T.C.

TRAKYA ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

REKREASYON YÖNETİMİ ANA BİLİM DALI

PROFESYONEL E-SPORCULARIN OYUNA KARŞI BAĞIMLILIKLARI, STRES VE KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Berkay GELDİ

TEZ DANIŞMANI

Prof. Dr. İlhan TOKSÖZ

EDİRNE 2024

Tezin Adı: Profesyonel E-Sporcuların Oyuna Karşı Bağımlılıkları, Stres ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Hazırlayan: Berkay GELDİ

ÖZET

Araştırma kapsamında profesyonel e-spor oyuncularının oyuna karşı bağımlılıkları, stres ve kaygı düzeyleri incelenip, e-sporcuların cinsiyet ve oynadıkları oyun türleri değişkenine göre farklılıklarının araştırılması amaçlanmıştır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmaya 39 kadın 61 erkek olmak üzere toplam 100 profesyonel e-sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi aşamasında SPSS 22.0 paket programından yararlanılmıştır. Grup karşılaştırmalarında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için T testi ve Anova testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda profesyonel e-sporcuların cinsiyet değişkeni açısından oyuna karşı bağımlılık ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). E-sporcuların oynadıkları oyun türlerine göre bağımlılık, stres ve kaygı düzeyleri incelendiğinde aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Ancak CS:GO oynayan oyuncuların diğer oyunculardan ortalama olarak daha fazla kaygı düzeyine sahip oldukları (ort. 2.56), aynı zamanda CS:GO oynayan oyuncuların diğer oyunculardan bağımlılık düzeylerinin ortalama olarak daha fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır (ort. 4.1). Bu sonucun ortaya çıkmasında CS:GO oyununun uzun yıllardır oynanması ve e-sporun en köklü oyunlarından biri olması etkili olabilir. Profesyonel e-sporcuların cinsiyetlerine göre stres düzeyleri incelendiğinde aralarında istatistiksel olarak kadın e-sporcular lehine anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Bağımlılık, stres ve kaygı düzeylerinin ölçek alt boyutları incelendiğinde de oyuncuların cinsiyetlerine göre stres alt boyutunda istatistiksel olarak kadın e-sporcular lehine anlamlı fark görülmüştür ($p<0,05$). Sporcuların stres düzeyleri oyun türüne göre incelendiğinde PubG oynayan oyuncuların diğer oyunları oynayan oyunculardan ortalama olarak daha yüksek stres düzeyine sahip oldukları sonucu ortaya çıkmıştır (ort. 2.39). PubG oyununda

karakterin hayatta kalması temel oynanış amacı olduğundan dolayı oyuncuların stres düzeylerinin ortalama olarak yüksek olması oyunun oynanış dinamiğinden kaynaklı olduğu düşünülebilir. DOTA oynayan oyuncuların da diğer oyunculardan başarı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (ort. 4,42). Bu bulgular, e-spor endüstrisinin psikolojik sağlık üzerindeki etkilerini anlamak ve oyunculara uygun destek ve yönlendirmeler sağlamak için önemlidir.

Anahtar Kelimeler: E-Spor, Bağımlılık, Stres, Kaygı, Çevrimiçi Oyun

Name of thesis: Examining Professional E-Sports Players' Game Addiction, Stress, and Anxiety Levels

Author of thesis: Berkay GELDİ

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the addiction, stress, and anxiety levels of professional e-sports players concerning their games and to investigate the differences according to the variables of gender and the types of games played. Data collection tools used include the Personal Information Form, Online Game Addiction Scale, Depression, Anxiety, Stress Scale, and State-Trait Anxiety Inventory. A total of 100 e-sports players, including 39 females and 61 males, participated voluntarily in the study. SPSS 22.0 software package was used for the statistical analysis of the data. T-test and ANOVA test were used to determine whether there is a significant difference in group comparisons.

As a result of the analyses, no significant difference was found between professional e-sports players' addiction and anxiety levels concerning the gender variable ($p>0,05$). When the addiction, stress, and anxiety levels of e-sports players were examined according to the types of games they played, no statistically significant difference was found among them ($p>0,05$). However, it was found that players who play CS:GO have higher average anxiety levels and addiction levels compared to other players (avg. 2.56). This result may be influenced by the fact that CS:GO has been played for many years and is one of the most established games in e-sports (avg. 4.1). When the stress levels of professional e-sports players were examined according to their gender, a statistically significant difference was found in favor of female e-sports players ($p<0,05$). When the sub-dimensions of addiction, stress, and anxiety levels were examined, a statistically significant difference was observed in favor of female e-sports players in the stress sub-dimension ($p<0,05$). When the stress levels of the athletes were examined according to the type of game played, it was found that players who play PubG have higher average stress levels compared to those who play other games (avg. 2.39). The high average stress levels in PubG players can be attributed to the game's dynamic, where the main gameplay objective is the survival of the character. It was also observed that players who play DOTA have higher success levels

compared to other players (avg. 4,42). These findings are important for understanding the impact of the e-sports industry on psychological health and for providing appropriate support and guidance to players.

Keywords: E-Sports, Addiction, Stress, Anxiety, Online Game

ÖNSÖZ

Bu çalışmada profesyonel e-spor oyuncularının bir başka deyişle e-sporu hayatlarında iş olarak kabul etmiş kişilerin, dijital oyunlara karşı ne kadar bağımlı oldukları, oyun içerisinde yaşadıkları stres ve kaygı düzeylerinin ölçülmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmanın hayata geçirilmesi sürecinde bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım danışman hocam Prof. Dr. Sayın İlhan TOKSÖZ'e, araştırmanın her aşamasında bilgisini ve yardımlarını esirgemeyip bana yol gösteren değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Sayın Erdem DEMİRÖZ'e, desteğini esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Sayın Gamze YILDIRIM ARAZ'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **I**

ABSTRACT ..... **III**

ÖNSÖZ ..... **V**

TABLOLAR LİSTESİ ..... **VIII**

ŞEKİLLER LİSTESİ ..... **X**

GİRİŞ **1**

BİRİNCİ BÖLÜM

1. OYUN ve E-SPOR **4**

1.1 Oyun Kavramı 4

1.2 Oyunun Tarihsel Gelişimi 5

1.3 Dijital Oyun Kavramı 6

1.4 E-Spor Kavramı 8

1.5 E-Sporcu Kavramı 10

1.6 E-Spor Tarihçesi 11

1.7 E-spor Oyun Türleri 14

1.8 E-Spor Turnuvaları 17

1.8.1 Ligler ve Turnuvalar 20

İKİNCİ BÖLÜM

2. STRES, KAYGI ve BAĞIMLILIK **21**

2.1 Bağımlılık Kavramı 21

2.2. Oyuna Karşı Bağımlılık ve Nedenleri 22

2.3 Stres Kavramı 24

2.4 Stresi Etkileyen Faktörler 25

2.5 Stres Belirtileri 26

2.6 Kaygı Kavramı 28

2.7 Kaygı Nedenleri 29

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. PROFESYONEL E-SPORCULARIN OYUNA KARŞI BAĞIMLILIKLARI, STRES VE KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ 30

3.1 Araştırmanın Yöntemi 30

3.1.2 Çalışma Grubu 30

3.1.3 Veri Toplama Araçları 31

3.1.3.1 Demografik Bilgi Formu 31

3.1.3.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği 31

3.1.3.3. Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği 31

3.1.3.4. Sürekli Kaygı Ölçeği 32

3.1.4. Verilerin Toplanması 32

3.1.5. Verilerin Analizi 32

4. ARAŞTIRMANIN BULGULARI 33

TARTIŞMA VE SONUÇ 53

KAYNAKÇA 57

EKLER 64

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Çalışmaya Katılan E-sporcuların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular 33
Tablo 2. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 34
Tablo 3. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Cinsiyet Değişkinine Göre Frekans Dağılımı 35
Tablo 4. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Eğitim Durumları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 35
Tablo 5. Çalışmaya Katılan E-Sporcuların Oynadıkları Oyun Türü Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 36
Tablo 6. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Günlük Oyun Süresi Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 37
Tablo 7. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Kaç Yıldır E-Spor Oyuncusu Oldukları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 38
Tablo 8. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Profesyonel Oldukları Oyunu Kaç Yıldır Oynadıkları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 39
Tablo 9. Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı, Stres ve Kaygı Değişkenine Göre Frekans Dağılımı 39
Tablo 10. Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Normal Dağılımı 40
Tablo 11. Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Alt Boyutlarına Göre Tanımlayıcı Bulgular 41
Tablo 12. Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Alt Boyutlarının Dağılım Grafikleri 42
Tablo 13. Profesyonel E-Sporcuların Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılıkları 45
Tablo 14. Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılıkları 46
Tablo 15. Profesyonel E-Sporcuların Oyuna Karşım Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılıkları 46

Tablo 16. Profesyonel E-Sporcuların Oyuna Karşı Bağımlılık Düzeylerinin Aksaklık, Başarı, Ekonomi Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklılıkları 47
Tablo 17. Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Stres Alt Boyutlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılıkları 47
Tablo 18. Profesyonel E-Sporcuların Kaygı Düzeylerinin Oyun Türlerine Göre Farklılıkları 48
Tablo 19. Profesyonel E-Sporcuların Bağımlılık Düzeylerinin Oyun Türlerine Göre Farklılıkları 48
Tablo 20. Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Oyun Türlerine Göre Farklılıkları 49
Tablo 21. Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Stres Alt Boyutlarının Oyun Türlerine Göre Farklılıkları 50
Tablo 22. Profesyonel E-Sporcuların Bağımlılık Düzeylerinin Aksaklık, Başarı, Ekonomi Alt Boyutlarının Oynadıkları Oyun Türlerine Göre Farklılıkları 51

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Kaygı Normal Dağılım 40
Şekil 2. Bağımlılık Normal Dağılım 40
Şekil 3. Stres Normal Dağılım 41
Şekil 4. Aksaklık Normal Dağılım 42
Şekil 5. Başarı Normal Dağılım 43
Şekil 6. Ekonomi Normal Dağılım 43
Şekil 7. Anksiyete Normal Dağılım 44
Şekil 8. Depresyon Normal Dağılım 44
Şekil 9. Stres Normal Dağılım 45

GİRİŞ

Gelişen teknoloji ile hayatımıza yeni bir kavram olarak giren elektronik spor ya da bir başka deyişle bilgisayar, konsol ya da mobil teknolojik aletler ile oynanan video oyunları, birbirleriyle fiziksel olarak aynı ortamda bulunan ve bulunmayan bireylerin arkadaşları veya oyun içerisindeki diğer oyuncular ile rekabet içerisine girdikleri bir ortam sağlamaktadır. Her geçen sene artarak gelişimini sürdüren e-spor faaliyetleri, artık günümüzde göz ardı edilemeyecek noktalara gelmiştir. Gerek hitap ettiği izleyici ve oyuncu kitlesi gerek de büyüyen sermayesi sayesinde e-sporun gelişimi günden güne katlanarak devam etmektedir. E-Spor' un geliştikçe artan cazibesi kitlelerin bu alana gösterdikleri önem ve kişilerin e-sporu hobiden çok profesyonel iş olarak görmeleri bu alana yönelik artan ilginin önemli nedenleri arasında gösterilebilir. Bu gelişmeler ışığında e-sporun en temelinde yer alan oyuncuların, sayıları ve oyuna ayırdıkları süreler de küçümsenmeyecek derecede artış göstermeye başlamıştır. Örneğin ülkemizde 2021 yılı itibariyle Türkiye E-spor Federasyonu'na kayıtlı 2467 kadın sporcu olmakla beraber, 5659 erkek sporcu bulunmaktadır. (Uzuner, M. E. 2023). Bu çalışmada e-sporu iş modeli olarak gelir elde eden kişiler e-sporcu olarak tanımlanmış ve çalışmada profesyoneller olarak ifade edilmiştir. Yapılacak bu araştırmada e-sporu hayatlarında iş olarak kabul etmiş kişilerin, dijital oyunlara karşı ne kadar bağımlı oldukları, oyuna karşı stres ve kaygı düzeylerinin ölçülmesi hedeflenmiştir.

Teknolojinin gelişmesi ve dijital oyun sektöründeki ilerleme oyun alışkanlıklarımızı değiştirmiş, özellikle internet üzerinden oynanabilen kollektif oyunlar e-spor kavramının gün yüzüne çıkmasına sebep olmuştur. Yükçü ve Kaplanoğlu (2018), e-sporu özel teknolojik ekipmanlar kullanarak, profesyonel veya amatör lig ve turnuvalara katılan, belirli kurallara tabi olan rekabetçi oyunları oynayan bir spor şekli olarak tanımlamaktadır. Bu spor, oyun yapımcılarından, sporculardan, kulüplerden, sponsorlardan ve seyircilerden oluşan paydaşları içerir. Rekabetçi oyunlar, genellikle çok oyunculu çevrimiçi oyunları ifade eder ve çoğunlukla bir ya da çoklu oyuncunun birbirleriyle yarıştığı oyunlardır. Profesyonel e-sporcular ise bu

rekabetçi oyunlarda yüksek düzeyde beceri ve stratejiyle oynayarak gelir elde eden ve genellikle bir takımın bir üyesi olan oyunculardır. Aynı zamanda profesyonel e-sporcuların genellikle bir oyun türünde uzmanlaştığı ve bu alanda üst düzey beceriye sahip olduğu söylenebilir. Bu oyuncular, turnuvalarda veya liglerde mücadele ederek ödül paraları, sponsorluk anlaşmaları ve diğer gelir kaynaklarıyla kazanç elde ederler. Çalışmada da League of Legends, CS:GO, DOTA, Valorant, FIFA, PubG, Fortnite oyunlarını oynayan profesyonel e-sporcular hedef kitle olarak seçilmiştir.

Bu çalışma kapsamında profesyonel oyuncuların oyuna karşı bağımlılıkları, stres ve kaygı düzeyleri ölçülüp, cinsiyet ve oynadıkları oyun türlerine göre karşılaştırılmalar yapılmıştır. Çalışmanın literatürde önemli bir boşluğu doldurması beklenmektedir. Araştırmada profesyonel e-sporculara uygulanacak anketler nicel olarak SPSS 22.0 veri analiz programı ile değerlendirilmiştir.

E-spor da diğer tüm sporlar gibi içerisinde yer alanlara rekabetçi yarışma fırsatı sunmaktadır. Oyun sonunda bir kazananı ya da kaybedenin olacağı spor türüdür. Elektronik sporların da temeli ve çıkış noktası rekabeti barındırması, bilgi ve iletişim sistemleriyle bunu dünya genelinde basit bir şekilde gerçekleştirmeye imkân vermesiyle eşsiz bir özelliğe sahiptir (Jenny, S. E. vd. 2017). E-spor sayesinde fiziksel olarak aynı ortamda olmaya gerek kalmadan sporcular birbirleriyle rekabet içerisinde yarışabilmektedir.

Temelde becerinin spor olabilmesi için fiziksel hareket içermesi gerektiğini düşünürsek, e-sporun da kendine özgü fiziksel aktiviteler ve bunun yanında seri reaksiyon, yetenekli el çabukluğu gibi el ve göz koordinasyonu gerektiren beceriler içerdiğini söyleyebiliriz. Elektronik oyunlarda da başarılı sağlamanın en temel özelliklerden biri etkili antrenman yapma ve planlı çalışmadan gelir. Etkili antrenman ve planlı çalışma diğer sportif faaliyetlerde olduğu gibi e-spor ortamında da başarı olmanın en temel prensibi olarak gösterilebilir. Sporcuların bilgisayarların başında uzunca saatlerce yeteneklerini, taktiklerini geliştirecek antrenmanlar yapması gerektiği söylenilebilir. Bu durum belirli bir fiziksel ve psikolojik dayanıklılığın da var olmasını beraberinde getirmektedir. Buradan yola çıkarsak kazanmak ve iyi olmak için büyük çabalar harcanmaktadır. Düzenlenen oyun etkinlikleri için oyuncular 1 aylık

kamplara girmekte ve oyuncular gün içerisinde uzun saatlerce antrenman yapmaktadır (Demir & Bacak, 2019). Yapılacak olan bu çalışmada uzun süreler bilgisayar başında olan profesyonel e-sporcuların oyunlara karşı bağımlı olup olmadıkları sonucuna varılmak istenmektedir. Aynı zamanda bu çalışma kapsamında, e-sporcuların oyun bağımlıkları araştırılmış, stres ve kaygı düzeyleri nicel yöntemlerle analiz edilmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. OYUN ve E-SPOR

1.1 Oyun Kavramı

Oyun, ortaya çıkış zamanı tam olarak bilinmeyen, basit algılanabilen ama öğretim ve içerik olarak çok zengin bir kavramdır. Oyun her konu ve araştırmada kendine yer bulabilen çok geniş bir kavramdır. Türk Dil Kurumu oyunu "Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence" olarak tanımlamıştır (TDK, 2020b).

Oyun, hedefleri olan bir etkinliktir. Oyun, varoluşumuzdan bu yana var olan bir kavramdır. Oyun kavramının sadece insana özgü bir etkinlik değil de aksine insan öncesi dönemlerde eğlenme, keyif duyma, rekabet etme, yarışma, temsil etme, vakit geçirme güdü ve davranışlarını yansıtan kültür öncesi bir eylem biçimi olduğunu da söyleyebiliriz. (Huizinga, 2013)

Toplumu bir araya getiren aktivite olan oyun kavramı, var olduğu her dönemde ve her yerde kendi kendine ya da toplum tarafından uygulanıp keyif alınan, varoluşun farklı dönemlerinde eğitim, öğrenme, yaratıcılık, hayal etme, örnek alma ve iletişim açısından varlığını sürdürmeye devam etmekte olan önemli bir etkinliktir. (Ayhan & Çavuş, 2014)

Oyun, genellikle eğlence, rekabet veya beceri geliştirme amacıyla oynanan, belirli kurallar çerçevesinde gerçekleşen bir etkinlik olarak ele alınabilir. Geleneksel oyunlar genellikle bireyler arasında veya bireylerin bir grup içinde, belirli bir strateji veya amacı gerçekleştirmek için yarıştıkları veya iş birliği yaptıkları etkinliklerdir. Oyunlar geniş bir yelpazede türlerde bulunabilir, örneğin masa oyunları, video oyunları, spor oyunları, zekâ oyunları, kart oyunları, takım oyunları vb. oyunlar genellikle belirli kurallar veya kılavuzlarla yönlendirilir. Bu kurallar, oyunun nasıl oynanacağını belirler ve genellikle adil bir rekabeti veya oyun deneyimini sağlamak amacıyla konulur. Oyunlar ayrıca stratejik düşünme, problem çözme, iletişim

becerileri, ekip çalışması ve hatta eğitim gibi farklı amaçlara hizmet edebilir. Oyunlar, kültürel olarak da önemli olabilir ve bir toplumun değerleri, normları ve eğlence anlayışını yansıtabilir. Oyunlar, insanların eğlenmelerini, öğrenmelerini ve birbirleriyle etkileşimde bulunmalarını sağlayarak sosyal bağları güçlendirebilir.

1.2 Oyunun Tarihsel Gelişimi

Oyun, insanlığın başladığı zamana kadar süregelen bir geçmişe sahiptir. Oyunun tarihsel gelişimi, teknolojik, kültürel ve toplumsal değişimlere paralel olarak gelişim göstermiştir. Bugün oyunlar da dünya çapında milyonlarca insan tarafından oynanan karmaşık ve çeşitli etkinlikler haline gelmiştir. Oyunlar, kültürler arasında farklılık gösterse de tarih boyunca eğlence, rekabet ve sosyal etkileşimin bir parçası olmuşlardır. Oyun ve oyuncağın geçmişi insanlığın varoluşuna kadar dayanmaktadır. (Uzun, İmamoğlu, Barut, Ceylan, 2021). Bugün bilinen ve oynanan oyunların eski dönemlerde de aktivite olarak yapıldığı söylenebilir. İnsanlar, taş devri döneminde basit oyunlarla zaman geçiriyorlardı. Bunu yapılan arkeolojik çalışmalarda rastlanan taş, kemik veya diğer doğal malzemelerden yapılmış oyun parçalarına rastlanmasından kolayca anlayabiliriz. Örneğin, en eski oyuncaklardan sayılabilen taşlar ile oynanan oyunun "Beş Taş" olduğu bilinmekte ve bu tür oyunların farklı coğrafyalarda taş yerine farklı araçlarla oynandığı da görülmektedir. (Uzun vd, 2021).

Mezopotamya, Asya, Mısır gibi eski bölgelerde oyunlar, zar oyunları, strateji oyunları ve spor etkinlikleri olarak öne çıkmıştır (Akıncı, A. Y. 2022). Orta Çağ'da, Avrupa'da turnuvalar, avcılık oyunları ve tahta oyunları gibi çeşitli oyunlar popülerdi. Şövalyeler arasında düzenlenen turnuvalar, rekabetin ve becerinin birleştiği etkinliklerdi. Rönesans dönemi, Avrupa'da sanat, bilim ve kültürde bir yeniden doğuşa işaret ederken, oyunlar da gelişmeye devam etti. Bu dönemde, çeşitli strateji oyunları, kart oyunları ve zar oyunları popüler hale geldi. Endüstri Devrimi ile sanayi şehirlerinde yaşayan insanlar arasında rekabetçi sporlar ve oyunlar daha yaygın hale geldi. Fabrika işçileri arasında futbol gibi takım sporları popülerleşti. Ayrıca, bu dönemde masa oyunlarının da yaygınlaştı.

20. yüzyıl, oyun endüstrisinde büyük bir dönüşümü işaret etti. Bilgisayar teknolojisinin gelişimiyle birlikte video oyunları ortaya çıktı ve video oyun endüstrisi

hızla büyüdü. Aynı zamanda, masa oyunları, kart oyunları ve sporlar da popülerliğini sürdürdü. Teknolojinin hızla ilerlemesi, çevrimiçi oyunlar, mobil oyunlar ve sanal gerçeklik gibi yeni oyun türlerinin ortaya çıkmasına yol açtı.

21. yüzyılda ise elektronik oyunların gelişimini sürdürdüğü dönem olarak devam etmektedir. Günümüzde internetin gelişimi ile ortaya çıkan önemli gelişme ise çevrimiçi internet üzerinden oynanabilen oyunlardır. İnternetin yaygınlaşmasıyla birlikte gündelik hayatımızın parçası olmaya başlayan çevrimiçi oyunlar, özellikle cep telefonları, dizüstü bilgisayarlar ve tabletler gibi taşınabilir cihazlar ile çok daha kolay erişilebilir hale gelmiştir (Kaya, 2013).

1.3 Dijital Oyun Kavramı

"Dijital oyun" terimi, elektronik ortamlarda oynanan oyunları ifade eder. Elektronik ortamlardaki oyunlar genellikle oyun konsolları, bilgisayarlar, akıllı telefonlar, el tabletleri veya diğer dijital cihazlar üzerinde çalışan yazılımlar şeklinde karşımıza çıkar. Dijital oyunlar, geniş bir yelpazede türleri kapsayabilir. Örneğin aksiyon, macera, strateji, spor, simülasyon, karakter yönetme ve bulmaca oyunları gibi. Dijital oyunlar genellikle grafiksel ve işitsel öğeler içerir, oyunculara etkileşimli bir deneyim sunar ve genellikle belirli bir amacı veya hikâyeyi takip eder. Oyuncular genellikle karakterleri kontrol eder, görevleri tamamlar, düşmanlarla savaşır veya diğer oyuncularla etkileşime geçerler. Dijital oyunlar genellikle çok oyunculu çevrimiçi oyunlar da içermektedir, bu da oyuncuların internet üzerinden birbirleriyle rekabet etmelerine veya iş birliği yapmalarına olanak tanır. Dijital oyunlar, eğlence amaçlı olabileceği gibi, eğitim, simülasyon, sosyal etkileşim ve diğer alanlarda da kullanılabilir. Bu oyunlar, teknolojinin ilerlemesiyle birlikte giderek daha karmaşık ve iletişim gerektiren hale gelmiştir.

Bilgisayar oyunu olarak da adlandırabileceğimiz dijital oyun, Fresca (2010)'nın tanımına göre, dijital yazılım üzerinde tek ya da çoklu oyuncunun birbirleriyle ya da oyun içerisinde var olan zekaya karşı mücadele ettikleri bir tür serbest zaman aktivite yazılımıdır. Bu tanıma ek olarak Gül ve ark. (2017) dijital oyunu, kasalar ya da sistemler olarak ifade edilen elektronik bileşenler aracılığıyla çalışan, bilgisayar kaynaklı yazı ya da şekiller ile yapılan yazılımlar sayesinde üretilen

oyunlar olarak tanımlamışlardır. Bilgisayarlar, oyun konsolları, akıllı telefonlar ve el tabletleri ile oynanabilmektedir. Kaya (2013) yaptığı çalışmada dijital oyunu monitör, kasa, oyun kolu veya klavye gibi ara ekipmanların dijital kodlamalar ile çalıştığı, kuralları ve belirli amaçları olan sistemler bütünü şeklinde tanımlamıştır. Dijital oyun, çok sayıda kullanıcının akıllı telefonlarından, bilgisayarlarından, oyun konsollardan veya el tabletleri gibi teknolojik sistemler ile internete bağlanarak beraber oynadığı ve oyun içindeki oluşturulmuş karakterlerle yarıştıkları ve beraber hareket edebildikleri üç boyutlu oyun yazılımlarıdır. (Barnett & Coulson. 2010).

Bu çalışma kapsamında dijital oyunlar; bilgisayar, oyun konsolu ve benzer teknolojik ekipmanlar aracılığıyla, kendi belirli hedefleri olan, çevrimiçi, çevrimdışı ve tek başına oyun yazılımına karşı ya da diğer oyuncularla beraber birbirlerine veya oyun yazılımına karşı oynanabilen, içerisinde yarışma, problem çözme, planlama, karakter yönetme ve sosyalleşme gibi etkenleri barındıran, ayrıca dijital oyunlar, içerisinde aksiyon, strateji, platform, bulmaca, macera, rol yapma ve simülasyon gibi türlere ayrılarak çeşitlilik gösterebilen elektronik yazılımlar olarak tanımlanmıştır.

Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte, dijital oyunlarda önemli gelişmeler yaşanmıştır. Başlangıçta, televizyonlara bağlanabilen oyun konsolları kullanılırken zaman içinde bilgisayar teknolojisinin gelişmesiyle birlikte dijital oyunlar, televizyon ekranlarından bilgisayar ekranlarına geçiş yapmıştır. Sadece oyun oynamak için üretilen donanımların evlere girmesiyle birlikte oyun deneyimini daha önce görülmemiş hale getirerek oyun endüstrisini çeşitlendirmiş ve genişletmiştir. Bilgisayarların neredeyse her eve girmesi, bilgisayar sistemini oluşturan ek fare, klavye gibi araçlarda önemli değişikliklere yol açmıştır. Bu evrim, dijital oyunları da etkileyerek video kalitesi, görsel efektler ve benzer fazla özellikle kullanıcılara görsel bir deneyim sunmuştur. Bu gelişmeler, dijital oyunları daha çekici ve etkileyici hale getirerek her yaş grubundan bireye hitap etmelerini sağlamıştır (Şimşek & Yılmaz 2020).

Bilgisayarlar, tabletler, konsollar vb. teknoloji araçları üzerinden oynanan oyunlar, oyun kültürünü sokaktan sanal ortama taşımıştır. Bu bağlamda, oyunların içeriği ve yapısı önemli değişimlere uğramıştır. Teknolojinin etkisiyle oyun deneyimi

daha önce görülmemiş bir boyuta evrilerek, oyuncuların etkileşim ve katılımını artırmış ve oyun kültürünü yeni yönlerden zenginleştirmiştir (Kaya, 2013). Sanal ortam, oyunlarda zaman ve mekân kavramlarını ortadan kaldırmıştır. Oyuncular, istedikleri anda çevrimiçi veya çevrimdışı olarak oyunlara erişim sağlayabilmektedirler. Oyuncular, tek başlarına, bilgisayara karşı (oyun içi bilgisayar yazılımı) veya çoklu oyuncu seçenekleri ile birbirleriyle oynama fırsatına sahiptirler. Bu esneklik, oyun deneyimini kişiselleştirirken aynı zamanda oyuncular arasında etkileşimi artırarak oyun dünyasını daha çeşitli ve dinamik bir hale getirmiştir (Bozkurt, 2014).

1.4 E-Spor Kavramı

Video oyunları ve sportif faaliyetler iç içe gelmesi ile önümüze yeni bir kavram olan elektronik spor kavramı yani e-spor çıkmıştır. Elektronik spor, herhangi bir yerde oyuncuların internet aracılığıyla ya da fiziksel olarak aynı ortamda bulunup birbirleriyle oyun oynayabilecekleri spor olarak da tanımlanabilir (Argan vd. 2007).

E-spor genel olarak video oyunları ve sporun bir araya gelmesi ile ortaya çıkmış yeni bir alan olarak görülmektedir. Dijital, sanal ortamlardaki kişilerin teknolojinin olanakları olan, bilgisayar, telefon, tablet, oyun yazılımları ve internet sayesinde bireysel veya çoklu halde oyun içi toplanarak, belirli kuralları barındıran rekabete veya eğlenceye dayalı oyunları içermektedir (Choi, 2013).

E-spor, spor faaliyetlerinden oldukça farklı özelliklere sahiptir. E-spor, dünyanın çeşitli yerlerinde oyuncuların aynı anda haberleşmelerini sağlayan ve bulundukları coğrafi konumdan bağımsız olarak oyunlarda rekabet etmelerine imkân tanıyan bir alan olarak tanımlanabilir. Bu spor dalı, fiziksel aktiviteler yerine oyuncuların elektronik ortamlarda yarıştığı ve iletişim kurduğu bir platformu içermektedir (Kilci, 2021).

E-spor, oyuncuların ve takımların çeşitli video oyunlarında karşılaşarak ödüller ve saygınlık kazanmaya çalıştığı bir etkinlik türü olarak karşımıza çıkar. Bu etkinlikler genellikle canlı yayınlarla veya fiziksel olarak izlenir ve kazanan oyuncu veya takıma para ödülleri içerebilir. Oyuncuların ve takımların e-spor etkinliklerinde başarılı

olabilmek için yoğun bir eğitim, stratejik planlama, rekabet yetenekleri, fiziksel dayanıklılık ve hızlı tepki verme becerileri gerektirir (Gedik, 2023). Bu yüzden e-sporcuların fiziksel ve zihinsel sağlık, antrenman ve hazırlık gereksinimleri bulunur. E-spor, gün geçtikçe büyüme gösteren endüstri haline gelmiş ve uluslararası arenada tanınan büyük organizasyonlar, ligler ve turnuvaların düzenlendiği bir alandır. Bu spor dalının popülaritesi hem oyuncular hem de oyun takipçileri için önemli fırsatlar ve engeller sunmaktadır. Bu kavramların birleşimiyle rekabet ortamı oluşmuştur. Rekabetçi video oyunları, genellikle profesyonel düzeyde oynanan ve izlenen, oyunun kurallarına, stratejilerine ve oyuncunun yeteneklerine dayalı bir spor dalı olarak değerlendirilebilir (Karatepe & Tuna, 2022).

E-spor, rekabetçi video oyunları oynayan oyuncuların veya takımların, oyun içi yeteneklerini sergileyerek, genellikle büyük bir izleyici kitlesi önünde gerçekleştirdiği bir spor olarak adlandırılabiliriz. Bu etkinlikler, farklı video oyunlarında yapılan turnuvalar, ligler veya organizasyonlar aracılığıyla düzenlenir ve oyuncular ödül kazanma veya saygınlık elde etme amacıyla yarışırlar. E-spor, genellikle canlı yayınlar veya dijital platformlar aracılığıyla izlenir ve büyük ödül havuzları içerebilir. Bu rekabetçi oyunlar, stratejik düşünme, hızlı reaksiyon gösterme ve iş birliği gerektiren oyunlardır ve oyuncuların fiziksel ve zihinsel becerilerini geliştirmelerini zorunlu kılabilir. E-spor, hızla büyüyen ve uluslararası düzeyde tanınan bir endüstri haline gelmiştir ve oyuncular, takımlar, organizasyonlar ve izleyiciler arasında büyük bir topluluk oluşturmuştur. Bu nedenle, e-spor, sadece rekabetçi oyunlarla ilgilenen oyuncular için değil, aynı zamanda akademik araştırmaları, reklamlar, farklı iş ortakları ve şirketlerin de odak noktası haline gelmeye devam etmiştir. (Hamari, Sjöblom, Törhönen 2016).

E-spor etkinlikleri turnuvalar, ligler ve organizasyonlar olarak düzenlenir ve bu etkinliklerde ödül havuzları, sponsorluk anlaşmaları ve izleyici katılımı bulunabilir. Oyuncular, profesyonel veya amatör düzeyde e-spor etkinliklerine katılabilir. Rekabetçi oyunlar arasında Dota 2, League of Legends, Counter-Strike: Global Offensive, Overwatch ve daha birçok oyun yer almaktadır. E-spor, oyun endüstrisinin yanı sıra medya ve eğlence sektörleriyle de yakından ilişkilidir ve dünya çağında büyümeye devam etmektedir (Hilvoorde & Pot 2016).

E-spor yalnızca kapsadığı oyuncuları değil, seyirci, taraftar ve bu oyunları oynayıp çeşitli platformlardan yayınlayan yayıncılar olarak da büyük bir alana hitap etmektedir. Dünya genelinde e-spora yatırım yapan büyük firmalar, kulüpler, iş insanları, ünlüler ve spora destek veren kuruluş bulunmaktadır. E-spor kitlelerin ilgisini çektikçe pazarı genişlemekte ve büyüme sağlamaktadır. Bu sayede yapılan birçok organizasyon ve turnuva e-sporun büyümesine katkıda bulunmaktadır (Ocak, M. H. 2020). Örneğin, 2019 League of Legends Dünya Şampiyonası 3,99 milyon kişi tarafından, 2020 League of Legends Dünya Şampiyonası ise 3,88 milyon kişi tarafından canlı olarak izlenmiştir. (Bilir, H. 2022).

1.5 E-Sporcu Kavramı

E-sporcu, video oyunlarını rekabetçi bir şekilde oynayarak genellikle ödül kazanmayı hedef haline getirmiş ve profesyonel düzeyde yarışan oyuncuyu tanımlayan bir terimdir. Her oyunun kendine özgü kuralları, mekaniği ve stratejileri bulunur, bu nedenle e-sporcuların belirli bir oyunda uzmanlaşması gerekir. E-sporcular, ilgi duydukları video oyunlarında uzmanlaşmış oyunculardır. Bu oyuncular ilgi duydukları oyunlarda yüksek puanlarla oyunları tamamlayacak beceri ve yeteneklere sahiptirler. E-sporcular, belirli bir oyun türünde yüksek beceri seviyelerine sahip olan ve oyunun en tepe noktasına ulaşmayı isteyen oyunculardır. Oyunlar genellikle strateji, nişancı, dövüş veya MOBA (Multiplayer Online Battle Arena) gibi farklı türleri içerebilir. Profesyonel oyuncular saatlerce oyun oynayarak becerilerini geliştirirler. Bu da hızlı refleksler, stratejik düşünme yeteneği ve oyun içi becerilerin gelişmesine yardımcı olabilir. Profesyonel e-sporcular genellikle günün büyük bir kısmını oyun beceri ve yeteneklerini geliştirmek ve takımlarıyla birlikte çalışmak için harcarlar (Mustafaoğlu, 2018). E-spor oyunları genellikle takım tabanlıdır ve oyuncular e-spor takımlarının birer üyesidir. Takım içi iletişim, stratejilerin oluşturulması ve oyun içi koordinasyon çok önemlidir. Takımların başarısı, üyelerin uyumlu bir şekilde çalışmalarına bağlıdır. E-sporcular, yerel, ulusal ve uluslararası düzeyde düzenlenen turnuvalara katılırlar. Bu turnuvalar büyük ödül havuzlarına sahip olabilir ve kazananlar ciddi miktarda para ödülü kazanabilirler. Ayrıca bazı turnuvalar, büyük izleyici kitlesine sahiptir ve canlı olarak yayınlanır. Başarılı e-sporcular, çeşitli markalar ve sponsorlar tarafından desteklenebilirler. Bu sponsorluklar, oyunculara maddi destek sağlayabilir ve onların

profesyonel kariyerlerini sürdürmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca oyuncular, çeşitli ürünleri veya markaları tanıtmak için endorsement (sponsorluk) anlaşmaları yapabilirler. E-sporcu olmak, bazı kişiler için bir kariyer seçeneği haline gelmiştir. Ayrıca e-sporcular profesyonel olarak oyun oynamanın dışında, yayıncılık, koçluk veya organizasyon yönetimi gibi farklı alanlarda profesyonel bir kariyer yapabilirler.

Günümüzde e-spora karşı artan ilgiye dünya genelinde resmi ve özel e-spor organizasyonları oluşturularak bu alanda profesyonel kişilere fırsat tanınmaya başlanmıştır. Dünya çapından oyuncuların katılımı ile gerçekleştirilen bu organizasyonlara bu alana ilgi duyan firmaların sponsorluk anlaşmaları ile milyon dolarlarla ifade edilen desteği elektronik spor dalının potansiyel barındıran gelişiminin bir kanıtı olarak değerlendirilebilir (Argan, Özer & Akın, 2006). Logitech, HyperX, Cyber Power PC, AMD, MSI, Monster, HP Omen gibi teknoloji markaları, iyi bir oyun deneyimini kendileriyle özdeşleştirerek ürünlerini bu alana uygun hale getirmektedir. Red Bull, Gillette, T-Mobile, Maximum, Gittigidiyor gibi markalar ise e-spor tüketicilerinin kendi hedef kitlelerine dahil olduğunu fark ettikleri için e-spor sahnesine destek vermektedir. (Kocaömer, C. 2018).

E- spor ile ilgilenen sporcular, profesyonel ve amatör sporcular olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Profesyonel e-spor oyuncuları, takımını veya ülkesini temsil etmek amacıyla çeşitli oyun kategorilerinde bulunan ulusal ya da uluslararası turnuvalara katılıp bulunduğu takımı temsil etmektedir. Ülkemizde var olan FUT, BBL, SuperMassive, Eternal Fire gibi binlerce destekçisi olan birçok e-spor kulübü sayesinde oyuncular bu tarz etkinliklere katılım göstermeye devam etmektedir. Amatör olarak e-spor ile ilgilenen oyuncular iste kendileri bireysel olarak ya da çevrelerindeki diğer oyuncular ile oyun içerisinde eşleşerek kendi internet ağlarından oyunların düzenlediği yarışmalara ve turnuvalara katılarak bu sektörün içerisinde var olmaya devam etmektedir (Argan & Akın, 2007).

1.6 E-Spor Tarihçesi

E- spor bilgisayar oyunlarının ilk çıktığı 1960'lı yılların başında var olmuştur ancak son yıllarda gelişen teknoloji ve değişen nesille beraber beğenisi artmış bir kavramdır. 1970'li yıllarda Atari ile oyuncular oyunları atari salonlarında birlikte

oynamaya başlamışlardır. Atari salonları, oyun kültürünün doğduğu ve geliştiği yerler olmuştur. Bu dönemde gelişen oyun konsolları sayesinde, tek kişilik oyunlardan çok oyunculu oyunlara geçiş yapılmış ve rekabetçi oyun anlayışı ortaya çıkmaya başlamıştır. (Kocadag, 2017).

E-sporun tarihçesinin oldukça ilginç ve hızlı bir şekilde gelişmekte olduğunu söyleyebiliriz. Örneğin;

1- 1950'ler ve 1960'lar: E-sporun kökenleri, 1950'lerde ve 1960'larda atari oyunlarının popüler hale gelmesiyle başlar. Ancak bu dönemdeki organizasyonlar genellikle basit yarışmalar veya yüksek skorları kaydeden oyuncular arasındaki rekabetten ibarettir.
2- 1970'ler: İlk büyük e-spor etkinliklerinden biri olan "Space Invaders" turnuvası düzenlendi. Bu, e-sporcular tarafından e-sporun erken bir örneği olarak kabul edilir. 1972 yılında, Stanford Üniversitesi'nde düzenlenen "Spacewar!" turnuvası, belirli bir oyunun bir araya gelen oyuncular arasında rekabetçi bir etkinlik olarak düzenlenmesine örnek teşkil eder.
3- 1980'ler: 1980'ler, e-sporun erken dönemlerini işaret eder. Arcade oyunları, rekabetçi oyunlar için popüler bir platform haline geldi. Bu dönemdeki öne çıkan oyunlardan biri "Donkey Kong" idi ve bu oyunun yüksek skorlarını kırmak için Nintendo tarafından yarışmalar düzenlendi. Atari ve Nintendo gibi büyük oyun şirketleri de rekabetçi oyunlar düzenlemeye başladılar. "Twin Galaxies" adlı organizasyon, dünya genelinde yüksek skorları kaydeden oyuncuları belirlemeye başladı.
4- 1990'lar: Bu dönemde özellikle dövüş oyunları (Street Fighter, Mortal Kombat) ve gerçek zamanlı strateji oyunları (StarCraft) e-sporun önemli bir parçası haline geldi. Bu dönemde e-spor turnuvaları daha büyük ve popüler hale geldi.
5- 2000'ler: İnternetin yaygınlaşmasıyla birlikte çevrimiçi oyunlar ve oyun yayıncılığı (Twitch gibi platformlar) e-sporun büyümesine katkı sağladı. Atari, Nintendo, EA Games, Valve gibi büyük şirketler ve sponsorlar, e-spor organizasyonlarına yatırım yapmaya başladılar. 2000'ler, büyük ölçüde e-sporun profesyonelleştiği ve büyüdüğü dönem olarak

gösterebiliriz. Oyun geliştiricileri ve organizasyonlar, rekabetçi oyunlar için arenalar ve ligler oluşturmaya başladılar. Bu dönemde "Counter-Strike," "Warcraft III," ve "StarCraft II" gibi oyunlar e-sporun önde gelen oyunları haline geldi.

6- 2010'lar: Bu dönemde büyük turnuvalar, dünya genelinde milyonlarca izleyiciyi çekmeye başladı. Yıllar geçtikçe takipçi ve izleyici kitlesi artış göstermeye devam etti. 2014 yılında e-spor izleyici sayısı yaklaşık 200 milyon iken, 2015 yılında bu rakam yaklaşık 230 milyona yükseldi. 2016'da ise toplam e-spor izleyici sayısı yaklaşık 320 milyona çıktı, 2017'de ise 380 milyona ulaştı. 2018'de e-spor izleyici sayısının 395 milyona, 2019'da ise 420 milyona çıktığı ifade edilebilir. (Yükçü, Kaplanoğlu, 2018). Özellikle MOBA (Multiplayer Online Battle Arena) oyunları, Counter-Strike: Global Offensive ve Overwatch gibi oyunların büyük bir takipçi kitlesi kazandığı söylenebilir. 2010'lar, e-sporun büyük bir popülarite kazandığı dönem olarak da gösterilebilir. Büyük turnuvalar, stadyumları dolduran izleyicileri ve milyonlarca çevrimiçi izleyiciyi çekmeye başladı.
7- 2020'ler: E-spor, COVID-19 pandemisi sırasında fiziksel etkinliklerin sınırlanması nedeniyle daha da büyüdü. Online turnuvalar ve ligler, oyuncular ve izleyiciler arasında giderek daha fazla ilgi çekmeye başladı. E-Spor organizasyonları, yaklaşık 400 milyonu aşkın tekil izleyiciye sahip bir spor dalı olarak her geçen gün daha da önem kazanmaktadır. (Kılıç 2018).

Kartal'ın (2020) Snavly'den (2014) aktardığına göre, e-sporun ilk dönemleri, 1980 ve 1990'lı yıllarda popüler olan "Arcade" adı verilen oyun salonları ile evlerde kullanılan oyun konsollarının büyük ilgi görmesiyle şekillenmiştir. 2000'li yılların başlarına gelindiğinde ise internetin evlere yaygın olarak girmesi, e-sporun ikinci dönemini başlatmıştır. Bu bağlamda 1980'li yılların başlarında dijital oyun alanları büyük talep görmüştür. Dönemin oyunları, tek kişiye ve başarıya odaklı olup basit puan kazanıp ilerlemelerden oluşan mekanizmaları, bilgisayara karşı oyun boyunca yenilmeden ilerleme, oynanan oyunlardaki diğer oyuncuların oluşturduğu yüksek puanı geçme gibi rekabetçi bir sistem içermekteydi. E-sporun ana unsurlarından biri

rekabete dayanmasıdır ve bu doğrultuda düzenlenen turnuvaların bulunmasıdır. (Kartal, 2020).

1990'lı yıllarda gelişmekte olan ülkelerde internet kullanımının hızlıca artması ile konsol veya bilgisayar üzerinden oyun oynayan oyuncular diğer ülkelerden aynı oyunu oynayan oyuncular ile rakip olup rekabete girme fırsatı bulmaya başlamışlardır. Özellikle 2000'li yılların başlarında FPS (Birinci şahıs nişancı) türündeki Counter Strike ve Half Life gibi oyunlar, e-spor turnuvalarının büyümesi ve gelişmesine önemli katkılar sağlamıştır. (Üçüncüoğlu, Çakır, 2017).

2004-2006 yıllarında internet ve internet kafelerin piyasaya girmesiyle beraber oyun sektörü de değişim geçirmeye başlamıştır. Bu gelişmeler ile oyun oynayan oyuncu sayısı artarken rekabetçi oyuna olan ilgi de bununla beraber artış gösterdiğini söyleyebiliriz. Bu ilgi karşısında sektörde büyüme başlamış ve ödüllü turnuvalar düzenlenmeye başlanmıştır. Avrupa'da ilk ödüllü e-spor turnuvası ''Red Annihilation'', 1997 yılında gerçekleşmiştir (Kampmann, 2001).

Turnuva ödüllerinin son yıllarda çok büyük miktarlara ulaşmıştır. Örneğin, Valve şirketi Frozen Throne aracılığıyla oynanan Dota'nın yapımcısıyla anlaşıp Dota oyununun yeni versiyonu Dota 2'yi piyasaya çıkarmıştır. 2011 yazında, 1.600.000 dolarlık ödül havuzuyla The International Dota 2 turnuvası düzenlenmiştir. Bu durum, e-sporun bir kariyer seçeneği olabileceğini gösterdi. Dota 2'nin ödül havuzu her yıl artarak devam etmektedir. 2016 yazında düzenlenen The International turnuvasının ödül havuzu 20.000.000 dolara ulaşmış ve birinci olan takım yaklaşık 9.000.000 dolarlık ödülü kazanmıştır. (DOTA2, 2016).

1.7 E-spor Oyun Türleri

E-spor oyunları, oyuncuların rekabetçi bir şekilde birbiriyle yarıştığı ve genellikle büyük ödüllerin ve takipçi kitlesi bulunan profesyonel bir etkinlik haline geldiği çeşitli video oyun türlerini içerir. Oyun türlerini aşağıdaki şekilde sınıflandırabiliriz:

1. **Strateji Oyunları:** Strateji oyunları, oyuncuların uzun vadeli planlama ve stratejik düşünme becerilerini gerektiren oyunlardır. Oyuncular, oyun

içerisinde var olan kaynakları yönetmeli, oyunu kazanabilmek için bir ordu veya topluluk inşa etmeli ve rakiplerine karşı zekâ ve taktiksel becerilerini kullanmalıdır. Bu oyunlar genellikle büyük turnuvalar, ligler ve ödül havuzları ile desteklenir ve dünya genelinde profesyonel oyuncu topluluklarına sahiptir. E-sporun strateji oyunları, takım tabanlı veya bireysel oyunlar şeklinde çeşitli oynanış biçimleri sunabilmektedir. Örnek oyunlar: StarCraft II, Age of Empires II, Civilization VI.

2. **RTS (Gerçek Zamanlı Strateji) Oyunları:** Gerçek Zamanlı Strateji oyunları, oyuncuların kaynakları toplamalarını, bir ordu inşa etmelerini ve düşmanlarını farklı stratejilerle yenmelerini gerektiren oyunlardır. Örnek oyunlar: StarCraft II, Age of Empires serisi, Warcraft III.
3. **MOBA (Çevrimiçi Savaş Arenası) Oyunları:** MOBA oyunları, iki takımın karşı karşıya geldiği ve her oyuncunun kendi kahramanını kontrol ettiği çok oyunculu oyunlar olarak tanımlayabiliriz. Bu oyunlarda oyuncular, harita kontrolünü ele geçirmeye ve rakip takımı yenmeye çalışır. MOBA oyunları, takım iş birliği, strateji ve kişisel becerilere dayalıdır. Oyuncular, karakterlerin seviyelendirir, yeteneklerini geliştirir, ekipman toplar ve harita kontrolünü ele geçirmeye çalışırlar. Bu oyunlar genellikle büyük turnuvalar, ligler ve profesyonel e-spor sahneleri ile desteklenir. Ayrıca MOBA oyunlarının oynanış tarzları ve karakterleri sürekli olarak güncellenir ve oyunlar topluluk tarafından sıkça takip edilir. Örnek oyunlar: League of Legends, Dota 2, Heroes of the Storm.
4. **FPS (Birinci Şahıs Nişancı) Oyunları:** FPS oyunları, oyuncuların birinci şahıs bakış açısından oynadığı ve nişancılık becerilerini test ettiği oyunlar olarak tanımlanabilir. Takım tabanlı veya tek oyunculu modlar içerebilirler. Bu tür oyunlar, genellikle hızlı tempolu, rekabetçi ve aksiyon dolu oyunlar olarak bilinir. FPS oyunları, genellikle hızlı reflekslere, nişancılık becerilerine ve taktiksel düşünmeye dayalıdır. Oyuncular, silahlarını seçer, harita üzerinde stratejik avantajlar arar ve rakiplerinin hepsini yok etmeye ya da üslerini ele geçirmeye çalışır. Örnek oyunlar: Counter-Strike: Global Offensive (CS: GO), Overwatch, Rainbow Six Siege.

5. **Battle Royale Oyunları:** Battle Royale oyunları, oyuncuların büyük bir harita üzerinde hayatta kalmak için savaştığı oyunlardır. Her oyunun sonunda hayatta kalan oyuncu veya takım galip gelir. Battle Royale oyunları, oyuncuların hayatta kalmak için strateji geliştirmelerini, kaynakları toplamalarını ve diğer oyuncularla savaşmalarını gerektirir. Oyunların haritaları genellikle zamanla daralır, bu da oyuncuları birbirlerine yaklaştırır ve çatışmaları kışkırtır. Örnek oyunlar: Fortnite, PlayerUnknown's Battlegrounds (PUBG), Apex Legends.
6. **Yarış Oyunları:** Yarış oyunları, hızlı araçlarla yarışan oyuncuları içerir. Genellikle rekabetçi yarışmalar ve ligler düzenlenir. Yarış oyunları, oyuncuların hızlı araçları kullanarak yarışlara katıldığı veya sürüş becerilerini test ettiği oyun türleridir. Bu tür oyunlar genellikle hız, rekabet ve sürüş yeteneklerini vurgular. Genellikle çok oyunculu modlar içerir ve yarış severler için büyük bir izleyici kitlesi ve e-spor organizasyonlarına sahiptir. Oyunların gerçekçi fizik motorları ve görsel efektleri, oyunculara gerçek bir yarış deneyimi sunar. Örnek oyunlar: F1 2021, iRacing, Gran Turismo Sport.
7. **Spor Simülasyonları:** Spor simülasyonları, gerçek spor olaylarını taklit eden ve oyuncuların sporcuları kontrol etmesini sağlayan oyunlardır. Genellikle futbol, basketbol, Amerikan futbolu ve diğer sporlar içerir. Spor simülasyon oyunları, sporların gerçekçi bir deneyimini sunmanın yanı sıra oyunculara takım yönetimi, oyuncu geliştirme ve stratejileri uygulama fırsatı da sunar. Ayrıca oyuncular, diğer oyuncularla çevrimiçi oyunlar oynayabilir, rekabetçi turnuvalara katılabilir ve kendi kariyerlerini inşa edebilirler. Örnek oyunlar: FIFA serisi, NBA 2K serisi, Madden NFL serisi.
8. **Kart Oyunları:** Kart oyunları, oyuncuların kartlarla strateji geliştirmesini ve rakiplerini puan veya strateji olarak üstün gelmesini gerektiren oyunlardır. Değişen kart özellikleri ve stratejileri içerir. Örnek oyunlar: Hearthstone, Magic: The Gathering Arena, Gwent.
9. **Dövüş Oyunları:** Dövüş oyunları, oyuncuların birbirleriyle dövüştüğü ve çeşitli karakterlerin farklı yeteneklerini kullanarak rakiplerini yenmeye

çalıştığı oyunlardır. Örnek oyunlar: Street Fighter V, Tekken 7, Super Smash Bros.

E-spor dünyası sürekli olarak gelişimini sürdürmekte, oyun türleri bu sektördeki rekabetçi ortamı daha da popüler hale getirmektedir. Her türün kendi izleyici ve hedef kitlesi vardır. Bu oyunlar genellikle büyük turnuvalar, ligler ve ödül havuzları ile desteklenmektedir. Her bir oyun türü, kendine özgü beceri ve oynanış tarzlarını gerektirir. E-spor dünyası, bu farklı oyun türleri üzerinde çeşitlilik sunar ve her biri kendi profesyonel oyuncu topluluğuna ve turnuvalarına sahiptir.

1.8 E-Spor Turnuvaları

E-spor turnuvaları genellikle çevrimiçi ortamda veya büyük etkinliklerde offline LAN (Local Area Network) ortamında gerçekleşir ve izleyiciler ister fiziksel ister online olarak etkinlikleri takip edebilir. Oyuncular, oyunun gereksinimlerine göre etkinliklere bireysel olarak veya takım halinde katılabilirler. Turnuvalar genellikle eleme turları, grup aşamaları ve finaller gibi farklı aşamalardan oluşur. Oyuncular genellikle büyük ödül havuzları için yarışırlar ve birçok turnuva, sponsorluk anlaşmaları ve medya hakları gibi gelir kaynaklarına sahiptir. Özellikle CS:GO, Valorant, League Of Legends, FIFA, DOTA 2 gibi popüler oyunlarda, e-spor oyuncuları ve takımları büyük hayran kitlesine sahiptir. E-spor turnuvaları, dünya çapında milyonlarca izleyiciye canlı olarak yayınlanabilir ve geniş bir izleyici kitlesine ulaşabilir. Örneğin, RIOT Games'in oyunlarından League of Legends'ın 2016 Dünya Şampiyonası finalleri, aynı anda 28 milyon kişi tarafından izlenmiştir. 2017 yılında ise Çin'in çeşitli şehirlerinde düzenlenen League of Legends Dünya Şampiyonası'nda toplamda 136 saatlik yayın yapılmıştır. 24 takımın katıldığı bu şampiyonada, SKT ve RNG takımları arasında gerçekleşen yarı final maçı 106 milyon 210 bin izleyici ile en çok izlenen karşılaşma olmuştur. (Kocaömer, C. 2018). Bu turnuvalar, oyun endüstrisindeki büyüme ve e-sporun rekabetçi bir spor alanı olarak kabul görmesiyle birlikte önemini daha da artırmaya devam etmektedir.

Turnuvaların genel içerdiği özellikleri aşağıdaki şekilde sıralayabiliriz;

1. **Turnuva Türleri:** E-spor turnuvaları, farklı oyun türlerini kapsar. Strateji oyunları, nişancı oyunları, spor simülasyonları ve dövüş oyunları gibi çeşitli türlerde turnuvalar düzenlenir.
2. **Turnuva Formatları:** Turnuva formatları, eleme turları, grup aşamaları ve finaller gibi farklı aşamalardan oluşabilir. Bazı turnuvalar çevrimiçi, bazıları ise büyük etkinliklerde offline olarak gerçekleşir.
3. **Ödül Havuzları:** E-spor turnuvaları genellikle büyük ödül havuzlarına sahiptir. Oyuncular veya takımlar, başarılı oldukça ödüller kazanır. Bu ödüller genellikle nakit para, özel ekipmanlar veya sponsorluklar olabilir.
4. **Oyuncu ve Takımlar:** Turnuvalara genellikle profesyonel oyuncular veya profesyonel e-spor takımları katılır. Bu oyuncular, genellikle belirli bir oyun türünde uzmanlaşmışlardır.
5. **Canlı Yayınlar:** E-spor turnuvaları, çevrim içi platformlarda canlı olarak yayınlanır. Twitch, YouTube Gaming ve benzeri platformlar üzerinden milyonlarca izleyiciye ulaşabilirler.
6. **Organizatörler ve Sponsorlar:** E-spor turnuvalarını düzenleyen organizasyonlar, genellikle büyük oyun geliştiricileri, spor kulüpleri veya bağımsız organizatörlerdir. Ayrıca, turnuvalar genellikle çeşitli markalar tarafından sponsorluklarla desteklenir.
7. **Dünya Çapında İlgi:** E-spor turnuvaları, dünya çapında büyük bir izleyici kitlesi tarafından takip edilir. Büyük turnuvalar, stadyumları doldurabilir ve milyonlarca izleyiciyi çevrimiçi olarak çeker.

E-spor turnuvaları, oyun endüstrisinin büyümesiyle beraber hızla daha fazla önem kazanmış ve e-sporu rekabetçi bir spor dalı olarak tanıttığı söylenebilir. Oyuncuların yeteneklerini sergileyebilecekleri, oyunların hayranlarını bir araya getirebilecekleri ve büyük ödüller kazanabilecekleri önemli platformlardan biridir. Son birkaç yıl içinde sürekli büyüyen bir topluluğu bünyesinde barındıran e-spor organizasyonları, dünya genelinde büyük bir ilgi görmektedir (Mikael, vd. 2014). Bazı e-spor turnuvalarını aşağıdaki gibi sıralayabiliriz;

1. **League of Legends World Championship (LoL Worlds):** League of Legends, dünyanın en çok takip edilen oyunlarından biridir ve her yıl düzenlenen LoL Worlds, en iyi takımların bir araya geldiği büyük bir turnuvadır. Büyük ödüller dağıtır ve geniş bir izleyici kitlesiyle dikkat çeker.
2. **The International (Dota 2):** Valve tarafından düzenlenen Dota 2'nin en prestijli turnuvasıdır. The International, genellikle büyük dağıtır ve oyunun en iyi takımlarını bir araya getirir. Bu turnuvada 2021 yılında toplam 40,018,195$ para ödülü dağıtılmış olup, turnuvanın kazananı olan Team Spirit toplam ödülün 45.5%'i olan 18,208,300$ değerinde ödülün sahibi olmuştur. (DOTA2, 2021)
3. **Fortnite World Cup:** Fortnite, popüler bir battle royale oyunudur ve Fortnite World Cup, dünya genelinde popülerlik kazanan bir turnuvadır. Büyük ödül havuzlarıyla dikkat çeker.
4. **Counter-Strike: Global Offensive Major Turnuvaları:** CS:GO, uzun süredir rekabetçi oyun sahnesinde önemli bir rol oynamaktadır. Valve tarafından desteklenen Major turnuvalar, büyük ödüller ve uluslararası rekabeti içerir. 2023 yılında düzenlenen Major turnuvasında $1,250,000 dolar dağıtıldı ve kazanan takım Team Vitality bu havuzdan $500.000 dolar kazandı (HLTV, 2023)
5. **Overwatch League Grand Finals:** Overwatch, birinci şahıs nişancı oyunudur ve Overwatch League, dünyanın dört bir yanındaki takımların mücadele ettiği bir profesyonel ligdir. Grand Finals, sezonun zirvesini temsil eder.
6. **FIFA eWorld Cup:** FIFA serisi, futbol oyunları alanında büyük bir e-spor takipçi kitlesine sahiptir. FIFA eWorld Cup, en iyi FIFA e-spor oyuncularının dünya çapında rekabet ettiği bir turnuvadır.
7. **Riot Games'in Valorant ve Wild Rift Turnuvaları:** Riot Games, Valorant ve League of Legends: Wild Rift gibi yeni oyunları için de büyük turnuvalar düzenlemektedir. Bu turnuvalar, oyuncuların ve takımların yeni oyunlarda yeteneklerini sergileyebileceği platformlardır.

Bu turnuvalar, oyun sektörünün büyümesiyle birlikte giderek daha fazla önemli hale gelmiş ve e-sporun dünya çapında popülerleşmesine katkıda bulunmuştur. Turnuvalar, oyun topluluğunu bir araya getirir ve izleyicilere heyecan verici mücadeleler sunar.

1.8.1 Ligler ve Turnuvalar

Ligler ve turnuvalar, e-sporun temel bileşenleri arasında önemli bir yerde konumlanmaktadır. Genellikle belirli bir oyun ve ana sponsorun iş birliğiyle oluşturulan ligler, takımların ve sporcuların birbirleriyle rekabet ettiği bir platformu içerir. Bu, geleneksel sporlardaki lig anlayışına benzer şekilde, e-spor camiasında oyuncular arasında çeşitli müsabakaların düzenlenmesine ve rekabetin artmasına olanak tanır. (Bozdoğanoğlu,2021). ESL (Electronics Sports League) ise en köklü liglerden birisidir. İlk olarak 2000 yılında Almanya'da kuruldu ve kurulduğu günden sorna küresel bir çapta büyüyerek çeşitli video oyunları için uluslararası turnuva ve ligler düzenlemektedir (Mustafaoğlu2018). INTEL gibi sponsorlar eşliğinde turnuvalar ve ligler düzenlemektedir. ESL, INTEL ESL adında bir oluşumla Türkiye'de şampiyonalar düzenlemektedir.

Ligler ve turnuvalar, markalar için kaçırılmayacak fırsatlar sunar. Bu platformlar, global çapta geniş kitlelere ulaşma ve kendilerini tanıtma şansı sağlar. Aynı zamanda markalara, ürünlerini tanıtarak satışlarını artırma imkânı bulabilir. Bu noktada pazarın ışığını gören markalar e-spor liglerine ve turnuvalarına sponsorluk yapmaktadırlar. Dünya genelinde e-spor, birçok yerde oynanmaktadır ve bu durum, sektörün ihtiyaçlarına uygun olarak varlık göstermeye çalışmasını beraberinde getirmektedir. Birden fazla oyun, farklı ülkelerde çeşitli liglerde mücadele edebilmektedir. Dünya genelinde 100'ün üzerinde e-spor liginin bulunduğu düşünülmektedir. Ancak buna ilişkin geçerli bir bilgi kaynağına bu çalışma kapsamında ulaşılamamıştır. Ligler ve turnuvalar, oyun yapımcıları, sponsorlar ya da iki bileşenin ortak çalışmasıyla ortaya çıkan oluşumlardır. Her oyunun kendine ait ligi olabilir ve lig o oyun üzerinden devam eder. Valve, Riot Games, Epic Games, ESL, EA Sports gibi büyük yapımcılar ise organize ettikleri ligler ve faaliyetler ile en çok bu alana sermaye ayıran şirketlerdir. Riot Games 2015 yılından bu yana ülkemizde

etkinlikler düzenlemektedir ve 2015 yılından itibaren 4 yıl içerisinde Türkiye'de Riot Games yaklaşım $220.000.000 ödül dağıtmıştır (Evren ve ark. 2019).

İKİNCİ BÖLÜM

2. STRES, KAYGI ve BAĞIMLILIK

2.1 Bağımlılık Kavramı

İnsanlar var oldukları zaman boyunca tecrübe ettikleri bazı oluşumlara, olaylara, maddelere ve tepkilere karşı sürekli farklı bir ilgi, heyecan ve merak duymaktadır. Bu heyecan, merak ve ilgi zaman geçtikçe bireyleri bağlayarak bağımlılık duygusunun meydana gelmesine sebep olmaktadır (Ayhan, Köseliören 2019).

Bu çalışma kapsamında bağımlılık, biyolojik, psikolojik, sosyal nedenlerden dolayı meydana gelen, sürekli ve birbirini takip eden psikolojik olgu olarak tanımlanabilmektedir. Biyolojik bağımlılıkların oluşumuna sebep olan uyuşturucu ve alkol gibi maddelerin vücuda girmesinin dışında bireyleri davranışsal olarak etkileyen kumar oynama arzusu, internet kullanımı, televizyon, dijital oyunları gibi teknolojik araçların oluşturduğu ve bireylerin sosyal ortamlardaki davranışlarını olumsuz olarak etkileyen farklı türlerde bağımlılıkların olduğu belirtilmektedir (Yeltepe &, Ercan, 2013). Bir başka tanıma göre de bağımlılık, bireyin hayatında karşısına çıkan olumsuz gelişmelere rağmen, bağımlılık duyduğu olguyu sürekli bir biçimde kullanmaya devam etmesine neden olan, bu kullanımı bırakma veya azaltma çabalarında yetersizlik ve ihtiyaç duyma belirtileri gösteren, genetik, psikososyal ve çevresel faktörlerin etkilediği beyin ödül sistemine zarar veren bir hastalıktır. (Uğurlu 2012).

Bağımlılık, genellikle bir madde veya davranışa karşı kontrol kaybı, bu madde veya davranışa karşı dürtüsel bir çekim, kullanım sıklığının artması ve kullanımın zararlı sonuçlara neden olması gibi belirtilerle özdeşleştirilen bir durumdur (Talipoğlu, Ü. 2023). Bağımlılık, genellikle bir kişinin normal işlevselliğini etkileyebilir ve hayat kalitesini düşürebilir. Aynı zaman da bağımlılık teknolojik etmenlerden dolayı da

ortaya çıkabilir. Teknolojik bağımlılığı, bireylerin teknoloji kullanımına aşırı düşkünlük göstermeleri ve bu kullanımın hayatlarını olumsuz yönde etkileyecek bir düzeye ulaşması durumu olarak ifade edebiliriz. Bu bağımlılık genellikle dijital cihazlar, bilgisayarlar, akıllı telefonlar, sosyal medya platformları, video oyunları gibi teknolojik araçlar ve hizmetlere yönelik olabilir. Teknolojik bağımlılık, kişilerin sosyal, duygusal ve fiziksel olarak negatif şekilde etkilenmelerine neden olabilir.

2.2. Oyuna Karşı Bağımlılık ve Nedenleri

Davranışsal bağımlılıklar, madde ile etkileşimi olmayan bağımlılıklar olarak incelenmektedir (Griffiths 2008). Oyun bağımlılığı da davranışsal bağımlılığın köklerinde kendine yer bulmaktadır. Oyun bağımlılığının yanında davranışsal bağımlılık olarak, internet bağımlılığı, çevrimiçi şans oyunları bağımlılığı, pornografi bağımlılığı, çevrimiçi alışveriş bağımlılığı, cep telefonu, tablet kullanma bağımlılığı olarak ele alınabilmektedir (Keskin & Neriman 2021). Oyun bağımlılığı, kişinin zihinlinde sürekli olarak oyun oynama, oyunu düşünme, günlük yapılacakları erteleme, akademik, sosyal ve özel hayatında negatif tepkiler almasına rağmen oyun oynamayı bırakamama, oyun oynama engellendiğinde tepki gösterme, sinirlenme, oyun oynayamadığında sıkılma belirtileri gösterme şeklinde tanımlanabilmektedir. (Keskin & Neriman 2021)

Oyun bağımlılığı, bireyin teknolojik ya da fiziksel oyunlara aşırı düşkünlük gösterdiği, bu oyunları kontrol edememe durumuyla karakterize edilen bir bağımlılık türüdür. Bu durum, oyun oynamak için aşırı zaman harcamak, gerçek dünyadaki sorumlulukları ve aktiviteleri ihmal etmek, sosyal ilişkileri olumsuz etkilemek ve genel yaşam kalitesini düşürmek gibi belirgin özelliklere sahiptir. Bu yüzden oyun bağımlılığı bireyler üzerinde bazı olumsuz sorunlara yol açabilmektedir. Griffiths (2009), yaptığı çalışmada oyun bağımlılığını, ruhsal ve fiziksel zararlar olarak iki ana başlıkta incelemiştir. Psikolojik zararları olarak, oyun oynarken kendini olumlu hissetme veya pozitif enerji hissi, oyun oynamayı bırakamama, bilgisayarda oyun oynayabilmek için işleri erteleme isteği, özel hayatının ve sosyal çevrenin ihmal edilmesi, bilgisayar başında vakit geçirmeyince sıkılgan, stresli, huzursuz hissetmek, davranış ve yapması gerekenler hakkında sosyal çevresine ve özel yakınlarına yalan

söylemek, eğitim veya çalışma durumu ile ilgili sorunlar meydana gelmesi sonucuna ulaşmıştır. Fiziksel zararları olarak da göz kuruluğu, baş ağrıları, sırt ağrıları, yeme içme bozuklukları gibi düzensiz öğün, kişisel temizliği ve bakımı aksatmak, uykusuzluk, uyku düzeninde aksaklıklar gibi problemler ortaya çıktığını belirtmektedir.

Oyunların sahip olduğu özellikler ve oyunculara yaşattığı duygular, bağımlılık gelişimini pozitif yönde etkileyen olgular olarak değerlendirilmektedir. Bu özellikler ve duygular, oyuncuların oyunlarda çok fazla zaman harcamasına ve bağımlılık hissetmelerine neden olabilir (Irmak, & Erdoğan 2016). Oyuncuların, karakterlerini oyun içinde güç, ödül, seviye atlama, sanal para ya da oyun içerisinde şöhret olma isteği, oyun karakterinin performansını artırabilmek amacıyla oyunun temel gereksinimlerini, sistemini çözme gerekliliği ve diğer oyuncular ile yarışma ve rekabet isteği gibi duygular bu bağlılığı daha da artırmaktadır. Aynı zamanda da diğer oyuncularla konuşabilme ve sosyalleşme olanağı, farklı bölgelerde bulunsalar bile arkadaşların aynı zaman içerisinde çevrimiçi oyunlar aracılığı ile toplanması ve oyuncular arasında uzun süreli pozitif ilişkiler kurma olanağı, bir grup çalışmasına ait olmaktan zevk alma hissiyatı oyuncuları oyuna daha da çekmektedir (Irmak, & Erdoğan 2016).

Oyun bağımlılığının nedenleri çeşitlidir. Tek bir veya çoklu neden oyun bağımlılığını etkileyip bağımlılığın ortaya çıkmasına neden olabilir. Oyun bağımlılığı, bir dizi karmaşık olgunun etkileşimi sonucunda ortaya çıkabilir. Keskin & Neriman'ın (2021) yılında oyun bağımlılığı üzerine yaptıkları çalışmadan yola çıkarak oyuna karşı bağımlılık ve nedenlerini aşağıda verilen 6 başlıkta özetleyebiliriz;

- **Zevk ve Ödül Sistemi:** Oyunlar genellikle ödül sistemleri üzerine kuruludur. Başarılar, seviye atlamaları, ödüller ve diğer kazançlar, beyinde ödül merkezlerini uyararak zevk hissi oluşturabilir. Bu, bireyin oyunları sürekli olarak oynamaya teşvik edebilir.

- **Kaçınma ve Stresle Başa Çıkma:** Oyunlar, gerçek dünyadaki stres ve sorumluluklardan kaçınmak için bir kurtuluş çözümü olarak kullanılabilir. Bu, bireyin oyunlara daha fazla zaman tüketmesine neden olabilir.

- **Sosyal Bağlantılar:** Online oyunlar, sosyal bağlantılar kurma ve arkadaşlarla etkileşimde bulunma imkânı sağlar. Bu, bireylerin gerçek dünya sorunlarından kaçmak ve sosyal ihtiyaçlarını oyunlar aracılığıyla karşılamak için oyunlara yönelmelerine neden olabilir.

- **Psikolojik Faktörler:** Duygusal veya psikolojik zorluklar, özellikle düşük özsaygı veya depresyon gibi durumlar, bireyleri oyunlara yönlendirebilir. Oyunlar, geçici bir rahatlama sağlayabilir, bu da bağımlılık riskini artırabilir.

- **Erişilebilirlik:** Teknolojik ilerlemeler ve mobil oyunların yaygınlaşmasıyla oyunlara ulaşmak daha basit hale geldi. Bu da bireylerin oyunlara daha fazla zaman harcamasını kolaylaştırabilir.

- **Genetik Yatkınlık:** Bazı araştırmalar, bağımlılıkların genetik yatkınlıklara dayalı olarak ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Aile geçmişinde bağımlılık öyküsü olan bireylerde oyun bağımlılığı riski daha yüksek olabilir.

- **Zaman Yönetimi Zorlukları:** Zaman yönetimi becerilerinde zorluk yaşayan bireyler, oyunlara harcadıkları zamanı kontrol etmekte güçlük çekebilirler.

Oyun bağımlılığının genellikle birden çok faktörün etkileşimi sonucunda ortaya çıktığını anlamak önemlidir. Bu faktörlerin bir kombinasyonu, bireyin oyunlara karşı aşırı bağımlılık geliştirmesine katkıda bulunabilir.

2.3 Stres Kavramı

Stres, bir bireyin içinde bulunduğu çevresel koşulların, olayların veya durumların talep ettiği uyum çabası ile başa çıkma kapasitesi arasındaki dengesizlik sonucunda meydana gelen fizyolojik ve psikolojik reaksiyon durumunu ifade eder. Bu reaksiyon, vücudun "savaş ya da kaç" tepkisi olarak bilinen eski bir biyolojik savunma mekanizmasını içerir (Kaba, İ. 2019).

Stres, bireyin özel ve sosyal çevresinden kaynaklanan olumsuz tepkiler, oluşumlar nedeniyle, fizyolojik ve ruhsal sınırlarının ilerisinde bir çaba harcaması olarak tanımlanmaktadır. Kişilerin bireysel özellikleri ve ruhsal yapılarına bağlı olarak, çevresel ve sosyal etmenlere uyum sağlama çabası olarak da nitelendirilebilir (Cüceloğlu 1996). Cüceloğlu'nun bir başka tanımına göre stres, var olan canlı oluşumlar sürekli çevresinde yaşanan değişimlere uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu durumda fiziksel problemler veya sosyal ortamlardaki olaylar uyum sağlamayı zorlaştırabileceği gibi bunun tam tersi olarak kolaylaştıra bilirde. Bir canlının soğuğa uyum sağlamak amacıyla sıcak ortama gitmesi veya öğrencinin gireceği test öncesinde testi düşünerek kaygılanması, stresin örnekleri olarak verilebilir. Özetle, stres, bireyin fiziksel ve var olduğu çevresinden aldığı olumsuz geri dönüşler nedeniyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının üzerinde çaba sarf ettiği bir durumu ifade eder. (Cüceloğlu 1999)

Stres, bir dizi içsel ve dışsal etkenin etkileşimi sonucunda ortaya çıkar. İş, aile, finans, sağlık, ilişkiler gibi çeşitli faktörler stresin nedenleri arasında yer alabilir. Bu faktörler, bir kişinin stresle baş etme kapasitesini aşarsa, stres tepkisi ortaya çıkar. Stres tepkisi bu çalışmanın 2.5. maddesinde detaylı olarak açıklanmıştır.

2.4 Stresi Etkileyen Faktörler

Stresi etkileyen bireysel faktörler geniş bir yelpazede bulunmaktadır. Bu faktörler arasında bireyin duygusal durumu önemli bir rol oynar; sürekli kaygı, korku, öfke veya depresyon hali stres düzeyini artırabilir (Alpaslan, 2009). Düşünce ve algı biçimleri de stresi etkileyen unsurlardır. Olumsuz düşünce kalıpları ve kendine karşı olumsuz düşünceler stresi artırabilir. Kişisel tutum ve inançlar, mükemmeliyetçilik ve aşırı sorumluluk duygusu gibi faktörler de stresi etkileyen önemli bileşenlerdir. Ayrıca, sosyal becerilerin eksikliği, zayıf iletişim becerileri ve yetersiz ilişki yönetimi stresle başa çıkmayı zorlaştırabilir. Bağlanma ve destek sistemleri, kişinin sosyal çevresiyle olan ilişkileri ve sosyal destek alabilme kapasitesi de stres düzeyini etkiler. Her bireyin bu faktörlerde farklı bir kombinasyona sahip olması, stresle başa çıkma stratejilerini kişiselleştirmeyi ve etkili bir şekilde yönetmeyi gerektirir.

Stresli bir durumla karşılaşıldığında ortaya çıkan tepkiler, kişiden kişiye farklılık gösterilebilir. Benzer olaylar yaşansa bile, bireylerin olayları değerlendirme biçimleri ve verdikleri tepkiler büyük ölçüde değişebilir. Ayrıca, kişilerin stresle başa çıkma yetenekleri, algıladıkları stres durumuna doğrudan etki eder ve bu da farklı tepkilerin meydana gelmesine neden olabilir (Ataman 2002).

Stres, çevresel etmenlerin etkisi altında şekillenen karmaşık bir deneyimdir. İş ortamındaki stres, yoğun iş yükü ve performans beklentileri gibi faktörlerle doğrudan ilişkilidir. Aile içindeki ilişkiler ve evdeki sorumluluklar da stres düzeyini etkiler; bu, aile içi dinamiklerin ve evdeki yaşam şartlarının bir sonucudur. Finansal durum ve ekonomik baskılar da stresi artırabilir, çünkü maddi kaygılar bireyin duygusal ve zihinsel sağlığını olumsuz etkileyebilir. Toplumsal beklentiler ve normlar, bireyin kendisini toplum içindeki konumuyla ilgili hissettiği baskıları tetikleyebilir.

Stresin çevresel kaynakları arasında, işyerindeki belirsizlikler ve değişimler de yer alır. İşle ilgili belirsizlikler, çalışanların geleceğe dair belirsizliklere karşı hazırlıksız hissetmelerine yol açabilir. Ayrıca, çalışma ortamındaki liderlik tarzı, işyerindeki adalet algısı ve destek kaynakları da stresi etkileyen önemli çevresel faktörlerdir. İnsanların çalışma ortamlarındaki bu dinamiklerle başa çıkma yetenekleri, stresle baş etmelerini etkileyebilir.

İçinde bulunulan ortam ve fiziksel şartlar, stresin meydana gelmesinde etkili olan kaynaklardır. Işık düzeyi, havalandırma, derecelendirme, gürültü, kalabalık gibi fiziksel koşullar, bireylerin karşılaştıkları streslerde önemli faktörler olabilir. Teknolojik gelişmeler, kentteki ulaşım problemleri (Tutar, 2000), çalışılan ortamın fazla sıcak ya da soğuk olması, ses kirliliğinin olması, yaşadığı bir hastalığın olması (Öztürk, 2004) gibi basit sebepler de kişilerin bu sorunu yaşamasında oldukça etkilidir.

2.5 Stres Belirtileri

Stres belirtileri genellikle bireyin yaşadığı zorlayıcı durumlara, baskılara veya değişikliklere tepki olarak ortaya çıkar. Bu belirtiler geniş bir yelpazede görülebilir ve her bireyde farklı sonuçlarda meydana gelebilir. Fiziksel belirtiler arasında baş ağrıları, mide ile ilgili problemler kas gerginliği ve uyku düzeninde bozulma yer alabilir.

Zihinsel belirtiler arasında konsantrasyon güçlüğü, unutkanlık, kararsızlık ve sürekli endişe bulunabilir. Duygusal belirtiler arasında ise gerginlik, irritasyon, huzursuzluk ve duygusal dalgalanmalar yer alabilir. Sosyal belirtiler arasında ise ilişkilerde sorunlar, sosyal çekilme ve iletişim zorlukları göze çarpar. Stres belirtileri uzun süre devam ederse, bireyin genel sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir ve kronik stres durumlarına yol açabilir. Bu nedenle, stres belirtilerini tanımak ve yönetmek önemlidir. Kişisel bakım, dinlenme, düzenli spor yapma ve stresi yenebilme yöntemleri gibi stratejilerle stresle başa çıkmak mümkündür.

Stres karşısında bedende oluşan gözle görülür tepkiler vücudun sinir sistemi tarafından kontrol edilir. Stres ile karşılaşmanın hemen ardından vücudumuzun sinir sistemi vücuda uyarı gönderip, alışıla gelmiş çalışmasını değiştirir. Carlson ve ark. (2007) bu değişimleri şu şekilde özetlemektedir.

- Nabız atışları hızlanır, kan damarları sıkışır, kan basıncı ve kan şekeri yükselir. Kan akışı el ve ayaklardan çekilerek el ve ayakların soğumasına neden olur, daha çok vücudun ortasındaki organlara yönelir.
- Fiziksel aktivitedeki gibi nefes hızı artar ve akciğerlere daha fazla oksijen ulaşabilmesi için oksijen yolu genişler.
- Terleme görülebilir ve sindirim oldukça yavaşlar.
- Vücut organlarını uyaran adrenalin salgılanmaya başlar.

Stres, bireyin ruhsal, zihinsel, duygusal sağlığını etkileyen bir dizi belirti ortaya çıkarabilir. Bu belirtiler genellikle strese karşı bir tepki olarak görülür ve yaşayan kişinin günlük faaliyetlerini olumsuz etkileyebilir (Paşa, 2007). Zihinsel belirtiler arasında anksiyete, sürekli endişe, konsantrasyon güçlüğü, unutkanlık ve karar verme zorluğu yer alabilir. Duygusal açıdan, stresin etkisiyle bireyde irritasyon, duygusal dalgalanmalar, huzursuzluk ve genel bir mutsuzluk hali görülebilir. Fiziksel belirtiler arasında ise baş ağrısı, karın ağrısı, kas gerginliği, uyku düzensizlikleri ve yorgunluk bulunabilir. Psikolojik stres, çokça zaman varlık gösterirse depresyon, anksiyete bozuklukları ve diğer ruhsal sağlık sorunlarına zemin hazırlayabilir. Bu nedenle, psikolojik stres belirtilerini tanımak ve etkili bir şekilde yönetmek, bireyin genel psikolojik sağlığını korumak açısından önemlidir. Terapötik destek, meditasyon, nefes

egzersizleri ve stresle başa çıkma yöntemleri gibi stratejiler, psikolojik stresi yenebilmek için etki sağlayabilir.

Stres altındaki bireyler genellikle diğer insanlara kıyasla daha çabuk sinirlenme eğilimindedirler ve aslında önemsiz gibi görünen olaylara bile aşırı tepkiler gösterebilirler. Bu kişilerin uyku düzeni değişebilir, alkol ve sigara tüketimleri artabilir, giderek daha yorgun ve huzursuz hale gelebilirler. Sürekli olarak tetikte olma eğilimindedirler. Hem kendi yaşamlarını hem de başkalarının çevresindekileri kontrol etmeye çalışırlar. Gerginlik arttıkça, tansiyon yükselir, konsantrasyon azalır ve hafıza zayıflar (Aksoy 2005).

2.6 Kaygı Kavramı

Genellikle insanların yaşadığı kaygı, içlerinden ya da dış çevreden gelen potansiyel tehlike ihtimali veya kişinin böyle bir olasılığı değerlendirmesinden kaynaklanır. Kaygı anlarında, birey kendini tedirgin hisseder ve olumsuz bir durumun gerçekleşme ihtimaliyle başa çıkma konusunda zorluk yaşayabilir (Yıldırım Araz, 2017).

Kaygı bilişsel, duygusal, davranışsal ve fiziksel yönleri olan, kişiyi zor durumda bırakan durumlarla ilgili, karmaşık bir kavramdır (Karabulut, 2010). Bilişsel yönü; kişinin içsel yapısı ve sosyal ortamı ile ilgili olumsuz yorumlar yapması, gerçekçi olmayan hayalci endişeler içinde olması, duygusal yönü; stresli olması, gergin ve negatif olması, davranışsal yönü; kendini geri çekme, sessizlik, hiçbir şey yapmama içinde olması, Fiziksel yönü ise; stres, nabzının hızlı atması, terleme gibi vücut tepkilerinin ortaya çıkmasıdır (Karabulut, 2010).

Kaygı, genellikle belirsizlik, endişe veya tehlike hissiyle karakterize edilen bir duygusal durumdur. Bireyin gelecekteki olaylar, olası sorunlar veya belirsizlikler karşısında duyduğu bir tür endişe olarak ortaya çıkar. Kaygı, vücutta fizyolojik tepkilere, zihinsel belirtilere ve davranışsal değişikliklere neden olabilir (Kaba, İ. 2019). Fizyolojik olarak, kalp atışının hızlanması, kas gerginliği, terleme ve nefes alıp vermede değişiklikler gibi belirtiler görülebilir (Yüceant, M. 2013). Zihinsel belirtiler arasında konsantrasyon güçlüğü, uykusuzluk ve sürekli endişe bulunabilir.

Davranışsal olarak ise kaçınma, kontrol takıntısı veya sürekli bir uyarılma hali ortaya çıkabilir. Normalde belirli bir durum veya uyarıcıyla orantısız bir tepki olarak görünen kaygı, kişinin rutin hayatını olumsuz yönde etkileyebilir. Ancak, kaygı duygusu, bireyi tehlikelere karşı hazırlıklı kılar ve hayatta kalma içgüdülerinin bir parçası olarak da değerlendirilebilir.

Kaygı kişinin en derininde bilinçsiz olarak ortaya çıkar ve ortaya çıktığında hissedilen stres, panik, korku, gibi fizyolojik etkileri görülmektedir. Kaygının normal veya fizyolojik olarak ele alınabilmesi için dışarıdan gelebilecek tehditlerin fazlalığı, büyüklüğü ve etkileyiciliği değerlendirme kriteri olarak belirlenmelidir. Kaygı, kişinin yaşadığı hayatın koşullarına göre ele alındığından dolayı her insanın hayatının belirli dönemlerinde kaygı duyması kaçınılmazdır (Öztürk, 2008).

2.7 Kaygı Nedenleri

Kaygı, birçok farklı nedenle ortaya çıkabilen karmaşık bir duygusal tepkidir. Kaygının temel nedenleri genellikle bireysel farklılıklar, genetik yatkınlık, çevresel sebepler ve hayat deneyimleri ile ilişkilidir (Yüceant, M. 2013). Genetik yatkınlık, ailede kaygı bozukluğu öyküsü olan bireylerde kaygı eğilimini artırabilir. Bunun yanı sıra, çocuklukta yaşanan travmatik olaylar, kötü yaşam koşulları, iş kayıpları, iletişim problemleri gibi strese neden olan etkenler de kişinin kaygı yaşamasına katkıda bulunabilir. Bir başka etken ise kişinin bilişsel yapısı ve düşünce tarzlarıdır; olumsuz düşünce kalıpları kaygıyı artırabilir. Çevresel faktörler arasında şiddet içeren medya içeriği, finansal belirsizlik, toplumsal beklentiler ve sosyal baskılar da kaygının ortaya çıkmasında rol oynayabilir. Bu faktörlerin bir kombinasyonu, bireyin kaygı düzeyini etkileyerek kaygı bozukluklarının gelişimine katkıda bulunabilir (Aktan, E. 2018).

Kaygı nedenlerine bir başka şekilde bakmak gerekirse, kişi alıştığı durumlardan alıştığının dışında bir olgu ile karşılaştığında kaygı duyar. Bireyin kendisini güvende hissettiği ve alıştığı ortamdan kopması, hayatında her zaman var olan yardımların çevresinde bulunmaması kaygıya sebep olmaktadır (Cüceloğlu, 2006). Böylece negatif sonuçların olacağını bilerek bu durumu öylece beklemek kaygı yaratan bir durumdur. Örneğin yapılan bir hata sonucu kişinin cezayı öylece beklemesi gibi. Bir başka neden ise yaptıklarımızla, inandığımız durumlar arasında dengesizlik

olduğu zaman kaygı ortaya çıkabilir. Bu dengesizlik durumu ortadan kaybolana kadar gerginlik ve kaygı hissedilmektedir. Ayrıca belirsizlik içinde olmak da kaygının nedenlerindendir. Bu yüzden zaman içerisinde ne olacağını bilmek, sonucu negatif de olsa, hiç bilinmeyene tercih edilmektedir. (Cüceloğlu, 2006).

ÜÇÜNCÜBÖLÜM

3. PROFESYONEL E-SPORCULARIN OYUNA KARŞI BAĞIMLILIKLARI, STRES VE KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

3.1 Araştırmanın Yöntemi

3.1.1 Araştırmanın Modeli

Araştırma kapsamında profesyonel e-sporcuların oyuna karşı bağımlılıkları, oyun esnasında oluşabilecek stres ve kaygı durumlarındaki düşünceleri ve hissettikleri duygu değişimleri incelenmiştir. Yapılan çalışmada nicel araştırma yöntemi olan tarama modelinden faydalanılmıştır. Tarama modeli, "ne, nerede, ne zaman, hangi sıklıkta" gibi soruların karşılığını vermektedir. Amacının, mevcut durumun fotoğrafını çekerek betimleme yapmak olduğu söylenebilir (Demirel, 2018). Çalışma ile ilgili Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü etik kurulundan gerekli izni alınmıştır.

3.1.2 Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini, Türkiye'de yaşayan elektronik sporlarla (bilgisayar oyunları) profesyonel olarak ilgilenen elektronik sporcular oluşturmaktadır. Dijital platformlar üzerinden faal profesyonel takımlar belirlenmiş ve sadece bu takımların aktif üyesi olan ulaşılabilen sporcuların elektronik adreslerine anketler 500 kişiye davet edilerek gönderilmiş ve örneklem grubu olarak gönüllü katılım esaslı 100 kişiden dönüş sağlanmıştır. Bunlardan ölçekler aracılığıyla elde edilen veri seti kullanılmıştır. Kişisel verilerin korunmasına dair yasal mevzuata dikkat edilmiştir.

3.1.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanması için, Sporcuların Demografik Bilgi Formu, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçeği ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

3.1.3.1 Demografik Bilgi Formu

Form kapsamında sporcuların, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, profesyonel olarak hangi oyun ile ilgilendikleri, günde ortalama kaç saat oyun oynadıkları, kaç yıldır profesyonel oldukları ve profesyonel olarak oynadıkları oyunu ne kadar süredir oynadıklarını belirtmelerinin istendiği sorular yer almıştır.

3.1.3.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Kaya, A. B. (2013) tarafından hazırlanan, "Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği" 21 sorudan oluşmaktadır. 5'li likert tipi hazırlanmıştır. Likert tipinde derecelendirmeler, "tamamen katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum", "tamamen katılıyorum" şeklindedir. Ölçek maddeleri 1'den 5'e doğru derecelendirilmiştir. "Tamamen katılmıyorum" derecesine 1 puan, "tamamen katılıyorum" derecesine 5 puan karşılık gelmektedir. Maddelerin puanları 1'den 5'e doğru arttıkça bağımlılık düzeyi de artmaktadır. Ölçek, ekonomik kazanç, başarı ve aksaklık olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlardan ekonomik kazanç alt boyutunda Cronbach's Alpha değeri .83, başarı alt boyutunda Cronbach's Alpha değeri .88, aksaklıklar alt boyutunda Cronbach's Alpha değeri .90 olarak tespit edilmiştir.

3.1.3.3. Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği

Yılmaz, Ö. Boz, H. Arslan, Aytuğ tarafından 2017 yılında hazırlanan, "Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği" 20 sorudan oluşmaktadır. Ölçek 4'lü likert tipi hazırlanmıştır. "Hiçbir zaman", "Bazen", "Çok zaman", "Hemen her zaman" şeklinde cevaplardan oluşan ölçek, 1'den 4'e kadar derecelendirilmiştir. Ölçek, depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Cronbach

Alpha katsayısı sırasıyla depresyon için .87 anksiyete için .86 stres için de .84 olarak tespit edilmiştir.

3.1.3.4. Sürekli Kaygı Ölçeği

"Sürekli Kaygı Ölçeği" Spielberger ve arkadaşları (1964) tarafından incelenmiş, 1974-1977 yıllarında Öner ve Le Compte tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Ölçek 20 sorudan oluşmaktadır. "Bana hiç uygun değil", "Bana biraz uygun", "Bana genellikle uygun", "Bana tamamen uygun" şeklinde 4'lü likert tipi önermelerden oluşmaktadır. Sürekli Kaygı Ölçeği'nin Cronbach alfa değeri 0.89 olarak tespit edilmiştir.

3.1.4. Verilerin Toplanması

Çalışmada veriler, Google Forms üzerinden oluşturulan anket sorularının Profesyonel e-sporculara e-posta yoluyla iletilmesi aracılığıyla toplanmıştır. Sporculara gönderilen e-postada çalışma ile ilgili ön bilgi verilmiştir. Sporcular çalışmaya gönüllülük esasına bağlı olarak geri bildirim yapmıştır.

3.1.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın elde edilen verilerinin analizinde SPSS 22,0 paket programı kullanılmıştır. Yapılan normallik analizi sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Demografik bilgilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler uygulanmış olup tablolar, yüzde ve frekans bilgileri temel alınarak yapılmıştır.

4. ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Tablo 1

Çalışmaya Katılan E-sporcuların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

		N	*X*	*ss*
Demografik Bilgiler	Yaş	100	3,02	,99
	Cinsiyet	100	-	,49
	Eğitim	100	-	,61
	Oyun Türü	100	-	1,87
	Günlük Oyun Süresi	100	4,40	1,40
	Kaç Yıldır Profesyonel Oyuncusunuz	100	2,51	1,12
	Profesyonel Olduğun Oyunu Kaç yıldır Oynuyorsun	100	2,88	1,03

Tablo 1’ de araştırmaya katılan profesyonel e-sporcuların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler yer almaktadır. Bu bulgulara göre çalışmaya katılan sporcuların ortalama yaş değeri 22-25 yaş aralığında, ortalama eğitim durumlarının da üniversite olduğu tespit edilmiştir. Sporcuların günlük oyun süreleri incelendiğinde ortalama 4-6 saat aralığında oyun oynadıkları sonucuna varılmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların kaç yıldır profesyonel e-spor oyuncusu olduklarına yönelik incelemede ortalama 1-3 yıl aralığında profesyonel olarak e-spor oynadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Tabloda, sporcuların profesyonel oldukları oyunu kaç yıldır oynadıkları sorusuna verdikleri cevap incelendiğinde de ortalama olarak 3-5 yıl aralığında profesyonel oldukları oyunu oynadıkları sonucu ortaya çıkmıştır.

Tablo 2

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	*%*
Yaş	14-18 Yaş	3	3.0
	18-22 Yaş	33	33.0
	22-25 Yaş	29	20.0
	25-30 Yaş	29	29,0
	30 Yaş ve üzeri	6	6,0
	Toplam	100	100,0

Tablo 2'de çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların hangi yaşlarda olduğu belirtilmektedir. Tablo 2 incelendiğinde, sporcuların %3'lük kısmının 14-18 yaş, %33'lük kısmının 18-22 Yaş, %29'luk kısmının 22-25 yaş, yine %29'luk kısmının 25-30 yaş ve son olarak %6'lık kısmının 30 ve üzeri yaşta olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Tablo 3.

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Cinsiyet Değişkinine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	*%*
Cinsiyet	Kadın	39	39.0
	Erkek	61	61.0
	Toplam	100	100.0

Tablo 3'te çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların cinsiyetleri belirtilmektedir. Tablo 3 incelendiğinde sporcuların %61'inin erkek, %39'unun kadın sporcular olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Eğitim Durumları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	*%*
Eğitim Durumu	Ortaokul	1	1.0
	Lise	21	21.0
	Üniversite	65	65.0
	Lisansüstü	13	13,0
	Toplam	100	100,0

Tablo 4'te çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların eğitim durumları belirtilmektedir. Tablo 4 incelendiğinde sporcuların %1'lik kısmının ortaokul, %21'lik kısmının lise, %65'lik kısmının üniversite ve son olarak %13'lük kısmının lisansüstü seviyesinde eğitim durumlarının oldukları görülmektedir.

Tablo 5.

Çalışmaya Katılan E-Sporcuların Oynadıkları Oyun Türü Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	*%*
Oyun Türü	Valorant	35	35.0
	CS:GO	20	20.0
	LOL	28	28.0
	PubG	7	7,0
	DOTA	6	6,0
	FIFA	4	4,0
	Toplam	100	100.0

Tablo 5'te çalışmaya katılan profesyonel oyuncuların oynadıkları oyun türlerine göre dağılımları görülmektedir. Tablo 5 incelendiğinde sporcuların %35'lik kısmının Valorant, %20'lik kısmının CS:GO, %28'lik kısmının League Of Legends, %7'lik kısmının PubG, %6'lık kısmının DOTA ve son olarak %4'lük kısmının FIFA oyunlarını oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 6.

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Günlük Oyun Süresi Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	*%*
Oyun Süresi	0-1 Saat	4	4.0
	1-2 Saat	5	5.0
	2-4 Saat	16	16.0
	4-6 Saat	25	25,0
	6-8 Saat	25	25,0
	8-10 Saat	22	22,0
	10 Saat ve üzeri	3	3.0
	Toplam	100	100.0

Tablo 6'da çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların günlük ne kadar oyun oynadıklarına ilişkin bilgiler verilmektedir. Tablo 6 incelendiğinde sporcuların %4'lük kısmının 0-1 saat, %5'lik kısmının 1-2 saat, %16'lık kısmının 2-4 saat, %25'lik kısmının 4-6 saat, yine %25'lik kısmının 6-8 saat, %22'lik kısmının 8-10 saat ve son olarak %3'lük kısmının 10 saat ve üzeri oyun oynadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 7

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Kaç Yıldır E-Spor Oyuncusu Oldukları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	%
Kaç yıldır profesyonel e-spor oyuncususunuz?	1 Yıldan az	22	22.0
	1-3 Yıl	33	33.0
	3-5 Yıl	17	17.0
	5 Yıl ve üzeri	28	28,0
	Toplam	100	100,0

Tablo 7'de çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların kaç yıldır profesyonel oyuncu oldukları bilgisi verilmektedir. Tablo 7 incelendiğinde sporcuların %22'lik kısmının 1 yıldan az, %33'lük kısmının 1-3 yıl arası, %17'lik kısmının 3-5 yıl arası, %28'lik kısmının 5 yıl ve üzeri süredir profesyonel e-spor oyuncusu olduğu görülmektedir.

Tablo 8

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Profesyonel Oldukları Oyunu Kaç Yıldır Oynadıkları Değişkenine Göre Frekans Dağılımı

	Gruplar	*f*	%
Profesyonel olduğunuz oyunu kaç yıldır oynuyorsunuz?	1 Yıldan az	9	9.0
	1-3 Yıl	33	33.0
	3-5 Yıl	19	19.0
	5 Yıl ve üzeri	39	39,0
	Toplam	100	100,0

Tablo 8'de çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların profesyonel oldukları oyunu kaç yıldır oynadıklarını belirten bilgiler yer almaktadır. Tablo 8 incelendiğinde sporcuların %9'luk kısmının 1 yıldan az, %33'lük kısmının 1-3 yıl arası, %19'luk kısmının 3-5 yıl arası, %39'luk kısmının 5 yıl ve üzeri süredir profesyonel oldukları oyunu oynadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 9.

Çalışmaya Katılan Profesyonel E-Sporcuların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı, Stres ve Kaygı Ölçeklerine Göre Cevap Dağılımı

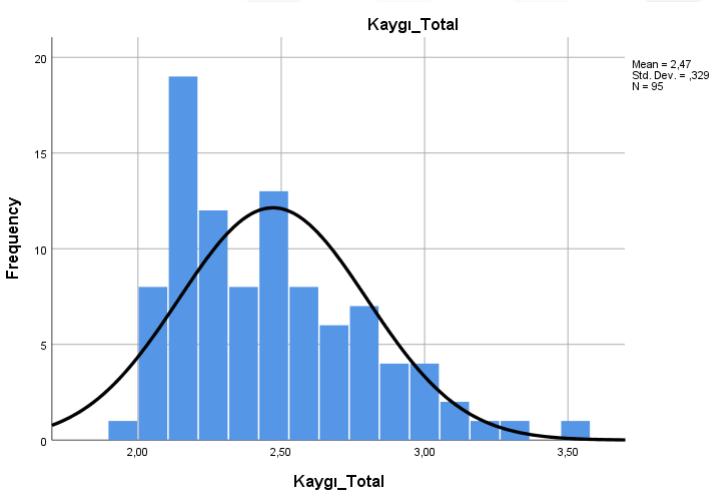
Gruplar	*N*	*X*	*ss*
Kaygı	95	2.47	.32
Bağımlılık	98	3.93	.61
Stres	98	2.11	.61

Tablo 9'da çalışmaya katılan profesyonel e-sporcuların çevrimiçi oyun bağımlılığı, stres ve kaygı düzeylerine ilişkin bilgiler yer almaktadır. Tablo 9

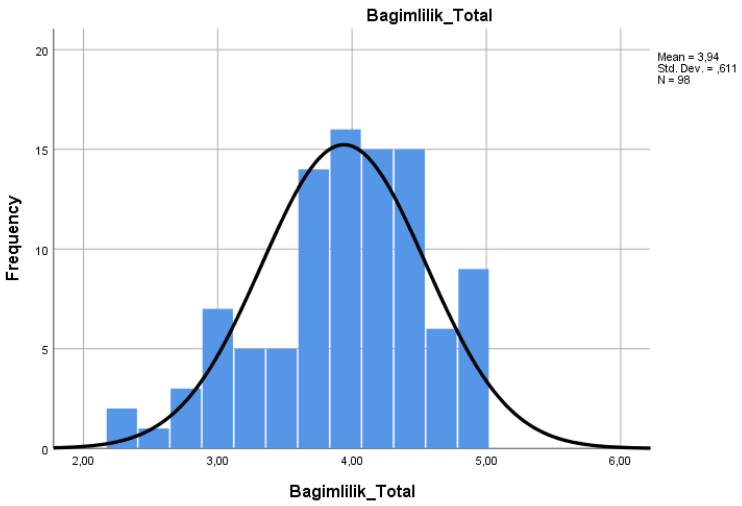
incelendiğinde 95 sporcunun kaygı ölçeğine göre verdikleri cevapların ortalaması "bazen" olarak görülmektedir. Çalışmada kullanılan bir diğer ölçek, çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinde 95 sporcunun verdikleri cevapların ortalaması "katılıyorum" olarak görülmektedir. Sporcular depresyon, anksiyete ve stres ölçeğine verdikleri 95 cevabın ortalaması da "bana biraz uygun" olduğu görülmektedir.

Tablo 10.

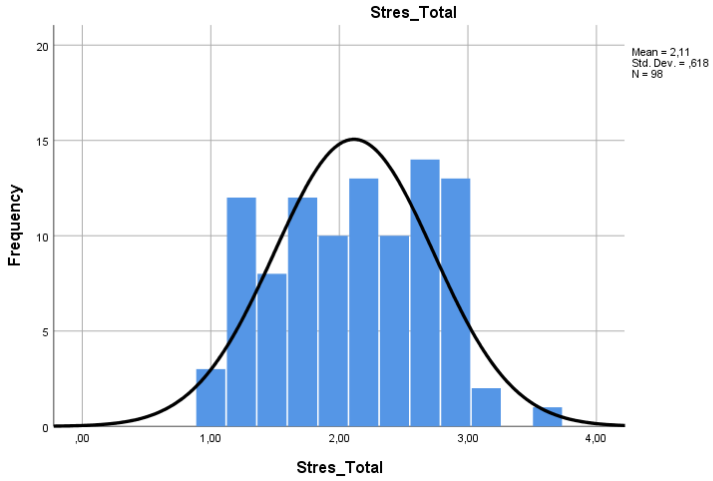
Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Normal Dağılımı Grafikleri



Şekil 1. Kaygı Normal Dağılım



Şekil 2. Bağımlılık Normal Dağılım



Şekil 3. Stres Normal Dağılım

Tablo 10'da ki grafikler incelendiğinde kaygı, bağımlılık ve stres değişkenlerinin normal dağılım gösterdiği görülmektedir.

Tablo 11

Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Alt Boyutlarına Göre Tanımlayıcı Bulgular

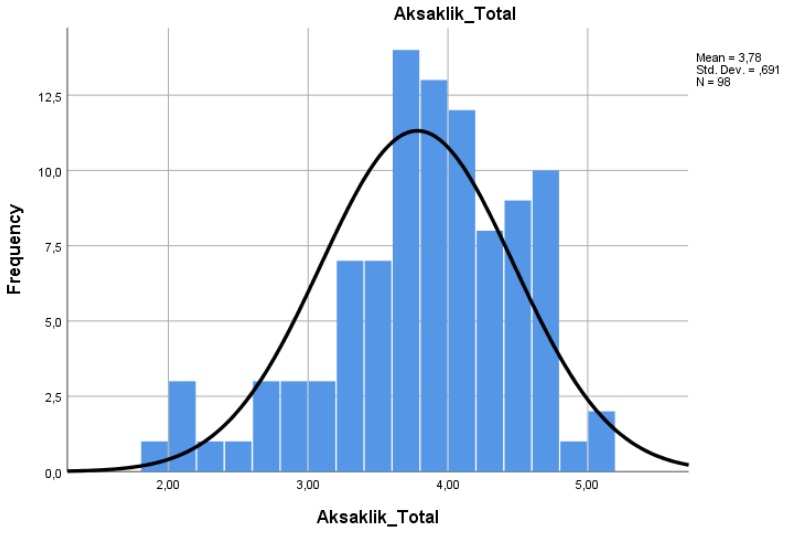
	Gruplar	*N*	*X*	*ss*
Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği	Aksaklık	98	3.78	.69
	Başarı	99	4.37	.53
	Ekonomi	99	3.55	1.08
Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği	Anksiyete	98	2.09	.69
	Depresyon	100	1.77	.62
	Stres	99	2.46	.82

Tablo 11'de Bağımlılık, Stres ve Kaygı ölçeklerinin değişkenlerini oluşturan maddelerin alt boyutlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır. Tablo 11 incelendiğinde

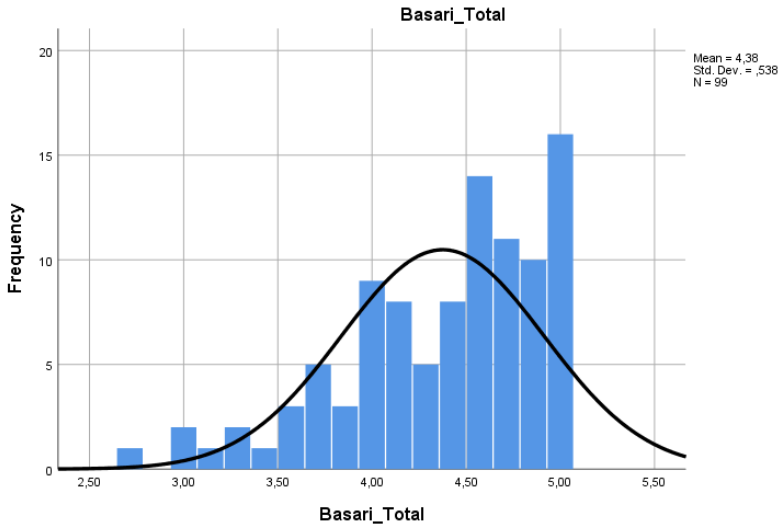
"Çevrimiçi Oyun Bağımlılık" ölçeğini oluşturan, Aksaklık, Başarı, Ekonomi alt boyutlarının "Aksaklık", "Başarı" ve "Ekonomi" alt boyutunda katılımcıların ortalama olarak "Katılıyorum" seçeneğini seçtiği görülmektedir. Bir diğer Anksiyete, Depresyon ve Stres ölçeğinin alt boyutlarını oluşturan değişkenlerde de katılımcıların "Anksiyete" ve "Depresyon" alt boyutundaki seçeneklerden "bana biraz uygun" seçeneğini seçtiği, "Stres" alt boyutu seçeneklerinden de "bana genellikle uygun" seçeneğini seçtiği görülmektedir.

Tablo 12

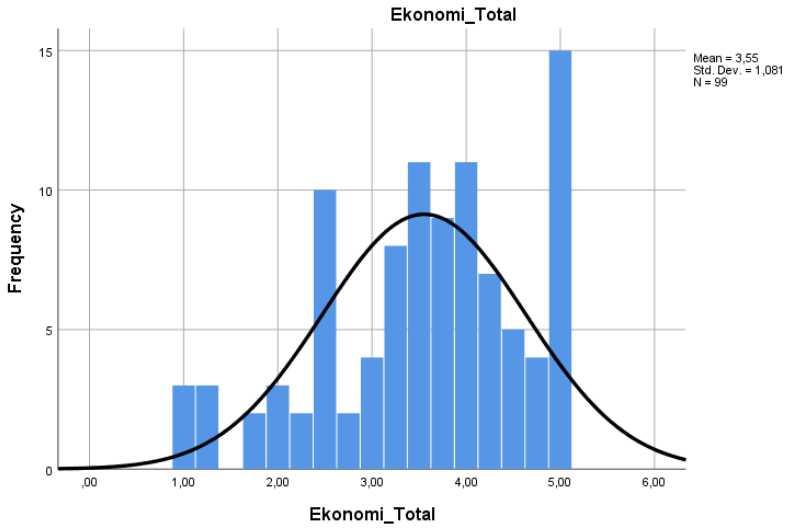
Bağımlılık, Stres ve Kaygı Ölçeklerinin Alt Boyutlarının Dağılım Grafikleri



Şekil 4. Aksaklık Normal Dağılım

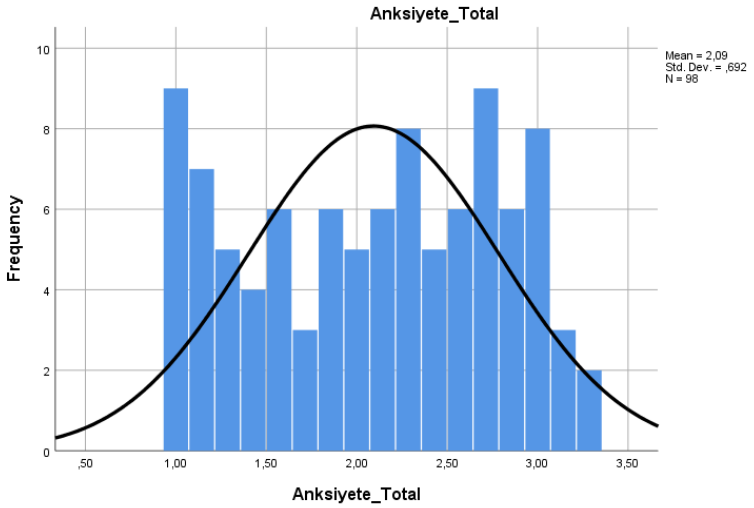


Şekil 5. Başarı Normal Dağılım

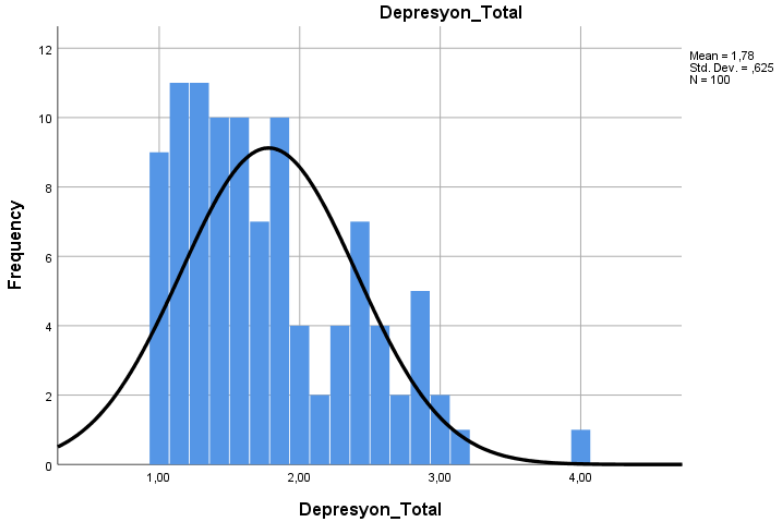


Şekil 6. Ekonomi Normal Dağılım

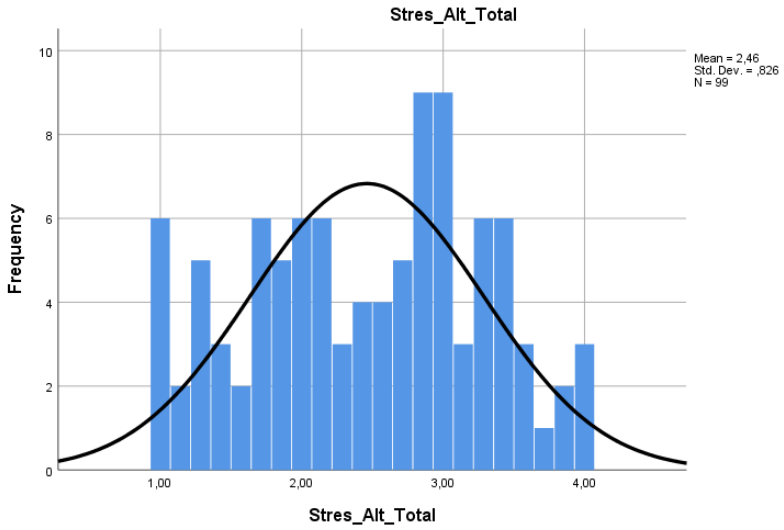
Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin alt boyutları olan "Aksaklık", "Başarı", "Ekonomi" alt boyutlarının dağılım grafikleri incelendiğinde "Aksaklık" ve "Ekonomi" alt boyutlarının normal dağılım gösterdiği, "Başarı" alt boyutunun sağa yatık dağılım gösterdiği görülmüştür. "Başarı" alt boyutunun basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.



Şekil 7. Anksiyete Normal Dağılım



Şekil 8. Depresyon Normal Dağılım



Şekil 9. Stres Normal Dağılım

Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeğini oluşturan, "Anksiyete", "Depresyon" ve "Stres" alt boyutları incelendiğinde, "Anksiyete" ve "Stres" alt boyutunun normal dağılım gösterdiği görülmüştür. "Depresyon" alt boyutunun grafiği incelendiğinde sola yatık olduğu görülmüş, basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.

Tablo 13

Profesyonel E-Sporcuların Kaygı Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılıkları

	Gruplar	*N*	*X*	*ss*	*t*	*sd*	*P*
Kaygı	Kadın	38	2.53	.35	1,554	93	,123
	Erkek	57	2.42	.30	1,513	72	,135

Tablo 13' te profesyonel e-sporcuların kaygı düzeylerinin cinsiyetlerine göre incelendiğinde ortaya çıkan dağılım gözükmektedir. Tablo incelendiğinde profesyonel e-sporcuların cinsiyetlerine göre kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur. (p>0,05) Kadınların kaygı puanlarının ortalaması (x=2.53), erkeklere (2.42) göre daha yüksek olmasına rağmen, gruplar arasında kadınlar lehine olan bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 14

Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılıkları

	Gruplar	*N*	*X*	*ss*	*t*	*sd*	*P*
Stres	Kadın	38	2.27	.51	2,210	96	,029
	Erkek	59	2.00	.65	2,325	94	,022

Tablo 14' te profesyonel e-sporcuların stres düzeylerinin cinsiyetlerine göre incelendiğinde ortaya çıkan dağılım gözükmektedir. Tablo incelendiğinde profesyonel e-sporcuların cinsiyetlerine göre stres düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p<0,05$). Söz konusu farkın kadınlar lehine olduğu görülmektedir. Bu nedenle profesyonel e-sporcu kadınların stres düzeylerinin erkeklere göre daha fazla olduğunu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 15

Profesyonel E-Sporcuların Oyuna Karşı Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılıkları

	Gruplar	*N*	*X*	*ss*	*t*	*sd*	*P*
Bağımlılık	Kadın	39	3.97	.60	,454	96	,651
	Erkek	59	3.91	.61	,455	82	,650

Tablo 15' te profesyonel e-sporcuların bağımlılık düzeylerinin cinsiyetlerine göre incelendiğinde ortaya çıkan dağılım gözükmektedir. Tablo incelendiğinde profesyonel e-sporcuların cinsiyetlerine göre bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur. ($p>0,05$) Kadınların bağımlılık puanlarının ortalaması ($x=3.97$), erkeklere (3.91) göre daha yüksek olmasına rağmen, gruplar arasında kadınlar lehine olan bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 16

Profesyonel E-Sporcuların Oyuna Karşı Bağımlılık Düzeylerinin Aksaklık, Başarı, Ekonomi Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılıkları

	Gruplar	*N*	*X*	*ss*	*t*	*sd*	*P*
Aksaklık	Kadın	39	3,86	,65	,930	96	,355
	Erkek	59	3,72	,71	,949	86	,345
Başarı	Kadın	39	4,44	,52	1,06	97	,288
	Erkek	60	4,32	,54	1,07	83	,284
Ekonomi	Kadın	39	3,42	1,05	-,916	97	,362
	Erkek	60	3,63	1,10	-,925	84	,358

Tablo 16'da profesyonel e-sporcuların oyuna karşı bağımlılık düzeylerinin aksaklık, başarı, ekonomik alt boyutlarının cinsiyete göre incelendiğinde aralarında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$).

Tablo 17

Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Stres Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılıkları

	Gruplar	*N*	*X*	*ss*	*t*	*sd*	*P*
Anksiyete	Kadın	39	2,22	,62	1,52	96	,131
	Erkek	59	2,00	,72	1,57	89	,119
Depresyon	Kadın	39	1,87	,51	1,24	98	,217
	Erkek	61	1,71	,68	1,32	95	,189
Stres	Kadın	39	2,73	,72	2,80	97	,006
	Erkek	60	2,27	,84	2,90	89	,005

Tablo 17'de profesyonel e-sporcuların stres düzeylerinin anksiyete, depresyon, stres alt boyutlarının cinsiyete göre incelendiğinde anksiyete ve depresyon alt boyutu arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0.05$). Stres düzeyi alt boyutu incelendiğinde kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark görülmüştür ($p<0.05$). Bu farkla kadınların erkeklere göre stres düzeylerinin daha fazla olduğu saptanmıştır.

Tablo 18

Profesyonel E-Sporcuların Kaygı Düzeylerinin Oyun Türleri Değişkenine Göre Farklılıkları

		N	*X*	*ss*	*f*	*p*	*fark*
Kaygı	Valorant	33	2,43	,28	1,484	,203	
	CS:GO	20	2,56	,35			
	LOL	26	2,53	,33			
	PubG	6	2,35	,38			
	DOTA	6	2,30	,27			
	FIFA	4	2,25	,30			
	Total	95	2,47	,32			

Tablo 18 incelendiğinde istatistiksel olarak oyuncuların oyun türlerine göre kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur (p> 0,05). Ancak sporcuların oynadıkları oyun türlerinden CS:GO adlı oyun oynayanların diğer oyunculardan daha yüksek kaygı düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir (Ort. 2.56).

Tablo 19

Profesyonel E-Sporcuların Bağımlılık Düzeylerinin Oyun Türleri Değişkenine Göre Farklılıkları

		N	*X*	*ss*	*f*	*p*	*fark*
Bağımlılık	Valorant	34	3,96	,54	,878	,499	
	CS:GO	20	4,10	,62			
	LOL	28	3,89	,65			
	PubG	6	3,53	,62			
	DOTA	6	3,99	,52			
	FIFA	4	3,79	,88			
	Total	98	3,93	,61			

Tablo 19 incelendiğinde istatistiksel olarak oyuncuların oyun türlerine göre bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur (p> 0,05). Ancak, sporcuların oynadıkları oyun türlerinden CS:GO adlı oyun oynayanların diğer oyunculardan daha yüksek bağımlılık düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir (Ort. 4.1).

Tablo 20

Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Oyun Türleri Değişkenine Göre Farklılıkları

		N	*X*	*ss*	*f*	*p*	*fark*
Stres	Valorant	34	2,16	,58	,903	,483	
	CS:GO	20	2,08	,73			
	LOL	27	2,03	,59			
	PubG	7	2,39	,64			
	DOTA	6	2,23	,47			
	FIFA	4	1,65	,57			
	Total	98	2,11	,61			

Tablo 20 incelendiğinde istatistiksel olarak oyuncuların oyun türlerine göre stres düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur (p> 0,05). Ancak sporcuların oynadıkları oyun türlerinden PubG adlı oyun oynayanların diğer oyunculardan daha yüksek stres düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir (Ort. 2.39).

Tablo 21

Profesyonel E-Sporcuların Stres Düzeylerinin Anksiyete, Depresyon, Stres Alt Boyutlarının Oyun Türleri Değişkenine Göre Farklılıkları

		N	*X*	*ss*	*f*	*p*	*fark*
Anksiyete	Valorant	34	2,16	,64	,686	,635	
	CS:GO	20	2,08	,78			
	LOL	27	1,97	,72			
	PubG	7	2,34	,75			
	DOTA	6	2,21	,39			
	FIFA	4	1,71	,60			
	Total	34	2,16	,64			
Depresyon	Valorant	35	1,86	,62	,686	,067	
	CS:GO	20	1,71	,75			
	LOL	28	1,64	,45			
	PubG	7	2,26	,68			
	DOTA	6	1,95	,61			
	FIFA	4	1,21	,24			
	Total	100	1,77	,62			
Stres	Valorant	34	2,49	,80	,252	,938	
	CS:GO	20	2,46	,95			
	LOL	28	2,43	,81			
	PubG	7	2,57	,86			
	DOTA	6	2,52	,50			
	FIFA	4	2,03	1,07			
	Total	99	2,46	,82			

Tablo 21 incelendiğinde istatistiksel olarak oyuncuların anksiyete, depresyon, stres alt boyutlarında oyun türlerine göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (p> 0,05). Ancak profesyonel e-sporcuların stres düzeylerinin anksiyete (ort. 2,34), depresyon (ort. 2,26), stres (ort. 2,57) alt boyutlarının oyun

türlerine göre farklılıkları incelendiğinde, sporcuların oynadıkları oyun türlerinden PubG adlı oyun oynayanların diğer oyunculardan daha yüksek anksiyete, depresyon ve stres düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir

Tablo 22

Profesyonel E-Sporcuların Bağımlılık Düzeylerinin Aksaklık, Başarı, Ekonomi Alt Boyutlarının Oynadıkları Oyun Türleri Değişkenine Göre Farklılıkları

		N	*X*	*ss*	*f*	*p*	*fark*
Aksaklık	Valorant	34	3,82	,67	1,08	,375	
	CS:GO	20	3,92	,66			
	LOL	28	3,73	,74			
	PubG	6	3,23	,69			
	DOTA	6	3,93	,49			
	FIFA	4	3,60	,77			
	Total	98	3,78	,69			
Başarı	Valorant	34	4,42	,41	,648	,664	
	CS:GO	20	4,40	,62			
	LOL	28	4,38	,55			
	PubG	7	4,04	,68			
	DOTA	6	4,42	,49			
	FIFA	4	4,25	,81			
	Total	99	4,37	,53			
Ekonomi	Valorant	34	3,50	,85	,979	,435	
	CS:GO	20	4,01	1,04			
	LOL	28	3,41	1,31			
	PubG	7	3,25	,80			
	DOTA	6	3,37	1,04			
	FIFA	4	3,50	1,62			
	Total	99	3,55	1,08			

Tablo 22 incelendiğinde istatistiksel olarak oyuncuların aksaklık, başarı, ekonomi alt boyutlarında oyun türlerine göre bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (p> 0,05). Ayrıca Tablo 22'de sporcuların oynadıkları oyun türlerinden DOTA adlı oyun oynayanların diğer oyunculardan daha yüksek aksaklık (ort. 3,93) ve başarı (ort. 4,42) düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir. Buna ek olarak CS:GO ekonomik (ort. 4,01) boyutuna yönelik beklentinin ya da kazancın en yüksek olduğu oyun olarak yorumlanabilir. Son olarak tabloya baktığımızda PubG oyununu oynayanların aksaklık (ort. 3,23), başarı (ort. 4,04) ya da ekonomik (ort. 3,25) beklentilerinin diğer oyunlara kıyasla en düşük oyun olduğunu görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan araştırmada, profesyonel e-sporcuların oyuna karşı bağımlılıkları, stres ve kaygı düzeyleri incelenerek, bu faktörler arasındaki ilişkileri anlamak hedeflenmiştir.

Bu çalışmada, profesyonel e-sporcuların bağımlılık ve kaygı düzeyleri incelendiğinde cinsiyet ve oyun türü değişkenlerine göre aralarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Vardar, E. vd. (2012) yılında yaptıkları egzersiz bağımlılığı ve psikopatolojik özelliklerin değerlendirilmesi çalışmasında tüm olguların %12'sinde egzersiz bağımlılığı olduğu, deneklerin %85'inde fizyolojik bağımlılık kriterlerini karşıladığı sonucuna ulaşmışlardır. Başaran, M. H. vd. (2009) yılında sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini inceledikleri çalışmada, kaygı seviyeleri bakımından kadın ve erkek sporcular arasında anlamlı bir sonuç elde edememiştir. Terrón, B. S., & Jiménez, M. (2023) yılında sporcuların rekabet öncesi kaygı ve psikolojik durumlarını inceledikleri çalışmalarında, yarışma öncesi sporcuların kaygı düzeyleri arasında farklılık tespit etmiş, kadın sporcuların erkek sporculara kıyasla yarışma öncesi daha yüksek kaygı seviyelerine sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Ateş, C., vd. (2018) yılında profesyonel basketbol ve voleybol oyuncularının kaygı düzeylerini araştırdıkları çalışmalarında kadın sporcuların erkek sporculara kıyasla daha fazla kaygı seviyesine sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Can, H. C., & Demir, G. T. (2020) yaptıkları çalışmada e-spor oyuncularının cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasında anlamlı farklılık saptamıştır. Erkek e-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılık seviyeleri, kadın e-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılığı seviyelerinden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sulubey, (2022) yaptığı çalışmada yine erkeklerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin kadınlara göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çavuş, S. vd. (2016) üniversite öğrencileri ile bilgisayar oyunları ve bağımlılık üzerine yaptıkları çalışmada da erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla oyuna karşı daha bağımlı oldukları sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlar ışığında profesyonel seviyedeki oyuncular arasında oyuna karşı bağımlılıklarında fark çıkmamasının sebebi olarak, oyuncuların belirli bir seviyeye gelmek veya seviyelerini koruyabilmek amacıyla cinsiyet ve

oynadıkları oyun türü fark etmeksizin oyunda kalmaları gerektiği yorumunu yapabiliriz.

Profesyonel e-sporcuların stres faktörü incelendiğinde oyuncuların cinsiyet değişkenine göre stres düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu gözlemlendi. Buna göre kadın sporcuların erkek sporculara göre stres düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin bağımlılık, stres ve kaygı düzeylerinin alt boyutları olan; aksaklık, başarı, ekonomi, depresyon, anksiyete düzeyleri arasında da sporcuların cinsiyet ve oyun türleri değişkenlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmış olup, stres alt boyutunda kadın sporcuların erkek sporculara göre daha yüksek stres düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Şahin (2018) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada kadın katılımcıların yaşadıkları stres düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Sulubey, (2022) yaptığı çalışmada kadınların depresyon anksiyete ve stres düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sancaktar (2020) ise ergenlerin dijital oyunlar oynama süreleri ile yaşadıkları stres düzeyi ve algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğunu belirtmektedir. Bu çalışmalara göre yaptığımız çalışmada kadınların stres düzeylerindeki bulgular bu araştırmaları destekler niteliktedir. Yardımcı, F. B., & Kulunkoglu, B. (2022)'de Tokyo 2020 Paralimpik Oyunları'na hazırlanan sporcular üzerine yaptıkları çalışmada sporcuların cinsiyetlerine göre stres düzeyleri arasında anlamlı bir sonuç elde edememiştir.

Sporcuların stres düzeyleri oynadıkları oyun türlerine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Khalili-Mahani, N. vd (2020) yaptığı araştırmaya göre katılımcıların dijital oyunlar oynamasının ardından kalp atış hızlarında ve kortizol seviyelerinde farklılıklar oluştuğu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumun da stresi ortaya çıkaran fiziksel tepkimeler olduğunu belirtmiştir. Soares, A. K. S. vd. (2022) yaptıkları çalışmada fiziksel spor yapan ve e-spor yapan sporcuların depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere üç ruhsal sağlık boyutu açısından karşılaştırdığında sadece depresyon puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlemiş olup e-spor oyuncularının depresyon düzeylerini fiziksel spor yapan sporculara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Profesyonel e-sporcular

üzerine yaptığımız çalışmada elde edilen veriler ortalama olarak incelendiğinde, PubG oynayan oyuncuların diğer oyunları oynayan oyunculardan ortalama olarak daha yüksek stres düzeyine sahip oldukları sonucu ortaya çıkmıştır. Bu farkın ortaya çıkmasında PubG oyununun temel dinamiklerinin oyuncunun hayatta kalan son kişi olması gerektiğini içerdiği için oyuncuların daha çok stres yaşadıkları yorumu yapılabilir. Profesyonel sporcuların oyun türlerine göre kaygı düzeyleri incelendiğinde CS:GO oynayan oyuncuların diğer oyun türlerini tercih eden oyunculardan ortalama olarak daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Correia, M., & Rosado, A. (2019) sporcuların cinsiyet ve spor türüne göre kaygı düzeylerini inceledikleri çalışmalarında erkek ve kadın sporcular ile bireysel ve takım sporları yapan sporcular arasında anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmiş olup, kadın sporcular ve bireysel sporlarla uğraşan sporcular daha yüksek kaygı yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır. Profesyonel oyuncuların oynadığı oyun türlerine göre bağımlılık düzeyleri incelendiğinde yine CS:GO oynayan oyuncuların diğer oyun türlerini oynayan oyunculardan ortalama olarak daha çok bağımlılık düzeyine sahip olduğu değerlendirilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında CS:GO oyununun uzun yıllardır oynanması ve e-sporun en köklü oyunlarından biri olması etkili olabilir. Beranuy, M., vd. (2013) çevrimiçi oyun bağımlılığı üzerine yaptıkları çalışmada bağımlılığı, oynama süresi önemli ölçüde arttığında, kontrol kaybı ve dar bir davranış odağı ile ortaya çıkmakta olduğunu ve oyun bağımlılığının madde bağımlılıklarının sonuçları ile benzerlik gösterdiği sonucuna ulaşmışlardır.

Bu çalışmada kullanılan ölçeklerin ekonomi ve kazanç alt boyutlarında, sporcuların oynadıkları oyun türlerine göre inceleme yapıldığında, CS:GO oyununu oynayan sporcuların bu alanda diğer oyun türlerine göre ortalama olarak daha fazla kazanç odaklı oyun oynadıkları sonucu ortaya çıkmıştır. Bağımlılık alt boyutlarında hayatlarında en çok aksaklık yaşayan oyuncuların DOTA oyuncuları olduğu belirlenmiştir. Yine DOTA oyununu oynayan oyuncuların başarı duygusunu en yoğun hisseden oyuncular olduğu da söylenebilir. Elde edilen bu bulguya göre DOTA oyuncularının başarılı olmak için diğer oyun türünü oynayan oyunculara göre daha fazla sosyal çevrelerinden ve temel ihtiyaçlarından taviz verdikleri yorumunu yapabiliriz. Bir diğer yandan PubG oynayan oyuncuların aksaklık, başarı ve ekonomik

kazanç yönünden diğer oyunları oynayan oyunculardan ortalama olarak daha düşük seviyede olduğu görülmüştür. Tüm bu analizler istatistiksel olarak incelendiğinde profesyonel e-sporcuların bağımlılık, stres ve kaygı düzeylerinin oynadıkları oyun türlerine göre aralarında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu bulgular, e-spor endüstrisinin psikolojik sağlık üzerindeki etkilerini anlamak ve oyunculara uygun destek ve yönlendirmeler sağlamak için önemlidir. Ancak, bu alanda daha fazla araştırmaya ve çeşitli faktörlerin incelenmesine ihtiyaç vardır. Gelecekteki çalışmalar, oyuncular arasındaki psikolojik farklılıkları daha derinlemesine anlamak ve e-spor oyuncularının ihtiyaçlarına daha etkili bir şekilde yanıt verebilmek için çeşitli psikolojik ve sosyal faktörleri göz önünde bulundurmalıdır. Bu araştırma, e-spor endüstrisinin daha sağlıklı bir ortam oluşturması için bir adım olarak değerlendirilebilir.

Araştırmanın sonuçları ışığında şu öneriler geliştirilebilir;

1- Profesyonel e-sporcuların bağımlılık, stres ve kaygı düzeylerini uzun vadede izlemek, bu faktörlerin zaman içindeki değişimini anlamaya yardımcı olabilir.
2- Depresyon, anksiyete, özsaygı ve yaşam memnuniyeti gibi diğer psikolojik faktörlerin e-sporcular üzerindeki etkileri araştırılabilir.
3- Farklı yaş grupları, eğitim seviyeleri ve sosyal ekonomik statüdeki e-sporcuların bağımlılık, stres ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması yapılabilir.
4- Derinlemesine görüşmeler ve odak grup çalışmaları yaparak e-sporcuların kişisel deneyimlerine ve duygusal tepkilerine dair daha zengin veriler elde edilebilir.

KAYNAKÇA

1. Akay B., Ayhan, B. (2021). Türkiye'de e-spor üzerine yapılan akademik çalışmaların içerik analizi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 7(2), 656-671
2. Akıncı, A. Y. (2022). Spor Tarihi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*, 7.
3. Aksoy, A. (2005). Çalışma Hayatında Stres Kaynakları, Stres Belirtileri ve Stres Sonuçlarının İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. *In Journal of Social Policy Conferences* (No. 49). Istanbul University.
4. Aktan, E. (2018). Sosyal Medya ve Sosyal Kaygı: Sosyal Medya Kullanıcıları Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk İletişim*, 11(2), 35-53.
5. Alpaslan, A. H. (2009). *Ergen Yaştaki Lisanslı Sporcularda Anksiyete ve Depresyon Düzeyleri ile Yaşam Kalitesinin Araştırılması* (Doctoral dissertation, Bursa Uludag University (Turkey).
6. Argan M., Akın E. (2007). Elektronik Spor; özellikleri, kavram ve uygulamalarına yönelik kuramsal çerçeve. *Akdeniz 4. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*. 64, 9-11, Antalya.Türkiye
7. Argan, M., Özer, A., & Akın, E. (2006). Elektronik Spor: Türkiye'deki Siber Sporcuların Tutum ve Davranışları, *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, *1*(2), 1-11.
8. Argan, M., Süher, H. K., Özer, A., Akın, E., & Tokay, A. M. (2007). Game Quality: Astudy on Turkish Game Players. In *2nd International Symposium of New Technologies in Sport Sarajevo* (Bosnia Herzegovina)
9. Ateş, C., Yıldız, Y., & Yıldız, K. (2018). Profesyonel Basketbol ve Voleybolcuların Antrenör İletişim Beceri Düzeyleri Algısı ve Sporcuların Kaygı Düzeylerinin Araştırılması. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(3), 40-52.
10. Ayhan, B., & Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, *6*(1), 1-30.
11. Ayhan, B., ve Çavuş, S. (2014). Computer Game Addıctıon: A Fıeld Study On Adolescents, *12. International Symposium Communication in the Millennium*. 15-18 June, Eskişehir, ss. 197-208

12. Barnett, J., ve Coulson, M. (2010). Virtually Real: A Psycho-Logical Perspective On Multiplayer Online Games. *Rev Gen Psychol*, Sayı.14, ss. 167-179.
13. Beranuy, M., Carbonell, X., & Griffiths, M. D. (2013). A Qualitative Analysis Of Online Gaming Addicts İn Treatment. *International Journal of Mental Health And Addiction*, 11, 149-161.
14. Bilir, H. (2022). E-Spor Ekonomisinin Gelişimi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 327-341.
15. Bozdoğanoğlu, B. (2021). Pandeminin Yükselen Değeri E-Spor ve Yaklaşan Vergileme Sorunları. *Maliye Araştırmaları*-4, 98
16. Can, H. C., & Demir, G. T. (2020). Sporcuların ve E-Spor Oyuncularının Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Düzeyleri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 364-384.
17. Choi, E. Y. (2013). *Investigating Factors İnfluencing Game Piracy in The Esports Settings Of South Korea*. The University of New Mexico.
18. Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in athletes: Gender and type of sport differences. *International Journal of Psychological Research, 12*(1), 9-17.
19. Cüceloğlu D. Yeniden İnsan ve Davranışı, *Remzi Kitapevi*, İstanbul, 1996.
20. Cüceloğlu, D. (2006) İnsan ve Davranışı. *Remzi Kitabevi*, İstanbul
21. Çavuş, S., Ayhan, B., & Tuncer, M. (2016). Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2016(43), 265-289.
22. Çınar Y. (2020), *E-Sporcular ve Dijital Oyun Oynayan Bireylerin Dijital Oyun Oynama Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2020.
23. Demir, C., & Bacak, B. *Bilişim Sektöründe Esnek Çalışanların Sorunları: E-Spor Sektörü Çalışanları Üzerine Bir İnceleme*. Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale, 2019
24. Demirel, E. T. (2018). Nicel araştırma tasarımı.
25. DOTA2 (2021, Ekim), *The International 2021*, https://www.dota2.com/esports/ti10/watch/13256/576/game1vod
26. Ercan, H. Y., & Hülya, Y. (2013). Spor ve Egzersiz Psikolojisi. *Nobel Akademik Yayıncılık*.

27. Fresca G. (2010). Rethinking Agency And İmmersion: Video Games As A Means Of Consciousness-Raising. *Digital Creativity*. 12(3), 167-174.
28. Gedik, Y. (2023). Sporda Yeni Bir Yıldız: E-Spor. *International Anatolia Academic Online Journal Social Sciences Journal*, 9(2), 52-65.
29. Gökören V. (2022) *E-sporcuların E-spora Katılım Motivasyonu ve Akış Yaşantısının İncelenmesi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2022
30. Grıffiths, M. D., Davıes, M. N., ve Chappell, D. (2004). Demographic Factors Andplaying Variables In Online Computer Gaming.Cybervpsychology And Behavior, 7,479–487.
31. Griffiths MD. Diagnosis And Management Of Video Game Addiction. Direct Addict Treat Prevent 2008; 12: 27- 41.
32. Gül İ., Kızılırmak İ., Güler E., Yardı Z. (2017). Fuar Turizmi Kapsamında Oyun Fuarları: Gaming İstanbul örneği. *Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Dergisi*. 2, 101-120.
33. Güler S. (2023) *Geleneksel E-Sporcuların Bilişsek Esneklik Düzeylerinin İncelenmesi,* Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir, 2023
34. Güler, H. (2022). Dijital Oyun E-Spor ve Geleneksel Oyunların Karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 315-326.
35. Hamari, J., Sjöblom, M., & Törhönen, M. (2016). "eSports, Skin Gambling, and Regulation: A Participant's Perspective." In Proceedings of the *2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (s. 318–329). ACM.
36. HLTV (2023, Mayıs), *Blast.tv Paris Major 2023,* https://www.hltv.org/events/6793/blasttv-paris-major-2023
37. Hilvoorde, I. V., & Pot, N. (2016). "Playing Sports With Video Games: A Phenomenological Interpretation of the Lived Experiences of Esports Players." *Sport, Ethics and Philosophy*, 10(3), 298-313.
38. Huizinga, J. (2013). Homo Ludens (4. b.). (M. A. Kılıçbay, Çev.) İstanbul: *Ayrıntı Yayınları.*
39. Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *27*(2), 128-137.

40. Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C., & Olrich, T. W. (2017). Virtual (ly) athletes: where eSports fit within the definition of "Sport". *Quest*, *69*(1), 1-18.
41. Kaba, İ. (2019). Stres, Ruh Sağlığı ve Stres Yönetimi: Güncel bir gözden geçirme. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (73), 63-81.
42. Khalili-Mahani, N., De Schutter, B., & Sawchuk, K. (2020). The Relationship Between The Seniors' Appraisal Of Cognitive-Training Games And Game-Related Stress is Complex: A Mixed-Methods Study. In *HCI International 2020–Late Breaking Papers: Universal Access and Inclusive Design: 22nd HCI International Conference, HCII 2020, Copenhagen, Denmark, July 19–24, 2020, Proceedings 22* (pp. 586-607). Springer International Publishing.
43. Karabulut, G. (2010). *İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin Oyun Tercihlerine ve Spora Katılımlarına Göre Kaygı Düzeylerinin ve Başarı Algılarının İncelenmesi* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü)
44. Karatepe, S., & Uslu, T. (2022). Oyun ve Sporun Özgün Bir Versiyonu: Espor. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, *2*(2), 26-48.
45. Kartal M. (2020), *Küreselleşme Bağlamında Türkiye'de E-Spor*, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Malatya, 2020
46. Kaya AB. *Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi*. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Tokat, 2013.
47. Kaya, A.B. (2013). *Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Tokat: Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
48. Keskin, A. D., & Neriman, A. R. A. L. (2021). Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme. *Bağımlılık Dergisi*, *22*(3), 327-339.
49. Kılıç, G. (2021*). Dijital Oyun Bağımlılığı ile Yalnızlık, Saldırganlık, Mutluluk Ve Dijital Oyun Oynama Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Doctoral Dissertation, Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul).
50. Kılıç, e-Spor ve Geleceği, 2017, https://www.muhendisbeyinler.net/e-spor-ve-gelecegi (12 Ekim 2018), part.6

51. Kınay B. (2019). *Ergenlerde Oyun Bağımlılığının Sosyal Kaygı, Saldırganlık ve Sosyal Dışlanma ile İlişkisinin İncelenmesi*, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2019
52. Kilci, A. K. (2021). Spor ve Dijital Oyunda Son Nokta: Espor. 2. Basım. Ankara: *Gazi Kitabevi.*
53. Kocaömer, C. (2018). Elektronik Spor Faaliyetlerinde Sponsorluğun Marka Değeri Üzerine Etkisi: League Of Legends Örneği. *Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Medya ve İletişim Araştırmaları Hakemli E-Dergisi,* (5), 46-82.
54. Köseliören M. (2017). *İnternet, Online Oyun ve Bağımlılık*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya, 2017.
55. Mikael Cambrand, Erik Liljeqvist ve Ludvig Kallin, *"Finding Triggers For Innovation Within eSports"*, (Yayınlanmamış Lisans Tezi, Mälardalen University, 2014), s.11.
56. Mustafaoğlu, R. (2018). E-spor, spor ve fiziksel aktivite. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 84-96.
57. Ocak, M. H. (2020). *Geleneksel Spor ve E Spor Seyircilerinin İzleyici Profilleri ve Tercih Nedenlerinin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bolu.
58. Öztürk O. Ruh Sağlığı ve Bozuklukları (10. Basım), *Nobel Yayınevi*, 2004, Ankara.
59. Öztürk, A. (2008). *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretmenlik Programı'ndaki Öğrencilerin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Durumları İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Manisa Celal Bayar Üniversitesi.
60. Paşa, M. (2007). *Stresin Bireysel Performans Üzerindeki Etkileri ve Bir Uygulama* (Doctoral Dissertation, Bursa Uludag University (Turkey)
61. Şahin, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeylerinin Fakülte Türü ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 28-35.
62. Sepetci T. (2017), *Dijital Oyunlar, Dijital Oyuncular: Karşı Hegemonya Pratikleri ve Sosyal Etkileşim*, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Antalya, 2017

63. Snavely TL. *History And Analysis of Esport Systems*. Kinesiology and Health Education, Yüksek lisans tezi. Texas Austin: Texas Üniversitesi, 2014
64. Soares, A. K. S., Goedert, M. C. F., & Vargas, A. F. (2022). Mental Health and Social Connectedness During The COVID-19 Pandemic: An Analysis Of Sports And E-Sports Players. *Frontiers in psychology*, *13*, 802653.
65. Sulubey O. *E-sporda ve Sporda Dijital Oyun Bağımlılığı, Depresyon, Anksiyete ve Stresin İlişkisel Olarak İncelenmesi*, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Denizli, 2022.
66. Şimşek, E., & Yılmaz, T. K. (2020). Türkiye'de Yürütülen Dijital Oyun Bağımlılığı Çalışmalarındaki Yöntem ve Sonuçların Sistematik İncelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *28*(4), 1851-1866.
67. Talipoğlu, Ü. (2023). Dijital Medya Bağımlılığı: Catfish Filminin Göstergebilimsel Analizi. AJIT-e: *Academic Journal of Information Technology*, 14(53), 105-125.
68. Terrón, B. S., & Jiménez, M. (2023). *Precompetitive Anxiety and Psychological Skills in Sports Performance* (Doctoral dissertation, Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés-SEAS.-Colegio Oficial de Psicologos de Madrid (copmadrid)).
69. Tutar H. Kriz ve Stres Ortamında Yönetim. *Hayat Yayınları*, İstanbul, 2000
70. Uğurlu, T. T., Şengül, C. B., & Şengül, C. (2012). Bağımlılık Psikofarmakolojiği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 37-50.
71. Uzun, R. N., İmamoğlu, O., Barut, Y., & Ceylan, T. (2021). Eski Çağlarda Çocuk ve Oyun. *Journal of ROL Sport Sciences*, 2(2), 103-111.
72. Uzuner, M. E. (2023). E-spor Ekosistemi ve Kente Katabileceği Değerler. *Şura Akademi*, (3), 45-55.
73. Üçüncüoğlu M, Çakır V. Modern Spor Kulüplerinin E-Spor Faaliyetlerine İlgi 221 Gösterme Nedenleri Üzerine Bir Araştırma. *Inonu Univ J Phys Educ Sport Sci*. 2017, 4: 34–47
74. Vardar, E., Vardar, S. A., Toksöz, İ., & Süt, N. (2012). Egzersiz bağımlılığı ve psikopatolojik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25(1), 51-57.

75. Yardımcı, F. B., & Kulunkoglu, B. (2022). Tokyo 2020 Paralimpik Oyunlarına Hazırlanan Sporcuların Anksiyete, Depresyon ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27(1), 89-100.
76. Yıldırım Araz, G. (2017). *Spor Yapan Bireylerin Kaygı Düzeyleri, Saldırganlık Eğilimleri ve Yaklaşma-Uzaklaşma Tepkilerinin İncelenmesi* (Master's thesis, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
77. Yüceant, M. (2013). *Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Master's thesis, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
78. Yükçü, S., & Kaplanoğlu, E. (2018). UİK e-Spor endüstrisi. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 533-550.

EKLER

EK 1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

EK 2. SÜREKLİ KAYGI ÖLÇEĞİ

EK 3. ÇEVRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

EK 4. DEPRESYON ANKSİYETE VE STRES ÖLÇEĞİ

EK 5. ENSTİTÜ YÖNETİM KURULU KARARI

EK 1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

Trakya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Yönetimi Bölümü'nde yürüttüğüm yüksek lisans tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Aşağıda bulunan anketler, profesyonel e-spor oyuncu davranışlarını anlamak ve ülkemizde e-sporun gelişimine yönelik çalışmalara katkı sağlaması amacıyla oluşturulmuştur.

Tüm soruları cevaplamanız, araştırmanın sonuçları açısından önemlidir. Kimliğinizin bilinmesi araştırma açısından önem taşımamaktadır, yanıtlarınız yalnızca bilimsel veri olarak kullanılacaktır. Soruların doğru veya yanlış bir yanıtı bulunmamaktadır. Yapılan çalışmanın güvenirliliği ve geçerliliği vereceğiniz samimi cevaplara bağlıdır.

Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim.

Yaşınız?

- 14-18
- 18-22
- 22-25
- 25-30
- 30 ve üzeri

Cinsiyetiniz?

- Erkek
- Kadın

Eğitim durumunuz nedir?

- İlkokul
- Ortaokul
- Lise
- Üniversite

- Lisansüstü

Profesyonel olarak hangi oyunu oynuyorsunuz?

- Valorant
- CS:GO
- League Of Legends
- Pubg
- World Of Warcraft
- Fortnite
- DOTA
- Diğer..

Günde ortalama kaç saat oyun oynuyorsunuz?

- 0-1 saat
- 1-2 saat
- 2-4 saat
- 4-6 saat
- 6-8 saat
- 8-10 saat
- 10 ve üzeri

Kaç yıldır profesyonel e-sporcusunuz?

- 1 yıldan az
- 1-3 yıl
- 3-5 yıl
- 5 yıl ve üzeri

Profesyonel olduğunuz oyunu kaç yıldır oynuyorsunuz?

- 1 yıldan az
- 1-3 yıl
- 3-5 yıl
- 5 yıl ve üzeri

EK 2. SÜREKLİ KAYGI ÖLÇEĞİ

SORU	HİÇBİR ZAMAN	BAZEN	ÇOK ZAMAN	HEMEN HER ZAMAN
Genellikle keyfim yerindedir.				
Genellikle çabuk yorulurum.				
Genellikle kolay ağlarım.				
Başkaları kadar mutlu olmak isterim.				
Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçırırım.				
Kendimi dinlenmiş hissederim.				
Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.				
Güçlükleri yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim				
Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim				
Genellikle mutluyum.				
Her şeyi ciddiye alır ve etkilenirim.				
Genellikle kendime güvenim yok.				
Genellikle kendimi emniyette hissederim.				
Genellikle kendimi hüzünlü hissederim.				
Genellikle hayatımdan memnunum.				
Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.				
Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam.				
Aklı başında ve kararlı bir insanım.				
Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder.				

EK 3. ÇEVRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

SORU	Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Çevrimiçi oyun oynadığım için uyku düzenim bozuldu.					
Çevrimiçi oyunlarda level (seviye) atladığımda mutlu hissederim					
Çevrimiçi oyunda en üst seviyeye ulaşmak için elimden geleni yaparım					
Çevrimiçi oyunda hedefime ulaşmak için (puan, level, item vs.) işlerimi ertelediğim olmuştur					
Çevrimiçi oyun oynadığım için geç yatıp geç kalkarım					
Çevrimiçi oyunlarda geliştirdiğim karakteri satarak para kazandım					
Gece geç saatlere kadar çevrimiçi oyun oynadığım için kaçırdığım dersler oldu.					
Çevrimiçi oyunlarda rakibimi alt ettiğimde mutlu hissederim					
Çevrimiçi oyun oynarken yemeğimi genelde bilgisayar başında yerim.					
Çevrimiçi oyunlarda rakibim beni yendiğinde öfkelenirim					
Çevrimiçi oyunlarda kazandığım itemleri satarak para kazandım					
Çevrimiçi oyun oynadığım için arkadaşlık ilişkilerim sekteye uğradı					

SORU	Tamamen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Çevrimiçi oyunlarda yeni bir item aldığımda mutlu hissederim.					
Çevrimiçi oyuna ara vermemek için yemeği ertelediğim olmuştur					
Çevrimiçi oyun benim için kazanç kapısıdır.					
Level atladığımda emeklerimin karşılığını aldığımı hissederim.					
Çevrimiçi oyun grubumuzun oyun içi bir faaliyeti için gece uykumdan feragat ederim					
Çevrimiçi oyundaki başarılarımdan dolayı kendimle gurur duyarım.					
Çevrimiçi oyunda seviyesi benden yüksek oyuncuları yendiğimde gururlanırım.					
Takasa girerek oyun karakterimi geliştirdim.					
Çevrimiçi oyunda hedefime ulaşmak için (puan, level, item vs.) uyku saatimi ertelemişimdir.					

EK 4. DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES ÖLÇEĞİ

SORU	Bana hiç uygun değil	Bana biraz uygun	Bana genellikle uygun	Bana tamamen uygun
Ağzımda kuruluk olduğunu farkettim.				
Soluk almakta zorluk çektim. (örneğin fiziki egzersiz yapmadığım halde aşırı hızlı nefes alma, nefessiz kalma gibi)				
Geçerli bir neden olmadığı halde korktuğumu hissettim.				
Panik haline yakın olduğumu hissettim.				
Panikleyip kendimi aptal durumuna düşüreceğim haller için endişelendim.				
Vücudumda (örneğin ellerimde) titremeler oldu.				
Fiziksel egzersiz söz konusu olmadığı halde kalbimin hareketlerini hissettim.				
Hiç olumlu duygu yaşayamadığımı farkettim.				
Hiçbir beklentim olmadığı hissine kapıldım.				
Birey olarak değersiz olduğumu hissettim.				
Hayatın değersiz olduğunu hissettim.				
Kendimi perişan ve hüzünlü hissettim.				
Hiçbir şey bende heyecan uyandırmıyordu.				
Bir iş yapmak için gerekli olan ilk adımı atmada zorlandım.				
Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim				
Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi.				
Sinirsel enerjimi çok fazla kullandığımı hissettim.				
Alıngan olduğumu hissettim.				
Gevşeyip rahatlamakta zorluk çektim.				
Beni yaptığım işten alıkoyan şeylere dayanamıyordum.				
Kışkırtılmakta olduğumu hissettim.				

EK 5. ENSTİTÜ ETİK KURULU ONAYI