

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri İle İletişim Becerileri Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Recep CENGİZ¹

Gökhan ÇAKIR²

Utku IŞIK²

¹ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, E mail: rcengiz1965@gmail.com

² Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Özet

Mevcut araştırmanın iki temel amacı bulunmaktadır. İlk amaç öğrencilerin yalnızlık, iletişim becerileri ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerini tespit etmektir. İkinci amaç ise, öğrencilerin yalnızlık ve iletişim beceri düzeyleri ile dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumunun yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde farklılaşma oluşturup oluşturmadığını incelemektir. Araştırmanın verileri, "Kişisel Bilgi Formu", "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği", "UCLA Yalnızlık Ölçeği" ve "İletişim Becerileri Ölçeği" yoluyla toplanmıştır. Ölçekleri eksiksiz dolduran 378 öğrenciye ait veriler çalışma için değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde öncelikle 378 öğrencinin ölçeklere vermiş oldukları cevapların puan ortalamaları doğrultusunda; tanımlayıcı istatistikler, Bağımsız iki grup için T-Testi, üç ve üzeri gruplar için Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü tespit etmek amacı ile Pearson korelasyon analizleri kullanılmıştır. Veriler $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde sınanmıştır. Araştırmanın bulguları, öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek seviyelerde olduğunu göstermiştir. Bu bulguya paralel olarak 378 öğrencinin 153'ü (%40) dijital oyun bağımlısı olarak tespit edilmiştir. Rekreasyon bölümünde okuyan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyi (D.O.B.D) anlamlı bir şekilde antrenörlük ve spor yöneticiliği bölümünde okuyan öğrencilere göre düşük bulunmuştur. Öğrencilerin D.O.B.D ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu duruma karşın öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumu yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde etkili bir faktör olarak görülmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun bağımlılığı, yalnızlık, iletişim becerisi

Analyzing the Relationship between Digital Game Addiction Levels, Communication Skills and Loneliness Levels of Sports Faculty Students

Abstract: There were two main objectives of the current research. The first aim was to determine the levels of loneliness, communication skills, and digital game addiction of sports faculty students. The second aim was to determine the relationship between the loneliness and communication skill levels of students and their digital game addiction levels and to examine whether the students' being addicted to digital games created a differentiation between loneliness and communication skills. The data of the study were collected through the "Personal Information Form", "Digital Game Addiction Scale (DGAS)", "UCLA Loneliness Scale" and "Communication Skills Scale. The data of 378 students who filled out the scales completely were evaluated for the study. In the analysis of the data, first, in line with the average scores of the answers given by 378 students to the scales; in addition to descriptive statistics, T-Test was used for two independent groups, Kruskal Wallis H-Test was used for groups of three or more. Pearson correlation analyzes were used to determine the direction of the relationship between the variables. Data were tested at $\alpha= 0.05$ significance level. The findings of the study showed that the digital game addiction levels of students were at high levels. Parallel to this finding, 153 (40%) of 378 students were found to be addicted to digital games. The digital game addiction level (D.O.B.D) of the students studying in the recreation department was found to be significantly lower than the students studying in the coaching and management department. There was a negative, weak and significant relationship between the students' D.O.B.D and their loneliness levels. Despite this situation, whether the students were addicted to digital games or not wasn't seen as an effective factor in loneliness and communication skills. The results were compared with current studies in the literature and suggestions for future studies were presented.

Key Words: Digital game addiction, loneliness, communication skills

SUMMARY

Introduction: Along with technological developments, it is inevitable to experience some changes in the social life of individuals. It is known that these changes can have positive/negative effects, especially on young people. This research was planned based on the problem of whether digital game addiction is associated with communication skills and loneliness. In this context, there are two main objectives of the current research. **Aim:** The first aim is to determine the levels of loneliness, communication skills, and digital game addiction of students. The second aim is to determine the relationship between the loneliness and communication skill levels of students and their digital game addiction levels and to examine whether the students' being addicted to digital games creates a differentiation between loneliness and communication skills. **Method:** The data of the study were collected through the "Personal Information Form", "Digital Game Addiction Scale, "UCLA Loneliness Scale" and "Communication Skills Scale. In the spring semester of the 2019-2020 academic year, the questionnaires

were applied via an online survey. The data of 378 students who filled out the scales completely were evaluated for the study. The Turkish validity and reliability study of the UCLA-SF scale was conducted by Doğan et al. (2011). The 3rd and 6th items of the scale, which has a one-dimensional structure, were reverse coded. The internal consistency coefficient (Cronbach's alpha coefficient) of the scale was determined as .72. The communication skills assessment scale was developed by Korkut (1996) to determine how individuals evaluate their communication skills. The scale was created in a five-point Likert structure. It consists of 25 positive statements covering evaluations of communication skills. Turkish adaptation of the DOBÖ-7 scale was made by Irmak and Erdoğan (2015). DOBÖ-7 scale has a five-point Likert type (1=never, 5=always) and one-dimensional structure. The scores obtained from the scale vary between 7-35. (Irmak and Erdogan, 2015). The Cronbach's alpha reliability value of the scale was obtained as 0.92. Normality tests and descriptive statistics were primarily evaluated for the data obtained from the scales. Appropriate tests were preferred considering the normal distribution of the data. In addition, it was determined that the variances were homogeneous according to the Levene test results. In the analysis of the data, first of all, in line with the average scores of the answers given by 378 students to the scales; descriptive statistics, T-Test was used for two independent groups, Kruskal Wallis H-Test was used for groups of three or more. Pearson correlation analyzes were used to determine the direction of the relationship between the variables. Data were tested at $\alpha=0.05$ significance level. **Results and Conclusion:** The findings of the study showed that the digital game addiction levels of students were at high levels. Parallel to this finding, 153 (40%) of 378 students were found to be addicted to digital games. The digital game addiction level (D.O.B.D) of the students studying in the recreation department was found to be significantly lower than the students studying in the coaching and management department. There was a negative, weak and significant relationship between the students' D.O.B.D and their loneliness levels. Despite this situation, whether the students are addicted to digital games or not wasn't seen as an effective factor in loneliness and communication skills. The results were compared with current studies in the literature and suggestions for future studies were presented.

1. GİRİŞ

Teknolojik gelişmelerin etkisi ile günlük hayatımızın vazgeçilmezleri haline gelen bilgisayar, tablet, internet ve akıllı cep telefonları bireyler için bazı risk ve tehditler oluşturmaktadır. Kullanımına ve süresine göre, bu risk ve tehditlerin en önemlisi olarak bireylerde bağımlılığa neden olması gösterilebilir. Genellikle boş zaman ve eğlence gibi amaçlarla oynanan bilgisayar oyunları, bireyler üzerinde neredeyse büyüleyici, ciddi bir etkiye sahiptir ve kişisel bağımlılığa neden olur (Akkaş, 2020).

Özellikle salgın döneminin negatif etkilerini düşündüğümüzde bireylerde bağımlılığa yol açan bu tehditlerin yine bireyler üzerinde başka bir takım olumsuz etkiler yaratabileceği düşünülmektedir. Literatürde çocuklar, ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde internet, akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılıklarının (D.O.B) farklı değişkenler ile ilişkisini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır (Bkz. Bölüm 2: Literatür Taraması). Bu kavramlar içerisinde iletişim becerileri ve yalnızlık algıları da yer almaktadır. Oyun bağımlılığının bireylerin iletişim becerileri üzerinde negatif etkiler yaratabileceği ve bireylerin daha yalnız hissetmelerine neden olabileceği düşünülmektedir. Nitekim kısmen de olsa Levent (2020) araştırmasında benzer bulgulara ulaşmıştır. Dahası, aktif olarak fiziksel aktivite ve spor yapan bireylerde dijital oyun bağımlılığı, yalnızlık ve iletişim becerileri düzeylerinin bilinmesi ile

fiziksel aktive ve sporun bu kavramlar üzerinde olumlu etkiler yaratabileceği düşüncesi mevcut araştırmanın temelini oluşturmuştur. Bu kapsamda mevcut araştırma Spor Bilimleri Fakültesinin farklı bölümlerinde okuyan öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bu bölümünde sırası ile; kavramların açıklanması, literatür taraması, araştırmanın önemi ve amacı kısımları yer almaktadır.

1.1. Dijital Oyun Bağımlılığı, İletişim Becerileri ve Yalnızlık Kavramları

Dijital oyun bağımlılığını; “bir kişinin hayatında sosyal, psikolojik, okul ve / veya iş zorlukları yaratan aşırı oyun kullanımı” olarak ifade etmek mümkündür (Beard ve Wolf, 2001). Dijital oyunlar; bilgisayar oyunları, konsol oyunları, atari oyunları, mobil oyunlar ve türlerini içermektedir. Dijital oyun; farklı teknolojilerle programlanabilen ve kullanıcılarına görsel bir ortam eşliğinde kullanıcı girişi yapmayı sağlayan oyunlardır (Hazar, 2018). Dijital oyun bağımlılığı kavramı ile yakın ilişkili olduğu bilinen bir diğer husus akıllı telefon bağımlılığıdır. Akıllı telefon kullanımının özellikle üniversite öğrencileri arasında daha yaygın olduğu söylenebilir. Akıllı telefon kullanım amaçları arasında; eğitim, fikir alış veriş, bilgiye kolay ulaşım yer almaktadır. Ayrıca yüz yüze olmayan ve eğlenme amaçlı iletişimde kendilerini daha kolay ifade etme olanağı sağlaması nedeni ile gençler arasında akıllı telefonların kullanımı gün geçtikçe artmaktadır (Işık ve Kaptangil, 2018). Amerikan Tıp Birliği, Amerikalı gençlerin %90'ının dijital oyun oynamakta olduğunu ve %15'inin ise oyun bağımlısı olabileceğini ifade etmektedir. Dijital oyun bağımlılığı ülkemizde güncelliğini koruyan bir konu olmakla beraber bu konuda yayımlanmış araştırma sayısı sınırlıdır ve toplumda bu sorunun ciddiyetini araştıran sayısal veriye ulaşılamamıştır (Irmak ve Erdoğan, 2015).

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan iletişim becerileri kavramını açıklanmadan önce “iletişim” kavramını incelemek faydalı olacaktır. En sade biçimde ifade ile iletişim; duygu, düşünce ve bilgi alışverişidir (Korkut ve Bugay, 2014). Bireylerin çevrelerine uyum sağlayabilmesi için gerekli olan temel yapıların başında iletişim gelmektedir (Yüksel, 1997; Gülbahçe, 2010). İletişim becerisi kavramının merkezinde saygı ve empati vardır. İletişim becerisi, bireyin toplum içerisinde yaşamasını kolaylaştıran öğrenilmiş davranışlar olarak tanımlanabilir. İletişim becerisine sahip bireylerin temel ortak özellikleri şu şekildedir: Etkin dinleme, kendini açık ve net bir biçimde ifade edebilme, duygu ve düşüncelerini ben dili ile aktarabilme ve bireyler ile ilişkilerinde doyum verici ilişkiler kurabilme (Kaya, 2012).

De Jong-Gierveld (1998), yalnızlığı açıklarken iki farklı noktaya temas etmektedir. İlk durumda yalnızlığın ortaya çıkması için bireyin istediği ilişkileri kurmada kendini kişisel olarak yetersiz hissetmesi gerektiğini söyler. İkinci durumda ise olması düşünülen kişilerarası ilişkiler ile bireyin gerçekte sahip olduğu kişilerarası ilişkiler arasında fark yaşandığında yalnızlık duygusunun yaşandığını belirtir. Bireylerin yaşadığı yalnızlık dört farklı sınıfta incelenebilir. Psikolojik yalnızlık, bireyin benliğinin farklı bölümleri ile yaşadığı yalnızlıktır. Kişilerarası yalnızlık, kişinin bireylerle iletişim kopukluğundan ötürü yaşadığı yalnızlıktır. Kültürel yalnızlık, kültürel şok veya kültürel sorunlar nedeniyle yaşanan yalnızlıktır. Son olarak kozmik yalnızlık ise dinsel yabancılaşma ile yaşanılabilen yalnızlıktır (Akt: Karakoş ve Taydaş, 2013). Yalnızlık duygusu bireylerde farklı durumlarda ortaya çıkabilir. Bu durumlara örnek olarak sosyal ödüllerin azaldığı, kişiler arası ilişkilerin sosyal ihtiyaçları karşılamadığı ve kişisel ihtiyaçları doyumlamayı başaramadığı durumlar gösterilebilir. Özetle yalnızlık sadece fiziksel olarak yalnız olma durumundan kaynaklanan bir duygu değildir

(Russell, Cutrona, McRae ve Gomez, 2012).

1.2. Literatür Taraması

Literatürde yalnızlık ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, yalnızlık kavramının, sosyal destek (Duyan ve ark., 2010; Aydıner-Boylu, Günay ve Ersoy, 2019), baş etme (Eskin, 2001), umutsuzluk (Öztürk, 1997), akademik başarı (Yıldırım, 2000), aidiyet (Mellor ve ark., 2008) ve rekreasyonel katılım (Ekinci ve ark., 2015) gibi değişkenlerle ilişkisinin ele alındığı görülmektedir. Üniversite ve lise öğrencileri özelinde ise yurt içinde ve yurt dışında, yalnızlıkla ilişkili olabileceği düşünülen değişkenlerin neler olduğunu sorgulamaya yönelik pek çok çalışma ortaya konmuştur. Yalnızlığın stresle başa çıkma, öznel iyi oluş, sosyal destek, benlik saygısı, depresyon, öfke, şiddet, umutsuzluk, akademik başarı, aile ve akran ilişkileri ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur (Erözkan, 2004; Pamukçu ve Meydan, 2010; Şentürk, 2010; Benner, 2011; Büyükcebeci ve Deniz, 2017). Yalnızlık ile spor ilişkisini farklı örneklem gruplarında inceleyen çalışmalar incelendiğinde, yaşlılarda, üniversite ve lise öğrencilerinde, spor yapan ve spor yapmayan bireylerde, ve farklı spor dallarında yalnızlık düzeylerini ele aldığı çalışmaların olduğu görülmektedir (Tunç ve Günay, 2020; Reyhan, 2019; Özçelik ve ark., 2015; Tekin ve ark., 2010).

Akkaş (2020) araştırmasında dijital oyun bağımlılığını (D.O.B) küresel bir sorun olarak ele almış, D.O.B.'un gençler ve çocuklar üzerinde yaratmış olduğu risk ve tehditlere araştırmasında dikkat çekmiştir. Aktaş ve Daştan (2021) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttükleri araştırmalarında öğrencilerin pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki dijital oyun oynama sürelerini karşılaştırmış; bu sürenin pandemi sürecinde önemli düzeyde arttığı, pandemide en çok telefonla dijital oyun oynandığı ve pandemi sürecinin savaş-strateji oyunlarını oynama oranını arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Gülbetkin, Güven ve Tuncel (2021) araştırmalarında çocuklar örnekleminde dijital oyun bağımlılığı ve spor ilişkisini incelemiş, çocuklara spor yapabilecekleri uygun ortamlar sağlayarak onları spora teşvik etmek gibi yaklaşımlar ile çocukların fiziksel aktiviteye tutum ve davranışlarının geliştirilebileceği ve bu sayede dijital oyun bağımlılığı seviyesinin nispeten azaltılabileceğini ifade etmiştir. Fakat Ekinci ve ark. (2016) çalışmalarında dijital oyun bağımlılığı ile spor katılımı arasında bir ilişki bulamamışlardır.

Bu çalışmanın deseni çerçevesinde iletişim becerileri ile yalnızlık ve D.O.B ile ilgili çalışmalar incelenmiştir. Bian ve Leung (2014) yaptıkları araştırmada, akıllı telefonların, utangaç insanlara yalnızlık ve utangaçlığı hafifletmek için mükemmel bir ortam sağlayan bir mobil cihaz olduğunu ifade etmişlerdir. Yalnız ve utangaç insanlar, fotoğraf ve video çekmek, çevrimiçi oyunlar oynamak, bir arkadaşına mesaj yazmak, haber aramak ve bir akıllı telefonda kitap okumak gibi farklı etkinliklerde bulunabilirler. Bu şekilde iletişim becerileri düşük ve kendisini yalnız hisseden gençlerin daha fazla telefonlarıyla meşgul olup bağımlılıklarının arttığı düşünülmektedir. Araştırmalar yalnızlık ile D.O.B arasında ilişki olduğunu (Ekinci ve ark., 2019) ve akıllı telefon bağımlılığı ile iletişim becerileri kavramlarının ilişkili olabileceğini ortaya koymaktadır (Savcı ve Ayan, 2017). Şar (2013) yapmış olduğu çalışmada yalnızlık duygusu yaşayan bireylerin problemleri mobil telefon kullanımının arttığı, mobil telefon kullanımı ile de yalnızlık duygusunun azaldığını ifade etmiştir. Dahası, yalnızlık duygusu yaşayan ergenlerin akıllı telefonlarını daha sık kullandıklarını ve akıllı telefon bağımlılığı yaşadıklarını belirtmiştir.

1.3. Araştırmanın Önemi ve Amacı

İletişim teknolojisinin hızla gelişmesiyle birlikte insanlar spora katılan bireylerin iletişim becerilerinin de gelişmesini beklemektedir. Çünkü sportif aktivitelerle bedensel farkındalık sağlanabilir ve kişinin beden dilini nispeten daha bilinçli olarak kullanması beklenebilir (Yanık, 2015). Üniversite öğrencilerinin iletişime ve sosyal desteğe ihtiyaç duyması ve bu ihtiyacını giderememesi durumunda, daha fazla iletişim ve sosyal destek elde etmek, yalnızlığını gidermek amacıyla daha fazla mobil telefon kullandığı ve sanal kimlik oluşturarak iletişim ihtiyacını karşılayabildiği düşünülmektedir (Tok, 2019). Bu bakış açısından yola çıkarak internet, telefon ve oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri ve yalnızlık algıları arasındaki bir ilişkiden bahsetmek mümkündür. Özellikle salgın döneminde fiziksel aktivite ve sporun bu ilişkiadaki rolünün tespiti önem arz etmektedir.

Aktif olarak fiziksel aktivite ve spor yapan bireylerde dijital oyun bağımlılığı, yalnızlık ve iletişim becerileri düzeylerinin bilinmesi ile fiziksel aktive ve sporun bu kavramlar üzerinde olumlu etkiler yaratabileceği düşüncesinden yola çıkarak dizayn edilen bu araştırma üç temel soru üzerine inşa edilmiştir:

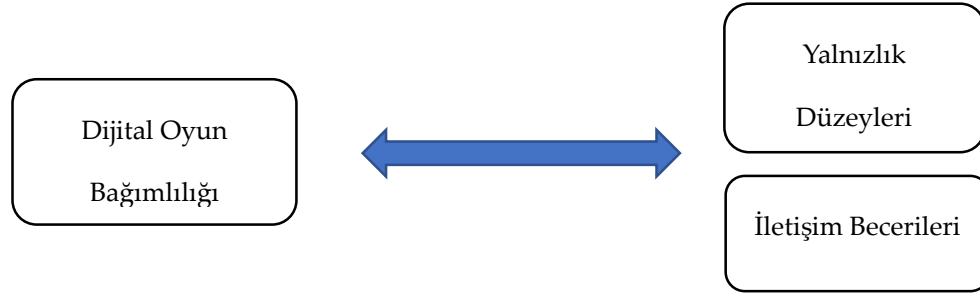
- 1-Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık, iletişim becerileri ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri nedir?
- 2-Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık ve iletişim becerileri düzeyleri ile dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3-Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumları öğrencilerin yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde farklılaşma yaratmakta mıdır?

Araştırma soruları ise temelde iki amaç içermektedir. İlk amaç öğrencilerin yalnızlık, iletişim becerileri ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerini tespit etmektir. İkinci amaç ise, öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve iletişim becerileri ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek ayrıca öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumunun yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde farklılaşma oluşturup oluşturmadığını incelemektir.

2. MATERYAL METOT

2.1 Araştırma Deseni ve Hipotezler

Bu çalışma nicel araştırma kapsamında yürütülmüştür. Bu kapsamda tarama ve korelasyonel araştırma yaklaşımlarından faydalanılmıştır. Bir grubun belli özelliklerini ortaya koymak için veriler toplanmasını amaçlayan çalışmalara tarama araştırması denir. Ayrıca iki yada daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili çıkarımlar elde etmek amacı ile korelasyon araştırmaları yapılır (Büyüköztürk ve ark., 2019). Araştırmada veri toplama tekniği olarak tarama yönteminde sıkça kullanılan anket tekniği kullanılmıştır (Nachmias ve Nachmias, 1996). Öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve iletişim becerileri ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek ayrıca öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumunun yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde farklılaşma oluşturup oluşturmadığını incelemek amacıyla Şekil 1’de kavramsal model geliştirilmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

Hipotezler

- H₁:** Öğrencilerin iletişim becerileri, yalnızlık ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri yüksek seviyededir.
H₂: Öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile dijital oyun bağımlılıkları arasında pozitif ilişki vardır.
H₃: Öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri ile dijital oyun bağımlılıkları arasında negatif ilişki vardır.
H₄: Öğrencilerin okudukları bölüm dijital oyun bağımlılıkları üzerinde farklılaşma yaratır.
H₅: Dijital oyun bağımlısı olma durumu öğrencilerin yalnızlık düzeyleri üzerinde farklılaşma yaratır.
H₆: Dijital oyun bağımlısı olma durumu öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri üzerinde farklılaşma yaratır.

2.2 Katılımcılar

Araştırmanın evrenini 2019-2020 eğitim-öğretim döneminde Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesine kayıtlı öğrenciler oluştururken araştırmanın örneklemini ise; aynı üniversite ve bölümde okuyan, araştırmaya gönüllü olarak katılan 378 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada tamsayım yöntemine başvurulmuş ve araştırma kapsamında 391 öğrenciden veri toplanmıştır. Fakat anketi eksik ya da hatalı dolduran 13 öğrencinin verileri analiz dışında tutulmuştur. Böylelikle 378 öğrencinin verisi değerlendirmeye alınmıştır.

2.3. Araştırma Tekniği ve Protokolü

Araştırmanın verileri, “Kişisel Bilgi Formu”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği-Kısa Form”, “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)” ve “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7)” yoluyla toplanmıştır. Veriler 2019-2020 eğitim öğretim yılı Bahar döneminde online anket yolu ile toplanmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı ve önemi ile ilgili detaylıca bilgi verildikten sonra tüm veriler 5 gün içinde toplanmıştır.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın birinci kısımda katılımcıların cinsiyet, yaş, okunulan bölüm, sınıf düzeyi, günlük oyun süreleri gibi bağımsız değişkenlerle ilgili sorular bulunmaktadır. Kişisel bilgi formunun yanı sıra kullanılan ölçekler aşağıda belirtilmiştir.

2.4.1 UCLA Yalnızlık Ölçeği-Kısa Form

Yalnızlık ölçeği kısa formu bireylerin genel yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla tasarlanmıştır.

Ölçek, Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından geliştirilmiş ve Hays ve DiMatteo (1987) tarafından kısa form haline dönüştürülmüştür. Türkçe uyarlaması Doğan ve ark. (2011) tarafından üniversite öğrencileri örnekleminde düzenlenmiştir. Ölçek tek faktörlü yapıya sahip olup, 3. ve 6. maddeleri ters kodlanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .72 olarak saptanmıştır.

2.4.2 İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)

Bireylerin iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini anlamak amacı ile tasarlanan ölçek 5-li likert yapıda dizayn edilmiştir. İBDÖ, 25 ifadeden oluşmaktadır. İlk düzenlenen formda 0-4 puan aralığında puanlanan ölçek (Korkut, 1996), son çalışmalarda hiçbir zamandan (1) her zamana (5) doğru puanlanmaktadır (Korkut, 1997). Ölçekte ters kodlanan maddeler yer almadığı için ölçekten elde edilen puanın fazlalığı bireylerin kendi iletişim becerilerini olumlu yönde değerlendirdikleri anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .71 olarak saptanmıştır.

2.4.3 Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7):

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7) Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından geliştirilmiştir Ölçek 21 madde ve 7 faktörü olan DOBÖ-21 den uyarlanmıştır. DOBÖ-7'nin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.92 dir. 5-li likert yapıda oluşturulan ölçeğin 7 maddesi bulunmaktadır ve tek faktörlü yapıdadır. Ölçekten elde edilebilen puan aralığı 7-35 puan arasındadır. DOBÖ-7'ye göre bir bireyin oyun bağımlısı olup olmadığını anlayabilmek için politetik ve monotetik tanımlar kullanılmıştır. Politetik tanıya göre yedi maddenin en az dördüne üç (bazen) ve üzerinde puan veriyorsa; monotetik tanıya göre, kişi yedi maddenin yedisine de üç (bazen) ve üzerinde puan veriyorsa oyun bağımlısı olarak tanımlanmıştır (Irmak ve Erdoğan, 2015).

2.5. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Araştırmaya katılan öğrencilerden elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 26,0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen veriler için öncelikli olarak normallik testi ve betimsel istatistikler değerlendirildi. Verilerin normal dağılımları gözetilerek uygun testler tercih edildi. Ayrıca Levene testi sonuçlarına göre varyansların homojen olduğu belirlendi. Verilerin analizinde 378 öğrencinin ölçeklere vermiş oldukları cevapların puan ortalamaları doğrultusunda; tanımlayıcı istatistikler, Bağımsız iki grup için T-Testi, üç ve üzeri gruplar için Kruskal Wallis H Testi kullanıldı. Değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü tespit etmek amacı ile Pearson korelasyon analizleri kullanıldı. Veriler $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde sınandı.

3. BULGULAR

Tanımlayıcı İstatistikler ve Hipotez Testleri

Tablo 1. İletişim Becerileri, Yalnızlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeyleri Ölçekleri Puan Ortalamaları

Ölçekler	N	Ort	SS	Minimum	Maksimum
İletişim Becerileri	378	71,57	6,94	55	89
Yalnızlık Düzeyi	378	26,54	2,75	20	33
Dijital Oyun Bağımlılığı	378	25,29	3,16	12	33

Tablo 1'deki değerler incelendiğinde, iletişim becerileri ölçek puan ortalamalarının ($X=71,57\pm 6,94$) olduğu görülmektedir. İletişim becerileri ölçeğinden en düşük 25 en yüksek 125 puan alınabildiği düşünüldüğünde öğrencilerin iletişim becerilerinin orta düzeyde oldukları söylenebilir.

Öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ölçek puan ortalamalarının ($X=26,54\pm 2,75$) olduğu görülmektedir. Son olarak öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ölçek puan ortalamaları ($X=25,29\pm 3,16$) olarak tespit edildi. Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin puan aralığının 7-35 arasında olduğu düşünüldüğünde öğrencilerin oyun bağımlılığının yüksek seviyelerde olduğu söylenebilir. Elde edilen bu bulgu ile H_1 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

Hipotez 2'e İlişkin Bulgular:

Öğrencilerin yalnızlık ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri (D.O.B.D) arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Pearson momentler-çarpımı korelasyon katsayısı kullanıldı. Elde edilen sonuçlar Tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2. Öğrencilerinin yalnızlık ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasındaki korelasyon analizi bulguları

Değişkenler		Yalnızlık	
Öğrenciler	D.O.B.D	Pearson Correlation	-,195**
		P	0,00
		N	378

$p < .01$

Yapılan ön analizler ile doğrusallık ve normallik varsayımları kontrol edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin D.O.B.D ve yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, anlamlı bir korelasyon görüldü. ($r=-0.19$, $p<0.05$). Bu sonuçlara göre öğrencilerin D.O.B.D düzeyleri yalnızlık düzeyleri ile zayıf düzeyde ilişkilidir. Elde edilen bu bulgu ile H_2 hipotezi reddedilmiştir.

Hipotez 3'ye İlişkin Bulgular:

Öğrencilerin iletişim beceri ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri (D.O.B.D) arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Pearson momentler-çarpımı korelasyon katsayısı kullanıldı. Elde edilen sonuçlar Tablo 3'de gösterilmektedir.

Tablo 3. Öğrencilerin iletişim beceri ve dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasındaki korelasyon analizi bulguları

Değişkenler		İletişim Becerileri	
Öğrenciler	D.O.B.D	Pearson Correlation	0,14
		P	0,791
		N	378

$p < .01$

Yapılan ön analizler ile doğrusallık ve normallik varsayımları kontrol edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin D.O.B.D ve iletişim beceri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamadı. ($r=0.14$, $p>0.05$). Bir başka ifade ile öğrencilerin D.O.B.D düzeyleri iletişim beceri düzeyleri ilişkili değildir. Elde edilen bu bulgu ile H_3 hipotezi reddedilmiştir.

Hipotez 4'e İlişkin Bulgular:

Öğrencilerin okudukları bölümlere bağlı olarak dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasında manidar bir fark olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Elde edilen sonuçlar Tablo 4'de gösterilmektedir.

Tablo 4. Öğrencilerin okuduklarını bölümlere göre dijital oyun bağımlılık düzeyleri istatistik test sonucu

Değişken	Bölüm	N	Sıra Ort.	X_2	Df	P	Fark	Cohen's d
D.O.B.D	Öğretmenlik	83	179,87	14,388	3	0,002	2-3>4	0,412
	Antrenörlük	118	205,94					
	Yöneticilik	92	208,31					
	Rekreasyon	85	155,72					

Tablo 4'deki değerler incelendiğinde, öğrencilerin okudukları bölümlere göre D.O.B.D puan sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görüldü ($X_2(3)$, $n=378$, $0,002$; $p>0.05$, $d=0,412$). Oluşan farklılığın kaynağının tespiti için yapılan 2. Seviye $0,0125$ uyarlamalı bonferroni test sonuçlarına göre, rekreasyon bölümünde okuyan öğrencilerin puan sıra ortalamaları antrenörlük ve yöneticilik bölümlerinde okuyanlara göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulundu. Diğer bir ifade ile rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler yöneticilik ve antrenörlük bölümlerinde okuyanlara göre daha düşük medyan değerlerine sahiptir. Elde edilen bulgu ile H_4 hipotezi desteklenmiştir. Ayrıca Cohen's d etki değerleri incelendiğinde, dijital oyun bağımlılığı ile öğrencilerin okudukları bölüm arasındaki ilişkinin kuvveti orta düzeye yakın etkide bulundu. Başka bir ifade ile farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin puan ortalamalarındaki değişimin orta düzeyde dijital oyun bağımlılığına atfedilebileceği söylenebilir.

Hipotez 5 ve 6'ya İlişkin Bulgular:

Dijital oyun bağımlısı olma durumuna (D.O.B.D) bağlı olarak öğrencilerin yalnızlık ve iletişim becerileri düzeyleri arasında manidar bir fark olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde ikili gruplar için bağımsız gruplar t-testi uygulandı. Elde edilen sonuçlar Tablo 5'de gösterilmektedir.

Tablo 5. Yalnızlık ve iletişim becerileri düzeyinin dijital oyun bağımlısı olma durumuna (D.O.B.D) göre t-testi sonuçları

Değişken	D.O.B.D	N	Ort.	SS	T	P	Cohen's d
Yalnızlık Düzeyi	Bağımlı	153	26,45	2,64	-,56	0,57	0,154
	Bağımlı Değil	225	26,61	2,3			
İletişim Becerileri	Bağımlı	153	71,50	6,97	-,15	0,87	0,025

	Bağımlı Değil	225	71,61	6,93			
--	---------------	-----	-------	------	--	--	--

*P<0.05

Bu araştırmada mototetik tanı kapsamında 378 öğrencinin 153'ü (%40) dijital oyun bağımlısı olarak tespit edilmiştir. Analiz sonuçları; öğrencilerin yalnızlık düzeyleri arasındaki farkın dijital oyun bağımlısı olma durumuna (D.O.B.D) göre istatistiksel olarak anlamlı olmadığını gösterdi. Bir başka ifade ile dijital oyun bağımlısı olma durumu yalnızlık düzeyleri üzerinde etkili bir faktör olarak görülmedi ($t_{.376}=-,57$; $p>0,05$, $d=0,154$). Analiz sonuçları; öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri arasındaki farkın dijital oyun bağımlısı olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı olmadığını gösterdi. Bir başka ifade ile dijital oyun bağımlısı olma durumu iletişim beceri düzeyleri üzerinde etkili bir faktör olarak görülmedi ($t_{.376}=-,15$; $p>0,05$, $d=0,025$). Elde edilen bulgu ile H_5 ve H_6 hipotezleri reddedilmiştir. Ayrıca Cohen's d etki değerleri incelendiğinde, yalnızlık ve iletişim becerileri ile öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları ilişkisinin kuvveti zayıf düzeye yakın etkide bulundu. Başka bir ifade ile dijital oyun bağımlılıklarını puan ortalamalarındaki değişimin zayıf düzeyde öğrencilerin yalnızlık ve iletişim becerilerine atfedilebileceği söylenebilir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

İletişim becerileri düşük ve kendisini yalnız hisseden gençlerin daha fazla telefonlarıyla meşgul olup bağımlılıklarının arttığı düşünülmektedir (Tok, 2019). Mevcut araştırma özellikle salgın döneminde fiziksel aktivite ve sporun; oyun bağımlılığı, iletişim ve yalnızlık ilişkisindeki rolünü ortaya koymak için dizayn edilmiştir. Araştırma kapsamında 6 hipotez test edilmiş, bazı hipotezler kabul edilirken bazıları reddedilmiştir. Cohen's d etki düzey sonuçları incelendiğinde, değişkenler arasındaki ilişkilerin zayıf ve orta düzeye yakın kuvvette etkili olduğu görüldü ($0,025 \leq x \leq 0,412$).

Araştırma bulguları yorumlandığında; bu araştırmada tercih edilen mototetik tanıya göre 378 öğrencinin 153'ü (%40) dijital oyun bağımlısı olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin iletişim becerilerinin orta düzeyde, dijital oyun bağımlılıkları ve yalnızlık algılarının ise yüksek düzeyde olduğu görüldü. Dahası, salgın döneminde ortaya çıkan bu sonuçların salgın öncesi araştırma sonuçlarından nispeten farklılaştığı söylenebilir. Temiz, Korkmaz ve Çakır (2020) meslek lisesi örnekleminde yürüttükleri araştırmada öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerini orta düzey olarak belirttiler. Reyhan (2019) Besyo öğrencileri örnekleminde düzenlediği araştırmada öğrencilerin orta düzeyde yalnızlık algısına sahip olduklarını belirtmiştir. Mevcut araştırmada ise nispeten daha yüksek ortalamalar tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuçların salgın döneminde ortaya çıkması yine salgın döneminin bireyler üzerinde yaratmış olduğu farklılaşmaları kanıtlar niteliktedir.

Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki negatif yönlü ilişkinin nedeni olarak araştırmanın sınırlılıkları gösterilebilir. Akkaş (2020) araştırmasında dijital oyun bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit etti. Bu sonuç çalışmamızın bulguları ile örtüşmemektedir. Bulgular, öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Dahası, salgın döneminde öğrencilerin oyun bağımlılıklarındaki artış ya da azalış iletişim becerilerinde herhangi bir değişime neden olmamıştır.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre öğrencilerin okudukları bölümlere göre dijital oyun bağımlılıklarının farklılaştığı görüldü. Dahası, rekreasyon bölümünde okuyan öğrencilerin antrenörlük ve yöneticilik bölümlerinde okuyan öğrencilere kıyasla nispeten daha az oyun bağımlısı oldukları söylenebilir. Oluşan bu sonucun bir nedeni olarak, rekreasyon bölümü öğrencilerinin aldıkları eğitim ile beraber yaşamlarında çeşitli sosyal aktivitelere daha fazla yer ve önem vermesi gösterilebilir. Arıkan ve Öztürk (2020) araştırmalarında bölüm değişkenine göre öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinde farklılaşma olmadığını belirtmişlerdir. Bu sonuç mevcut çalışmanın bulguları ile örtüşmemektedir.

Öğrencilerinin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumları iletişim beceri ve yalnızlık düzeyleri üzerinde bir farklılaşmaya sebep olmamıştır. Bir başka ifade ile dijital oyun bağımlısı olan ve olmayan öğrencilerin iletişim becerileri ile yalnızlık algı düzeyleri ortalamaları benzerdir. Sonuç olarak, öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek seviyelerde olduğunu görüldü. Bu bulguya paralel olarak 378 öğrencinin 153'ü (%40) dijital oyun bağımlısı olarak tespit edildi. Rekreasyon bölümünde okuyan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri anlamlı bir şekilde düşük bulundu. Bu duruma karşın öğrencilerin dijital oyun bağımlısı olup olmama durumu yalnızlık ve iletişim becerileri üzerinde etkili bir faktör olarak görülmedi.

5. ÖNERİLER VE SINIRLILIKLAR

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma sadece Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile sınırlıdır. Diğer devlet ve vakıf üniversite öğrencileri örnekleme alınmamıştır. Ayrıca bazı demografik değişkenlerin kullanılması ile araştırmaya çeşitlilik kazandırılabilirdi. Fakat özellikle lisanslı olarak spor yapma, yaş, spor türü gibi değişkenler araştırma kapsamı dışında tutulmuştur. Bu değişkenler ileriki araştırmalarda farklı araştırma desenleri oluşturularak kullanılabilir.

Yazar Katkıları

Yazarlar çalışmaya eşit derecede katkı sağlamışlardır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çalışma ve yayınlanması hakkında herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Etik Beyan

Bu makalede dergi yazım kurallarına ve bilimsel araştırma ve yayın etiği kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir.

KAYNAKÇA

Akkaş, İ. (2020). Küresel bir sorun alanı olarak dijital oyun bağımlılığı üzerine çalışma: Erzincan ili örneği. *Modern Leisure Studies*, 2(1), 11-23.

Aktaş, B., & Daştan, N. B. (2021). Covid-19 pandemisinde üniversite öğrencilerindeki oyun bağımlılığı düzeyleri ve pandeminin dijital oyun oynama durumlarına etkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 129-138.

Arkan, G., & Öztürk, A. (2020). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 157-168.

Aydiner-Boylu, A., Günay, G., & Ersoy, A. F. (2019). Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal desteğin yalnızlık üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Sosyoekonomi*, 27(41), 211-221.

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.

Benner, D. (2011). The transition to high school: Current knowledge, future directions. *Educational Psychology Review*, 23(299), 299-328. Doi: 10.1007/s10648-011-9152-0

Bian, M., & Leung, L. (2014). Smartphone addiction: Linking loneliness, shyness, symptoms and patterns of use to social capital, *Media Asia*, 41, 159-176. Doi: 10.1080/01296612.2014.11690012

Büyükcebeci, A., & Deniz, M. E. (2017). Adolescents' social exclusion, loneliness and subjective well-being in school: Mediating role of emphatic tendency. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9. Doi: 10.15345/iojes.2017.03.011

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.

De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8, 73- 80.

Doğan, T., Akıncı Çötök, N., & Göçet Tekin, E. (2011) Reliability and validity of the Turkish version of the UCLA loneliness scale (ULS-8) among university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2058-2062. Doi: 10.1016/j.sbspro.2011.04.053.

Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E., & İkizoğlu, M. (2010). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 28-41.

Ekinci, N. E., Yalcin, I., & Ayhan, C. (2019). Analysis of loneliness levels and digital game addiction of middle school students according to various variables. *World Journal of Education*, 9(1), 20-27. Doi: 10.5430/wje.v9n1p20

Ekinci, N. E., Demirel, M., Harmandar Demirel, D., & Işık, U. (2015). Lise öğrencilerinin yalnızlık algılarının rekreasyonel etkinliklere katılımları ve bireysel değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 71-78.

Ekinci, N. E., Ustun, U. D., & Ozer, O. (2016). An Investigation of the relationship between digital game addiction, gender and regular sport participation. *Journal of Education Culture and Society*, 2, 298-303. Doi: 10.15503/jecs20162.298.303

- Erözkan, A. (2004). Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 155-175.
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(5), 5-11.
- Gülbahçe, Ö. (2010). KK Eğitim Fakültesi öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 12-22.
- Gülbetekin, E., Güven, E., & Tuncel, O. (2021). Adolesanların dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutum ve davranışlarını etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 148-160.
- Hays, R. D., & DiMatteo, M. R. (1987). A short-form measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 51(1), 69-81. Doi: 10.1207/s15327752jpa5101_6.
- Hazar, Z. (2018). *Çağmı vebasası dijital oyun bağımlılığı ve başa çıkma yöntemleri*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 10-18.
- Işık, M., & Kaptangil, İ. (2018). Akıllı telefon bağımlılığının sosyal medya kullanımı ve beş faktör kişilik özelliği ile ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinden bir araştırma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 695-717.
- Karakoç, E., & Taydaş, O. (2013). Bir serbest zaman etkinliği olarak üniversite öğrencilerinin internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Cumhuriyet üniversitesi örneği. *Selçuk İletişim*, 7(4), 33-45.
- Kaya, A. (2012). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. Ankara: Pegem Akademi.
- Korkut, F. (1996). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: Güvenirlik ve geçerlik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 18-23.
- Korkut, F. (1997). *Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini değerlendirmeleri*. IV Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 10-12 Eylül 1997, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Korkut, O. J., & Bugay, A. (2014). İletişim becerileri ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 51-64.
- Levent, A. (2020). *Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45(3), 213-218.
- Nachmias, C. F., & Nachmias, D. (1996). *Research methods in the social sciences* (5th Edition). New York: St. Martin's Press.
- Özçelik, İ. Y., İmamoğlu, O., Çekin, R., & Başpınar, S. G. (2015). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık

düzeyleleri üzerine sporun etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 12-18.

Öztürk, M. (1997). *10-13 yaşları arasındaki çocuklarda umutsuzluk ve yalnızlık bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Pamukçu, B., & Meydan, B. (2010). The role of empathic tendency and perceived social support in predicting loneliness levels of college students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 905-909.

Reyhan, S. (2019). Beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin bazı değişkenlere göre yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 75-81.

Russell, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C., & Gomez, M. (2012). Is loneliness the same as being alone?. *The Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied*, 146(1-2), 7-22.

Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480. Doi: 10.1037/0022-3514.39.3.472.

Savcı, M., & Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam Dergisi*, 30(3), 202-216.

Şar, A. H. (2013). Ergenlerde yalnızlık ve mobil telefon bağımlılığı probleminin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Social Science*, 6(2), 1207-1220.

Şentürk, S. S. (2010). *Liseli ergenlerin yalnızlık algısının sosyal beceri, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bağlamında değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tekin, G., Aykora, E., Bozacı, S., & Eliöz, M. (2010). Dövüş ve takım sporcularının yalnızlık düzeyleri açısından karşılaştırılması. *Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 29-36.

Temiz, E., Korkmaz, Ö., & Çakır, R. (2020). Meslek lisesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının, akıllı telefon ve bilgisayar bağımlılıkları çerçevesinde incelenmesi. *Türkiye Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 16-32.

Tok, Ö. (2019). *Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının iletişim becerileri ve yalnızlık algısı bakımından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Tunç, A. Ç., & Günay, M. (2020). Investigation of nomophobia and loneliness levels of students performing physical activity. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(8), 62-69.

Yanık, M. (2015). Spor türü ve diğer bazı değişkenlerin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 1366-1376.

Yıldırım, İ. (2000). Akademik başarıyı yordayıcısı olarak yalnızlık sınav kaygısı ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(18), 167-176.

Yüksel, Ş. F. (1997). *Grupla iletişim becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri düzeylerine etkisi* (Doktora Tezi) Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Makale Geliş : 19.06.2021

Makale Kabul : 01.11.2021

Açık Erişim Politikası

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>