

Araştırma Makalesi ♦ Research Article

Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ile İletişim Becerilerinin Okul Bağlılığı ile İlişkisi

The Relationship Between Digital Game Addiction and Communication Skills with School Engagement in Adolescents

Duygu YIKILMAZ¹¹MEB, duyguoguz20@gmail.com, ORCID: 0009-0008-3697-1163

MAKALE BİLGİSİ

Anahtar Kelimeler:

Ergenlik Dönemi
Dijital Oyun Bağımlılığı
İletişim Becerileri
Okul Bağlılığı

ÖZ

Bu araştırma, ergenlik dönemindeki bireylerde dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve okul bağlılığı arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Gelişimsel açıdan kritik bir dönem olan ergenlikte dijital oyunlara aşırı yönelimin, bireylerin sosyal ilişkilerinde ve akademik yaşamlarında çeşitli sorunlara yol açtığı bilinmektedir. Bu bağlamda çalışmada, dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri ve okul bağlılığı arasındaki ilişkilerin yönü ve düzeyi ortaya konulmuştur. Araştırma, ilişkisel tarama modeli ile desenlenmiş olup, çalışma grubunu 2024–2025 eğitim öğretim yılında Türkiye'nin batısındaki bir büyükşehirde yer alan devlet okullarında öğrenim gören 384 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ve Okul Bağlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Veriler, SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiş; betimsel istatistiklerin yanı sıra Pearson korelasyon ve çoklu regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Bulgular, dijital oyun bağımlılığı arttıkça hem iletişim becerilerinde hem de okul bağlılığında anlamlı bir azalma yaşandığını ortaya koymuştur. Ayrıca iletişim becerileri ile okul bağlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının sadece bireysel bir problem değil, aynı zamanda sosyal ve eğitimsel bir risk faktörü olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, eğitim kurumlarında iletişim temelli sosyal beceri programlarının ve dijital okuryazarlık çalışmalarının güçlendirilmesi önerilmektedir.

ARTICLE INFO

Keywords:

Adolescence
Digital Game Addiction
Communication Skills
School Engagement

ABSTRACT

This study aims to examine the relationships between digital game addiction, communication skills, and school engagement in adolescents. Adolescence is a critical developmental period during which excessive engagement with digital games can lead to various social, emotional, and academic problems. In this context, the study investigates the direction and strength of the associations between digital game addiction, communication competence, and students' level of attachment to school. The research was designed using the relational survey model, a quantitative research method. The study group consisted of 384 students enrolled in public middle and high schools in a metropolitan city in western Turkey during the 2024–2025 academic year. Data were collected using a Personal Information Form, the Digital Game Addiction Scale, the Communication Skills Assessment Scale, and the School Engagement Scale. The data were analyzed using SPSS 22.0 software, employing descriptive statistics, Pearson correlation analysis, and multiple regression analysis. The findings revealed that as the level of digital game addiction increased, both communication skills and school engagement significantly decreased. Moreover, a positive and significant correlation was found between communication skills and school engagement. These results suggest that digital game addiction is not only an individual concern but also a significant social and educational risk factor. Accordingly, it is recommended that schools implement comprehensive communication-based social skills training programs and promote digital literacy awareness in order to mitigate the potential negative effects of digital gaming habits on adolescents' development and academic integration.

1 GİRİŞ

Oyun, tarih boyunca insan yaşamının ayrılmaz bir parçası olmuş, hem bireysel gelişimi hem de toplumsal sosyalleşmeyi destekleyen bir etkinlik olarak değerlendirilmiştir. Johan Huizinga (1938), Homo Ludens adlı eserinde oyunu, kültürün temel bir yapıtaşı olarak tanımlar ve insanlığın oyun yoluyla öğrenme, yaratma ve etkileşim kurma süreçlerini şekillendirdiğini öne sürer. Tarihsel olarak, oyunlar toplulukların sosyal yapısını, ritüellerini ve kültürel kodlarını da yansıtan bir araç olmuştur. Geleneksel oyunlar zamanla yerini dijital oyunlara bırakmıştır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte fiziksel alanlarda oynanan oyunlar, dijital ortamlara taşınmış ve bu durum özellikle çocuklar ve ergenler için yeni sosyal ve psikolojik gerçeklikler yaratmıştır.

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyun oynama davranışı üzerinde kontrolünü kaybetmesi, bu etkinliğe aşırı zaman ayırması ve bu durumun akademik, sosyal ya da psikolojik işlevselliğini olumsuz etkilemesi olarak tanımlanır (American Psychiatric Association, 2013). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından da "Gaming Disorder" (Oyun Bozukluğu) olarak sınıflandırılmış ve dijital oyunların kompulsif şekilde kullanımı, önemli işlev alanlarında bozulmalara yol açtığında tanı ölçütü olarak kabul edilmiştir. Türkiye özelinde yapılan araştırmalarda ergenlerin %25'inden fazlasında dijital oyun bağımlılığı riski tespit edilmiştir. Özellikle çevrimiçi çok oyunculu oyunlar (MMORPG, MOBA vb.) bağımlılık düzeyini artırmaktadır (Dinç, 2023; Yayman, 2019).

Ergenlik, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçiş yaptığı, psikolojik ve sosyal gelişimin hızlandığı kritik bir dönemdir. Bu dönemde bireyler kimlik arayışına girerken, akran ilişkileri, okul ortamı ve dijital medya gibi unsurlar sosyal gelişim üzerinde belirleyici rol oynar (Savcı & Aysan, 2017). Ergenlerin sosyal kabul görme ihtiyacı ve benlik sunumu, onları dijital dünyaya daha bağımlı hale getirebilir. İletişim becerileri ise bu süreçte bireyin sağlıklı ilişkiler kurmasını, çatışmaları yönetmesini ve empati geliştirmesini sağlar. Zayıf iletişim becerileri, hem dijital bağımlılığa yatkınlığı artırabilir hem de okul ortamına uyumu zorlaştırabilir.

Son yıllarda dijital oyun bağımlılığı, sadece bireysel bir sorun değil, aynı zamanda eğitim sistemini ve okul bağımlılığını etkileyen önemli bir toplumsal mesele haline gelmiştir. Özellikle ergenlik çağındaki bireylerin dijital oyunlara kontrolsüz şekilde yönelmesi, okul ortamındaki katılım düzeylerini, öğretmen-öğrenci ilişkilerini ve akademik başarıyı olumsuz etkilemektedir (Tonga, 2024). Bu bağlamda, dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerilerinin, öğrencilerin okula bağlılık düzeyi üzerindeki etkisinin ortaya konması önemlidir.

Bu çalışmanın temel amacı, ortaokul ve lise kademesindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerilerinin, okul bağımlılığı üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu kapsamda aşağıdaki alt amaçlara ulaşılması hedeflenmektedir:

- Dijital oyun bağımlılığı ile okul bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemek
- İletişim becerilerinin okul bağımlılığı üzerindeki etkisini değerlendirmek
- Dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek
- Bu değişkenlerin okul bağımlılığının alt boyutları (duygusal, davranışsal, bilişsel) üzerindeki etkilerini analiz etmek

Okul bağımlılığı, öğrencinin okul ortamında kendini güvende ve ait hissetmesiyle ilişkilidir. Akademik başarı, sosyal gelişim ve psikolojik iyi oluş bu bağlılıktan doğrudan etkilenir. Özellikle COVID-19 pandemisi sonrası dijitalleşen yaşam tarzı, dijital oyunların çocuklar ve gençler üzerindeki etkisini daha görünür hale getirmiştir (Ektiricioğlu et al., 2020).

Bu bağlamda bu araştırma;

- Rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimlerinin risk faktörlerini belirlemesine katkı sağlar,
- Önleyici eğitim programlarının geliştirilmesine temel oluşturur,
- Literatürde az çalışılmış olan "okul bağımlılığı – dijital bağımlılık" ilişkisini derinleştirir,
- Eğitim politikaları açısından uygulamalı sonuçlar üretir.

2 KURAMSAL TEMELLER

2.1. Bağımlılık Kuramları

Davranışsal Bağımlılık ve DSM Kriterleri Çerçevesinde Değerlendirme

Bağımlılık kavramı tarihsel olarak daha çok madde kullanımına atıfla ele alınmışken, son yıllarda teknolojik gelişmelerin etkisiyle ortaya çıkan yeni bağımlılık türleri — özellikle davranışsal bağımlılıklar — psikoloji literatüründe belirgin şekilde yer bulmaya başlamıştır. Davranışsal bağımlılık, bireyin herhangi bir nesne veya madde kullanımına dayanmadan, bir davranışa karşı kontrolünü yitirmesi ve bu davranışı aşırı, tekrarlayıcı ve işlevselliği bozacak düzeyde gerçekleştirmesiyle tanımlanır (Karadere & Okumuş, 2018).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayımlanan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders'ın beşinci baskısında (DSM-5), ilk kez "Internet Gaming Disorder" (İnternet Oyun Oynama Bozukluğu) kavramsallaştırılmış ve daha fazla araştırılması gereken bir durum olarak sınıflandırılmıştır. DSM-5'e göre dijital oyun oynama bozukluğu, bireyin oyun oynama davranışı üzerinde denetimini yitirmesi, bu davranışın öncelik kazanması ve bireyin işlevselliğinde belirgin bozulmalar oluşturması ile karakterizedir (APA, 2013).

DSM-5 tarafından önerilen tanı kriterleri şunlardır (Irmak & Erdoğan, 2016):

- Oyunla aşırı zihinsel meşguliyet
- Oynama süresini kontrol edememe
- Oynanmadığında huzursuzluk ve tahammülsüzlük
- Daha uzun süreler oynama arzusu
- Diğer etkinlikleri ihmal etme
- Aile, sosyal ve akademik işlevlerde bozulma
- Oynamaya devam etmek için yalan söyleme
- Oyun oynama nedeniyle ilişkilerin zarar görmesi
- Olumsuz duyguları azaltmak için oyun oynama

Bu kriterlerden en az beşinin son 12 ay içerisinde gözlemlenmesi tanı açısından önemlidir.

Davranışsal bağımlılıkların altında yatan psikolojik süreçler, klasik koşullanma ve ödül-bağımlılık mekanizmaları ile açıklanabilir. Özellikle dopamin sisteminin rolü, dijital oyunların bağımlılık yapıcı potansiyelini anlamada kritik öneme sahiptir. Oyunlar sırasında alınan sanal ödüller, bireyin beyninde dopamin salınımını artırmakta ve bu durum "ödül döngüsü"nü pekiştirmektedir (Güleç, 2020). Oyun sırasında başarı elde etme, seviye atlama veya akranlar tarafından takdir edilme gibi deneyimler, oyuncunun motivasyonunu ve oyuna olan bağlılığını artırmaktadır.

Öte yandan, oyunların yapısal özellikleri de bağımlılık davranışını pekiştirmektedir. Sürekli yenilenen görevler, rastlantısal ödül sistemleri, çok oyunculu etkileşimli yapılar ve sosyal kimlik inşası gibi unsurlar dijital oyunları klasik bağımlılıklardan ayıran temel özelliklerdendir (Aral & Keskin, 2021). Özellikle çevrimiçi çok oyunculu oyunlarda (MMORPG, MOBA) bireyin sosyal etkileşimleri sanal ortama kaymakta, bu da oyun oynama davranışını günlük yaşamın merkezine yerleştirmektedir.

Dijital Oyun Bağımlılığının Belirtileri

Yaygın olarak kabul gören belirtiler arasında şunlar yer almaktadır:

- Zaman kavramının yitilmesi
- Uyku düzeninde bozulma
- Ders başarısında düşüş
- Sosyal geri çekilme ve izolasyon
- Aile içi çatışmalar

- Fiziksel rahatsızlıklar (göz yorgunluğu, baş ağrısı, duruş bozuklukları)

Akyol ve Sumbas (2024) tarafından geliştirilen "Dijital Oyun Rahatsızlığı Ölçeği", bu tür davranışsal göstergelerin ölçülmesinde kullanılan güncel araçlardan biridir. Araştırma sonuçlarına göre özellikle 13-17 yaş aralığındaki bireylerde bu belirtiler yoğun olarak gözlemlenmektedir.

Dijital Oyun Bağımlılığının Nedenleri

Dijital oyun bağımlılığı, sadece bireysel zafiyetlerin sonucu olarak değil; aynı zamanda çevresel, sosyal ve kültürel etkenlerin bir bileşkesi olarak da ortaya çıkmaktadır. Budak (2020), çocukluk döneminden itibaren ebeveynlerin dijital medya kullanımına yönelik tutumlarının, çocukların oyun davranışlarını belirlediğini vurgulamıştır. Aşırı denetim eksikliği, sınırsız ekran erişimi ve rol model eksikliği dijital oyun bağımlılığını artıran faktörler arasında yer alır. Acar (2024) ise bağımlılık davranışının oluşumunda bireysel psikolojik faktörlerin özellikle düşük benlik saygısı, depresyon ve sosyal kaygı düzeylerinin belirleyici rol oynadığını belirtmektedir. Bunun yanı sıra pandemi sonrası dönemde dijital cihaz kullanımının artması, oyun bağımlılığı oranlarında gözle görülür bir artışa yol açmıştır. Harmancı ve Demirdil (2024), davranışsal bağımlılıkların çoğunlukla fark edilmeden geliştiğini ve müdahale edilmediği takdirde zamanla akademik ve sosyal uyumda ciddi bozulmalara yol açtığını ifade etmektedir.

Davranışsal Bağımlılığın Okula Bağlılıkla Etkileşimi

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin sadece boş zaman aktivitelerini değil; aynı zamanda okul ile olan duygusal, bilişsel ve davranışsal bağını da etkileyebilir. Oyun bağımlılığı olan öğrencilerde okul motivasyonu düşmekte, derslere karşı ilgisizlik gelişmekte ve sınıf içi katılım azalabilmektedir (Yıldıran, 2024). Ayrıca bu bireyler genellikle arkadaş ilişkilerinde kopukluk yaşamakta ve öğretmenleriyle iletişim sorunları yaşamaktadır. Bu bağlamda dijital oyun bağımlılığı, doğrudan ve dolaylı yollarla okul bağlılığını olumsuz yönde etkileyen önemli bir risk faktörü olarak değerlendirilebilir.

2.2. Okul Bağlılığı Kuramı

Okul Bağlılığına Kuramsal Yaklaşım

Okul bağlılığı, bireyin okula yönelik bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerinin bütüncül bir ifadesi olarak tanımlanır (Okur, Danacı & Totan, 2022). Öğrencinin sadece derse katılımı değil, okula ait hissetmesi, akademik hedeflere değer vermesi ve okul topluluğu ile bütünleşmesi bu bağlılık biçimini oluşturan temel unsurlardır. Bağlılık kavramı, eğitimde motivasyonel kuramlar, öz-yeterlik kuramı ve öz-determinasyon kuramı gibi çok sayıda psikolojik yaklaşımla ilişkilendirilmiştir. Özellikle Fredricks, Blumenfeld ve Paris (2004) tarafından geliştirilen üç boyutlu model, okul bağlılığı kavramını açıklamada temel çerçevelerden biri haline gelmiştir. Bu modele göre bağlılık; davranışsal, duygusal ve bilişsel olmak üzere üç temel bileşenden oluşur. Bu üç boyut birbirinden ayrı işlevler taşısa da çoğunlukla iç içe geçerek bireyin okula yönelik genel bağlılık düzeyini belirler.

Davranışsal Bağlılık

Davranışsal bağlılık; öğrencinin okul kurallarına uyması, derslere katılımı, sınıf içi etkinliklerde bulunması, ders dışı sosyal ya da akademik faaliyetlere gönüllü olarak katılımı gibi somut davranışları içerir (Karakurt, 2022). Bu bağlılık türü, öğrencinin okulda fiziksel varlığını ve aktif katılımını temel alır. Yüksek davranışsal bağlılık düzeyine sahip öğrenciler; devamsızlık yapmaz, ödevlerini zamanında teslim eder, ders içinde öğretmenle etkileşime girer ve kulüp ya da sosyal etkinliklerde yer alır. Açılan (2020), lise öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, davranışsal bağlılık düzeyi yüksek olan bireylerin akademik başarılarının da anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmektedir.

Duygusal Bağlılık

Duygusal bağlılık, öğrencinin okula yönelik hislerini ve okul ortamıyla kurduğu duygusal bağı tanımlar. Aidiyet hissi, öğretmen ve arkadaş ilişkilerine duyulan güven, okulun öğrenci üzerindeki psikolojik etkisi gibi faktörler bu boyutu şekillendirir (Alparslan, 2016). Duygusal olarak okula bağlı öğrenciler, okulda kendilerini değerli, güvende ve desteklenmiş hisseder. Okul ortamında yaşanan olumsuz deneyimler, dışlanma, akran zorbalığı ya da öğretmen desteği eksikliği, duygusal bağlılıkta ciddi düşüşlere neden olabilir. Turgut (2015), öğrencinin okula yönelik duygusal tutumlarının büyük oranda aileden alınan sosyal destek ve öğretmenle kurulan ilişki kalitesi ile şekillendiğini ifade etmektedir.

Bilişsel Bağlılık

Bilişsel bağlılık, öğrencinin öğrenmeye ve okul ortamına yönelik zihinsel yatırımını ifade eder. Öğrencinin okulun sunduğu bilgiye ve eğitime değer vermesi, öğrenme sürecine anlam atfetmesi ve akademik hedeflerine içsel olarak motive olması bu boyutla ilgilidir (Yener & Mevsim, 2024). Bu tür bağlılık, eleştirel düşünme, problem çözme ve içsel motivasyon ile doğrudan ilişkilidir. Bilişsel bağlılığı yüksek olan öğrenciler öğrenme sürecinde aktif rol üstlenir, kendi öğrenmesini düzenler ve eğitim sürecini yaşam başarısının bir parçası olarak görür.

Okula Aidiyet ve Bağlılığın Önemi

Okula aidiyet, bireyin okul topluluğunun bir parçası olduğunu hissetmesi ve bu toplulukla özdeşleşmesidir. Aidiyet duygusu, bağlılık kavramının temel taşıdır ve duygusal bağlılıkla büyük oranda örtüşür. Okula aidiyet düzeyi yüksek olan öğrenciler, okulun kurumsal değerlerine saygı gösterir, kurallara uyar ve okul iklimine olumlu katkı sağlar (Pehlivan, 2020). Aidiyet duygusu eksik olan öğrencilerde, yalnızlık hissi, okuldan kaçma eğilimi, akademik ilgisizlik, disiplinsizlik ve okul bırakma oranlarının arttığı görülmektedir. Bu nedenle okula aidiyet, eğitim sisteminin sürdürülebilirliği açısından stratejik bir değişken olarak değerlendirilmektedir (Karakurt, 2022).

Okul Bağlılığının Sonuçları ve Eğitimsel Önemi

Okul bağlılığı, yalnızca akademik başarıyı değil, aynı zamanda öğrencinin ruhsal sağlığını, sosyal ilişkilerini ve gelecekteki yaşam doyumunu da etkileyen çok boyutlu bir yapıdır. Davranışsal, duygusal ve bilişsel bağlılığın yüksek olduğu durumlarda öğrencilerin sınıf içi uyumu, öğretmenle ilişkileri ve öğrenme çıktıları önemli ölçüde artış göstermektedir (Okur et al., 2022). Öte yandan, bağlılık düzeyi düşük olan bireylerde; akademik başarısızlık, okul terkleri, riskli davranışlar ve psikolojik sorunlar daha sık gözlemlenmektedir. Bu bağlamda okula bağlılık yalnızca bireysel değil, toplumsal refah açısından da kritik bir öneme sahiptir.

2.3. İletişim Becerileri ve Ergenlik

İletişim Becerilerinin Yapısı

İletişim, bireyler arasında bilgi, düşünce, duygu ve tutumların aktarım sürecidir. Sözlü, sözsüz ve yazılı olmak üzere çeşitli biçimleri bulunan iletişim, bireyin çevresiyle kurduğu ilişkilerin temelini oluşturur. İletişim becerileri; dinleme, empati kurma, kendini ifade etme, çatışma çözme ve beden dilini etkili kullanma gibi unsurları içerir. Bu beceriler bireyin sosyal yeterlilik ve duygusal zekâ gelişiminde belirleyici rol oynar (Uzamaz, 2000). Özellikle ergenlik döneminde iletişim becerilerinin gelişimi kritik önem taşır. Bu dönemde bireyler hem kimlik arayışında hem de sosyal ilişkilerini yeniden şekillendirme sürecindedir. Yetersiz iletişim becerileri, bireyin sosyal çevresinden dışlanmasına, kendine güven kaybına ve akademik başarıda düşüşe neden olabilir (Güleç, 2020).

Sosyal İlişkiler ve Okula Uyum

İletişim becerileri, bireyin sosyal ilişkiler kurabilmesi ve sürdürmesi açısından temel bir araçtır. Özellikle okul ortamı, ergenin hem akademik hem sosyal açıdan gelişim gösterdiği bir mikrokozmostur. Okula uyum, öğrencinin okulda kendini güvende ve ait hissetmesi, öğretmen ve akranlarıyla sağlıklı ilişkiler kurabilmesi anlamına gelir. Bu da doğrudan iletişim becerilerine bağlıdır (Atan, 2016). Araştırmalar, güçlü iletişim becerilerine sahip öğrencilerin okula daha hızlı adapte olduklarını, derslere katılım düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve öğretmen-öğrenci ilişkilerinde daha az çatışma yaşadıklarını göstermektedir (Köroğlu & Doğan, 2025). Ayrıca, duygularını açıkça ifade edebilen ve empati kurabilen öğrencilerin akran zorbalığına daha az maruz kaldığı belirlenmiştir. Sosyal duygusal öğrenme (SDL) becerilerinin gelişimi de bu süreçte önemlidir. SDL, bireyin kendi duygularını tanıması, başkalarının duygularını anlayabilmesi ve olumlu sosyal ilişkiler kurmasını sağlar. Ergenlerin sosyal duygusal öğrenme düzeyleri ile okula uyumları arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur (Köroğlu & Doğan, 2025).

Ergenlerde İletişim Eksikliğinin Etkileri

Ergenlik, bireyin fiziksel, duygusal ve sosyal birçok değişim yaşadığı, aynı zamanda kimlik oluşumunun temellerinin atıldığı kritik bir gelişim dönemidir. Bu dönemde etkili iletişim kuramayan bireylerde içe kapanma, agresyon, okuldan kaçma ve madde kullanımı gibi problem davranışların geliştiği gözlenmiştir (Özçelik & Şahin, 2016). İletişim eksikliği, özellikle aile içi ilişkilerde sorunlara yol açarak ergenin okul

başarısını ve genel yaşam doyumunu olumsuz etkileyebilir. Genç ve Adıgüzel (2020), ergenlik döneminde aile içi sağlıklı iletişimin çocuğun benlik saygısını ve sosyal destek algısını zayıflattığını, bunun da okul ortamına yabancılaşma ve aidiyet duygusunun azalmasıyla sonuçlandığını belirtmektedir. Bununla birlikte, ergenlik döneminde yaşanan iletişim eksikliklerinin dijital medya kullanımını artırdığı, bu durumun da sosyal becerilerde gerileme ve yalnızlık hissinde artışa yol açtığı ileri sürülmektedir (Yılmaz Sarkın, 2012). İletişim kurmakta zorlanan ergen bireylerin, çevrimiçi ortamlarda sosyal doyum arayışı içine girdiği, ancak bu ortamların yüz yüze ilişkilerle aynı sosyal gelişimi sağlamadığı vurgulanmaktadır.

Sosyal Dışlanma ve Akademik Sonuçlar

İletişim eksikliği yaşayan ergenlerde sosyal dışlanma eğilimi artmakta, bu da bireyin öz yeterlik algısını ve akademik motivasyonunu olumsuz etkileyebilmektedir. Bu bireylerin zamanla grup içi rolleri zayıflamakta, akran ilişkileri yüzeysel kalmakta ve okuldan soğuma gibi tepkiler gözlenmektedir (Cuma, 2020). Özellikle okul çağındaki gençler için iletişim becerilerindeki eksikliklerin okul terkine kadar varabilen sonuçları olabilir. Sosyal olarak dışlanan bir öğrenci, okul ortamını tehditkâr ve stresli olarak algılayabilir. Bu da okul fobisi, anksiyete bozukluğu veya davranış problemleri gibi psikolojik sorunlara zemin hazırlayabilir (Öngören & Aydemir, 2022).

İletişim Eğitiminin Önemi

Araştırmalar, iletişim becerilerinin öğretilabilir ve geliştirilebilir olduğunu ortaya koymuştur. Aile temelli ya da okul merkezli iletişim eğitim programlarıyla ergenlerin sosyal yeterlilikleri, öz güven düzeyleri ve akademik başarıları artırılabilir (Atan, 2016; Özkurt & Camadan, 2018). İletişim eğitimi aynı zamanda bireylerin çatışma çözme ve stresle baş etme becerilerini de geliştirmekte, böylece daha sağlıklı sosyal ilişkilerin temelleri atılmaktadır. Bu bağlamda okul rehberlik hizmetlerine büyük görev düşmektedir. Öğrencilerin iletişimsel beceriler açısından izlenmesi, ihtiyaç duyulan durumlarda bireysel veya grup temelli müdahale programları uygulanması önem arz eder.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın bilimsel çerçevesi çizilmiş; model, örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve analiz yöntemi detaylı olarak açıklanmıştır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak desenlenmiştir. İlişkisel tarama modeli, birden fazla değişken arasındaki ilişki düzeyini ve yönünü belirlemeye yönelik yöntemlerden biridir. Bu bağlamda çalışma; dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve okul bağlılığı arasındaki ilişkileri açıklamaya yönelik yordayıcı (prediktif) ilişkisel bir araştırma niteliği taşımaktadır.

Araştırmada bağımsız değişkenler dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerileri; bağımlı değişken ise okul bağlılığıdır. Araştırma deseni, nedensel karşılaştırmalı ve regresyon analizlerine uygun olarak yapılandırılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında Türkiye'nin batısındaki bir büyükşehirde yer alan devlet okullarında öğrenim gören ortaokul ve lise düzeyindeki öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem, basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş ve araştırmaya gönüllü olarak katılan N = 273 öğrenci verisine ulaşılmıştır. Örneklem grubunda yer alan öğrencilerin yaş aralığı 11-18 arasında değişmekte, cinsiyet dağılımı, sınıf düzeyi ve okul türüne göre dengeli bir dağılım göstermektedir. Katılımcıların demografik özellikleri kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir. Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine yönelik bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 1 Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklere Göre Dağılımı

Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	146	53,5
Erkek	127	46,5
Yaş		
12-13	140	51,3
14-15	48	17,6
16-17	85	31,1
Anne Baba Gelir Seviyesi		
Alt	24	8,8
Orta	228	83,5
Yüksek	21	7,7
Dijital Oyun Oynama Durumu		
Evet	194	71,1
Hayır	79	28,9
Günlük Dijital Oyun Oynama Süresi		
0-2 Saat	182	66,7
2-4 Saat	63	23,1
4 Saat Ve Üzeri	28	10,3
Ne Kadar Süredir Dijital Oyun Oynadığı		
1 Yıldan Az	107	39,2
1-3 Yıl Arası	82	30,0
3-5 Yıl Arası	41	15,0
5-7 Yıl Arası	43	15,8
Okulu Sevme Durumu		
Evet	179	65,6
Hayır	38	13,9
Fikrim Yok	56	20,5
Kendini Başarılı Görme		
Evet	164	60,1
Hayır	49	17,9
Fikrim Yok	60	22,0
En Çok Sevilen Öğretmenin Cinsiyeti		
Erkek	113	41,4
Kadın	160	58,6

Araştırmaya katılan toplam 273 öğrencinin tanımlayıcı özellikleri analiz edilmiştir. Cinsiyet dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %53,5'inin kız (n = 146) ve %46,5'inin erkek (n = 127) olduğu belirlenmiştir. Yaş gruplarına göre katılımcıların %51,3'ü 12-13 yaş aralığında, %17,6'sı 14-15 yaş arasında ve %31,1'i ise 16-17 yaş grubundadır. Bu durum, araştırmanın büyük ölçüde erken ve orta ergenlik dönemindeki bireyleri kapsadığını göstermektedir. Katılımcıların ailelerinin gelir düzeylerine bakıldığında, büyük çoğunluğun orta gelir grubuna (%83,5) mensup olduğu; düşük gelir grubuna ait öğrencilerin oranının %8,8, yüksek gelir grubuna ait olanların ise %7,7 olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, örneklemin sosyoekonomik açıdan homojen bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin dijital oyun oynama alışkanlıklarına ilişkin veriler incelendiğinde, %71,1'inin aktif olarak dijital oyun oynadığı, %28,9'unun ise oynamadığı belirlenmiştir. Günlük oyun oynama süresine ilişkin dağılımda, %66,7'sinin 0-2 saat, %23,1'inin 2-4 saat, %10,3'ünün ise 4 saat ve üzeri oyun oynadığı tespit edilmiştir. Oyun oynama süresi açısından %39,2'si 1 yıldan az, %30,0'i 1-3 yıl, %15,0'i 3-5 yıl ve %15,8'i ise 5-7 yıl arasında deneyime sahiptir. Katılımcıların okula yönelik tutumlarına bakıldığında, %65,6'sı okulu sevdiğini ifade ederken, %13,9'u sevmediğini ve %20,5'i kararsız olduğunu belirtmiştir. Kendini akademik olarak başarılı gören öğrencilerin oranı %60,1 iken, %17,9'u başarısız olduğunu, %22,0'si ise kararsız olduğunu bildirmiştir. Son

olarak, öğrencilerin en çok sevdikleri öğretmenin cinsiyetine yönelik dağılımda, %58,6'sı kadın öğretmeni, %41,4'ü ise erkek öğretmeni tercih ettiğini belirtmiştir.

Bu bulgular, çalışmaya katılan öğrencilerin dijital oyun alışkanlıkları, okul bağlılıkları ve iletişim ortamları açısından önemli yapısal ipuçları sunmakta olup, ilerleyen analizlerde değerlendirilecek değişkenlerle olan ilişkiler açısından zengin bir temel oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada dört temel veri toplama aracı kullanılmıştır:

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu form, öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, günlük dijital oyun oynama süresi, internet erişimi durumu ve ebeveyn kontrol düzeyine ilişkin soruları içermektedir. Bu form aracılığıyla örneklemin demografik yapısı belirlenmiştir.

3.3.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Bu çalışmada, Dilci & Toker (2019) tarafından geliştirilen Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 21 maddeden oluşmakta ve 5'li Likert tipi derecelendirme sistemine sahiptir (1 = "Hiçbir zaman" – 5 = "Her zaman"). Ölçek; "aşırı oynama", "duygusal boşluk", "sosyal yaşamdan kopuş" gibi alt boyutlardan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .89 olarak bildirilmiştir.

3.3.3. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği

Korkut (1996) tarafından geliştirilen bu ölçek, öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmeye yönelik 25 maddelik bir ölçektir. Ölçek, 5'li Likert tipindedir ve tek boyutludur. Ölçekte yüksek puan, bireyin etkili iletişim kurma becerisinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin orijinal çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Okul Bağlılığı Ölçeği

Araştırmada, Atik (2017) tarafından geliştirilen Okula Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 3 alt boyuttan oluşur: Davranışsal Bağlılık, Duygusal Bağlılık, ve Bilişsel Bağlılık. Toplam 24 madde içermektedir. 5'li Likert tipindedir. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .91'dir. Alt boyutların iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .85, .88 ve .86 olarak raporlanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması Süreci

Veri toplama süreci, araştırma kapsamında gönüllü olan okul yönetimlerinin onayı ve etik kurul izni doğrultusunda gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara, araştırmanın amacı, gizlilik ilkeleri ve veri kullanım koşulları hakkında bilgilendirme yapılmış, tüm katılımcılardan yazılı onam alınmıştır. Veriler, araştırmacı gözetiminde sınıf ortamında çevrimdışı (basılı formlar) olarak toplanmıştır. Anketlerin uygulanması yaklaşık 25–30 dakika sürmüştür. Eksik ve hatalı doldurulan formlar analiz dışı bırakılmıştır. Tüm veriler SPSS formatında kodlanmış ve analiz için hazır hale getirilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen nicel veriler, SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Öncelikle, katılımcılara ait demografik değişkenlerin tanımlanmasında frekans ve yüzde dağılımlarına yer verilmiş; ölçme araçlarından elde edilen puanların genel eğilimlerini belirlemek amacıyla aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Veri setinin parametrik testlere uygun olup olmadığını belirlemek için değişkenlerin normallik dağılımı analiz edilmiştir. Bu doğrultuda, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları incelenmiş ve söz konusu değerlerin, literatürde önerilen ± 1.5 (Tabachnick & Fidell, 2013) ile ± 2.0 (George & Mallery, 2010) aralıkları içerisinde yer aldığı tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda, analizlerde parametrik istatistiksel yöntemlerin kullanımına karar verilmiştir. Araştırma kapsamında değişkenler arasındaki ilişkilerin düzeyini ve yönünü belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca, dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerilerinin okul bağlılığı üzerindeki yordayıcı etkilerini belirlemek için doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

3 BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda katılımcıların dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve okul bağlılığı düzeylerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler ile değişkenler arasındaki ilişkileri ve yordayıcı analiz sonuçlarını içeren bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2 Dijital Oyun Bağımlılığı, İletişim Becerileri ve Okul Bağlılığı Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Maks.
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	273	13,245	5,039	7,000	35,000
İletişim Becerileri Toplam	273	69,517	14,349	17,000	100,000
Okul Bağlılığı Toplam	273	58,681	13,054	19,000	85,000
Davranışsal Bağlılık	273	22,300	4,806	8,000	30,000
Duygusal Bağlılık	273	16,678	5,417	5,000	25,000
Bilişsel Bağlılık	273	19,703	4,999	6,000	30,000

Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği toplam puan ortalaması $\bar{X} = 13.25$ ($SS = 5.04$) olup, minimum 7 ve maksimum 35 puan arasında değiştiği görülmektedir. Bu durum, katılımcıların büyük kısmının düşük ve orta düzeyde oyun bağımlılığı belirttileri gösterdiğini işaret etmektedir. İletişim Becerileri Ölçeği puan ortalaması ise $\bar{X} = 69.52$ ($SS = 14.35$) olup, ölçekten alınan puanlar 17 ile 100 arasında değişmektedir. Bu sonuç, öğrencilerin iletişim becerilerinin genel olarak orta-üst seviyede olduğunu göstermektedir. Okul Bağlılığı Ölçeği toplam puan ortalaması $\bar{X} = 58.68$ ($SS = 13.05$) olarak bulunmuştur. Alt boyutlara göre incelendiğinde; Davranışsal bağlılık ortalaması $\bar{X} = 22.30$, Duygusal bağlılık ortalaması $\bar{X} = 16.68$ ve Bilişsel bağlılık ortalaması $\bar{X} = 19.70$ olarak belirlenmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin okulla olan ilişkilerinde davranışsal boyutun daha ön planda olduğunu, duygusal bağlılık düzeylerinin görece daha düşük seyrettiğini göstermektedir. Elde edilen bu veriler, araştırma hipotezlerinin test edilmesine temel oluşturmakta ve katılımcıların ilgili değişkenlere ilişkin genel eğilimlerini ortaya koymaktadır.

Tablo 3 Dijital Oyun Bağımlılığı, İletişim Becerileri ve Okul Bağlılığı Puanları Arasında Korelasyon Analizi

		Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	İletişim Becerileri Toplam
Okul Bağlılığı Toplam	r	-0,291**	0,498**
	p	0,000	0,000
Davranışsal Bağlılık	r	-0,378**	0,452**
	p	0,000	0,000
Duygusal Bağlılık	r	-0,196**	0,392**
	p	0,001	0,000
Bilişsel Bağlılık	r	-0,184**	0,440**
	p	0,002	0,000

**<0,01; Pearson Korelasyon Analizi

Araştırmanın temel değişkenleri arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, dijital oyun bağımlılığı ile okul bağlılığı arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir ($r = -.291$, $p < .01$). Bu durum, dijital oyunlara yönelik bağımlılık düzeyinin arttıkça öğrencilerin okulla kurdukları bağın azaldığını göstermektedir. Okul bağlılığının alt boyutları incelendiğinde; dijital oyun bağımlılığı ile davranışsal bağlılık ($r = -.378$, $p < .01$), duygusal bağlılık ($r = -.196$, $p < .01$) ve bilişsel bağlılık ($r = -.184$, $p < .01$) arasında da negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Özellikle davranışsal bağlılıkla olan ilişkinin daha yüksek düzeyde olması dikkat çekicidir. Diğer yandan, iletişim becerileri ile okul bağlılığı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = .498$, $p < .01$). Bu bulgu, iletişim becerileri yüksek olan öğrencilerin okul ortamına daha fazla bağlılık gösterdiklerini ortaya koymaktadır. Alt boyutlar açısından; iletişim becerileri ile davranışsal bağlılık ($r = .452$, $p < .01$), duygusal bağlılık ($r = .392$, $p < .01$) ve bilişsel bağlılık ($r = .440$, $p < .01$) arasında da orta düzeyde pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının öğrencilerin okul yaşantılarına yönelik tutumlarını olumsuz etkileyebileceğini; öte yandan etkili iletişim becerilerinin okul bağlılığını artırabileceğini göstermektedir.

Tablo 4 Dijital Oyun Bağımlılığı ve İletişim Becerilerinin Okul Bağlılığı Üzerinde Yordayıcı Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	ß	t	p	F	Model (p)	R ²
Okul Bağlılığı Toplam	Sabit	36,321	8,598	0,000	52,613	0,000	0,275
	Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	-0,186	-3,510	0,001			
	İletişim Becerileri Toplam	0,455	8,569	0,000			
Davranışsal Bağlılık	Sabit	16,975	10,937	0,000	53,335	0,000	0,278
	Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	-0,289	-5,451	0,000			
	İletişim Becerileri Toplam	0,385	7,277	0,000			
Duygusal Bağlılık	Sabit	8,664	4,590	0,000	26,768	0,000	0,159
	Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	-0,112	-1,959	0,051			
	İletişim Becerileri Toplam	0,366	6,407	0,000			
Bilişsel Bağlılık	Sabit	10,681	6,266	0,000	33,956	0,000	0,195
	Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	-0,087	-1,564	0,119			
	İletişim Becerileri Toplam	0,420	7,512	0,000			
Lineer Regresyon Analizi							

Araştırmada, dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerilerinin okul bağlılığı üzerindeki yordayıcı gücünü belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, modelin anlamlı olduğunu göstermektedir ($F = 52.61$, $p < .001$) ve bağımsız değişkenlerin birlikte okul bağlılığındaki varyansın %27,5'ini açıkladığını ortaya koymaktadır ($R^2 = .275$).

Regresyon katsayıları incelendiğinde, dijital oyun bağımlılığı okul bağlılığını negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamakta ($\beta = -0.186$, $t = -3.510$, $p = .001$); buna karşılık, iletişim becerileri okul bağlılığını pozitif ve anlamlı bir biçimde yordamaktadır ($\beta = 0.455$, $t = 8.569$, $p < .001$). Bu durum, dijital oyunlara aşırı yönelimin öğrencilerin okula olan aidiyetlerini azalttığını; etkili iletişim becerilerinin ise okul bağlılığını güçlendirdiğini göstermektedir.

Alt boyutlar düzeyinde yapılan analizlerde; davranışsal bağlılık için model anlamlıdır ($F = 53.33$, $p < .001$, $R^2 = .278$) ve dijital oyun bağımlılığı bu boyutu negatif yönde yordarken ($\beta = -0.289$, $p < .001$), iletişim becerileri pozitif yönde anlamlı bir yordayıcıdır ($\beta = 0.385$, $p < .001$).

Duygusal bağlılık üzerinde ise model anlamlı bulunmuş ($F = 26.77$, $p < .001$, $R^2 = .159$) ve yalnızca iletişim becerileri anlamlı bir yordayıcı olarak öne çıkmıştır ($\beta = 0.366$, $p < .001$); dijital oyun bağımlılığı ise anlamlı bir etki göstermemiştir ($p = .051$).

Bilişsel bağlılık boyutu için elde edilen model de anlamlıdır ($F = 33.95$, $p < .001$, $R^2 = .195$); bu boyutta dijital oyun bağımlılığı anlamlı bir yordayıcı değildir ($p = .119$), ancak iletişim becerileri güçlü ve pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta = 0.420$, $p < .001$).

Bu bulgular, genel olarak dijital oyun bağımlılığının özellikle davranışsal okul bağlılığı üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu, iletişim becerilerinin ise tüm bağlılık boyutlarında pozitif bir rol oynadığını göstermektedir.

4 TARTIŞMA SONUÇ

Bu çalışmada, ergen bireylerde dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin iletişim becerileri ve okul bağlılığı ile ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgular, dijital oyun bağımlılığı düzeyinin arttıkça iletişim becerilerinde ve okul bağlılığında anlamlı bir düşüş yaşandığını ortaya koymuştur. Bu bulgu, dijital oyun bağımlılığının bireyin sosyal, akademik ve duygusal gelişimi üzerinde çok yönlü olumsuz etkiler yarattığını desteklemektedir.

Araştırma bulgularına göre dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bu durum, dijital oyunlara aşırı derecede zaman ayıran bireylerin yüz yüze sosyal etkileşimlerden uzaklaştığını ve temel iletişim becerilerinde yetersizlikler yaşadığını göstermektedir. Ateş ve Eryılmaz (2020) çalışmalarında, ergenlerin dijital oyun bağımlılığı düzeyi yükseldikçe sosyal etkileşimden kaçınma ve içe kapanma eğilimlerinin arttığını vurgulamışlardır. İletişim, bireyin sosyal çevresiyle kurduğu dilsel, sözel olmayan ve duygusal mesaj alışverişinin temelini oluşturur. Ancak dijital oyunlar, genellikle tek taraflı bir etkileşim ortamı sunmakta ve bu durum, empati kurma, duyguları ifade

etme ve çatışmaları çözme gibi becerilerin gelişmesini sınırlamaktadır (Şahan, 2022). Özellikle ergenlik döneminde iletişim becerilerinin zayıflığı, sosyal izolasyon, aile içi çatışmalar ve akran ilişkilerinde bozulmalar gibi riskleri artırabilir (Şimşek, 2021). Bu bulgu, iletişim becerileri zayıf olan bireylerin dijital oyunlara bir kaçış mekanizması olarak yönelme ihtimalini artırdığına işaret etmektedir.

Araştırma kapsamında dijital oyun bağımlılığı ile okul bağlılığı arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, Bütüner ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan benzer çalışmalardaki sonuçlarla örtüşmektedir. Özellikle akademik motivasyonu düşük olan bireylerde dijital oyun bağımlılığı daha yaygın görülmektedir. Okul bağlılığı, öğrencinin okula karşı hissettiği aidiyet duygusu, okul ortamına katılımı ve okulun kurallarına gönüllü olarak uyum sağlaması gibi çok boyutlu bir yapı taşır (Tosun, 2022). Ancak dijital oyunlara bağımlı hale gelen öğrencilerde bu boyutların her birinde azalma görülmektedir. Aşırı oyun oynama alışkanlığı, öğrencilerin dikkat sürelerini kısaltmakta, akademik başarılarını düşürmekte ve öğrenme motivasyonlarını olumsuz etkilemektedir (Ayyıldız, 2021). Özellikle ergenlik döneminde okuldan uzaklaşma, disiplinsizlik ve okul devamsızlığı gibi davranışsal sorunların altında sıklıkla oyun bağımlılığına bağlı akademik ilgisizlik yatmaktadır (Söyler, 2019). Bu nedenle, eğitim kurumlarının yalnızca akademik başarıyı değil aynı zamanda dijital medya kullanımını da izlemeye yönelik politikalar geliştirmesi gerekmektedir.

Çalışmanın dikkat çeken bir diğer bulgusu, iletişim becerileri ile okul bağlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Bu sonuç, literatürde sıklıkla vurgulanan bir gerçeği teyit etmektedir: Etkili iletişim becerilerine sahip olan öğrenciler, öğretmenleriyle ve akranlarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurmakta, bu da okul ortamında kendilerini daha bağlı ve güvende hissetmelerine neden olmaktadır (Keskin, 2019). Güçlü iletişim becerileri, öğrencinin öğrenme süreçlerine aktif katılımını kolaylaştırmakta ve aidiyet hissini artırmaktadır (Şimşek, 2021). Bu durum aynı zamanda öğrenci memnuniyetini ve akademik başarıyı da olumlu yönde etkilemektedir. Özellikle duygusal ifade, empati kurma ve açık iletişim gibi alt beceriler, sınıf içi etkileşimlerin kalitesini belirlemekte ve öğrencilerin okula olan olumlu tutumlarını artırmaktadır (Bütüner, 2022). Bu nedenle, okullarda sosyal beceri eğitimlerine, rehberlik programlarına ve grup çalışmalarına daha fazla yer verilmesi önerilmektedir.

Çalışmanın sonuçları, literatürde yer alan mevcut araştırmalarla genel anlamda tutarlılık göstermektedir. Özellikle dijital oyun bağımlılığının bireyin sosyal yaşamını ve akademik başarılarını olumsuz etkilediğine dair kanıtlar, bu çalışmada da desteklenmiştir (Irmak & Erdoğan, 2016; Yıldırım, 2024). Bununla birlikte, bu araştırma dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve okul bağlılığı arasındaki etkileşimi aynı modelde ele alarak literatüre özgün bir katkı sunmaktadır. Ayrıca, verilerin ergen bireylerden toplanmış olması, gelişimsel açıdan kritik bir dönemin analiz edilmesine olanak tanımıştır.

KAYNAKÇA

- Acar, N. (2024). Sosyal medya bağımlılığı: Kökenleri, tanı kriterleri ve tedavi teknikleri. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 14(1), 57–72.
- Açıkgöz, K. Ü. (2020). *Etkili Öğretim Yöntemleri* (11. baskı). Kanyılmaz Yayıncılık.
- Açılan, B. H. (2020). Öğretmen yakınlık davranışlarının öğrencilerin okula bağlılık düzeylerine etkisi: Lise ve ortaokul karşılaştırması. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi*.
- Akgül, A., & Çevik, O. (2022). *SPSS kullanarak istatistiksel analiz teknikleri*. Beşir Kitabevi.
- Akyol, C. Ç., & Sumbas, E. (2024). Ergenler için dijital oyun rahatsızlığı ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 23–39.
- Alparslan, N. (2016). Anne babası boşanmış ergenlerin benlik saygısı ve okula bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi*.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Aral, N., & Keskin, A. D. (2021). Oyun bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 75–93.

- Atan, A. (2016). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının ebeveynlerin iletişim becerilerine, çift uyumuna, evlilik doyumuna ve 5-6 yaş çocuklarının sosyal duygusal becerilerine etkisi [Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi].
- Ateş, S., & Eryılmaz, A. (2020). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığının öznel iyi oluş ve gelecek beklentileriyle ilişkisi. VI. TURKCESS Kongresi Bildiri Kitabı, 461-482.
- Atik, G. (2017). Okula bağlılık ölçeği: Türkçeye uyarlama çalışması. Eğitim ve Bilim, 42(192), 83-97.
- Ayyıldız, D. (2021). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, davranışsal-duygusal sorunlar ve olumsuz bilişsel hatalar arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi.
- Budak, K. S. (2020). Okul öncesi dönem çocukları için dijital oyun bağımlılık eğilimi ölçeğinin ve dijital oyun ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. Pamukkale Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Bütüner, R., Bütüner, N., & Bütüner, M. (2022). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı konusunda yapılan araştırmaların incelenmesi. Journal of Information Systems and Management Research, 4(2), 111-135.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2020). Bilimsel araştırma yöntemleri (28. baskı). Pegem Akademi.
- Cuma, Y. (2020). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi].
- Dilci, T., & Toker, S. (2019). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği geliştirme çalışması. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 6(3), 601-622.
- Dinç, S. Y. (2023). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının, sosyal uyum ve okula bağlılık üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi. Bağımlılık Dergisi, 24(1), 1-18.
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H., & Yüksel, R. (2020). Ergenlerde çağın hastalığı: Teknoloji bağımlılığı. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 29(4), 432-446.
- Genç, Y., & Adıgüzel, Y. (2020). Aile içi iletişim sorunları ve ergenler üzerindeki psikososyal etkileri. Eğitimde Güncel Yaklaşımlar, 2(1), 107-125.
- Güleç, G. (2020). İnternet oyun oynama bozukluğu: Belirtileri ve tanısı. Davranışsal Bağımlılıklar Temel Başvuru Kitabı, 117-136.
- Harmancı, P., & Demirdil, Ö. Ü. G. (2024). Davranışsal bağımlılıklar: Bağımlılıktan bağımsızlığa doğru. ResearchGate Yayını.
- Huizinga, J. (1938). Homo Ludens: A study of the play element in culture. Routledge & Kegan Paul.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. Türk Psikiyatri Dergisi, 27(2), 134-145.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. Türk Psikiyatri Dergisi, 27(2), 134-145.
- Karadere, M. E., & Okumuş, B. (2018). DSM-5'e giremeyen tanılar: Kompulsif satın alma, misophonia, facebook kıskançlığı, pagofaji, siberkondria, internet bağımlılığı. DSM-5'in Yeni Kavramları Kitabı, 191-210.
- Karakurt, A. (2022). Ergenlerde akademik güdülenmenin yordanmasında okul bağlılığı ve öznel iyi oluş halinin rolü. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Keskin, B. (2019). Dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık ilişkisi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32(1), 59-82.
- Korkut, F. (1996). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeği. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(7), 18-23.
- Köroğlu, N. D., & Doğan, T. (2025). Ergenlerin okula uyumları ile sosyal duygusal öğrenme düzeyleri arasındaki ilişki. Journal of Infant, Child and Adolescent Psychology, 4(1), 21-34.

- Okur, S., Danacı, F. N., & Totan, T. (2022). Okula Bağlılığın Motivasyona Olan Etkisinde Sosyal ve Duygusal Öğrenmenin Düzenleyici Rolü. *Humanistic Perspective*, 4(2), 141–158.
- Öngören, B., & Aydemir, İ. (2022). Kurum bakımı altındaki ergenlerle iletişim. *Karya Journal of Health Science*, 2(2), 134–144.
- Özçelik, Ç.Ç., & Şahin, Ş. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(2), 105–118.
- Pallant, J. (2020). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using IBM SPSS*. Open University Press.
- Pehlivan, B. (2020). Okul iklimi algıları ile okula bağlılık ve akademik başarı arasındaki ilişki. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağlılık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı rolü. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 30(3), 230–239.
- Söyler, İ. (2019). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile okul bağıllığı ilişkisi. İstanbul Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Şahan, N. (2022). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının yordayıcıları. Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şimşek, İ. H. (2021). Ergenlerde oyun bağımlılığı ve aile yaşam doyumu ilişkisi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.
- Tavşancıl, E., & Aslan, E. A. (2021). İçerik analizi ve uygulama örnekleri (2. baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tonga, İ. (2024). Dijital oyun bağımlılığı ve okul bağıllığı arasındaki ilişki. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 11(1), 100–117.
- Tosun, A. B. (2022). Sosyal medya bağımlılığı ile okul bağıllığı arasındaki ilişki. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Programları.
- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağıllığı açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi.
- Uzamaz, U. F. (2000). Ergenlerde sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 45–61.
- Yayman, E. (2019). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve aile işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi].
- Yener, Ö., & Mevsim, E. (2024). Ergenlerde okul iklimi, ebeveyn ilişkileri ve sosyal-duygusal öğrenmenin okula bağlılık ile ilişkisi: Bir model testi. ResearchGate.
- Yıldıran, A. (2024). Lise dönemi öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı ile dürtüsellik ve şiddet eğilimi ilişkisi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz Sarkın, S. (2012). Çocuğa yönelik aile içi şiddetin ilköğretim 6., 7. ve 8. sınıf düzeyindeki öğrencilerin iletişim becerileri ve özgüven düzeylerine etkisi [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi].