun bağımlılıkları ve çeşitli demografikler açısından karşılaştırılması. *International Journal of Computers in Education*, 6(1), 30-46.
- Aydın, K. B. (2005). *Akış kuramına dayalı stresle başa çıkma grup programının ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerine etkisi* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi
- Aytekin, G. (2017). *Dijital oyunlar ve bireyler üzerindeki etkileri*. <https://www.guvenliweb.org.tr/blog-detay/dijital-oyunlar-ve-bireyler-uzerindeki-etkileri>
- Bağcı, H., & Özer, E. A. (2021). Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun tercihleri ile çevrimiçi oyun oynama bozukluklarının incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 9(17), 431-446.

- Balıkçı, R. (2018). *Çocuklarda ve ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Baltacı, A. (2017). Nitel veri analizinde miles-huberman modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 1-15.
- Baltacı, A. (2019). Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır?. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 368-388. DOI: <https://doi.org/10.31592/aeusbed.598299>
- Bateson, P. & Martin, P. (2014) *Oyun, oyunbazlık, yaratıcılık ve inovasyon*. (S. Kırgezen, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Baumann, N. (2021). Autotelic personality. *Advances in flow research*, 231-261. DOI:10.1007/978-1-4614-2359-1\_9
- Bener – Selvi, S. (2016). *Antikçağda oyun ve oyuncaklar*. Kitap Yayınevi.
- Bhatiasevi, V., Rukumnuaykit, P. & Pholphirul, P. (2023). Online gaming addiction and quality of life among early adolescents in thailand: an investigation from a sem-neural network approach. *Human Behavior and Emerging Technologies*. DOI: <https://doi.org/10.1155/2023/7898600>
- Bilgi Teknolojileri Kurumu (2020). *Dijital oyunlar raporu*. <https://www.btk.gov.tr/haberler/btk-2020-dijital-oyunlar-raporunu-yayinladi>
- Binark, M. & Bayraktutan-Sütçü, G. (2020). *Kültür endüstrisi ürünü olarak dijital oyun*. Kalkedon Yayınları.
- Biricik, Z. & Atik, A. (2021). Gelenekselden dijitale değişen oyun kavramı ve çocuklarda oluşan dijital oyun kültürü. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 9(1), 445-469.
- Birol, S. Ş. (2021). Dijital oyun kullanımının bireyler üzerindeki olumsuz etkileri. *Social and Education*, 369. [https://www.researchgate.net/publication/358270683\\_Dijital\\_Oyun\\_Kullaniminin\\_Bireyler\\_Uzerindeki\\_Olumsuz\\_Etkileri](https://www.researchgate.net/publication/358270683_Dijital_Oyun_Kullaniminin_Bireyler_Uzerindeki_Olumsuz_Etkileri)
- Boran, E. (2020). *Ergenlerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Bozkurt, A. (2014). Homo ludens: Dijital oyunlar ve eğitim. *Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*, 5(1).
- Bozkurt, H., Şahin, S. & Zoroğlu, S. (2016). İnternet bağımlılığı: güncel bir gözden geçirme. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 6(3), 235-247. DOI:10.16899/ctd.66303
- Buckingham, D. (2006). Computer games: text, narrative and play, *Polity Press*, 1-13.
- Buil I, Catalán S. & Martínez E. (2018). Exploring students' flow experiences in business simulation games. *Journal Comput Assist Learn*. 1–10. DOI: <https://doi.org/10.1111/jcal.12237>
- Büyükgönenç L. & Törüner E. (2012). *Büyüme ve gelişme: Çocuk sağlığı ve hastalıkları temel hemşirelik yaklaşımları*. Göktuğ Yayıncılık.
- Büyükoğlu, H. (2015). *Okul müdürlerinin okul içi akış deneyimlerinin incelenmesi*. [Doktora Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Örnekleme yöntemleri*. <http://w3.balikesir.edu.tr/~msackes/wp/wp-content/uploads/2012/03/BAY-Final-Konulari.pdf>

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Chang, C. C. (2013). Examining users' intention to continue using social network games: A flow experience perspective. *Telematics and Informatics*, 30(4), 311-321. DOI:10.1016/j.tele.2012.10.006
- Chen, C. (2013). Developing a tablet computer game with visual-spatial concept jigsaw puzzles for autistic children. <http://design-cu.jp/iasdr2013/papers/2197-1b.pdf>
- Chen, H., Wigand, R. T., & Nilan, M. (2000). Exploring web users' optimal flow experiences. *Information Technology & People*, 13(4), 263-281. DOI:10.1108/09593840010359473
- Chiang, Y. T., Lin, S. S., Cheng, C. Y., & Liu, E. Z. F. (2011). Exploring online game players' flow experiences and positive affect. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(1), 106-114.
- Choi, D., & Kim, J. (2004). Why people continue to play online games: In search of critical design factors to increase customer loyalty to online contents. *CyberPsychology & behavior*, 7(1), 11-24. DOI:10.1089/109493104322820066
- Colwell, J., Grady, C., & Rhaiti, S. (1995). Computer games, self-esteem and gratification of needs in adolescents. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 5(3), 195-206. DOI: <https://doi.org/10.1002/casp.2450050308>
- Costa, L. & Veloso, A. (2016). Being (Grand) Players: Review of digital games and their potential to enhance intergenerational interactions. *Journal of Intergenerational Relationships*. DOI:10.1080/15350770.2016.1138273
- Couse, L. J. & Chen, D. W. (2010). A tablet computer for young children? Exploring its viability for early childhood education. *Journal of Research on Technology in Education*, 43(1), 75-98. DOI:10.1080/15391523.2010.10782562
- Csikszentmihalyi, M. (1977). *Beyond boredom and anxiety*. Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1988). *The flow experience and its significance for human psychology. Optimal experience*. Cambridge University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper and Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). *Handbook of creativity*. Cambridge University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (2003). *Good business: leadership, flow, and the making of meaning*. Penguin Books.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). Do students care about learning?. In *applications of flow in human development and education* (pp. 215-225). Springer. DOI:10.1007/978-94-017-9094-9
- Csikszentmihalyi, M. (2022). *Mutluluk bilimi akış*. Buzdağı.
- Csikszentmihalyi, M., Abuhamdeh, S. & Nakamura, J. (2014). Flow. In M. Csikszentmihalyi (Ed.), *Flow and the foundations of positive psychology*. DOI:10.1007/978-94-017-9088-8
- Çakır, A. & Öztürk, G. (2015). Eski uygarlıklarda çocuk oyunları ve oyuncaklar. *Uluslararası Oyun ve Oyuncak Kongresi*, Erzurum, Türkiye.
- Çakmak, V. (2016). Çocuk ve dijital oyun etkileşimine etiksel bir bakış. *ICHACS*, 1(1), 444-174.
- Çelik, A. (2021). *Psikolojik ihtiyaç doyumu ile iyi oluş arasında akademik öz-yeterlilik akademik motivasyon ve akış yaşantılarının aracı rolü*. [Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Demir, R. & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.

- Demiral, Ş. (2010). *Judo çalışan 7–12 yaş grubu çocuklarda (bay-bayan) judo eğitsel oyunlarının motor becerilerin gelişimine etkisinin incelenmesi*. [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Doğu, B. (2006). *Popüler Kültürün Tüketim Aracı Olarak Bilgisayar Oyunlarında Sunulan Yaşam Tarzı*. [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Durmuş, S. B., & Karatay, S. (2023). Tekno-meta oyunun akış hali: Twitch platformu üzerine eleştirel bir değerlendirme. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2023(61), 170-184. DOI: <https://doi.org/10.47998/ikad.1162251>
- Dursun, Y. (2014). *Oyunun ontolojisi*. Doğu Batı Yayınları.
- Dye, M. W., Green, C. S., & Bavelier, D. (2009). The development of attention skills in action video game players. *Neuropsychologia*, 47(8-9), 1780-1789. DOI: 10.1016/j.neuropsychologia.2009.02.002
- Ede, A. (2010). *Self-objectification and sport participation: Do the gendered makeup and competitive level of the team matter?*. [Master of Thesis, University of North Texas].
- Ercan, L. (2002). Ergenlik döneminde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 47.
- Erikson, E.H. (1964). *Childhood and society*. W.W.Norton.
- Fuster, H., Oberst, U., Griffiths, M., Carbonell, X., Chamarro, A., & Talam, A. (2012). Psychological motivation in online role-playing games: A study of spanish world of warcraft players. *Anales de psicología*, 28(1), 274-280.
- Gable, S. L. & Haidt, J. (2005). What (and why) “is positive psychology?”. *Review of General Psychology*, 9(2), 103–110. DOI: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>
- Gaming InTurkey. (2022). Türkiye oyun sektörü raporu 2022, <https://www.gaminginturkey.com/tr/turkiye-oyun-sektoru-2022-raporu/>
- Gee, J. P. (2005). Good video games and good learning. *Phi Kappa Phi Forum*, 85(2), 33–37.
- Gençer, R., & Altun, A. (2022). Kuşak çalışmalarının kronolojik yörüngesi. *Anadolu Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 336-364. DOI: <https://doi.org/10.15659/ankad.v6i3.213>
- Gentile, D.A. (2003). *Media violence and children: A complete guide for parents and professionals*. Praeger Publishers.
- Ghani, J. A., & Deshpande, S. P. (1994). Task characteristics and the experience of optimal flow in human—computer interaction. *The Journal of psychology*, 128(4), 381-391. DOI: <https://doi.org/10.1080/00223980.1994.9712742>
- Glasser, W. (1999). *Kişisel özgürlüğün psikolojisi*. (M. İzmirli, Çev.). Hayat.
- Goleman, D. (2005). *Duyusal zeka neden ıq'dan daha önemlidir?*. (B.S. Yüksel, Çev.). Varlık Yayınları.
- Gökmen, F. T. (2019). *Çevrim içi video oyunu oynayan ergenlerin çevrimiçi kimlik keşfi, sosyal yetkinlikleri, yalnızlık ve yalnızlıktan kaçış düzeyleri ile aşırı çevrimiçi oyun kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gökören, V. (2022). *E-sporcuların e-spora katılım motivasyonu ve akış yaşantısının incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gön, İ. (2020). *Akış kuramının dijital oyun kullanıcılarının satın alma davranışı üzerine etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Galatasaray Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Griffiths, M. D. (2002). The educational benefits of videogames. *Education and Health*, 20(3), 47–51

- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 479-487. DOI:10.1089/cpb.2004.7.479
- Guo, Y. (2004). *Flow in internet shopping: a validity study and an examination of a model specifying antecedents and consequences of flow*. [Doctor of Philosophy, Texas A&M University].
- Guo, Y. M., & Klein, B. D. (2009). Beyond the test of the four channel model of flow in the context of online shopping. *Communications of the Association for Information Systems*, 24(1), 48. DOI:10.17705/1CAIS.02448
- Gül, S. K., & Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80.
- Güllü, M., Arslan, C., DüNDAR, A. & Murathan, F. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarının incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1308-9196. 5-9. DOI: <https://doi.org/10.14520/adyusbd.301>
- Gülsoy, S. (2017). *Dijital oyuncu kimliğinin inşası ve sunumu*. [Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Günay, G. (2011). *Şiddet içerikli online bilgisayar oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık tepkileri üzerindeki etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gürcan, A., Özhan, S. & Uslu, R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. *Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara*, 1-50. <https://silo.tips/download/djital-oyunlar-ve-ocuklar-zerndek-etkiler>
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. (2007). *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. Human Kinetics.
- Hancock, P. A., Kaplan, A. D., Cruit, J. K., Hancock, G. M., MacArthur, K. R., & Szalma, J. L. (2019). A meta-analysis of flow effects and the perception of time. *Acta psychologica*, 198, 102836. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2019.04.007>
- Havighurst, R. J. (1952). Social and psychological needs of the aging. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 279(1), 11-17. DOI: <https://doi.org/10.1177/000271625227900>
- Hazar, Z., Tekkurşun, D. G., & Dalkıran, H. (2017). Ortaokul öğrencilerinin geleneksel oyun ve dijital oyun algılarının incelenmesi: Karşılaştırmalı metafor çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 179-190. DOI:10.1501/Sporm\_0000000334
- Hefferon, K. & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar*. (T. Doğan, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hew, J. J., Lee, V. H., T'ng, S. T., Tan, G. W. H., Ooi, K. B., & Dwivedi, Y. K. (2023). Are online mobile gamers really happy? on the suppressor role of online game addiction. *Information Systems Frontiers*, 1-33. DOI:10.1007/s10796-023-10377-7
- Hilgard, J., Engelhardt, C. R., & Bartholow, B. D. (2013). Individual differences in motives, preferences, and pathology in video games: The gaming attitudes, motives, and experiences scales (games). *Frontiers in psychology*, 4, 608. DOI:10.3389/fpsyg.2013.00608
- Hong, J. C., Hwang, M. Y., Tam, K. P., Lai, Y. H., & Liu, L. C. (2012). Effects of cognitive style on digital jigsaw puzzle performance: A GridWare analysis. *Computers in Human Behavior*, 28(3), 920-928. DOI:10.1016/j.chb.2011.12.012

- Hsu, C. L., & Lu, H. P. (2007). Consumer behavior in online game communities: A motivational factor perspective. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1642-1659. DOI:10.1016/j.chb.2005.09.001
- Hu, E., Stavropoulos, V., Anderson, A., Scerri, M., & Collard, J. (2019). Internet gaming disorder: feeling the flow of social games. *Addictive behaviors reports*, 9, 100140. DOI:10.1016/j.abrep.2018.10.004
- Huizinga, J. (2013). *Homo Ludens: oyunun toplumsal işlevi üzerine bir deneme*. (M. A. Kılıçbay, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Hwang, G. J., Wu, P. H., & Chen, C. C. (2012). An online game approach for improving students' learning performance in web-based problem-solving activities. *Computers & Education*, 59(4), 1246-1256. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2012.05.009>
- Irmak AY & Erdoğan S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 27(2), 128-137.
- Iskender, O. (2015). *Çevrimiçi oyun oynama motivasyonları ve oyuncuların bireysel değerleri: Kullanımlar ve doyumlar kuramı açısından bir değerlendirme* [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Jones, C. D., Hollenhorst, S. J., & Perna, F. (2003). An empirical comparison of the four channel flow model and adventure experience paradigm. *Leisure Sciences*, 25(1), 17-31. DOI:10.1080/01490400306551
- Karasakal, S. (2020). Akış deneyiminin memnuniyet üzerine etkisi: Tatil deneyimi üzerine inceleme. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 31(1), 63-73. DOI: <https://doi.org/10.17123/atad.713575>
- Karle, J. W., Watter, S., & Shedden, J. M. (2010). Task switching in video game players: Benefits of selective attention but not resistance to proactive interference. *Acta psychologica*, 134(1), 70-78. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2009.12.007>
- Kaya, A. B. (2013). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. [Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Khang, H., Kim, J. K., & Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The internet, mobile phones, and video games. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2416-2424. DOI:10.1016/j.chb.2013.05.027
- Kilci, A.K. (2019). *Spor ve dijital oyunda son nokta: ESPOR*. Gazi Kitabevi.
- Kim, Y., & Ross, S. D. (2006). An exploration of motives in sport video gaming. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 8(1), 28-40. DOI:10.1108/IJSMS-08-01-2006-B006
- Koçak, H., & Köse, Z. (2014). Ergenlerin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve sosyalleşme süreçleri üzerine bir araştırma (kütahya ili örneği). *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21-32.
- Koo, D. M. (2009). The moderating role of locus of control on the links between experiential motives and intention to play online games. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 466-474. DOI:10.1016/j.chb.2008.10.010
- Kowal, J. & M.S. Fortier. (2000). Testing relationships from the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation using flow as a motivational consequence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(2), 171-181. DOI:10.1080/02701367.2000.10608895
- Köroğlu, E. (2018). *DMS-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı*. HYB Yayıncılık.
- Kulaksızoğlu, A. (2014). *Ergenlikte sosyalleşme ve ahlak gelişimi: Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitabevi.

- Küçükvardar, M. & Türel, E. (2022). Covid-19 pandemisinde dijital oyun oynama düzeyi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (47), 47-58. DOI: <https://doi.org/10.52642/susbed.1010309>
- Massimini, F. & Carli, M. (1988). The systematic assessment of flow in daily experience. M. Csikszentmihalyi and I. Csikszentmihalyi (Eds.), in *Optimal experience: psychological studies of flow in consciousness*, (288-306). Cambridge University Press.
- Metin, M. & Düşmezkalender, E. (2022). Dağ tırmanışı etkinliğinin akış deneyimi bağlamında değerlendirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(1), 1-22. DOI: <https://doi.org/10.18037/ausbd.1095090>
- Resmi Gazete. (2007) “İnternet ortamında yapılan yayınların düzenlenmesi ve bu yayınlar yoluyla işlenen suçlarla mücadele edilmesi hakkında kanun”, <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.5651.pdf>
- Moneta, G. B. (2004). The flow experience across cultures. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 5(2), 115–121. <https://doi.org/10.1023/B:JOHS.0000035913.65762.b5>
- Murcia, J.A.M., E.C. Gimeno & D.G.-C. Coll, (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: Differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1): 181-19. DOI: 10.1017/s1138741600004224
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2009). Flow theory and research. *Handbook of positive psychology*, 195, 206. DOI: <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0018>
- Newzoo (2021). “Global Games Market Report 2021”. <https://newzoo.com/insights/trendreports/newzoo-global-games-market-report-2021-free-version>.
- Nora, V. Y. (2023). Positive and negative excesses of online games among muslim adolescents in tanah datar, West Sumatra. *Jurnal Fuaduna: Jurnal Kajian Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 7(1). DOI: <http://dx.doi.org/10.30983/fuaduna.v7i1.6183>
- Novak, T. P. & Hoffman D.L. (1997). Measuring the flow experience among web users. *Paper Presented at Interval Research Corporation*, 1-35.
- Ocak, M. (2013). *Eğitsel dijital oyunlar: kuram, tasarım ve uygulama*. Pegem.
- Onat Kocabıyık, O. (2016). Olgubilim ve gömülü kuram: bazı özellikler açısından karşılaştırma. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (1), 55-66.
- Onur, B. (2022). *Oyunlar ve Oyuncaklar*. Kalem.
- Öner, Ç. (2022). *Kamu ortaokullarında görevli öğretmenlerin akış deneyimlerinde öz liderlik ve pozitif psikolojik sermayenin rolü*. [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Öz, M. (2019). *Konservatuvar müzik bölümünde okuyan üniversite öğrencilerinde sürekli kaygı ve anksiyete duyarlılığının akış deneyimleri ile ilişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Özalp, U. (2021). *Bilsem öğrencilerinin müzikal yaratıcılıklarının ve akış deneyimlerinin uzaktan eğitim uygulaması üzerinden değerlendirilmesi*. [Doktora Tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Özasma, H. İ. (2016). *Pozitif psikoloji ve islam düşüncülerinde erdemler*. [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Öztürk, D. (2007). *Bilgisayar oyunlarının çocukların bilişsel ve duyuşsal gelişimleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.

- Pala, F. K., & Erdem, M. (2011). Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 53-71.
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E., & Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Turkish Family Physician*, 3(2), 10-16.
- Parman, T. (1998). *Ergenel etkinlikler olarak aşk, cinsellik ve ölüm: Ergenlik döneminde cinsellik*. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Derneği Yayınları.
- Pehlivan, A. (2019). *Sosyal hizmet uzmanlarının akış deneyimlerini etkileyen faktörlerin niteliksel olarak incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Pelet, J. É., Ettis, S., & Cowart, K. (2017). Optimal experience of flow enhanced by telepresence: Evidence from social media use. *Information & Management*, 54(1), 115-128. DOI:10.1016/j.im.2016.05.001
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.44>
- Przybylski, A. K., Weinstein, N., Murrayama, K., Lynch, M. F. & Ryan, R. M. (2011). The ideal self at play: The appeal of video games that let you be all you can be. *Psychological Science*, 23 69-76. DOI: DOI: 10.1177/0956797611418676
- Rab, A. (2007). Virtual worlds: past, present, future. *Information Society Research Institute*, 1(1), 1-22.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A. (2006). The motivational pull of video games: A self-determination theory approach. *Motivation and emotion*, 30, 344-360. DOI:10.1007/s11031-006-9051-8
- Sağlam, M. (2019). *Dijital oyunların öznel iyi oluşa etkisi: y kuşağına yönelik bir araştırma*. [Doktora Tezi, Ege Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Sağlam, M. (2020). Dijital iletişim kuram ve araştırmaları. A. İgit & Ö. Sayılğan (Eds), *Dijital oyunlar ve çevrimiçi tüketim üzerine etkisi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. (ss.227-253). Nobel.
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres kontrolü, genel öz-yeterlilik, durumluk kaygı ve yaşam doyumuyla ilişkili bir akış modeli*. [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Sahranç, Ü. (2008). Bir durumluk akış modeli: stres kontrolü, genel öz-yeterlilik, durumluk kaygı, yaşam doyumu ve akış ilişkileri. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16.
- Samur, Y. (2022). Dijital oyunlar. *TRT Akademi*, 7(16), 821-823. DOI: <https://doi.org/10.37679/trta.1181838>
- Sayın, M. E. (2016). *Dijital oyunların bilişsel yeteneklere etkileri: faktör referanslı bilişsel test kiti ile oyuncu ve oyuncu olmayan grupların karşılaştırılması*. [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Schulman, P. (2009). Positive psychology network. In S. J. Lopez (Ed.). *The encyclopedia of positive psychology*. Wiley-Blackwell.
- Seifert, T., & Hedderston, C. (2010). Intrinsic motivation and flow in skateboarding: An ethnographic study. *Journal of Happiness Studies*, 11, 277-292. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-009->
- Seligman, M.E.P. (2000). The positive perspective. *The Gallup Review*, 3(1), 2-7.

- Sezen, T. İ. & Sezen, D. (2011). *Dijital oyun tarihinin dönüm noktaları*. G. T. Ünal, U. Batı (Ed.), Dijital oyunlar (ss.249-286). Derin Press.
- Skeen, J. W. (2002). Choice theory, value ethics, and the sixth need. *International Journal of Reality Therapy*, 22(1).
- Snodgrass, J., Lacy, M., Dengah, F., Fagan, J. & Most, D. (2011). Magical flight and monstrous stress: Technologies of absorption and mental wellness in azeroth, *Culture, Medicine and Psychiatry*, 35(1), 26-62. DOI:10.1007/s11013-010-9197-4
- Söğüt, F. (2020). Dijital ebeveynlerin dijital oyunlar ve şiddet ilişkisine yönelik algıları. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (51), 79-100.
- Şahan, M. N. (2019). *Lise öğrencilerinin akademik bağlamda akış yaşama düzeylerinin başarı hedef yönelimleri ile yordanması*. [Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tarлакazan, E. & Yavuz, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin mobil oyun profili ve oynama alışkanlıkları. *Artvin Çoruh Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 4 (2), 149-163. DOI: <https://doi.org/10.22466/acusbd.431711>
- Taylan, H., Kara H., Zahid, A. & Durğun, A. (2017). Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *Pesa Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3 (1). 78-87.
- TDK. (2023). Oyun <https://sozluk.gov.tr>.
- Tekinalp, B. E., & Terzi, Ş. I. (2015). *Eğitimde pozitif psikoloji uygulamaları*. Pegem Akademi Yayınları.
- Tellegen, A. & Atkinson, G. (1974). Openness to absorbing and self-altering experiences ("absorption"), a trait related to hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 83 (3), 268–277. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0036681>
- Thin, A. G., Hansen, L., & McEachen, D. (2011). Flow experience and mood states while playing body movement-controlled video games. *Games and culture*, 6(5), 414-428. DOI:10.1177/1555412011402677
- Topşar, A. (2015). *Ortaokul 7. sınıf öğrencilerinde duygusal zekâ ile bilgisayar oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D., Carbonell, X., & Oberst, U. (2018). Internet gaming disorder in adolescence: Psychological characteristics of a clinical sample. *Journal of behavioral addictions*, 7(3), 707-718. DOI:10.1556/2006.7.2018.75
- Turan, N. (2019). Akış deneyimi üzerine genel bir literatür taraması. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (37), 181-199. DOI: <https://doi.org/10.30794/pausbed.562564>
- Turgut, T., & Ümmet, D. (2021). Yetişkinlerde motivasyon düzenleme ve akış yaşantısı arasındaki ilişkide ototelik kişiliğin aracı rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-23. DOI: <https://doi.org/10.9779/pauefd.836244>
- Uğurlu, T. T., Şengül, C. B., & Şengül, C. (2012). Bağımlılık psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 37-50. DOI:10.5455/cap.20120403
- Ulusoy, B. (2019). *Öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılığı düzeylerine, bilgisayar oyunu bağımlılığı düzeylerine etki eden etkenlere ve bilgisayar oyunlarına ilişkin veli ve öğretmen görüşleri*. [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Uzun, R. N., İmamoğlu, O., Barut, Y., & Ceylan, T. (2021). Eski çağlarda çocuk ve oyun. *Journal of ROL Sport Sciences*, 2(2), 103-111. DOI:10.29228/roljournal.51126

- Uzunbacak H. H., Erhan T. & Akçakanat T. (2019). Meslek aşkının iş tatmini üzerine etkisi: Akış deneyiminin aracı rolü, *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(1):80 – 95.
- Üstün, A. B. (2020). Eğitsel dijital oyun tasarımına ve uygulanmasına yönelik öğretmen adaylarının görüşlerinin incelenmesi. *EJERCongress 2020 Bildiri Kitabı*.
- Valkenburg, P. M. & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks, *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121-127. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- Vatandaş, S. (2020). Sokaktan ekrana: Oyunun mekânsal ve işlevsel değişimi. *Intermedia International E-journal*, 7(12), 19-32. DOI:10.21645/intermedia.2020.64
- Voiskounsky, A. E., Mitina, O. V., & Avetisova, A. A. (2004). Playing online games: Flow experience. *PsychNology J.*, 2(3), 259-281.
- Volk M.I. & Savelieva D.I. (2017). Interrelation of flow experience with intrinsic motivation and personality traits in students. *Rudn Journal Of Psychology And Pedagogics*. 14-4, 427-439. DOI:10.22363/2313-1683-2017-14-4-427-439
- Walidah, F. K. (2023). *Pengaruh digital jigsaw puzzle terhadap selective attention dewasa awal*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Wan, C. S., & Chiou, W. B. (2006). Psychological motives and online games addiction: Atest of flow theory and humanistic needs theory for taiwanese adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 9(3), 317-324. DOI:10.1089/cpb.2006.9.317
- Winnicott, D. W. (2013). *Oyun ve Gerçeklik*. Metis.
- Wright, T., Boria, E., & Breidenbach, P. (2002). Creative player actions in fps online video games: Playing counter-strike. *Game Studies*, 2(2), 103-123.
- Wubbolding, R. E. (2017). *Reality therapy and self-evaluation: The key to client change*. American Counseling Association.
- Xgame. (2023). <https://www.xgame.com.tr>
- Yağar, F., & Dökme, S. (2018). Niteliksel araştırmaların planlanması: Araştırma soruları, örneklem seçimi, geçerlik ve güvenirlik. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-9.
- Yağci, A., & Yalaki, Z. (2021). Ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığının algılanan stres düzeyi ve algılanan sosyal destek ile arasındaki ilişki. *Çocuk Dergisi*, 21(2), 166-174.
- Yang, Y., Ma, Y., Zhou, R., Ji, T., & Hou, C. (2023). Internet gaming addiction among children and adolescents with non-suicidal self-Injury: a network perspective. *Journal of Affective Disorders Reports*, 100609. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100609>
- Yavuzer, H. (2013). *Ergenlik Dönemi: Çocuk Psikolojisi*. Remzi Kitabevi.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & behavior*, 9(6), 772-775. DOI:10.1089/cpb.2006.9.772
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, E. (2019). *Çevrimiçi oyun bağımlılığının algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlarla ilişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yıldız, S. (2022). *Ortaokul öğrencilerinin online oyun oynama durumu ve ebeveyn tutumunun saldırganlık eğilimine etkisi*. [Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yılmaz, A. & Biricik, Z. (2017). Sağlık iletişimde dijital medya kullanımının çocuk sağlığı üzerine etkileri: sosyal medyave çevrim içi oyunlar üzerine bir inceleme. *Atatürk İletişim Dergisi*. Sağlık İletişimi Özel Sayı.

- Yılmaz, E., & Çağıltay, K. (2005). History of digital games in turkey. *DiGRA Conference (16-20)*.
- Yılmaz, E., & Çağıltay, K. (2004). Elektronik oyunlar ve türkiye. *TBD 21. Ulusal Bilişim Kurultayı*.  
([https://www.academia.edu/2597826/Elektronik\\_Oyunlar\\_ve\\_T%C3%BCrkiye](https://www.academia.edu/2597826/Elektronik_Oyunlar_ve_T%C3%BCrkiye))
- Yılmaz, H. ve Talu, E. (2022). Ergenlerin covid-19 pandemi stresi üzerine akış kuramına dayalı bir psiko-eğitim programı: deneysel bir çalışma. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 6(2), 156-174. DOI: <https://doi.org/10.32960/uead.1134581>
- Yılmaz, R., & Karaoğlan Yılmaz, F. G. (2018). Üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılıkları ile yalnızlık ve depresyon eğilimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *1. Uluslararası Eğitimde ve Kültürde Akademik Çalışmalar Sempozyumu*, Mersin, Türkiye.
- Yiğit, E., & Günüş, S. (2020). Çocukların dijital oyun bağımlılığına göre aile profillerinin belirlenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 144-174. DOI: <https://doi.org/10.33711/yyuefd.691498>
- Zabrina, H. K. (2023). The relationship between online game addiction and depression tendencies in indonesian adolescents: online game addiction and depression tendencies. *Indonesian Journal Of Health Sciences Research And Development (IJHSRD)*, 5(1), 101-105.

## **EKLER**

### **EK-1. Katılımcı Bilgi Formu**

#### **ÇEVİRİM İÇİ OYUN OYNAYAN ERGENLERİN AKIŞ YAŞANTILARININ İNCELENMESİ**

##### **Değerli katılımcı;**

Bu araştırmanın amacı 14 – 18 yaş arasındaki bireylerin oyun oynarken yaşadıkları deneyimleri, akış kuramının boyutları ile değerlendirmek ve ileride yapılabilecek çalışmalara ışık tutmaktır. Araştırma ile ortaya konacak sonuçların çevrim içi oyunların olumlu yönlerinin nasıl geliştirilebileceği, eğitici yönlerinin nasıl ön plana çıkarılabileceği konusunda yol gösterici olabileceği düşünülmektedir. Çalışmaya katılım bütünüyle gönüllülük esasına göredir ve elde edilecek veriler 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizli tutulacaktır. Sizden beklenen araştırma sonuçlarının güvenilir olması açısından ilgili sorulara samimi bir şekilde cevap vermenizdir.

Sabrinız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

**Rıdvan SANSUR**

**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık**

**Yüksek Lisans Öğrencisi**

#### **KİŞİSEL BİLGİLER**

1. Cinsiyetiniz : ( ) Erkek ( ) Kadın

2. Yaşınız : ( ) 13-15 ( ) 15-18

3. Hangi okul türünde öğrenim görüyorsunuz?

( ) Ortaokul ( ) İmam Hatip Ortaokulu ( ) Anadolu Lisesi ( ) Açık Öğretim Lisesi

( ) Açık Öğretim Ortaokul ( ) Fen Lisesi ( ) İmam Hatip Lisesi ( ) Meslek Lisesi

## EK-2. Gönüllülük ve Veli İzin Formu

### KATILIMCILAR İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR VE VELİ İZİN FORMU

Değerli katılımcı; sizi **Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu'ndan** izni alınan ve **Dr. Öğr. Üyesi Özgür Osman DEMİR** danışmanlığında **Yüksek Lisans Öğrencisi Rıdvan SANSUR** tarafından yürütülen "**ÇEVİRİM İÇİ OYUN OYNAYAN ERGENLERİN AKIŞ YAŞANTILARININ İNCELENMESİ**" başlıklı araştırmaya katılmaya davet ediyoruz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahiptir. Bu çalışmaya katılmanız için sizden herhangi bir ücret istenmeyecektir. Çalışmaya katıldığınız için size bir ödeme yapılmayacaktır. Çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır.

<b>Araştırmanın Amacı</b>	Bu araştırmanın amacı son dönemde özellikle gençlerin gündeminde olan, üzerine çokça tartışılan çevrim içi oyunların özelliklerini, akış kuramının bileşenleri üzerinden açıklamaya çalışmaktır. Akış Kuramı bireyin bir davranışta bulunurken hangi durumlarda mutlu olduğunu, davranışı tekrar gerçekleştirme motivasyonunu nasıl kazandığını anlamamıza yardımcı olur. Bu araştırma çevrim içi oyunların olumlu veya olumsuz yanlarını ortaya koymak veya tartışmak amacıyla yazılmamıştır. Araştırmanın amacı dijital oyunları çekici kılan öğelerin ne olduğunu anlamaya çalışmak, 13 – 18 yaş arasındaki ergenlerin oyun oynarken yaşadıkları deneyimleri, akış kuramının boyutları ile değerlendirmek ve ileride yapılabilecek çalışmalara ışık tutmaktır.
<b>Araştırmanın Yapılacağı Yerler</b>	Gaziantep ili Şahinbey ve Şehitkamil ilçeleri
<b>Görüntü ve/veya ses kaydı alınacak mı?</b>	Ses kaydı alınacaktır.

#### KATILIMCI BEYANI

Yukarıda amacı ve içeriği belirtilen bu araştırma ile ilgili bilgiler tarafıma aktarıldı. Bu bilgilerden sonra araştırmaya katılımcı olarak davet edildim. Bu çalışmaya katılmayı kabul ettiğim takdirde gerek araştırma yürütülürken gerekse yayımlandığında kimliğimin gizli tutulacağı konusunda güvence aldım. Bana ait verilerin kullanımına izin veriyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin dikkatle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırmanın yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden çekilebilirim. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana herhangi bir ödeme yapılamayacaktır. Araştırma ile ilgili bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Bu çalışmaya hiçbir baskı altında kalmadan kendi bireysel onayım ile katılıyorum.

#### Katılımcı

Adı ve Soyadı	Tarih ve İmza

#### Velayet veya Vesayet Altındaki Katılımcılar için Veli/Vası

Adı ve Soyadı	Tarih ve İmza

### EK-3. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

#### GÖRÜŞME SORULARI

1. Oyuna hazırlık aşamasında, oyun sırasında ve sonrasında nasıl hissediyorsun, aklından neler geçiyor?
2. Oyun oynarken ne kadar mutlu hissediyorsun? Bu mutluluğun kaynağı sence nedir?
3. Oyunun zorluk seviyesinin ne düzeyde olması oyunu daha eğlenceli kılar? Çok basit veya beceremediğin bir oyunu oynarken ne hissedersin? **(BECERİ GEREKTİREN ZORLU BİR AKTİVİTE)**
4. Oyun oynarken çevrende olup bitenin ne derece farkında olursun? Tam olarak o anda, sen ve oyun dışında kalan her şey senin için ne anlam ifade eder ? **(EYLEM VE FARKINDALIĞIN KAYNAŞMASI)**
5. Görevli oyunlar ve görevi olmayan oyunları karşılaştırdığında, sana hangisi daha keyif verir? Bunu sağlayan şeyler nelerdir? **(NET HEDEFLER VE GERİ BİLDİRİM)**
6. Oyun oynarken, oyuncuların yazılı veya sesli olarak senin hakkında bir şeyler söylemesi, yorum yapması senin için ne kadar önemlidir? Neden? **(NET HEDEFLER VE GERİ BİLDİRİM)**
7. Oyunun tam ortasında olduğunu düşün. O an aklından neler geçiyor? **(ELDEKİ GÖREVE ODAKLANMAK)**
8. Oyun oynarken kontrolün ne kadar sende olduğunu düşünüyorsun? Sence oyun mu seni kontrol ediyor, sen mi oyunu kontrol ediyorsun? **(KONTROL PARADOKSU)**
9. Oyun oynarken sence dışarıdan nasıl görünüyorsun? Oyun oynadığın anda odaya birisinin geldiğini düşün. O anda senin ile ilgili gözlemleri sence neler olur? **(ÖZ FARKINDALIĞIN KAYBI)**
10. Tamamen müsait olduğun bir günde saat 12'de oyun oynamaya başladığını düşün. Oyunu kendi isteğinle bitirene kadar oynadın. Saate bakmadan ne kadar süredir oyun oynadığına dair bir tahminde bulundun. Sence, tahminin ve gerçek zaman arasında nasıl bir fark olur? **(ZAMANIN DÖNÜŞÜMÜ)**
11. Boş olduğun bir vakitte birçok farklı alternatif varken, neden oyun oynamayı tercih edersin? Seni oyun oynamaya yönelten durumlar nelerdir? **(OTOTELİK DENEYİM)**

4. Hangi oyun türlerini oynuyorsunuz? (Birden fazla oyun türü seçebilirsiniz. En fazla oynadığınız tür için parantez içine 1 yazınız, daha sonra 2,3,4.. yazarak derecelendiriniz.)

( ) BATTLE ROYAL (Hayatta Kalma Oyunları) : PUBG, Fortnite..

( ) MOBA (Çok Oyunculu Savaş Arenası Oyunları): League of Legends, Dota..

( ) FPS (Birinci Şahıs Nişancı Oyunları) : CS:GO, Call of Duty, Battlefield..

( ) RTS (Gerçek Zamanlı Strateji Oyunları) : Age Of Empires, Warcraft, Northgard...

( ) MMORPG (Çok Oyunculu Rol Yapma Oyunları) : Destiny, Eve Online, Black Desert...

( ) FİGHTER (Dövüş Oyunları) : Tekken, Real Boxing...

( ) SPOR : FIFA, NBA..

( ) Diğer :

5. Ne kadar süredir çevrim içi oyunlar oynuyorsunuz?

..... yıl

6. Oyunlar için para harcıyor musunuz? ( ) Evet, harcarım. ( ) Hayır, harcamam.

7. Oyun oynarken daha çok hangi araçları kullanıyorsunuz ? (Birden fazla aracı seçebilirsiniz. En fazla kullandığınız araç için parantez içine 1 yazınız, daha sonra 2,3,4.. yazarak derecelendiriniz.)

( ) Telefon

( ) Tablet

( ) Bilgisayar

8. Oyun oynarken daha çok hangi mekanları tercih edersiniz? (Birden fazla mekanı seçebilirsiniz. En fazla oyun oynadığınız mekan için parantez içine 1 yazınız, daha sonra 2,3,4.. yazarak derecelendiriniz.)

( )Ev

( )Oyun Salonu

( )Okul

( )Diğer .....

9. Daha çok kimlerle oyun oynarsınız? (Birden fazla kişiyi seçebilirsiniz. En fazla oyun oynadığınız kişi için parantez içine 1 yazınız, daha sonra 2,3,4.. yazarak derecelendiriniz.)

( ) Okul Arkadaşı

( )Akraba

( ) Mahalle Arkadaşı

( ) Diğer Tanıdık

( ) Oyunda Tanıştığım Kişiler

( ) Diğer.....