

Bölüm 8

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN OYNAMA MOTİVASYONU İLE FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONUNUN İNCELENMESİ

Burcu GÜVENDİ¹

GİRİŞ

Son zamanlarda çocuklarda televizyon ya da video izleme ve bilgisayar kullanma gibi sedanter aktivitelerin artması ile fiziksel aktiviteye katılımında giderek azalma meydana gelmiştir. Hem çocukların hem de toplumun sağlığı için aktif bir yaşam stili uzun vadede önemlidir. Fiziksel aktivitenin normal kilonun korunması, obezite, kardiyovasküler hastalıklar, kanser gibi birçok kronik hastalıktan korunmasının yanı sıra kendine güvenin, benlik saygısının ve akademik başarının artması ve depresyon belirtilerin azalması gibi önemli psikososyal yararları da mevcuttur (Meydanlıoğlu, 2015, s. 132). Günümüzde ergenlerin karşı karşıya kaldığı sorunlardan biri, problemlili internet kullanımınıdır. Problemlili internet kullanımının özellikle ergenler arasında giderek yaygınlaştığı gözle görülür bir gerçek haline gelmiştir. Bu durum, gelişim dönemi olarak hassas dönemde olan ergenlerin sosyal ve psikolojik durumlarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Yörük ve Taylan, 2018, s. 340). Bu olumsuzlukların başında ise hareketsiz-pasif yaşam tarzı yer almaktadır. Bunun sonucu olarak insan düşünce ve davranışları değişmekte ve günlük hayattaki birçok yaşam pratiği de buna göre şekillenmektedir. Temel yaşam pratiklerinden birisi olan oyunlar da bu etki ve değişimden payını almaktadır (Hazar, Tekkurşun-Demir ve Dalkıran, 2017, s. 180). Özellikle, günümüz dijital çağında yaygınlaşarak artan teknolojik gelişmeler gençlerimizin sportif aktivitelere katılımlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Aycan ve Yıldız, 2017, s. 3). Çocukların fiziksel olarak aktif olmaları bilişsel, fiziksel, sosyal ve duyuşsal yönlerden sağlıklı olabilmeleri için oldukça önemlidir. Yaşanan hızlı ve çarpık kentleşme sonucunda özellikle şehirlerde bulunması gereken açık oyun alanları giderek yok olmakta ve çocuklar dar ve kapalı mekanlara hapsedilerek kısıtlı ortamlarda oyun oynama ihtiyaçlarının giderilmesi sağlanmaktadır. Ancak bu durum gereken ihtiyacı karşılayamadığı gibi çocukların daha pasif oyunlar olan

¹ Arş. Gör. Dr. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, burcu.guvendi@istanbul.edu.tr

Araştırmada kullanılan fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ile dijital oyun oynama motivasyonu ölçeğinin alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktiviteye katılımı bireysel nedenlerden motive olanların oyun isteğinde belirsizliklerin arttığı, fiziksel aktivitede katılımı nedensizlik yani fiziksel aktiviteyi önemsemeyen öğrencilerin dijital oyun oynamada başarı ve canlanma gibi motive edici kaynakların arttığı görülmüştür. Ayrıca fiziksel aktiviteye katılımı motivasyon kaynakları çevresel nedenler olan öğrencilerin merak ve sosyal kabul için dijital oyun oynadıkları belirlenmiştir. Buna göre öğrencilerin psikolojik olarak iyi hissedeceğini düşünerek kendi isteği fiziksel aktiviteye katılımı aktivitede daha fazla doyumla ulaşmasını arttırdığı ve böyle bir durumda da öğrencinin ekstra olarak kendini tatmin edeceği bir ortam aramadığı söylenebilir. Tam tersi ise fiziksel aktivite ile ilgili olumlu ya da olumsuz bilgi sahibi olmayan motivasyonsuzluk durumunda öğrenciler ders dışında kalan zamanlarında kendilerini ifade edebilecek ve doyumla ulaşabilecek dijital oyunları tercih etmeye başlamaktadır diyebiliriz. Cengiz ve İnce (2013) fiziki ve sosyal çevre koşulları gelişmemiş alanlarda yaşayan çocukların okul sonrası fiziksel aktivite olanaklarına katılımı desteklenmesi ve okul çevresindeki ortamları geliştirilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Meydanlıoğlu (2015)'na göre çocukların günde en az 60 dakika aktif olacakları güvenilir, diğer çocukların ve ergenlerin dikkatini çekecek, gelişimine uygun toplumsal spor ve eğlence programları yapılmalıdır.

Sonuç olarak, erkek öğrencilerin dijital oyun oynama motivasyonlarının daha yüksek olduğu görülürken kız öğrencilerin ise fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının daha yüksektir. Bununla birlikte öğrencilerin dijital oyun sürelerine konulan sınırların onların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını arttırdığı belirlenmiştir. Özellikle dijital oyun oynama süresinin artması öğrencilerin giderek bağımlı olmalarına yol açmaktadır. Bu sonuçlardan yola çıkarak dijital oyun oynamaya daha yatkın olan erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını arttıracak çeşitli etkinlikler yapılarak dikkatleri dijital oyunlardan uzaklaştırılabilir. Bununla birlikte öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımı içsel yani bireysel motivasyonu artırması dijital oyuna olan isteksizliği de arttıracığı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 53-68.
- Aycan, A., & Yıldız, K. (2016). 11-14 Yaş Grubu Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonlarının Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi. *International Journal of Social Science Research*, 5(2), 1-9.
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital Oyun Oynayan Çocukların Dijital Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ulakbilge*, 6(31), 1-18.

- Bülbül, H., Tunç, T., & Aydil, F. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı İle İlişkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(3), 97-111.
- Cengiz, C., & İnce, M. L. (2013). Farklı Okul Ortamlarındaki Çocukların Okul Sonrası Fiziksel Aktivitelerde Algıladıkları Öz-Yeterlikleri. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 11(21), 135-147.
- Çelik, S., & Ulusoy, B. (2019). Bilgisayar Oyunlarının Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Yaşamına Etkisi. *The Journal of Social Science*, 3(5), 46-60.
- Derin, S., & Bilge, F. (2016). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş Düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 35-51.
- Gökçearslan, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 419-435.
- Hazar, Z., Demir, G. T., Namlı, S., & Türkeli, A. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3).
- Hazar, Z., Tekkurşun-Demir, G., & Dalkıran, H. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Geleneksel Oyun ve Dijital Oyun Algılarının İncelenmesi: Karşılaştırmalı Metafor Çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 179-190.
- Horzum, M.B. (2011). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 56-68.
- Meydanlıoğlu, A. (2015). Çocuklarda Diziksel Aktivitenin Biyo-Psikososyal Yararları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(2), 125-135.
- Taş, İ., Eker, H., & Anlı, G. (2014). Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(2), 37- 57.
- Tekkurşun Demir, G., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.
- Tekkurşun-Demir, G., & Hazar, Z. (2018). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ): Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 128-138.
- Tekkurşun-Demir, G., & İlhan, E. L. (2019). Spora Katılım Motivasyonu: Görme Engelli Sporcular Üzerine Bir Araştırma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 157-170.
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-37
- Yörük, B. Ö., & Taylan, Ö. Ü. H. H. Ortaokul ve Lise Öğrencilerinde Problemler İnternet Kullanımı ve Sosyal Hizmet Müdahalesi. *The Journal Of Academic Social Science Studies*, 67(3), 339-359. Doi Number: <http://Dx.Doi.Org/10.9761/Jass7597>