

**T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**DOKTORA TEZİ
REKREASYON ANABİLİM DALI
REKREASYON PROGRAMI**

**DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIK: RAKİP SÜREÇ
TEORİSİ PERSPEKTİFİNDEN ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**



Özge YAVAŞ TEZ

**Danışman
Doç. Dr. Melike ESENTAŞ DEVECİ**

Manisa-2023

YEMİN METNİ

Doktora tezi olarak sunduğum “DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIK: RAKİP SÜREÇ TEORİSİ PERSPEKTİFİNDEN ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Özge YAVAŞ TEZ

MANİSA, 2023



ÖZET

DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIK: RAKİP SÜREÇ TEORİSİ PERSPEKTİFİNDEN ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI

Çalışmada Rakip Süreç Teorisi temel alınarak güvenilir ve geçerli bir “davranışsal bağımlılık” ölçeğinin geliştirilmesine yönelik süreç aktarılmıştır. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama modeli kullanılmıştır. Örneklem seçiminde ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışma, ön deneme uygulaması 120 ve deneme uygulaması 805 olmak üzere toplam 925 ekstrem spor katılımcısından oluşan bir örneklem üzerinde yürütülmüştür. Ön deneme uygulaması ve deneme uygulamasına ilişkin veriler “Google Form” aracılığı ile toplanmıştır. Ekstrem spor katılımcılardan toplanan verilerle betimsel istatistikler, normal dağılım analizi, madde analizi, Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA), Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA), yakınsak ve ayırıcı geçerlilik, ölçüm güvenilirliği ve taban-tavan etkileri ve Alıcı-işlem karakteristiği Analizi (ROC) yapılmıştır. Toplanan verilerin analiz edilmesinde Microsoft Office Excel, SPSS ve AMOS programlarından yararlanılmıştır. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA), “Ana Eksen Faktörleme (AEF)” yöntemi ile “Promax” rotasyon yöntemi seçilerek yapılmıştır. Analizlerde kesme ölçütü 0.40 olarak alınmıştır. Ayrıca aynı anda iki faktör altında benzer yük değerine sahip olan binişik maddeler, bir faktör altında üçten az sayıda madde bulunmaması gibi koşullara dikkat edilmiştir. AFA sonucunda üç faktörlü on iki maddeden oluşan bir yapının ortaya çıktığı ve rotasyon sonrası elde edilen toplam varyansın % 68.220’ini açıkladığı belirlenmiştir. Yapıya ilişkin maddelerin faktör yük değerleri “0.45 ile 0.93” arasında değişmektedir. Faktör yapısı belirlenen ölçüm aracının isimlendirilmesinde kuramsal temele bağlı kalınmıştır. AFA ile belirlenen yapı Birinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ve İkinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ile sınanmıştır. Birinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) sonucunda yapıya ilişkin uyum indeks değerleri $\chi^2/sd=1.47$, RMSEA= 0.05, GFI= 0.86, AGFI= 0.80, IFI= 0.90, NFI= 0.89, TLI= 0.87 ve CFI= 0.90 olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracına ilişkin maddelerin faktör yük değerleri 0.51 ile 0.93 arasında değişmektedir. Ölçüm aracının toplam puanını kullanabilmek için İkinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. İkinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) sonucunda yapıya ilişkin uyum indeks değerleri $\chi^2/sd=8.89$, RMSEA= 0.08, GFI= 0.87, AGFI= 0.80, IFI= 0.91, NFI= 0.90, TLI= 0.88 ve CFI= 0.91 olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracına ilişkin maddelerin faktör yük değerleri 0.54 ile 0.93 arasında değişmektedir.

Ölçüm aracının birleşim ve ayrışım geçerliğine ilişkin analiz sonucunda Hedonik Karşıtlık (HK) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.51, $\sqrt{\text{AVE}}$ değeri 0.71 ve CR değeri 0.80 olarak; Tolerans (T) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.81, $\sqrt{\text{AVE}}$ değeri 0.90 ve CR değeri 0.94 olarak; Hedonik Yoksunluk (HY) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.68, $\sqrt{\text{AVE}}$ değeri 0.82 ve CR değeri 0.89 olarak hesaplanmıştır. Faktörler arası korelasyon katsayısının 0.347 ile 0.502 arasında değiştiği belirlenmiştir.

Ölçüm aracının iç tutarlılığı Cronbach Alfa ile hesaplanmıştır. AFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörleri ile DFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alfa güvenilirliğinin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu (AFA T: 0.94; HY:0.88, DFA T:0.93; HY:0.87). AFA grubundaki “hedonik karşıtlık” ile DFA grubundaki “hedonik karşıtlık” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alpha güvenilirliğinin ise orta düzeyde güvenilirlik düzeyine sahip olduğu sonucuna varılmıştır (AFA HK:0.79, DFA HK:0.71). Ölçüm aracının zemin (floor) ve tavan (ceiling) etkileri de incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen puanlar incelendiğinde zemin puanı en düşük 13; taban puanı en yüksek 56 olarak belirlenmiştir.

Ölçüm aracının puanlandırılması Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM) ve diğer madde bağımlılığı kriterlerine göre puanlandırma sistemi ile kesme ölçütü kullanılarak Alıcı İşletim Karakteristiği (ROC) Analizi ile hesaplanmıştır.

Sonuç olarak tez kapsamında geliştirilen Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) geçerli ve güvenilir ölçmeler yapılabilen bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ekstrem sporlar; bağımlılık, davranışsal bağımlılık; geliştirme, ölçek

ABSTRACT

BEHAVIORAL ADDICTION: A SCALE DEVELOPMENT STUDY FROM THE PERSPECTIVE OF OPPONENT-PROCESS THEORY

In the study, the process of developing a reliable and valid "behavioral addiction" scale based on The Opponent-Process Theory is explicated. General survey model, one of the quantitative research methods, was used in the study. The criterion sampling method was used in the selection of the sample. The study was conducted on a sample of 925 extreme sports participants, of which 120 were pre-trial and 805 were trial applications. The data regarding the pre-trial application and the trial application were collected through "Google Forms". Descriptive statistics, normal distribution analysis, item analysis, Exploratory Factor Analysis (EFA), Confirmatory Factor Analysis (CFA), convergent and discriminant validity, measurement reliability and floor-ceiling effects, and Receiver-Operation Characteristic Analysis (ROC) with data collected from extreme sports participants has been generated. Microsoft Office Excel, SPSS, and AMOS programs were benefited to analyze the collected data. Exploratory Factor Analysis (EFA) was performed using the "Principal Axis Factoring (PAF)" method and the "Promax" rotation method. The cut-off criterion was taken as 0.40 in the analysis. In addition, conditions such as overlapping items with similar load values under two factors at the same time, and the absence of fewer than three items under one factor was taken into account. It was determined that a structure consisting of twelve items with three factors emerged as a result of EFA and explained 68.220% of the total variance obtained after rotation. The factor load values of the items related to the structure vary between "0.45 and 0.93". The theoretical basis was adhered to in naming the measurement tool whose factor structure was determined. The structure determined by EFA was tested with First Level Confirmatory Factor Analysis (CFA) and Second Level Confirmatory Factor Analysis (CFA). As a result of First Level Confirmatory Factor Analysis (DFA), the fit index values related to the structure were determined as $\chi^2/df=1.47$, RMSEA= 0.05, GFI= 0.86, AGFI= 0.80, IFI= 0.90, NFI= 0.89, TLI= 0.87 and CFI= 0.90. The factor loading values of the items related to the measurement tool ranged from 0.51 to 0.93. In order to use the total score of the measurement tool, Second Level Confirmatory Factor Analysis (CFA) was performed. As a result of the Second Level Confirmatory Factor Analysis (CFA), the fit index values related to the structure were determined as $\chi^2/df=8.89$, RMSEA= 0.08, GFI= 0.87, AGFI= 0.80, IFI= 0.91, NFI= 0.90,

TLI= 0.88, and CFI= 0.91. The factor loading values of the items related to the measurement tool varied between 0.54 and 0.93.

As a result of the analysis of the convergent and discriminant validity of the measurement tool, the AVE value for the Hedonic Contrast (HC) sub-dimension was 0.51, the $\sqrt{\text{AVE}}$ value was 0.71, and the CR value was 0.80; The AVE value for the Tolerance (T) sub-dimension was 0.81, the $\sqrt{\text{AVE}}$ value was 0.90, and the CR value was 0.94; AVE value for Hedonic Deprivation (HD) sub-dimension was calculated as 0.68, $\sqrt{\text{AVE}}$ value as 0.82 and CR value as 0.89. It was determined that the correlation coefficient between the factors varied between 0.347 and 0.502.

Internal consistency of the measurement tool was calculated with Cronbach's Alpha. Cronbach's Alpha reliability was found to have a high level of reliability for the measurements obtained from the "tolerance" and "hedonic withdrawal" factors in the EFA group and the "tolerance" and "hedonic deprivation" factors in the CFA group (EFA T: 0.94; HY:0.88, CFA T:0.93; HY:0.87). It was concluded that Cronbach Alpha reliability for the measurements obtained from the "hedonic opposition" in the EFA group and the "hedonic opposition" in the CFA group had a moderate level of reliability (EFA HK:0.79, CFA HK:0.71). The floor and ceiling effects of the measurement tool were also examined. When the scores obtained as a result of the analysis were examined, the ground score was determined as 13, and the highest base score as 56.

The scoring of the measurement tool was calculated by Recipient Operating Characteristic (ROC) Analysis using the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) and Scoring System According to Other Substance Abuse Criteria and cutoff criteria.

As a result, it has been determined that the Behavioral Addiction Scale (BAS) developed within the scope of the thesis is a valid and reliable measurement tool.

Keywords: Extreme sports; addiction; behavioral addiction; development; scale

TEŞEKKÜR

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Anabilim Dalı'nda başlayan doktora eğitimi sürecinde manevi anlamda desteğini esirgemeyen eski danışman hocam Sayın Doç.Dr. Velittin BALCI'ya,

Yüksek lisans ve doktora eğitimim süresince manevi anlamda desteğini esirgemeyen Sayın Prof. Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ'e,

Tez sürecinde manevi anlamda desteğini esirgemeyen danışman hocam Sayın Doç. Dr. Melike ESENTAŞ DEVECİ'ye,

Doktora sürecinde manevi anlamda desteğini esirgemeyen dekan hocam Sayın Prof. Dr. Murat TAŞ'a,

Değerli vakitlerini ayırarak yeterlilik, tez izleme ve tez savunma jürisi olarak desteklerini esirgemeyen ve manevi anlamda yanımda olan Sayın Doç. Dr. Kadir YILDIZ'a ve Sayın Doç. Dr. Nurgül TEZCAN KARDAŞ'a,

Kilometrelerce uzaklıkta olsam da bir telefonla maddi ve manevi desteğini esirgemeyen ve beni bugünlere getiren canım aileme ve bu süreçte yol göstericim olan Ege Üniversitesi Havacılık Meslek Yüksekokulu'nda Dr. Öğr. Üyesi olan canım abim Volkan YAVAŞ'a teşekkür ediyorum.

Bu zorlu süreçte beni hiç bir zaman yalnız bırakmadığı için, gözyaşlarıma, mutluluklarıma, umutsuzlarıma kısacası her anıma şahit olan ve her zaman bana umut olan değerli eşim Özgür TEZ'e minnettarım.

Kahramanmaraş'ın Pazarcık ve Elbistan ilçeleri merkezli depreminde enkaz altında kalarak vefat eden annem Aliye BÜBER ve şehit kardeşim Alpaslan TEZ'e ithafen...

Özge YAVAŞ TEZ

Manisa, 2023

İÇİNDEKİLER

EK 4: DOKTORA SINAV SAVUNMA TUTANAĞI	İ
EK 5: TEZ VERİ GİRİŞ VE TEZ YAYINLAMA İZİN FORMU HATA! YER İŞARETİ TANIMLANMAMIŞ.	
YEMİN METNİ	İİ
ÖZET	İİİ
ABSTRACT	V
TEŞEKKÜR	Vİİ
İÇİNDEKİLER.....	Vİİİ
KISALTMALAR LİSTESİ	Xİ
TABLolar LİSTESİ	Xİİ
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	Xİİİ
RESİMLER, GRAFİKLER, DİYAGRAMLAR LİSTESİ	XİV
EKLER LİSTESİ.....	XV
1.GİRİŞ	16
1.1.Araştırma Problemi	19
1.2.Araştırmanın Amacı	19
1.3.Araştırmanın Önemi	20
1.4.Sınırlılıklar.....	20
1.5.Sayıtlılar	20
1.6.Tanımlar	21
2.GENEL BİLGİLER.....	22
2.1.Bağımlılık.....	22
2.1.1. Bağımlılığın Etimolojisi (Köken Bilimi).....	22
2.1.1.1.Erken Modern Bağımlılık	22
2.1.1.2.Modern Bağımlılık	26
2.2.Davranışsal Bağımlılıklar	32
2.2.1.Davranışsal Bağımlılıklar İle Madde Bağımlılıkları Arasındaki Benzerlikler	34
2.3.Duygu ve Motivasyon	36
2.3.1.Duygu	36
2.3.2.Motivasyon	36
2.3.3.Duyguların Davranışsal Analizi: Motivasyona Köprü	37
2.3.4.Motivasyon Teorileri	38

2.3.4.1.Maslow- İhtiyaçlar Hiyerarşisi.....	38
2.3.4.2.Alderfer - ERG Teorisi.....	40
2.3.4.3.Herzberg-Motivasyon Çift Faktör Teorisi	41
2.3.4.4.McClelland-Başarma İhtiyacı Teorisi	42
2.3.4.5.Adams- Eşitlik Teorisi	44
2.3.4.6.McGregor- X ve Y Teorisi.....	45
2.3.4.7.Vroom- Beklenti Teorisi	46
2.3.4.8.Porter ve Lawler- Beklenti Teorisi.....	47
2.3.4.9.Locke- Hedef Belirleme Teorisi.....	48
2.3.5.Bağımlılığa Motivasyonel Bir Bakış	49
2.3.5.1.Solomon'un Rakip Süreç Teorisi	49
2.3.6.Rakip Süreç Teorisi ve Ekstrem Sporlarda Bağımlılık.....	58
3.YÖNTEM.....	63
3.1. Araştırma Modeli.....	63
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	63
3.3.Verİ Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması.....	77
3.4.Ölçüm Aracının Geliştirilme Süreci	78
3.4.1.Geçerlik ve Güvenirlik	78
3.4.2.Birinci Literatür Taraması	79
3.4.3.İkinci Literatür Taraması	80
3.4.4.Ölçülmek İstenen Örtük Yapının Tanımlanması	80
3.4.5.Madde Havuzu Oluşturma	81
3.4.6.Ön Deneme Formu Oluşturma.....	82
3.4.7.Uzman Görüşü	83
3.4.8.Maddelerin Düzeltilmesi ya da Çıkarılması	88
3.4.9.Ön Deneme Uygulaması.....	88
3.4.10.Deneme Uygulaması.....	90
4.BULGULAR	91
4.1.Psikometrik Niteliklerin Belirlenmesi	91
4.1.1.Analiz Öncesi Hazırlık Aşaması.....	91
4.1.2.Madde Seçim Aşaması	91
4.2.3.Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA).....	94
4.2.4.Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)	97
4.2.5.Birleşim ve Ayrışım Geçerliği.....	100
4.2.6.Ölçüm Güvenirliği	101
4.2.7.Dağılımın Analizi: Zemin ve Tavan Etkileri	102

4.2.8.Ölçüm Aracının Puanlandırılması	102
4.2.8.1.Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM) ve Diğer Madde Bağımlılığı Kriterlerine Göre Puanlandırma Sistemi.....	102
4.2.8.2.Kesme Ölçütüne Göre Puanlandırma Sistemi.....	104
4.2.8.2.1.Alıcı İşletim Karakteristiği (ROC) Analizi ..	104
5.TARTIŞMA	108
6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER	110
6.1. Sonuçlar.....	110
6.2. Öneriler.....	110
7.KAYNAKLAR VE EKLER	111
7.1.Kaynaklar	111
7.2.Ekler	121

KISALTMALAR LİSTESİ

AGFI: Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi

AUC: ROC Grafiğinde Eğrinin Altında Kalan Alan

AFA: Açıklayıcı Faktör Analizi

AEF: Ana Eksen Faktörleme

AVE: Açıklanan Ortalama Varyans

$\sqrt{\text{AVE}}$: Açıklanan Ortalama Varyansın Karekökü

BAS: Behavioral Addiction Scale

CFA: Confirmatory Factor Analysis

CR: Yapı Güvenirliği

CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi

DFA: Doğrulayıcı Faktör Analizi

DBÖ: Davranışsal Bağımlılık Ölçeği

DSM-4: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Dördüncü Baskısı

DSM-5: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Beşinci Baskısı

DSM-5-TR: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Türkiye-Beşinci Baskısı

EFA: Explanatory Factor Analysis

GFI: İyilik Uyum İndeksi

HK: Hedonik Karşıtlık

HY: Hedonik Yoksunluk

NIDA: Ulusal Uyuşturucu Bağımlılığı Enstitüsü

PAF: Principal Axis Factoring

PCA: Principal Component Analysis

ROC: Alıcı-işlem karakteristiği Analizi

RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü

T: Tolerans

TBA: Temel Bileşenler Analizi

χ^2/sd : Ki-Kare Uyum İyiliği Testi

NFI: Normlaştırılmış Uyum İndeksi

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Duygusal, Duygulanımsal, Hedonik veya Motivasyonel Olgulara Yedi Örnek

Tablo 2. Askeri Paraşütçülerin Deneyimlerine İlişkin Duygu Değişimleri

Tablo 3. İlk Grup Ekstrem Spor Katılımcılarına İlişkin Demografik Bilgiler

Tablo 4. İkinci Grup Ekstrem Spor Katılımcısına İlişkin Demografik Bilgiler

Tablo 5. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) 53 Maddesi

Tablo 6. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) Deneme Uygulama Formu (22 Madde)

Tablo 7. Ölçüm Aracından Elde Edilen Ölçümlere İlişkin Düzeltilmiş Madde-toplam Korelasyon Analizi Sonuçları

Tablo 8. Ölçüm Aracıyla Elde Edilen Ölçümlerin Alt %27 ve Üst %27'lik Grup Ortalamaları Farkına İlişkin Madde Analizi Sonuçları

Tablo 9. KMO ve Bartlett Küresellik Testi

Tablo 10. Ölçüm Sonucu Ortaya Çıkan Yapının Özdeğerleri ve Varyans Yüzdeleri

Tablo 11. Ölçüm Aracının Faktör Yapısı ve Faktör Yükleri

Tablo 12. Ölçüm Aracından Elde Edilen Ölçümlere İlişkin Birleşim ve Ayrışım Geçerliği Sonuçları

Tablo 13. Ölçüm Güvenirliğine İlişkin Kanıtlar (Cronbach Alpha)

Tablo 14. Elde Edilen Kesme Puanlarına Göre Duyarlılık ve Özgüllük Değerleri

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Şekil 2: ERG Modeli

Şekil 3: Herzberg'in Çift Faktör Teorisinin Temel Şeması

Şekil 4: McClelland'ın Başarma İhtiyacı Teorisi

Şekil 5: Adam'ın Eşitlik Teorisi

Şekil 6: McGregor'un X ve Y Teorisi

Şekil 7: Vroom'un Beklenti Teorisi

Şekil 8: Porter ve Lawler'in Beklenti Teorisi

Şekil 9: Locke'nin Hedef Belirleme Teorisi

Şekil 10: Ölçüm Aracının Geliştirilme Süreci

RESİMLER, GRAFİKLER, DİYAGRAMLAR LİSTESİ

RESİMLER

Resim 1: 1872 Victoria Dönemi- Temperance Hareketi

GRAFİKLER

Grafik 1. Rakip Süreç Teorisi (The Opponent-Process Theory)

Grafik 2. Rakip Süreç Teorisi ve Madde Bağımlılığı

Grafik 3. Rakip Süreç Teorisi ve Ekstrem Sporlarda Bağımlılık

Grafik 4. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 5. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 6. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

Grafik 7. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 8. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 9. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

Grafik 10. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 11. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 12. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sonrasında Duygu Durumu

Grafik 13. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 14. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 15. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

Grafik 16. Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) Sonucu Yığılma Grafiği

Grafik 17. Alıcı-İşlem Karakteristiği (ROC) Eğrisi

Grafik 18. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) ROC Eğrisi

DİYAGRAMLAR

Diyagram 1. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği Birinci ve İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizleri Sonucu Path Diyagramları

EKLER LİSTESİ

EK 1. Tez Konusu Belirleme ve Onay Formu

EK 2. Etik Kurul Onay Belgesi

EK 3. Gönüllü Onam Formu

EK 4. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)



BİRİNCİ BÖLÜM

1.GİRİŞ

Ciddi fiziksel yaralanma veya ölüm riskine rağmen ekstrem sporlara katılım artmaya devam etmektedir. Literatürde üzerinde durulan tartışma konusu bu tür aktivitelere katılım nedenidir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde genel olarak odak noktasının risk alma davranışı ile ilişkili olduğudur. Diğerleri ise bu kişilerin bilerek risk alan, adrenalin bağımlıları olduğu (Lambton, 2000; Baker ve Simon, 2002; Palmer, 2004; Robinson, 2004) ölüm arzularının olduğu (Slanger ve Rudestam, 1997); kontrol ve belirsizlik sınırının ötesine geçen, çılgın (Ogilvie, 1974) heyecan arayışı (Rossi ve Cereatti, 1993; Zuckerman, 2000); kendini aldatma ile sonuçlanan patolojik, sağlıksız ve sosyal olarak kabul edilemez, sapkın davranışları olan (Elmes ve Barry, 1999; Pain ve Pain, 2005; Monasterio, 2007; Self, Henry, Findley ve Reilly, 2007) kişiler olarak belirtmektedir. Teori odaklı perspektiflere eleştiri getiren Brymer ve Schweitzer (2013), katılımcıların yaşanmış deneyimlerini yansıtmayacağını ve katılımcıların bu tür sporları geleneksel risk alma odağından farklı bir deneyim olarak tanımladığını bildirmiştir. Katılımcılara göre bu durum; risk alma, heyecan ve adrenalin ihtiyacı ile ilgili değildir (Brymer, 2010). Farklı bir eleştiri getiren Priest ve Gass (2005), teori odaklı perspektiflerin katılımcıların doğa ile geçtikleri etkileşimi göz ardı edeceğini bildirmiştir. Ayrıca teori odaklı perspektiflerin etkinliğin pozitif çıktılarını da geri plana attığı bildirilmiştir (Brymer, 2009; Brymer ve Schweitzer, 2012). Bu tür sporları gerçekleştiren katılımcılar, popüler medya tarafından sıklıkla “adrenalin bağımlıları” olarak etiketlenmektedir. Bu durum onların bu tür etkinliklere bağımlı olduklarını düşündürmektedir (Storry, 2003; Pain ve Pain, 2005; Salassa ve Zapala, 2009; Brymer ve Schweitzer, 2013). Gerçekten bağımlılık kavramı eskiden yalnızca farmakolojik maddelerle ilişkilendirilirken günümüzde kumar, alışveriş, egzersiz, oyun ve cinsellik veya aşırı katılımı açıklamak için kullanılmaktadır (Grant, Potenza, Weinstein ve Gorelick, 2010; Olsen, 2011; Leeman ve Potenza, 2013; Weinstein, Feder, Rosenberg, Dannon, 2014). Literatürde uyuşturucu dışı olarak nitelendirilen bu tür davranışsal bağımlılıkların madde bağımlılıklarına ne ölçüde benzediği sıklıkla tartışılmaktadır (Potenza, 2006; Grant ve diğ., 2010). Araştırmacılar uyuşturucu dışı bağımlılığı olanların uyuşturucu kullanıcıları ile benzer kişilik özellikleri gösterdiklerini belirtmiştir. Bu iki grubun aşırma, yüksek oranda nüksetme, artan tolerans ve geri çekilme durumları yaşadıkları bildirilmiştir (Aidman ve Woollard, 2003; Potenza, 2006; Di Nicola, Tedeschi, De Risio, Pettorruso, Martinotti, Ruggeri, Swierkosz-

Lenart, Guglielmo, Callea, Ruggeri, Pozzi, Di Giannantonio ve Janiri, 2015; Robbins ve Clark, 2015).

Bağımlılığın göstergesi olarak görülen geri çekilme sendromu, bağımlılık yapan bir bileşiğin veya davranışın kesilmesiyle yaşanan duyumları tanımlar. Bu durum fizyolojik ve/veya psikolojik rahatsızlık biçimlerini alabilir (Farrell, 1994; West ve Gossop, 1994). Bağımlılıkta geri çekilme sendromu daha önce ödüllendirici uyaranlara yanıt olarak azalan ilgi ya da zevk ile karakterize edilir. Olumsuz bir ruh hali durumu olan “anhedoni” ile ilişkilendirilir (Sekine, Minabe, Ouchi, Takei, Iyo, Nakamura ve Mori, 2003; Zijlstra, Booij, van den Brink ve Franken, 2008). Franken, Zijlstra ve Muris (2006), paraşütle atlama ile uğraşan kişilerde anhedonik semptomların yaygınlığını araştırmıştır. Araştırma sonucunda paraşütle atlama gibi yüksek risk içerikli ekstrem sporlarda daha fazla anhedonik semptomlar yaşandığı belirlenmiştir. Ayrıca madde bağımlılarında olduğu gibi ekstrem sporcuların da bu tür etkinliklerden uzak durdukları dönemlerde anhedonik semptomlar yaşadıklarını öne sürülmüştür (Franken ve diğ., 2006).

Ekstrem sporlara katılıma ilişkin bağımlılık ile madde bağımlılığı fenomenolojisindeki benzerlikler belirgindir. Katılımcılar bu tür sporları genellikle bir acele (rush) veya zirve olarak tanımlarlar. Bu deneyimler uyuşturucu kullanıcılarının deneyimlerine benzetilir. Katılımcılar bu tür deneyimleri bağımlılık kavramıyla açıklayarak yeterince yapmadıklarında bunun sonucunda zarar gördüklerini ifade etmektedirler (Celsi, Rose ve Leigh, 1993; Willig, 2008; Buckley, 2012; Price ve Bundesen, 2005). Uyuşturucu ve uyuşturucu dışı bağımlılıklarda olduğu gibi ekstrem sporlarda da güçlü dürtüler veya istekler ortaya çıkar. Psikofarmakoloji literatüründe bu durum aşırma olarak kendini gösterir. Bir ilacın etkilerine yönelik yoğun bir arzu ile karakterize edilen öznel bir motivasyon durumu olarak tanımlanır (Grant ve diğ., 2010; Celsi ve diğ., 1993; Willig, 2008; Kozlowski ve Wilkinson, 1987; Marlatt, 1987).

Literatürde yer alan tartışmalara ışık tutmak amacıyla Solomon ve Corbit (1973), bir motivasyon teorisi ortaya çıkarmıştır. Rakip Süreç Teorisi (The Opponent-Process Theory) motivasyon, duygusal dinamikler olmak üzere çeşitli davranışları açıklamak amacıyla ortaya çıkarılan psikolojik ve nörolojik bir modeldir. Solomon ve Corbit (1973) tarafından geliştirilen modelde duygu, bağımlılık ve motivasyon kavramları ele alınmıştır. Modele göre mutluluk ve üzüntü, korku ve rahatlama, zevk ve acı gibi karşıt duygu çiftlerimiz olduğu ve bu karşıt duygu çiftlerinden birisi yaşandığında diğerinin geçici olarak bastırılmaktadır. Bununla birlikte bu karşıt duygu çiftleri güçlü bir şekilde yeniden ortaya çıkabilecek ve etkileşime girebilecektir. Böylece bir duyguyu harekete geçirmek aynı zamanda karşıt duyguyu da harekete geçirecek ve bağlantılı bir çift olarak etkileşime girecektir. Bu durum bir dereceye kadar insanların korku filmlerinden ya da serbest paraşüt gibi heyecanlı davranışlardan neden hoşlanabildiği yani

birçok kişi tarafından hoş olmayan durumların niçin ödüllendirici olabileceğini açıklarken aynı zamanda motivasyon ve bağımlılık davranışlarını açıklamak için kullanılabileceği bildirilmiştir (Solomon, 1980).

Ekstrem sporlara katılımın doğası ile ilgili literatürde farklı bakış açıları üretilmiş olsa da çalışmanın odak noktasını “davranışsal bağımlılık” kavramı oluşturmaktadır. Bu açıdan bakıldığında nedir bu kavramlar ve nasıl bir bağlantı içerisindedir? Ekstrem sporcularını bu tür etkinliklere yönelten şey bir tür davranışsal bağımlılık göstergesi midir? Bu noktada bağımlılık ile ilgili üç soru gündeme gelebilir. Birincisi etkinliklerle ilgili: Bazı etkinlikleri diğerlerinden daha fazla bağımlı yapan nedir? İkincisi, bireysel kişiliklerle ilgilidir: Bazı insanları bağımlı yapan ve bazılarını bağımlı yapmayan şey nedir? Üçüncüsü süreç ve mekanizma ile ilgilidir: İnsanlar belirli etkinliklere tam olarak nasıl bağımlı hale gelir ve bu bağımlılıkların zamanla artmasını, sürdürülmesini veya azalmasını ne belirler? Bu soruların her biri için ekstrem sporlarda davranışsal bağımlılıklar üzerine daha geniş araştırmalar yapılabileceği bildirilmiştir (Buckley, 2012). Bu soruların her birisi için daha fazla nicel çalışmalarının gerekliliğini vurgulayarak başlangıç olarak buna neden olabileceği düşünülen “davranışsal bağımlılık” kavramından başlamak ve devam çalışmaları ile desteklendirmek amacı ile çalışmada ekstrem spor katılımcılarının deneyimlerini yansıtabilecek ölçüm aracı geliştirilmiştir. Çalışmanın ekstrem spor ile ilgili literatürde yeni bir tartışma ortamı ve farklı bir bakış açısı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu kavramların tartışılması ve katılımcıların deneyimlerine ilişkin bir ölçüm aracının geliştirilmesi literatürdeki eksikliği kapatacak ve araştırmacılara farklı bir bakış açısı sunabilecektir.

Ekstrem sporcularda gözlemlenen yoksunluk belirtileri ile uyuşturucu kullanıcılarının yoksunluk belirtileri benzer ise bu durumda uyuşturucu kullanıcılarının bu tür etkinliklere katılarak uyuşturucu alma davranışlarını yeniden yönlendirebilecekleri ve yoksunluk semptomlarını hafifletebilecekleri bir yol sağlayabilir. Literatürde konuyla ilgili bu tür sporlara katılımın doğasında bulunan risk ve fizyolojik uyarılmanın, uyuşturucu kullanıcılarının arayışlarını tatmin edebileceği bu yüzden bu tür risk içerikli etkinliklerin bağımlılık tedavi programlarına dahil edilmesini savunmaktadırlar (Ersche ve diğ., 2010; Franques ve diğ., 2003; Slaght ve diğ., 2004). Ayrıca bu tür etkinliklerin uyuşturucu kullanıcılarının iyileşmesi için bir duygu düzenleyici olarak hizmet edebileceği ve bu yönüyle olumsuz etkiyi hafifletebileceği öne sürülmektedir (Woodman ve diğ., 2008; Woodman ve diğ., 2010). Bu tür önlemler, ekstrem spor katılımcılarının davranışsal bağımlılık düzeylerinin karşılaştırılmasını aynı zamanda da uyuşturucu ve uyuşturucu dışı bağımlılıklar arasındaki benzerliklerin daha iyi anlaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Sonuç olarak tezin, bağımlılık tedavi programları için potansiyel

etkileri olacağı düşünülmektedir. Bu tezde Rakip Süreç Teorisi temel alınarak güvenilir ve geçerli ölçümler yapabilen bir ölçüm aracının geliştirilmesine yönelik süreç aktarılmıştır.

1.1.Araştırma Problemi

Literatürde davranışsal bağımlılık ile ilgili üç soru gündeme gelmektedir. Birincisi etkinliklerle ilgilidir. Etkinliklerle ilgili olan kısmında “Bazı etkinlikleri diğerlerinden daha fazla bağımlı yapan nedir?” sorusu karşımıza çıkmaktadır. İkincisi, bireysel kişiliklerle ilgilidir. Bireysel kişiliklerle ilgili olan kısmında “Bazı insanları bağımlı yapan ve bazılarını bağımlı yapmayan şey nedir?” sorusu karşımıza çıkmaktadır. Üçüncüsü süreç ve mekanizma ile ilgilidir. Süreç ve mekanizma ilgili kısımda ise “İnsanlar belirli etkinliklere tam olarak nasıl bağımlı hale gelir ve bu bağımlılıkların zamanla artmasını, sürdürülmesini veya azalmasını ne belirler?” sorusu karşımıza çıkmaktadır. Bu noktada literatürde yer alan macera sporları, yüksek riskli sporlar ile ekstrem sporlarda bağımlılık üzerine araştırmaların yetersiz kaldığı ve katılımcılarının geri çekilme durumlarının daha çok nitel araştırmalar kapsamında ele alındığı görülmektedir (Celsi ve diğ., 1993; Franken ve diğ., 2006; Heirene, Shearer, Roderique-Davies ve Mellalieu, 2016). Literatürdeki mevcut durum göz önüne alındığında çalışmada katılımcıların geri çekilme durumlarının psikolojik ve davranışsal yönlerini ortaya çıkarabilmek amacı ile daha sistematik ve nicel yaklaşımların kullanılması, bu yönde “Rakip Süreç Teorisi” temel alınarak teoriyi açıklayıcı ve destekleyici nitelikte çok boyutlu “davranışsal bağımlılık” ölçeğinin geliştirmesi araştırmanın özgün değerini ortaya koyacağı düşünülmektedir. Ayrıca geliştiren davranışsal bağımlılık ölçeği kullanılarak yapılacak çalışmaların literatürde cevaplanması beklenen sorulara ışık tutacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda araştırmada şu soruya cevap aranmıştır:

Davranışsal Bağımlılık Ölçeği Rakip Süreç Teorisi’ni açıklayıcı ve destekleyici nitelikte psikometrik özelliklere sahip geçerli ve güvenilir ölçmeler yapabilen bir ölçüm aracı mıdır?

Araştırma probleminden yola çıkarak araştırma hipotezi şu şekilde oluşturulmuştur:

Hipotez 1 (H1): Davranışsal Bağımlılık Ölçeği Rakip Süreç Teorisi’ni açıklayıcı ve destekleyici nitelikte psikometrik özelliklere sahip geçerli ve güvenilir ölçmeler yapabilen bir ölçüm aracıdır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Araştırmada ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin geri çekilme durumlarının psikolojik ve davranışsal yönlerini ortaya çıkarabilmek amacı ile “Rakip Süreç Teorisi” temel alınarak çok boyutlu bir “davranışsal bağımlılık” ölçeği geliştirmek amaçlanmaktadır.

1.3.Araştırmanın Önemi

Araştırma sonucunda elde edilecek sonuçların bağımlılık tedavi programları için potansiyel etkileri olacağı düşünülmektedir. Ekstrem sporculara katılım gösteren bireylerde gözlemlenen yoksunluk belirtileri ile diğer bağımlılık türlerinde (alkol, uyuşturucu, madde vb.) gözlemlenen belirtilerin benzer çıkması durumunda bağımlıların ekstrem sporlara yönlendirilmesi bağımlılık davranışlarını yeniden yönlendirebilecekleri ve yoksunluk semptomlarını hafifletebilecekleri bir yol sağlayacaktır. Literatürde konuyla ilgili bu tür sporlara katılımın doğasında bulunan risk ve fizyolojik uyarılmanın, uyuşturucu kullanıcılarının arayışlarını tatmin edebileceği bu yüzden bu tür risk içerikli etkinliklerin bağımlılık tedavi programlarına dahil edilmesini savunmaktadırlar (Franques ve diğ., 2003; Slaght ve diğ., 2004; Ersche ve diğ., 2010). Ayrıca bu tür etkinliklerin uyuşturucu, alkol, madde bağımlılığı olan bireylerin iyileşmesi için bir duygu düzenleyici olarak hizmet edebileceği ve bu yönüyle olumsuz etkiyi hafifletebileceği öne sürülmektedir (Woodman ve diğ., 2008; Woodman ve diğ., 2010). Ayrıca geliştirilecek çok boyutlu ölçüm aracının literatüre kazandırılması ile birlikte katılımcıların geri çekilme deneyimleri ileride yapılacak çalışmalarda istatistiksel olarak karşılaştırılabilir. Bu tür önlemler ekstrem spor katılımcılarının davranışsal bağımlılık düzeylerinin karşılaştırılmasını aynı zamanda da diğer bağımlılık türleri için de ölçüm aracının geçerlilik ve güvenilirliği yapılarak karşılaştırma yapılması bağımlılıklar arasındaki benzerliklerin daha iyi anlaşılması için bir yol sağlayacaktır.

1.4.Sınırlılıklar

Araştırma ekstrem sporlar ile ilgilen katılımcılar ile sınırlıdır.

Araştırma verileri “Google Form” üzerinden toplanan ve tez kapsamında geliştirilmiş olan ölçme aracı ile sınırlıdır.

1.5.Sayıtlar

Araştırmaya dahil olan ekstrem spor katılımcılarının belirtilen etkinlikleri aktif olarak gerçekleştirdikleri varsayılmıştır.

Araştırmaya dahil olan ekstrem spor katılımcılarının ölçme aracında yer alan maddelere gerçeği yansıtacak şekilde yanıtlar verdikleri varsayılmıştır.

1.6.Tanımlar

Duygu: Öznel olarak güçlü bir his olarak deneyimlenen ve fizyolojik olarak vücudu anında güçlü bir eyleme hazırlayan değişiklikleri içeren psişik ve fiziksel bir tepki (öfke veya korku gibi) olarak tanımlanmaktadır (Koob, 2015).

Motivasyon: İçsel bir psikolojik süreç veya işlev, esas olarak organizmanın kendi içinde bulunan itici bir güç ve bilinçli veya açık bir şekilde fark edilmeyebilen düşünsel bir unsurun kesin imasını içeren bir plan, amaç veya ideal olarak tanımlanmıştır (Perrin, 1923).

Geçerlik: Evren ya da örnekleme uygulanan test ya da ölçüm aracından bir ölçüm elde edilmesi ve bu ölçümün araştırmacı tarafından kuram ve kanıtlarla desteklenerek uygun bir şekilde yorumlanabilme derecesi olarak tanımlanmıştır (Bademci, 2019).

Güvenirlik: Evren ya da örnekleme uygulanan ölçme aracı ile elde edilen ölçümlerin tutarlılığını ve tekrarlanabilirliğini ifade etmektedir (Bademci, 2019).

Geçerlik: Bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği, başka herhangi bir özellikle karıştırmadan, doğru ölçebilme derecesi olarak tanımlanmıştır (Tekin, 2019)

Madde ayırt ediciliği: Bir ölçüm aracında yer alan maddelerin ölçülmek istenen özelliği doğru bir şekilde yansıtır yansıtmadığını belirleyen ve bu noktada her bir maddeyi düşük ve yüksek düzey olarak birbirinden ayırma gücünü göstermektedir (Büyüköztürk, 2011).

İKİNCİ BÖLÜM

2.GENEL BİLGİLER

2.1.Bağımlılık

2.1.1. Bağımlılığın Etimolojisi (Köken Bilimi)

Bağımlılık çalışmaları, sosyoloji, psikoloji, nörobilim, tıp, teoloji, felsefe, edebiyat ve tarih gibi disiplinleri kapsayan köklü ve çok geniş bir çalışma alanıdır. Bağımlılık çalışmasına adanmış bütün bir psikoloji dalı ve doğrudan bağımlılıkla ilgili olmasa da açıkça ilişkili olan daha birçok konu alanı vardır. Bağımlılık, geniş bir disiplin geçmişine sahip insanlar için oldukça ilgi çekici bir konudur. Bununla birlikte, yakın zamana kadar, erken modern bağımlılık ve dolayısıyla, on altıncı yüzyıla kadar uzanan bağımlı (addict) teriminin kökenleri çok az ilgi görmüştür. Bağımlılığın tarihi hakkında yazan akademisyenler, ya bağımlı (addict) teriminin erken modern kullanımlarının modern kavramla ilgisi olmadığı için göz ardı edildiği ya da daha eski bir anlamın var olduğu gerçeğini görmezden geldiği için on altıncı yüzyıla kadar uzanan terimin kökenlerinin çok az ilgi gördüğü görüşündedir (Cree, 2018). Bu kapsamda bağımlılık kavramının etimolojisi “erken modern bağımlılık” ve “modern bağımlılık” olmak üzere iki dönemde ele alınmıştır.

2.1.1.1.Erken Modern Bağımlılık

Erken modern bağımlılık tarihinin tanınması, Deborah Willis tarafından 2008'de “Doctor Faustus and the Early Modern Language of Addiction” yayınladığı bir bölümde işaret edilmiştir. Willis, Christopher Marlowe'un Doktor Faustus'unda ortaya çıkan bir erken modern bağımlılık söyleminin rolünü keşfetmeye koyularak bunun "bağımlılık hakkındaki kendi çağdaş fikirlerimizle yakınlıkları olan, ancak aynı zamanda önemli farklılıkları olan bir söylem" olduğunu belirtmiştir. Bu anlamda Willis, çalışmalarında gerçekten erken modern bir bağımlılık kavramını ifade eden ve kullanan ilk bilim insanı olarak kabul edilmektedir (Cree, 2018).

Erken modern döneme bakıldığında addict (bağımlı) terimi on altıncı yüzyılda ilk defa John Frith'in çalışmasında yer almıştır. 20 yıllık bir süreçte bazı protestan ilkelere aşırı bağlı olan yazarlar tarafından terim benimsenerek kullanılmıştır. Addict, on altıncı yüzyılın başlarındaki binlerce yeni terimden biri olmasına rağmen, birçok yönden sıra dışı olarak kabul edilmiştir (Cree, 2018). Terimin morfolojik bir incelemesinde addict'in ilk ortaya çıktığı biçimi olan “addicte” fiilinin “addicere” fiilinde Latinceye geçmiş olan “addictus”tan ödünç alındığıdır. Terimin sonundaki Latince “-us”, İngilizce'de “-e” olarak değiştirilmiştir. Addict (-e olmadan),

kısa bir süre sonra ortaya çıkan bir yazım şeklidir. Frith şüphesiz addict'i, klasik Latince'de yasal bir yargı sonucunda mallar satıldığında veya teslim edildiğinde kullanılan yasal bir terim olan Latince addictus'tan (addicere fiilinden) ödünç almıştır (Cree, 2018).

On altıncı yüzyılın ortalarından itibaren terminoloji, 1590'larda yerel basılı söylemin dikkate değer bir özelliği olarak bağımlılık (addiction) ile birlikte daha geniş bir kullanıma girmiştir (Withington, 2022). Erken modern dönemde İngilizce “addiction” kelimesi, “söylemek” veya “konuşmak” anlamına gelen “dicere” ile aynı kökten gelir. Latince bir “dicere” ve İngilizce “addiction” bileşimi olan ve doğrudan türetilen “addicere” ise “konuşmak” ve daha gevşek bir şekilde, “onaylamak” veya “hüküm vermek” anlamına gelmektedir (Oxford Latin Dictionary, 2012). “Ad-dicere”, arzulanan bir amaç veya nesneye yönelik bir beyanda bulunma veya konuşma anlamına gelir ve özellikle dini veya adanmışlık bağlamlarında bağımlılığın erken modern kullanımı bu etimolojiyi yansıtır (Lemon, 2018).

Fiilden türetilen soyut isim olan “addictio”, bir borçlunun alacaklısının kölesi haline getirildiği adli işlemler için kullanılan teknik Latince bir terimdir. Bu terim, o dönemlerde Oniki Levha yasasına göre yargıç ya da Praetor (antik roma'da bir yıllığına seçilen sulh hâkimi) tarafından telaffuz edilir ve söylenirdi (Rosenthal ve Faris, 2019). Bronz üzerine yazılmış ve MÖ 5. yüzyılın ortalarında Roma şehrinde halkın görmesi için dikilmiş olan Oniki Levha, Roma dini hukukundan türetilen Roma Medeni Hukukunun en eski yazılı kaydını oluşturmaktadır. Roma dini takviminin mahkeme işlemlerine izin verdiği günlerde, sorumlu memur olan Praetor (antik Roma'da bir yıllığına seçilen sulh hakimi), ritüel olarak yargı yetkilerini özetleyen “do, dico, addico” şeklinde bir formül kullanır ve bu formül “veriyorum, söylüyorum, hükmediyorum” şeklinde tercüme edilmiştir. Praetor'un bu açıklaması bağlayıcı bir büyü olarak sayılmıştır. Çünkü Praetor, adli görevlerini yerine getirirken yarı-dinsel bir kapasiteyle hareket etmekte ve sarfettiği sözlerin hepsi şimşek, gök gürültüsü ve diğer göksel olaylardan sorumlu olan baş Roma tanrısı Jüpiter'in gücünü somutlaştırdığı düşünülmekteydi. Roma'nın kalıtsal aristokrasisinin bir üyesi olarak bilinen, Roma Cumhuriyeti'nin en zengin ve en güçlü vatandaşlarından biriydi. Bu, Praetor'un otoritesi tarafından fiziksel olarak alacaklına teslim edilen ve fiziksel olarak zincirlere vurulan talihsiz bireye pasif formda atıfta bulunan addictus'u altmış gün boyunca veya borç ödenene kadar tutulmak üzere tutulur ve kanuni altmış günlük sürenin geçmesine rağmen borcun ödenmemesi durumunda borçlu alacaklının kalıcı malı haline getirildi. Daha sonra alacaklının takdirine bağlı olarak birey alıkonulabilir, öldürülebilir veya sıradan bir köle olarak satılabilirdi (Rosenthal ve Faris, 2019).

Bağımlılığın, “bağlanma” anlamında kullanımına ilişkin denizcilerden ve yayınlanmamış el yazmalarından seyahat kayıtları derleyen bir İngiliz papazı olan Samuel Purchas'ın 1613 tarihli seyahat anlatıları koleksiyonu örnek olarak verilebilir. Purchas, seyahat kayıtları derlemelerinde erken modern dönemdeki bağımlılıkları ele almıştır. Ferisilerin (Pharisees) astrolojiye ve matematiğe, Babillilerin müzik, isyan ve benzeri şeylere bağımlı olduklarını belirtirken; diğer tüm İyonyalıları gibi Efesliler de kıyafetlerin güzelliğine ve ihtişamına çok düşkün olduğunu bildirmiştir. Ayrıca Purchas okuyucularına Hispaniola'da bir gölde genç bir adama bağımlı olan ve onu beslemek için kullanılan bir denizayısından bahseder ve 'Lidya Kralı Cambletes'in aşırı yeme bağımlısı olduğunu ve gece karısını koparıp yediğine ilişkin trajik öyküden bahseder (Cree, 2018).

Bununla birlikte, addicere'nin bir augural terim olarak ikinci, daha az yaygın bir anlamı vardır (Cree, 2018). Erken Roma Cumhuriyeti'nde addicere'nin augural yani kehanette dair anlamına bakıldığında halka açık dini bir ritüel olarak bilinen “himaye altına alma” preator tarafından savaştan önce gökyüzünü izleyerek gökyüzü Tanrısı Jüpiter, kuşlar aracılığı ile saldırı için onay almak için yapıldı (Rosenthal ve Faris, 2019). Yani addicere augural anlamda kullanıldığında bir hareket tarzını diğerine tercih etmek anlamına gelmektedir (Cree, 2018). Jüpiter'in onayını ilan edecek olan kuşlardır. İnanca göre savaşlardan ve diğer önemli girişimlerden önce alınan tüm tarihsel himaye anlatılarında, kuşlar her zaman “addicere” öznesi olarak görünmektedir. Özetle, Latince “addicere” fiilinin teknik kullanımlarıyla ilgili olarak şu genelleme yapılabilir: Yalnızca kuşların aracılığıyla gökyüzü Tanrısı Jüpiter ya da yargı yetkisine sahip Praetor, konuşma eylemini gerçekleştirebilir. “konuşma” ediminin kendisi, gökyüzü Tanrısı Jüpiter'in otoritesiyle güçle doldurulmuştur. Bu nedenle, “bağımlılık” kelimesi, kökünde en güçlü kelimelerden biridir (Rosenthal ve Faris, 2019). Addicere fiilinin konuşmak, yasal ve augural yani kehanette dair anlamı teknik kullanımların merkezinde yer almaktadır. Bir “yaptırım” ya da “onaylama” amacıyla kullanılan anlam çoğunlukla kehanette dair kullanımı için geçerlidir. “Köleleştirme” amacıyla kullanılan anlam en iyi bilinen, en tutarlı ve en eski yasal kullanımına dayalı olsa da ikincil bir ayrıntılandırmadır (Rosenthal ve Faris, 2019).

Frith, addict'i farklı seçimler arasında karar verme, bir fikri diğerine tercih etme, bir şey veya biri hakkında ön yargıda bulunma bağlamında da kullanmıştır. Frith'in her iki örneğinde de bağımlı olmak ya da bir şeyi diğerine tercih etmek olumsuz çağrışımlar içermesi de dikkat çekicidir. Frith, addicere'yi yalnızca kelimenin anlamı için değil, aynı zamanda reformist bir metinde pagan Tanrıların augural ritüellerine atıfta bulunulmasının davranışın ne kadar istenmeyen olduğunu vurgulamanın bir yolu olduğu için ödünç almış olabilir (Cree, 2018).

Romalılar döneminde kumar, yasa dışı ilan edilerek ve cazibesine direnecek özdenetimden yoksun olanları mahvetme potansiyeline sahip bir şey olarak görmüştür. O dönemlerde kumar, aşırı içki ve yasadışı seks ile birleştiğinde Cumhuriyet'in ve onun yönetici aristokrasisinin gücünü potansiyel olarak baltalayan bir "menfaat üçlüsünün" parçası olarak algılanmıştır. Geleneksel olarak, üst sınıf Romalı erkekler özdenetimi yüce bir erdem olarak ödüllendirilmiştir. İster alkol, yemek, seks, ister kumar, araba yarışları ve gladyatör gösterileri olsun, kişinin dürtülerini kontrol edememesi kadınlar, köleler ve alt sınıflarla ilişkilendirilmiştir. Kumarın olumlu (kehanet, ilahi onay) ve olumsuz (kölelik, utanç, rezalet) olmak üzere iki çağrışımı vardır. Addicere fiili de yasal ve augural (kehanet) olmak üzere iki teknik kullanıma dayandığı için, bağımlılığın en eski anlamıyla örtüşmektedir. Kumar, her ikisine de uyan tek davranış gibi görünmektedir. Bu nedenle kumar, birincil veya prototipik bağımlılık olarak değerlendirilmektedir (Cree, 2018).

Sarhoşluk ise Yunan mitolojisinde yinelenen bir tema olarak görülmüştür. Dionysius ya da Bacchus'a (şarap tanrısı) tapınma Akdeniz halkları arasında yaygındır. Dini inançlar birçok toplumun düzenleyici ilkesi haline geldikçe, alkol genellikle dini törenlerde kullanılmak üzere ayrılmış, şarap ve bira tanrılara adak olarak kullanılmıştır. Kırmızı şarabı Kutsal Komünyon'da İsa'nın kanıyla bir tutan Hristiyanlıkta alkol önemli bir sembolik rol üstlenmiştir. Dinler de alkolle ilişkili aşırılıkları kontrol etmeye başlamıştır. İslam M.S. 700'de tamamen yasaklama yolunu seçmiş, Kuzey Avrupa'daki (ve daha sonra Kuzey Amerika'daki) Protestan mezhepleri ise perhizi temel olarak görmüştür. Dini grupların aşırılıkları kontrol etme girişimleri, bağımlılığın 'ahlaki modeli' olarak adlandırılan ve sarhoşluğun 'günah' ile eş tutulduğu bir modelin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günahkârdan kendi kendine değişim göstermesi beklenmiş ve buna uyulmaması durumunda günahkâra ya yoğunlaştırılmış dua yapılması istenilmiş ya da ceza uygulanmıştır (Day, 2021).

Erken modern dönemde bağımlı (addict) terimi, modern dönem tıbbileştirilmiş bağımlılık (addiction) teriminden oldukça farklı bir anlama gelmektedir. Karmaşık bir etimolojiye sahip ve kökleri İngiliz reformasyonuna dayanan bir terim olan bağımlı (addict) terimi, dini ve kişilerarası bağlılık ve hem zevkli hem de günahkâr eğlencelerin peşinde koşma dahil olmak üzere tüm alışılmış davranış biçimlerini tanımlamak için inanılmaz derecede çok yönlü bir kelime olarak kullanılmıştır. Erken modern bağımlılık kavramı modern dönem bağımlılık kavramında olduğu gibi maddelerle değil, çoğunlukla davranışlarla ilişkilendirilmiştir. Bu davranışlar mutlaka kınanacak veya tıbbi açıdan zararlı olarak görülebilecek davranışlar olarak düşünülmemiştir. Bu yönüyle aslında bağımlılık o dönemlerde "tıbbi bir fenomen" olarak

görülmemiştir. Birkaç istisna dışında, bağımlılık üzerinde çalışan akademisyenler, modern ve erken modern bağımlılık kavramına ilişkin ayrımın bilincindedir (Cree, 2018).

2.1.1.2.Modern Bağımlılık

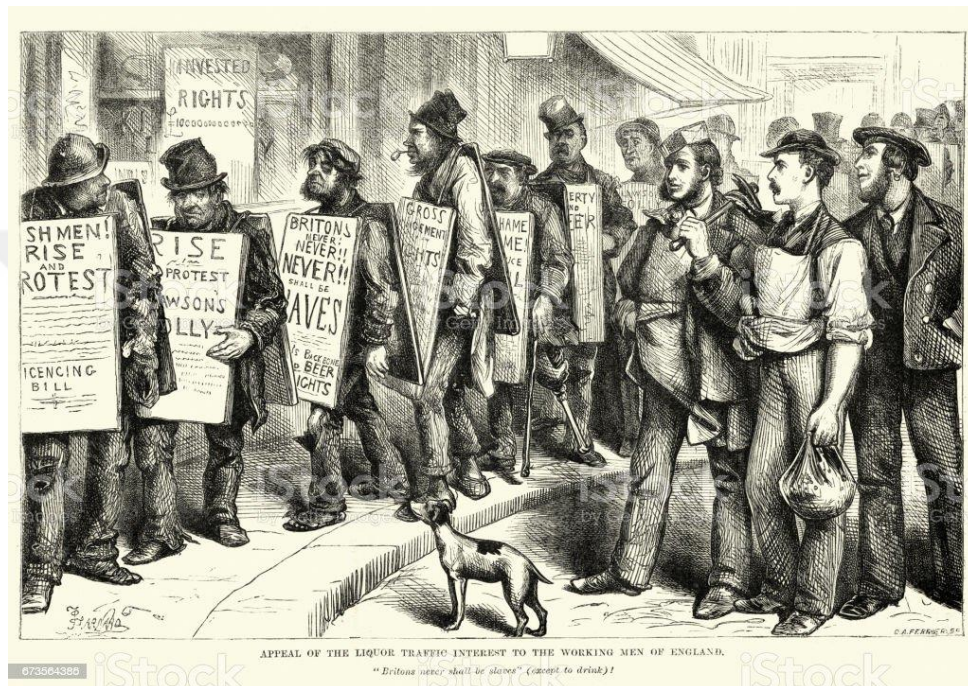
On dokuzuncu yüzyılın ilk yarısına gelindiğinde bazı doktorlar sarhoşluğun 'zihnin bir hastalığı' olduğu fikrini ortaya atarken; 1849 yılında Magnus Huss, aşırı alkol tüketimiyle ilgili bir hastalığı tanımlamak için ilk kez 'alkolizm' terimini kullanmıştır. Gelişmekte olan tıp mesleği alkolün etkilerini etiketlemeye ve sınıflandırmaya başlamış olsa da, alkol tüketimini bir 'sorun' haline getirmeye başlayan daha geniş toplumdaki değişim olmuştur. Levine, bağımlılık fikrinin tarihin belirli bir noktasında ve belirli bir kültürel bağlamda ortaya çıktığını savunmaktadır. On dokuzuncu yüzyılın başlarında Amerika'da bazı insanların alkol içmeyi sevdiği ve içki içmenin genellikle alışkanlık haline geldiği bilinmektedir. Ancak buna bir 'tercih' ya da 'alışkanlık' olmanın ötesinde bir önem atfedilmemiştir. Yüzyıl ilerledikçe ve Sanayi Devrimi şekillendikçe, artan kişisel hareketlilik insanların iş aramak için büyük mesafeler kat etmesine olanak sağlamıştır. Bu süreç, geniş aile bağlarını zayıflatarak çekirdek ailenin servetini de ailede ana kazanç sahibi olarak görülen baba ya da kocanın öz denetimine bağımlı hale getirmiştir. O dönemlerde işçi sınıfı ise katı kural ve disipline maruz bırakılmıştır. Bu nedenle sarhoşluk işe zamanında gelme ve makine başında çalışmakla bağdaştırılmamıştır (Day, 2021).

On dokuzuncu yüzyılın büyük bölümünde alkolün doğası gereği bağımlılık yaptığına ve bu nedenle içen herkesin bağımlı olacağına inanılmıştır. Çoğu içici ve uyuşturucu kullanıcısının bağımlı hale gelmemiştir. Dolayısıyla psikoaktif maddelerin farmakolojik özellikleri hastalık olarak bağımlılığın birincil nedeni olmamıştır. Hastalık olarak bağımlılığın bulunduğu organ “beyin” olarak gösterilmiştir. Birçok araştırma biyolojik bir bileşen olduğunu doğrulamış olsa da, hastalık olarak bağımlılığın belirli bir yeri olamamıştır (Day, 2021).

On dokuzuncu yüzyılın sonlarından itibaren bağımlılık terimi, kimyasal bir maddeye fiziksel bağımlılığın tolerans veya yoksunluk semptomlarının varlığıyla kanıtlanabildiği durumlarla sınırlandırılmaya başlanmıştır (Walters ve Gilbert, 2000). Walters (1999), genel bir bağımlılık tanımında dört temel unsur belirlemiştir:

1. Davranış veya faaliyetle meşgul olma;
2. Davranış veya faaliyetin ilerlemesi (tolerans gelişimi veya yoksunluk sendromunun ortaya çıkması)
3. Azalan kontrol algıları;
4. Artan olumsuz sonuçlar karşısında ısrarcılık.

On dokuzuncu yüzyılın sonu ve yirminci yüzyılın başlarında ortaya çıkan eğitilmiş orta sınıf, çalışan yoksulların sağlığını ve refahını iyileştirmek için kendini ahlaki amaçlara adanmıştır ve bunun bir örneği de bireyleri içki kullanımını hafifletmeye veya içki içmekten uzak durmaya teşvik etmeyi amaçlayan “Temperance” hareketidir (Day, 2021).



(Kaynak: <https://www.istockphoto.com/tr/vekt%C3%B6r/f%C3%A7ki-1872-k%C3%B6t%C3%BCl%C3%BCkleri-victoria-temperance-hareketi-karikat%C3%BC-6m673564386-123414941>)

27

Bundan sonra “alkolizm” terimi değersiz bir “sarhoş” olarak görülmenin aksine ilerleyici bir hastalık olarak görülerek daha çok yardıma ihtiyacı olan hastalar için kullanılmıştır. Aşırı içki tüketimi konusunda kamuoyunda oluşan yoğun endişe de “alkolizmin” anlamının giderek değişmesine yol açmıştır (Day, 2021).

Temperance hareketinin 'alkolizm' ile birbirinin yerine kullandığı 'bağımlılık' teriminin dar, ahlaki ve tıbbi bir anlamı vardır. Bağımlılık içki içenlerle sınırlıdır ve ahlaki olarak kınanan bir şeydir. Aynı zamanda ilerleyen bir hastalığa işaret etmektedir. Bu, on dokuzuncu yüzyılda ve yirminci yüzyılın başlarında Batı toplumunda bağımlılığın baskın imajı haline gelmiştir. Yirminci yüzyılın ortalarına gelindiğinde 'bağımlılık' kavramının kapsamı giderek genişlemiş ve bu terim alkol ya da uyuşturucunun sosyal olarak kabul edilemez tüm kullanımlarını kapsar hale gelmiştir. Artık Temperance hareketi için bağımlılığın temel bileşeni 'ezici tutku' ile sınırlı değildir. Yirminci yüzyılın ortalarında yasadışı psikoaktif uyuşturucular daha ulaşılabilir hale geldikçe, yasaklanmış bir maddenin her türlü kullanımı 'bağımlılık' olarak adlandırılabilir hale gelmiştir. Ayrıca, bağımlılık çalışmalarında bilimin uygulanması, uyuşturucu veya alkol içermeyen sorunların da benzer olduğunun ve 'bağımlılık' olarak adlandırılabilceğinin kabul edilmesine yol açmıştır. Örneğin, kumar alışkanlıkları aynı psikolojik dinamiklere sahiptir, bunaltıcı ve tehlikeli olabilir, aynı terapilerle tedavi edilebilir ve hatta altta yatan aynı nörokimyaya sahip olabilmektedir (Day, 2021).

Yirminci yüzyılın sonlarında yayınlanan bir makalede “modern bağımlılık” kavramının 1978 yılında ilk defa Temperance Hareketi'nin kurucusu olan Benjamin Rush'ın tarafından ele alındığının açıklanmasına dayanmaktadır. Bu makalenin ortaya çıkışı modern bağımlılık kavramı üzerine bir tartışma ortamı yaratmıştır. Levine, modern bağımlılığın sarhoşluğu bir seçim ve bazen bir günah olarak gören, ancak bir zorlama olarak görmeyen önceki içki anlayışlarından radikal bir kopuş olduğunu savunmuştur. Levine'nin modeline önce Roy Porter, ardından Jessica Warner meydan okuyarak modern bağımlılığın daha kademeli, uzun vadeli bir süreç olarak ortaya çıktığını savunmuştur. Porter'ın 1985 tarihli “The Drinking Man's Disease: The Pre-History' of Alcoholism in Georgian Britain” başlıklı makalesinde benzer bir döneme odaklanmıştır (Cree, 2018). Makalede sert içkilerin kötüye kullanılmasına doktorların tıbbi bir sorun olarak alışılmış sarhoşluğa bakışlarının on dokuzuncu yüzyıla kadar çevirmediği yönündedir. On sekizinci yüzyıla dönüp bakıldığında ise Gürcü döneminde ağır içkiye erkeksi ve sosyal bir gelenek olarak değer verdiği, sarhoşluğun yaygın olduğu ve ateşli içkilerin ucuzluğu ve mevcudiyetinin, özellikle 1730'ların ve 1740'ların Cin Çılgınlığı, ulusun sağlığı için yoğun bir halk alarmı yarattığı bildirmiştir. Ayrıca makalenin sonuç bölümünde içmenin tıbbi yorumlarının 1714-1830 yıllarını kapsayan Gürcü döneminde zenginlere zaten

uygulanmakta olduğunu, on dokuzuncu yüzyıldaki farkın ise bunun toplumun tüm katmanlarına yayılmış olduğunu eklemiştir (Porter, 1985). Yani o dönemdeki içki ile ilgili tutumlardaki değişim on sekizinci ve on dokuzuncu yüzyıl İngiltere'sindeki kademeli değişikliklere bağlanmıştır (Cree, 2018).

Peter Ferentzy, alkolizm anlayışının ancak on sekizinci yüzyılın sonlarında baskın hale geldiği konusunda hemfikiridir. En önemlisi, yazarlar arasındaki bu tartışma bağımlılık (addiction) teriminin kökenleriyle ilgili olmadığı gibi, tamamen modern bağımlılık (addiction) kavramının kökenleriyle de ilgili değildir. Bağımlı (addict) kelimesinin ve modern tıbbileştirilmiş bağımlılık (addiction) kavramının örtüşmeye başladığı nokta hakkındadır. Kavramlar her zaman kelimelerle eşleşmemektedir. Kelimeler ve ilgili kavramların ayrı bir geçmişi vardır. Bağımlılık kavramında da durum böyledir. "Addict" fiili, madde kötüye kullanımı ile eşanlamlı olarak değil, alışılmış davranışların veya bağlılığın peşinde koşmayı belirtmek için kullanıldığı on altıncı yüzyıldan kalmadır. Suistimal edilen maddelerle bağlantısı olan modern, tıbbileştirilmiş bağımlılık (addiction) kavramına on yedinci yüzyılda rastlanılabilir. Bununla birlikte, bağımlı (addict) fiili ve madde bağımlılığı (substance abuse) kavramı, on sekizinci yüzyılın sonlarına veya on dokuzuncu yüzyılın başlarına kadar birlikte yer almamıştır. Bu anlamda Levine, Porter ve Ferentzy'nin ilgilendiği bu birleşme noktasıdır (Cree, 2018).

Levine'in erken modern bağımlılık ve modern bağımlılık kavramları arasındaki ayrımı kendi içinde yanlış değildir. Ancak bunları çerçevelemesi yanıltıcıdır. Onları iki farklı kavram olarak değil, kelimenin doğru kullanımına karşı yanlış olarak tasvir etmektedir. Ayrıca Levine, kendi yazılarında her zaman kelime ve kavram arasında net bir ayrım yapmamıştır. Porter, bağımlılığın bir tanımını sağlamaz ve bağımlılığın doğasına ilişkin yaptığı tek yorum erken kullanımları göz ardı etmektedir. Levine gibi Porter da bağımlılık teriminin modern kavramla birleştiği noktayla ilgilenmiştir. Ferentzy, bağımlı terimiyle ilişkili daha eski bir anlamın varlığını kabul etmiştir. Ancak bunu daha sonraki kavramların daha genelleştirilmiş bir versiyonu olarak görmüştür. Terimin önceki kullanımları, belirli dürtülerle mücadele eden insanlardan başka bir şeyi içermeyen kapsamlı bir tanımlı belirtirken, modern kullanımlar, çözüm olarak tedavi gerektiren kronik bir hastalık durumunu ifade etmektedir (Cree, 2018).

2003 yılına gelindiğinde sosyolog Robin Room, modern bağımlılığın kökenlerini ele alan Bağımlılığın Kültürel Çerçevesini yazmıştır. Modern bağımlılık tanımları tüketimin 'kontrolünü kaybetme' kavramına büyük önem vermiştir. Bireysel özdenetim ve bireyin kendi hayatının sorumluluğunu üstlenmesi beklentisi bireysellik ve bireyciliğin kabul gördüğü kültürlerde anlamlıdır. Ancak, sosyal kontrolün bireyin içselleştirmesinden öte dışsal bir mesele olduğu ve bireysel hedeflerin ve işleyişin aile ve toplumun kolektif çıkarlarından daha az

önemli olduğu kültürlerde daha az anlamlıdır. Ayrıca, bağımlılık sendromunda ortaya konan bazı tanımlar kültüre özgüdür. İçki içmek için alternatif faaliyetlerin ihmal edilmesi, yalnızca zamanın bir meta olarak görüldüğü, saate göre ayarlanmış bir kültür bağlamında bir sorundur. Arzu edilen faaliyetlerin içkiye alternatif olduğu varsayımı vardır. Oysa bazı kültürel bağlamlarda serbest zaman faaliyetlerinin çoğu içki içmeyi içerir (Day, 2021).

Başka bir bakış açısı, danışman psikiyatrist Mervyn London tarafından, alkolün yanı sıra tütün ve afyonu da ele alan 2005 tarihli "History of Addiction: A UK perspective"nde sunulmuştur. Londra, tüketim ve tedavi ile yirminci yüzyılda bağımlılığa değişen yaklaşımlar hakkında çok geniş bir genel bakış sunmaktadır. Londra için yirminci yüzyılın ilk yarısında, "bağımlıların istekli kurbanlar değil, iradeleri uykuda olan hasta insanlar oldukları" görüşü hakimdir (Cree, 2018). Bu görüşü biraz açmak istersek o dönemlerde bağımlılığın, olumsuz olarak değerlendirilen eylemler veya sonuçlarla sonuçlanan bilişsel bir bozukluğun neden olduğu hatalı bir irade hastalığı olduğu vurgulanmıştır. Bu bilişsel bozukluk, önceki bağımlılık davranışının olumsuz etkilerine veya sonuçlarına ilişkin hafızayı veya tiksindirici hafızaya erişimi en aza indirir veya ortadan kaldırır. Bilişsel bozukluğun gücü değişebilir ve davranış bir kez başladığında, bağımlılık yapan davranış bozukluğu artırır. Bir bağımlılığın ifade edilebilmesi için hem genetik bir yatkınlık hem de davranışa ya da bağımlılık yaratan bir maddeye maruz kalınması gerekir (Campbell, 2003).

Bağımlılık yapıcı bir madde ya da davranışa ilk maruz kalındığında, potansiyel bağımlı olumsuz sonuçlara dair bir anıya sahip olmayacaktır. Bununla birlikte, olumsuz anılar biriktikçe, belleğe erişimin bozulması bağımlılık davranışının devam etmesine izin verecektir; yani, iradi kararlar giderek artan bir şekilde, bağımlının bağımlılık yapıcı şekilde hareket etmeme ihtiyacını fark etmesini sağlamak için gerekli bilgileri sağlamayan bir belleğe erişime dayanmaktadır. Dışarıdan bakıldığında bu durum bir erteleme hastalığı (akrasia) ya da zayıf irade gibi görünebilmektedir. Ancak bu aslında bağımlının gerekli tüm hafızaya dayanarak iradi kararlar vermesini engelleyen bilişsel bir bozukluğun neden olduğu hatalı bir iradi süreçtir. Olumsuz hafızaya erişimdeki bu bozukluk bağımlı olmayan bireylerde mevcut değildir. Bunun yerine, bağımlı olmayan bireyler, istek ve eylemlerinin sonuçlarına ilişkin hem olumsuz hem de olumlu anılara dayanan kararlar alırlar. Dolayısıyla, bağımlı olmayan bireyler potansiyel bağımlılık yapıcı madde ve davranışlara maruz kaldıklarında eylemlerini kontrol ederler (Campbell, 2003).

Yirmi birinci yüzyılın başında, sanayileşmiş Batı ülkelerinin çoğu artık 'bağımlılığın' bir 'hastalık' olduğu hatta ABD'de Ulusal Uyuşturucu Bağımlılığı Enstitüsü (NIDA) bunun bir

'beyin hastalığı' olduğunu ifade etmiştir (Day, 2021). Bağımlılar, bağımlılığın sonuçlarının zararlı olacağını farkındadır, ancak yine de bağımlılık yapıcı şekilde hareket ederler ve bunun sonucunda olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Bağımlılıklarının etkilerini tartışırken, bağımlılar her yönden bilişsel olarak sağlıklı görünebilmektedir. Bağımlılık davranışına başlamanın potansiyel olumsuz sonuçlarını anladıklarını ve bağımlılığın zarar verdiğini kabul ettiklerini dile getirebilirler. Bağımlılar çeşitli zamanlarda iki farklı inanç sistemi temelinde hareket ediyor gibi görünmektedir. İlk inanç, bağımlılık yaratan davranışın zararlı olduğu ve olumsuz sonuçlar doğurduğudur. İkinci inanç ise bağımlılık davranışının olumsuz sonuçlara yol açmayacağına dair doğru olmayan bir inançtır (bağımlılık hastalığı). Bu inanca dayanarak, bağımlılar kasıtlı olarak hareket ediyor gibi görünmektedir. Bağımlılık yaratan davranış olumsuz sonuçlara yol açmayacakmış gibi davranırlar. Bağımlı bir kez daha bağımlılık davranış döngüsünü başlatır ve bunu takip eden olumsuz sonuçlar devam eder (Campbell, 2003).

Bağımlılık hem bireyi hem de toplumu zayıflatan doğası nedeniyle on dokuzuncu yüzyılın sonundan itibaren bir hastalık olarak sınıflandırılmış olsa da, bugüne kadar sinirbilimciler ve davranış bilimciler henüz nedeni hakkında ortak bir sonuca varamamıştır. Nörobilimciler, bağımlılığın gelişimine eşlik eden ödül devresinde genetik arka plan ve nörolojik bağıntılar ararken, davranış bilimciler ise davranışsal bağımlılık modelleri geliştirmeye ve doğrulamaya çalışırlar (Popescu, Marian, Drăgoi ve Costea, 2021).

Modern bağımlılığın kökenlerini çevreleyen bu yirminci yüzyıl tartışmaları, terimin kendisinin daha önceki kullanımlarını ya görmezden gelmiş ya da tamamen kasıtlı olarak dışlamıştır. Bunun yerine, modern kavramın izini sürmeye odaklanılmıştır. Yakın zamana kadar bağımlılık tarihine ilişkin yaklaşımlarda bağımlılığın kökenlerini tanımlarken bu modellerden birinin veya diğerinin tarafını tutma eğiliminde olunmuştur (Cree, 2018).

Son yıllarda bağımlılığa ilişkin tanım klasik köklerine geri dönmüş ve fiziksel bağımlılık yaratmayan maddeler ile kumar, seks ve yeme bozuklukları gibi maddeyle ilgili olmayan faaliyetleri de kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Bağımlılığın bu gözden geçirilmiş tanımına göre, her türlü pekiştirici davranış potansiyel olarak bağımlılık yapıcıdır. Burada bağımlılığın gözden geçirilmiş tanımı olarak anılan bu görüşle ilgili sorun ise böyle bir tanımın kriterlerinin genellikle belirsiz ve öznel olmasıdır. Bu da kavramın araştırılmasına yönelik ciddi çabaları engellemektedir (Walters ve Gilbert, 2000). Bağımlılığın olumlu bir anlamının, olumsuz ve damgalanmış anlamın yanı sıra, kelimenin ilk kullanımından itibaren var olduğunu kabul etmemiz daha da önemlidir. Yani, "davranışsal bağımlılıkların" tabir-i caizse "mahalledeki yeni çocuklar" olmadığını, aslında madde kullanım bozukluklarının gelişini selamlamak için orada bulunan ilk yerleşimciler olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır (Rosenthal ve Faris, 2019).

2.2.Davranışsal Bağımlılıklar

Seçimlerimiz kendimiz için belirlediğimiz hedeflere yöneliktir. Deneysel psikoloji alanında, bu tür hedeflere ulaşmak için gerçekleştirilen davranışlara 'hedefe yönelik' denir. Eylemlerin sonuçlarına ve birey için temsil edilen değerlerine yönelik olduklarından, bu tür davranışlar esnektir ve farklı davranışsal bağlamlara uyum sağlayabilir. Hedefe yönelik davranışların sonuçlara olan bu duyarlılığı deneysel olarak gösterilebilir ve teorik olarak “tepki-sonuç ilişkisi” olarak adlandırılan şey bağımlılığı ortaya çıkarır (Breedon, Ziauddeen, Stochl ve Ersche, 2021).

Davranışsal bağımlılığı ne tanımlar? 1990 yılında Isaac Marks davranışsal (kimyasal olmayan) bağımlılık terimini ortaya atmıştır. Davranışsal bağımlılıkları, zarar verici davranışlarda bulunmak için tekrarlanan dürtüler olarak tanımlamış ve obsesif-kompulsif bozukluk, kompulsif harcama (kumar dahil), aşırı yeme (bulimia), seks bağımlılığı (hiperseksüalite) ve çalma hastalığının (kleptomani) bu kapsama girdiğini öne sürmüştür (Starcevic, 2016).

Davranışsal bağımlılıklar giderek artan bir ilgi görmektedir. Son yıllarda makalelerde bu bağımlılıklardan 'çağımızın vebası' ve 'yükselen bir dalga' olarak bahsedilmektedir. 2012 yılında, tamamen davranışsal bağımlılıklara yönelik “Journal of Behavioral Addictions” dergisi çıkarılırken; 2014 ve 2016 yılları arasında davranışsal bağımlılıklar ile ilgili en az üç derleme kitap yayınlanmıştır. Ayrıca davranışsal bağımlılığın prototipi olan patolojik kumarın, DSM-4’deki (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Dördüncü Baskısı) dürtü kontrol bozuklukları grubundan çıkarılarak son sürüm olan DSM-5’in (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Beşinci Baskı) maddeyle ilişkili ve bağımlılık yapan bozukluklar arasında sınıflandırılması kararı, davranışsal bağımlılığın geçerli bir kavram olduğu fikrini desteklemiştir. Bu gelişmelerle birlikte, aşırıya kaçılması halinde çok fazla davranışın davranışsal bağımlılık olarak kavramsallaştırılabileceğine dair ortak bir endişeye sahip olan dikkatli olma çağrıları yapılmıştır. Buna ek olarak, davranışsal bağımlılıkların en uygun şekilde kavramsallaştırılması ve sınıflandırılması tartışmalı olmaya devam etmektedir (Starcevic, 2016).

Bağımlılık kavramının genişlemesine rağmen, davranışsal bağımlılıklar genellikle tolerans ve yoksunluk belirtileri gibi madde bağımlılığıyla ilişkili bileşenler aracılığıyla daha kısıtlayıcı bir şekilde tanımlanmaktadır. Dolayısıyla, etkili bir madde ve davranışsal model tanımlaması belirginlik, ruh hali değişikliği, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma ve nüks olmak üzere bu bileşenlerin tümünün varlığına işaret etmektedir (Griffiths, 2005). Tolerans ve yoksunluk

belirtilerini madde bağımlılıklarından davranışsal bağımlılıklara aktarma girişimleri, davranışsal bağımlılıkları iyi niyetli bağımlılıklar olarak 'meşrulaştırma' ihtiyacından kaynaklanmış olabilir, ancak bunlar tartışmalı olmuştur. İstenen etkileri elde etmek için faaliyetin çeşitli yönlerinde artış olarak tanımlanan tolerans, madde bağımlılığındaki doz artışına eşdeğer değildir. Aynı şekilde, aktivite yoksunluğuna verilen spesifik olmayan ve olumsuz duygusal ve davranışsal tepkiler, kişinin bağımlı olduğu bir maddenin kullanımının aniden kesilmesine eşlik eden nispeten spesifik fiziksel yoksunluk semptomlarından çok farklı olgulardır (Starcevic, 2016).

Birçok tekrarlayıcı ve sorunlu davranış, ister geniş ister daha kısıtlayıcı bir bağımlılık kavramına dayansın, davranışsal bağımlılık olarak önerilmiştir. En tutarlı şekilde bahsedilen davranışsal bağımlılıklar patolojik kumar (DSM-5'te kumar bozukluğu olarak yeniden adlandırılmıştır), seks bağımlılığı, kompulsif satın alma, internet bağımlılığı, internet oyun bozukluğu ve çalma hastalığıdır. Literatürde biraz daha az tartışılan ikinci davranışsal bağımlılıklar egzersiz bağımlılığı, yeme bağımlılığı, aşk bağımlılığı, iş bağımlılığı, sosyal ağ bağımlılığı, cep telefonu kullanımı bağımlılığı ve bronzlaşma bağımlılığını içermektedir. Davranışsal bağımlılıklar olarak sadece ara sıra önerilen bozukluklar veya davranış kalıpları ile temsil edilenler ise tıkinircasına yeme bozukluğu, yangın çıkarma hastalığı (piromani), saç ve tüylerini koparma (trikotilomani), deri yolma bozukluğu, sağlıklı yiyecek tüketme takıntısı (ortoreksiya), kas dismorfisi (vücut imajı bağımlılığı olarak), müzikoreksiya (müzikal aktivite bağımlılığı) ve kendini yaralama, dans etme, ders çalışma, fal bakma, borsa vb. bağımlılıklar olarak sınıflandırılmaktadır. Davranışsal bağımlılıkların listesi sonsuza kadar uzatılabilir. Ancak DSM-5'te sadece kumar bozukluğu bir davranışsal bağımlılık bozukluğu olarak yer bulmuştur. Diğer varsayılan davranışsal bağımlılıkların çoğu dışarıda bırakılmış ve internet oyun bozukluğu DSM-5'te yalnızca daha fazla çalışma için bir koşul olarak tanıtılmıştır. Geri kalan davranışsal bağımlılıklar DSM-5'te “yıkıcı, dürtü-kontrol ve davranış bozuklukları (çalma hastalığı, yangın çıkarma hastalığı)”, “obsesif-kompulsif ve ilgili bozukluklar (saç ve tüylerini koparma, deri toplama bozukluğu, kas dismorfisi)” olarak ya da başka kategoriler (tıkinircasına yeme bozukluğu) altında yer almıştır. Bu durum, çeşitli tekrarlayıcı ve sorunlu davranışların nasıl kavramsallaştırılması gerektiği konusunda bir uzlaşma eksikliğini yansıtmaktadır (Starcevic, 2016).

Bağımlılık kelimesinin hem günlük hem de akademik kullanımda anlaşıldığı şekliyle anlamlarının bağlamsal ve sosyal olarak inşa edilmiş olduğunu kabul etmek de önemlidir. Bağımlılık teriminin gerçekten farklı bir olguyu, sorunlu davranışın ötesinde bir şeyi ister

sosyal olarak inşa edilmiş ister fizyolojik temelli olsun tanımlayıp tanımlamadığını sorulmalıdır. Eğer öyleyse, bu olgunun temel özellikleri nelerdir? Herhangi bir şeye bağımlı olmanın varsayımsal olarak mümkün olduğunu iddia edersek, pek çok insanın alkol bağımlısı olurken çok azının bahçe bağımlısı olduğu gerçeğini açıklamak gerekir. Bağımlılık terimine ilişkin anlayışımızda, bu kelimenin akademik veya klinik bağlamda kullanılmasını haklı çıkarmak için deneyimlenmesi gereken olumsuz sonuçların bir ölçüsü bulunmaktadır. Bu aşamada, herhangi bir davranışla ilişkili ödül türleri (fizyolojik ve psikolojik) ve çevrenin (fiziksel, sosyal ve kültürel) bir kombinasyonunun, belirli bir faaliyete aşırı düzeyde katılım olasılığını belirlemede önemli bir etkiye sahip olacağını öne sürmek makul görünmektedir (Griffiths, 2005).

Davranışsal bağımlılıklar resmi olarak tanınsın ya da tanınmasın, psikiyatristler ve psikologlar bu bozuklukların var olduğu, nispeten yaygın olduğu ve birçok kişinin yaşadığı duygusal sıkıntı ve bozulmaya katkıda bulunduğu konusunda hemfikirdir. Davranışsal bağımlılıklara olan ilgi artmış olsa da bunları anlamamızda önemli boşluklar bulunmaktadır. Öncelikle, hangi bozuklukları bu kategoriye dahil edileceği ve nasıl tanımlanacağı, bu bozuklukların madde bağımlılıklarıyla ilgili tek ve birleşik bir kategori oluşturup oluşturmadığı henüz belirlenmemiştir. Bazı bozukluklar için (örneğin, patolojik kumar oynama, kompulsif satın alma ve internet bağımlılığı) tarama ve teşhis için psikometrik olarak sağlam araçlar mevcutken, araştırmacılar diğerlerine (örneğin, kompulsif cinsel davranış ve kleptomani) çok az bilimsel ilgi göstermiştir. Bu durumlardan herhangi birinin doğal geçmişi hakkında çok az şey bilinmektedir. Bunların seyrini belirlemek, ortaya çıkışlarını ve (veya) çöküşlerini takip etmek ve diğer davranışsal bağımlılıklar da dahil olmak üzere eşlik eden bozukluklarla ilişkilerini belirlemek için takip çalışmaları gereklidir (Black, 2013).

2.2.1.Davranışsal Bağımlılıklar ile Madde Bağımlılıkları Arasındaki Benzerlikler

Davranışsal bağımlılıkların çoğu normal, günlük yaşamın bir parçası olan faaliyetlerle ilgiliyken (örneğin alışveriş, cinsel faaliyetler, internet kullanımı, egzersiz yapmak, yemek yemek, çalışmak ve cep telefonu kullanmak), diğerleri normalliyi kapsamaz ve her zaman patolojiktir (örneğin kleptomani) veya çok sınırlı bir anlamda normalliyi kapsamaktadır (örneğin kumar bozukluğu). Yeme veya gıda bağımlılığı diğer davranışsal bağımlılıklardan farklıdır. Bunun nedeni belki de yutulan madde yani gıda nedeniyle madde bağımlılıklarına daha çok benzemektedir. Bu nedenle, davranışsal bağımlılıklar içinde aşırı bir kavramsal heterojenlik var gibi görünmektedir (Starcevic, 2016).

Davranışsal bağımlılıklar hakkında yazan bilim insanları ve diğerleri, bu bağımlılıkları madde bağımlılığı ile ilişkilendiren ortak unsurları tanımlamışlardır. Giderek artan fenomenolojik, genetik ve nörobiyolojik kanıtlar, önerilen davranışsal bağımlılıklar ile madde bağımlılıkları arasında bir ilişki olduğunu desteklemektedir. Örneğin, her ikisi de olumsuz sonuçlara rağmen tekrarlayan veya zorlayıcı davranışların gerçekleştirilmesini; davranışlar üzerindeki kontrolün azalmasını; davranışta bulunmadan önce özlem duymayı ve davranışta bulunurken zevkli bir tepki deneyimlemeyi içermektedir. Ayrıca, tolerans, geri çekilme, tekrarlanan azaltma girişimleri ve birden fazla yaşam alanında bozulma özelliklerini paylaşıyor gibi görünmektedirler. Fenomenolojik veriler de davranışsal ve madde bağımlılıkları arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bağımlılıklar genellikle onlu yaşların sonlarında veya yirmili yaşların başlarında başlar ve kompulsif satın alma ve kleptomani gibi bazı davranışsal bağımlılıklar kadınlarda daha yaygınken, diğer davranışsal olarak ifade edilen bağımlılıklar, madde bağımlılıklarında görülene benzer şekilde erkek baskınlığına (örneğin patolojik kumar oynama ve kompulsif cinsel davranış) sahip gibi görünmektedir (Black, 2013).

Bazı araştırmacılar, şu anda DSM-5-TR (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı 5-Türkiye) baskısında listelenen patolojik kumar oynama, kleptomani ve piromani gibi dürtü kontrol bozukluklarını davranışsal bağımlılık kategorisinin üyeleri olarak dahil etmeyi seçerken aynı zamanda bazı araştırmacılar şu anda DSM sisteminde tanınmayan kompulsif satın alma, internet bağımlılığı ve kompulsif cinsel davranış bozukluklarını da davranışsal bağımlılık kategorisi içerisine dahil edilmiştir. Davranışsal bağımlılıkların en uygun şekilde sınıflandırılması konusunda tartışmalar sürerken, araştırma kanıtları bu bozukluklar ile madde bağımlılıkları arasındaki bağlantıyı desteklemekte ve hem davranışsal hem de madde bağımlılıklarını aynı genel sınıfa dahil etme gerekçesini güçlendirmektedir. Bu kategoriyi tanımanın faydalarından biri, gelişmiş sınıflandırmanın bu koşulları karakterize eden genetik belirleyicilerin (endofenotip) ve biyolojik belirteçlerin daha doğru bir şekilde tanımlanmasını sağlayabilmesidir. Daha kesin sınıflandırma spesifik tedavilere yol açabilmektedir (Black, 2013).

Nörobiyolojik ve genetik araştırmalar seyrek ve patolojik kumar oynama ile yapılan ilk çalışmalar madde bağımlılığı ile ortak yönler olduğunu öne sürerken, diğer davranışsal bağımlılıklarla ilgili çok az beyin görüntüleme veya genetik çalışmalar vardır. Son olarak, önerilen tedavilere ilişkin sistematik çalışmalar yapılmamıştır. Bununla birlikte hangi hastaların bilişsel-davranışçı terapi veya diğer psikoterapötik yöntemlerden fayda sağlayabileceği ya da ilaçların bu bozuklukların tedavisinde herhangi bir rolü olup olmadığı belirsizdir. Bu

bozukluklar arasındaki ve madde bağımlılıkları ile olan bağlantıları keşfetmek için araştırmalara ihtiyaç vardır. DSM-5'te önerilen bir davranışsal bağımlılık kategorisinin oluşturulması, bilimsel ve klinik kanıtların bu bozukluklar arasındaki bağlantıyı desteklediğini kabul ederek bu sürecin ilerlemesine yardımcı olabileceği bildirilmiştir (Black, 2013).

2.3.Duygu ve Motivasyon

2.3.1.Duygu

'Duygu' kelimesi çok çeşitli algılara, psikolojik durumlara ve davranışsal tepkilere uygulandığı için duyguları tanımlamak zordur (Cardinal ve diğ., 2002). Neden duygularımız var? İnsanlar ve diğer hayvanlar neden korku yaşar? Eğer korku gerçek bir biyolojik süreçse neden sorusunun cevabı biyolojide var olan hemen her şeye verilen cevapla aynıdır. Duygu, seçici bir avantaj sağlayan bazı işlevlere hizmet etmektedir. Yüksek hayvanlarda seçim baskısıyla temas eden şeyin, yani seçilen şeyin davranış olduğu kabul edilmelidir. Seçim, davranışlara daha çok önem verirken, altta yatan mekanizmalara daha az önem vermektedir. Eğer duygu gerçek bir biyolojik varlıksa, davranışın hizmetinde var olur ve belirli davranış sınıflarına bağlı olmalıdır. Bu fikri takiben korku duygusu, savunmayı destekleyen beyin, vücut ve davranış sisteminin tamamıdır. Korku duygusal sistemi, savunmaya hizmet eden beyin mekanizmaları, bedensel değişiklikler, öznel deneyim ve davranışlar bütünü ifade etmektedir. Bu duygunun içinde korku durumu, belirli bir tehlike seviyesinde ortaya çıkan takımın belirli bir bileşenidir (Fanselow, 2018).

Duygu, "öznel olarak güçlü bir his olarak deneyimlenen ve fizyolojik olarak vücudu anında güçlü bir eyleme hazırlayan değişiklikleri içeren psişik ve fiziksel bir tepki (öfke veya korku gibi)" olarak tanımlanabilir. Duyguların "hissetme" yönüne yapılan iç gözlemsel vurgu, birçok duygu teorisinin geliştirilmesinde önemli bir rol oynamıştır. Darwin, 1872 gibi erken bir tarihte, duyguların hem gözlemlenebilir ifadelerinin hem de altta yatan beyin süreçlerinin (uyarılmış sinir sisteminin vücut üzerindeki doğrudan etkisi) insanlara özgü olmadığını savunmuştur. Gerçekten de temel duygusal ifadeler doğuştan gelen, içgüdüsel tepkiler olarak kabul edilmiş ancak evrimsel sürece tabi tutulmuştur (Koob, 2015).

2.3.2.Motivasyon

Motivasyon, duygulara benzer şekilde, birçok tanımı olan bir kavramdır, ancak ilk tanımlar bile davranışı yönlendiren içsel unsurları yansıtmaktadır. Motivasyon, "içsel bir psikolojik süreç veya işlev, esas olarak organizmanın kendi içinde bulunan itici bir güç ve bilinçli veya açık bir şekilde fark edilmeyebilen düşünsel bir unsurun kesin imasını içeren bir plan, amaç veya ideal"

olarak tanımlanmıştır (Perrin, 1923). Richter, "spontane aktivitenin altta yatan belirli fizyolojik kökenlerden kaynaklandığını ve bu tür 'içsel' dürtülerin genel aktivite miktarına yansıdığını" savunmuştur (Richter, 1927). Hebb, motivasyonun "belirli bir türdeki faaliyeti uyandıran uyarım" olduğunu belirtmiştir (Hebb, 1949). Bindra motivasyonu "kaba bir etiket" olarak tanımlamıştır (Akt: Koob, 2015).

2.3.3.Duyguların Davranışsal Analizi: Motivasyona Köprü

Duygu ve motivasyon terimleri ayrılmaz bir şekilde birbirine bağlıdır. Burada dikkat edilmesi gereken nokta motivasyonun duygunun bir bileşeni olduğu ancak duygunun daha geniş bir terim olduğu gerçeğidir (Fanselow, 2018). Duygular, organizmanın geçmişine ve bağlama göre yorumlanan "his" durumları ve klasik fizyolojik duygusal tepkilerdir. Motivasyon, organize aktiviteye yol açan kalıcı bir durumdur. Her ikisi de araya giren değişkenlerdir ve yakından ilişkilidir ve beyinde sinirsel temsillere sahiptir (Koob, 2015).

Duyguların ayrı ayrı iştah açıcı ve tiksindirici sistemlerdeki faaliyetler tarafından organize edildiği varsayıldığında, merkezi bir konu aralarındaki ilişkiyle ilgilidir. Birçok kişi tarafından paylaşılan bir varsayım, bu sistemlerin karşılıklı olarak inhibe edildiğidir: bir sistemdeki aktivite arttıkça, diğerindeki aktivite inhibe edilir. Duygusal değerliğin iki kutuplu ölçümleri, bir uyarının hoş ya da nahoş olarak derecelendirilebileceği, ancak her ikisinin aynı anda değerlendirilemeyeceği varsayımını yansıtır (Bradley ve Lang, 2007).

Duyguların motivasyondaki rolü davranışın deneysel analizi ve beyin tarafından uyarılan ödülün nörobiyolojik temelleri olmak üzere iki ana kaynağa dayandırılabilir. 1978 yılında Brady tarafından savunulan motivasyonel ve duygusal etkileşimlerin davranışsal analizi, motivasyonel ve duygusal işlevi ilişkilendiren birleştirici bir operasyonel çerçeve için yanıt çıkarımlı bir temele yol açmıştır. Brady, motivasyonel işlevlerin "hedonik" özelliklerinin, "pozitif" ve "negatif" pekiştirme işlemleri arasındaki deneysel temelli ayrımlara başvurarak karşılanabileceğini savunmuştur. İştah açıcı koşulların belirgin yan ürünleri (örneğin "coşku") davranış olasılığını artıracak, "tikindirici" koşulların yan ürünlerinin ise davranış zayıflatacağını bildirmiştir. Bu formülasyona göre duygusal işlevler, içsel olayların (örneğin duygular) önemli rolünü vurgular ve bu nedenle hedonik işlevle ilgili terimler olumlu pekiştirme, olumsuz pekiştirme ve ceza terimleriyle karşılanabilir. Dolayısıyla, Brady'nin "davranışsal evreninin" hedonik boyutu, öncelikle duygu ve motivasyon arasındaki köprünün duygusal değerine atıfta bulunmaktadır. Gerçekten de, duygular genellikle motivasyonla bağlantılıdır ancak motivasyon için gerekli değildir (Koob, 2015).

2.3.4.Motivasyon Teorileri

Motivasyon teorileri içsel faktörlere baz alan "Kapsam veya Geleneksel Teoriler", dışsal faktörleri baz alan "Süreç veya Modern Teoriler olmak üzere iki kısımda toplanabilir (Koçel, 2007). En çok bilinen kapsam ya da diğer adıyla geleneksel teoriler Maslow'un "İhtiyaçlar Hiyerarşisi", Alderfer'in "ERG Teorisi", Herzberg'in "Motivasyon Çift Faktör Teorisi", McClelland'ın "Başarma İhtiyacı Teorisi" olarak sıralanabilir. Süreç ya da modern teoriler ise Adams'ın "Eşitlik Teorisi", Douglas McGregor'un "X ve Y Teorisi", Vroom'un "Beklenti Teorisi", Porter ve Lawyer "Beklenti Teorisi", Locke "Amaç Teorisi" olarak sıralanabilir. Söz konusu kuramlar tezin bu bölümünde sırası ile ele alınacaktır.

2.3.4.1.Maslow- İhtiyaçlar Hiyerarşisi

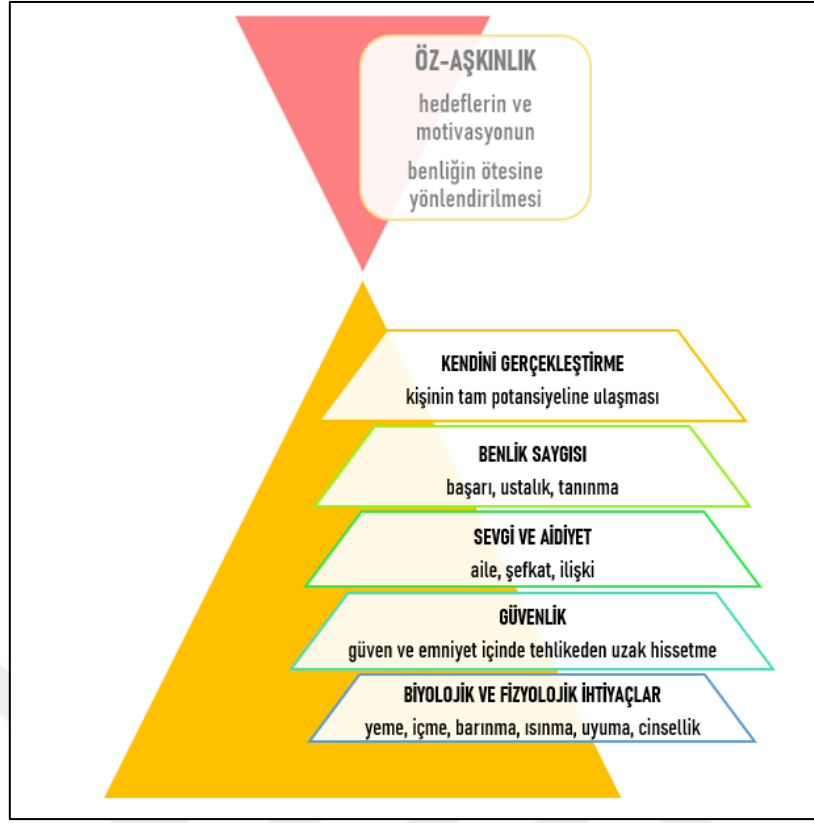
Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, 1940'lar ve 1950'lerde Abraham Maslow tarafından geliştirilen en eski ve en yaygın bilinen motivasyon teorisidir. Abraham Maslow, insanın doğuştan iyi olduğuna inanmış ve bireylerin büyük bir potansiyele sahip, sürekli büyüyen bir iç güdüye sahip olduğunu savunmuştur. Maslow tarafından geliştirilen ihtiyaçlar hiyerarşisi sistemi, insan güdülerini sınıflandırmak için yaygın olarak kullanılan bir şemadır. En altta, üst düzey ihtiyaçlar devreye girmeden önce tatmin edilmesi gereken daha düşük seviyeli ihtiyaçlar olacak şekilde düzenlenmiş seviyeleri içerir (Acquah ve diğ., 2021).

Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, insan motivasyonunun yapısına ilişkin güçlü bir ifade olarak hala geçerliliğini korumaktadır. Maslow'un ölümüne kadar ihtiyaçlar hiyerarşisi hakkında pek çok çalışma yayımlanmıştır ancak yazarın ölümünden sonra bilimsel olarak dikkat çekmiştir ve günümüzde de araştırmaların ilgisini çekmeye devam etmektedir (Koltko-Rivera, 2006).

Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi beş genel ihtiyaç düzeyi bağlamında gösterilmektedir. Hiyerarşinin en alt basamağı yeme, içme, barınma, ısınma, uyuma, cinsellik ihtiyaçlarını içeren "biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlar" basamağıdır. İkinci basamak bireyin güven ve emniyet içinde olduğu ve kendini tehlikeden uzak hissettiği "güvenlik" basamağıdır. Üçüncü basamak aile, şefkat ve ilişkileri içeren "sevgi ve aidiyet" basamağıdır. Dördüncü basamak başarı, ustalık, tanınma gibi faktörleri içeren "benlik saygısı" basamağıdır. Beşinci basamak kişinin tam potansiyeline ulaşabileceği "kendini gerçekleştirme" basamağıdır. Bir kişinin istek düzeyi, ihtiyaçlar hiyerarşisi ile yakından ilişkilidir ve tutumlar, kişinin ihtiyaçlarını tatmin etmek için izleyeceği bireysel yolu belirleyecektir (Acquah, ve diğ., 2021).

Psikoloji alanındaki pek çok metin, ders kitabı ve araştırmalarda hiyerarşinin en tepesinde "kendini gerçekleştirme" basamağının yer aldığı model kullanılmaktadır. Ancak kendini

gerçekleştirme basamağı Maslow'un motivasyon hiyerarşisine ilişkin son basamak değildir (Koltko-Rivera, 2006). Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin en önemli seviyesi “öz-aşkınlık (self-transcendence)” basamağıdır ve bu basamak hiyerarşinin son basamağıdır (Venter ve Venter, 2010; Garcia, 2012). Buna dair ilk çalışma 2006 yılında Koltko-Rivera tarafından yapılmıştır. Koltko-Rivera “öz- aşkınlık” düzeyini Maslow'un 1943 ve 1954 yılları arasında ihtiyaçlar hiyerarşisine ekmediğini fakat 1969 yılında “The farther reaches of human nature”adlı kitabında ve sonraki yıllarda ise özel dergilerinde vurguladığını belirtmiştir. Bu bağlamda, hiyerarşik modele göre kendini gerçekleştirme ile beraber “öz-aşkınlık” en üst düzeydir. “Öz-aşkınlık” Maslow'un ifadesiyle “en yüksek kimlik kazanımı, bağımsızlık veya benliğin ötesine geçmek” olarak tanımlanmıştır. Daha açık bir ifadeyle zirve deneyimler öz-aşkınlığın bir ürünüdür. Öz-aşkınlık tamamıyla kendini gerçekleştirmenin ötesinde bir seviyedir ve birey bu basamakta potansiyelini tam olarak kullanan kişi olarak tanımlanır (Koltko-Rivera, 2006).

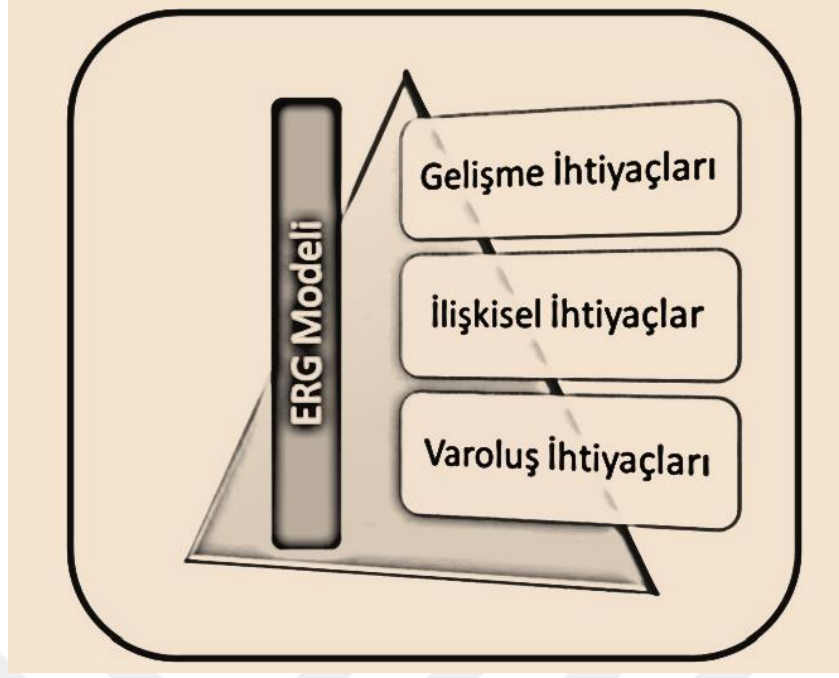


Şekil 1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, **Kaynak:** (Koltko-Rivera, 2006'dan yararlanılarak şekil yazar tarafından oluşturulmuştur)

2.3.4.2.Alderfer - ERG Teorisi

Alderfer'in ERG Teorisi insanların varoluş, ilişki ve gelişme olmak üzere üç temel ihtiyacı olduğunu vurgular. Bu teori Alderfer'in Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi ve aidiyet ihtiyacı, benlik saygısı ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacını basitleştirerek geliştirmiş olduğu motivasyon yaklaşımıdır. Alderfer ihtiyaç sıralamasını daha basitleştirilerek ele almıştır. Alderfer'in ihtiyaçlar hiyerarşisini basitleştirmiştir ve bunu da Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin gerçek hayata uygun olmadığı sonucuna dayandırmıştır (Tekin ve Görgülü, 2018).

Alderfer ERG kuramı ihtiyaçları bir hiyerarşiden ziyade bir aralık olarak açıklamaktadır. Bu kapsamda ihtiyaçlar üç temel kategoride ele almış ve birbirinden ayırmıştır. Varoluş ihtiyaçları, bireyin fizyolojik ve fiziksel güvenlik ihtiyaçlarını içerir. İlişkisel ihtiyaçlar, sevgi-aidiyet-tanınma-başarı gibi ihtiyaçlara karşılık gelir. Varoluş ihtiyaçları, kendini geliştirme ve saygınlık ihtiyaçlarının içsel bileşenini içerir (Acquah ve diğ., 2021).



Şekil 2. ERG Modeli, **Kaynak:** (Acquah ve diğ., 2021’den yararlanılarak şekil yazar tarafından oluşturulmuştur)

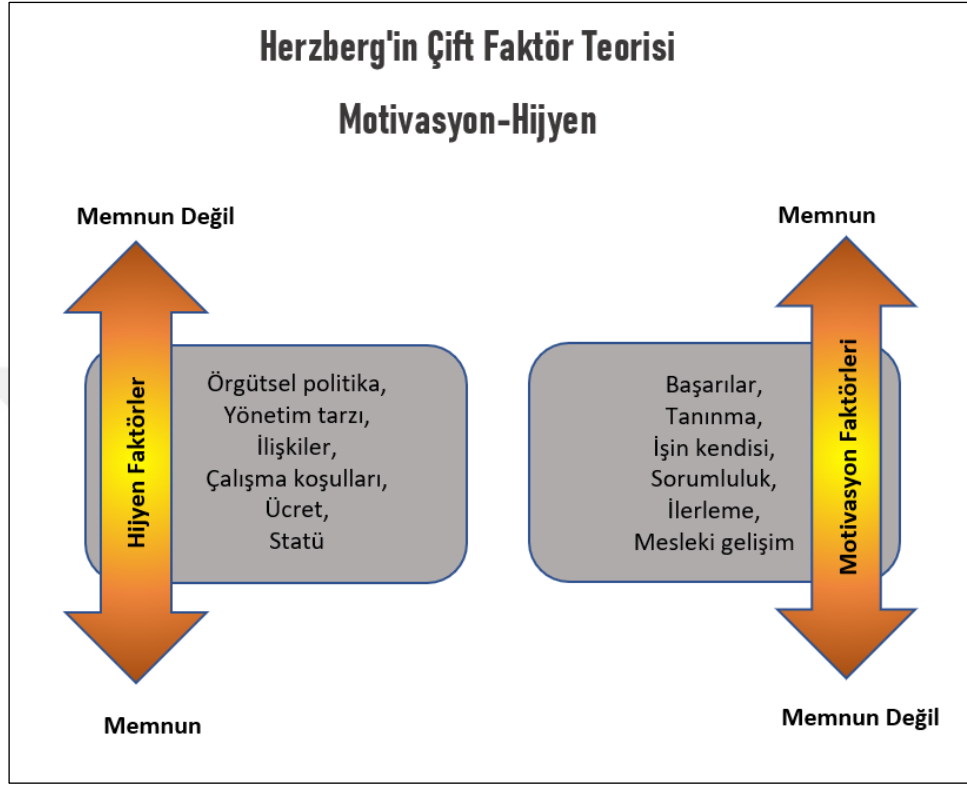
Alderfer’in Maslow’un ihtiyaçlar hiyerarşisini temel alarak basitleştirdiği ERG teorisinin İhtiyaçlar Hiyerarşisin’den en önemli farkı ERG teorisinin İhtiyaçlar Hiyerarşisindeki gibi bir ihtiyaç karşılanmadan diğer bir ihtiyacın karşılanmasına olanak tanımayan katı bir sıralamaya maruz kalmamasıdır. ERG modeli bu yönüyle iki farklı ihtiyacın hiyerarşik sıralama gözetilmeksizin aynı anda karşılanabilmesine olanak tanımaktadır. Bu özelliği ile ERG teorisi daha esnek bir yapıya sahiptir (Tekin ve Görgülü, 2018).

2.3.4.3.Herzberg-Motivasyon Çift Faktör Teorisi

Çalışan motivasyonu ile ilgilenen ilk akademisyenler arasında yer alan Herzberg’in altmışlı yılların sonunda geliştirdiği teoriler, Maslow’un modeline eleştirel yaklaşmanın yanı sıra onu yeni unsurlarla doldurmuş ve ihtiyaçlar hiyerarşisinin değiştirilmiş şemalarını sunmuştur (Blaskova ve Gražulis, 2009).

Herzberg’in “Motivasyon Çift Faktör Teorisi” genellikle iki faktörlü teori olarak adlandırılır ve işin başarılmaya yönelik olan motivasyon kaynaklarına odaklanır. Herzberg, motive edici faktörleri (tatmin ediciler) başarı, tanınma, işin kendisi, ilerleme ve büyüme olarak sınıflandırırken; hijyen faktörlerini (tatminsizlikler) şirket politikası, denetim, çalışma koşulları, statü ve maaş olarak nitelendirmektedir. Herzberg’e göre hijyen motive edemez ve bu amaca ulaşmak için kullanıldığında aslında uzun vadede olumsuz etkiler yaratabilir. Motive

edici unsurlar daha karmaşık ve öznel ve genellikle ölçülmesi çok zordur. Ancak yönetim hijyene odaklanırken aynı zamanda motive edicileri ihmal ettiği ölçüde, çalışanlar muhtemelen daha fazla hijyen arayacaktır. Bu da motive olmuş bir işgücü geliştirme üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir (Acquah ve diğ., 2021).



Şekil 3. Herzberg'in Çift Faktör Teorisinin Temel Şeması, **Kaynak:** (Acquah ve diğ., 2021'den yararlanılarak şekil yazar tarafından oluşturulmuştur)

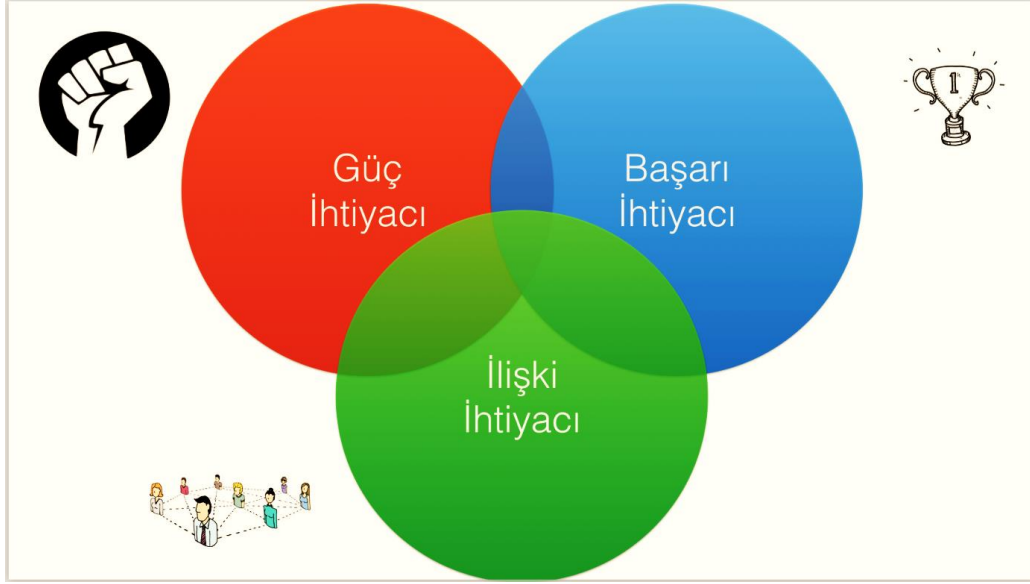
Herzberg'in Motivasyon-Hijyen Teorisi, tıpkı diğer ünlü motivasyon teorileri gibi, sert eleştirilere maruz kalmıştır. Herzberg'in araştırma yöntemleri en çok eleştiriye maruz kalan konu olmuştur (Blaskova ve Gražulis, 2009).

2.3.4.4. McClelland-Başarma İhtiyacı Teorisi

1960'ların başında McClelland Maslow'un ihtiyaç sınıflandırmalarına ilişkin çalışmaları üzerine inşa edilmiş başarı, bağlılık ve güç olmak üzere üç insan motivasyon kaynağı tanımlamıştır (Acquah ve diğ., 2021). Buna göre bağlanma yani ilişki ihtiyacı yüksek olan kişiler, diğer insanların kendilerini sevmesinden zevk alırlar. Bir sosyal grup tarafından reddedilmekten kaynaklanan olumsuz duygulardan kaçınmaya çalışırlar. Bu kişiler çoğunlukla başkalarıyla hoş ilişkiler sürdürmeye odaklanırlar, başkaları tarafından ifade edilen bir güven ve karşılıklı tanımadan memnuniyet duyarlar, başkalarına engellerinde yardım etmeye

isteklidirler ve başkalarıyla dostane bir ilişki içindedirler. Güç ihtiyacı yani pozisyonel bir etkiye sahip olma ihtiyacı yüksek olan kişilerin diğerlerini güçlü bir şekilde etkilemek ve diğer insanlar ve koşullar üzerinde kontrol uygulamak istediklerini tespit etmiştir. Genellikle iyi partnerlerdir (ancak bazen kavgacı oldukları da doğrudur), enerji doludurlar, pratiktirler ve titizdirler. Son olarak başarı ihtiyacı yüksek olan kişiler bir şey tarafından kışkırtılmak isterler ve kendileri için zor hedefler (ancak ulaşamaz hedefler değil) belirlerler. Bu hedefler genellikle meslektaşlarının hedeflerine kıyasla daha zordur. Hesaplanmış risk almaya isteklidirler. Bu ihtiyaca sahip kişiler tehlike yaratmazlar. Sorunları analiz eder ve değerlendirirler. Gerçekleşen iş için kişisel sorumluluğu kabul ederler. Ne kadar iyi performans gösterdiklerine dair anında geri bildirim almak isterler. Genellikle sakın değildirler. Çok çalışmak isterler ve başarısızlıklardan korkmazlar (Blaskova ve Gražulis, 2009).

McClelland'ın teorisi, ihtiyaç yaratmak veya geliştirmek yerine mevcut ihtiyaçları karşılamaya odaklanan Maslow'un ve Alderfer'in teorilerinden farklıdır. Bu baskın motivasyon kaynağı kültürümüze ve yaşam deneyimlerimize bağlıdır (Acquah ve diğ., 2021). McClelland, belirli bir topluma özgü geleneklerin ve sosyal çevrenin, bir kişinin doğduğu andan itibaren kişiliği üzerinde etkili olduğu sonucuna varmıştır. Yani yazara göre doğuştan gelen birkaç güdünün kişinin davranışını tüm yaşamı boyunca ya da en azından yaşamının büyük bir kısmında belirlediğini keşfetmiştir. Bu durum benzer bir ortamda gerçekleştiği için yazar, çoğu ülkede insanların hayatları boyunca bir ya da iki motivasyonel kalıbı takip ettiği sonucuna varmıştır. McClelland yaptığı araştırmada, bireyin davranışını belirleyen bağlanma ihtiyacı, güç ihtiyacı ve başarı ihtiyacı olmak üzere üç üst düzey güdü tespit etmiştir (Blaskova ve Gražulis, 2009). McClelland'ın Başarma İhtiyacı Teorisi kişisel niteliklerin kalıtımı, aile gelenekleri ve sosyal ve kültürel çevre, bir kişinin doğumundan itibaren ve yaşamı boyunca kendisiyle birlikte kalan motivasyonel stereotiplerinin oluşmasında rol oynar. Yazarın araştırması, bireylerin yaşamları boyunca, bir şeyler başarma, bir grup ya da topluluktaki diğer üyeleri etkileme ve çevrelerindekiyle bir bağ hissetme arzularıyla kendini gösteren birkaç temel ihtiyacı gerçekleştirmeyi amaçladıklarının anlaşılmasına yardımcı olmuştur (Blaskova ve Gražulis, 2009).



Şekil 4. McClelland'ın Başarma İhtiyacı Teorisi, **Kaynak:** (Acquah ve diğ., 2021'den yararlanılarak şekil yazar tarafından oluşturulmuştur)

2.3.4.5.Adams- Eşitlik Teorisi

Adams, eşitlik teorisinin oluşturulmasında büyük bir değere sahiptir. Eşitlik teorisi, bireyin diğer meslektaşlarıyla kıyaslandığında, girdilerine göre (çaba, deneyimler, yeterlilik vb.) eşit bir ödül (sadece maddi ödül değil aynı zamanda çeşitli ayrıcalıklar ve diğer tanınma biçimleri) elde edip etmediğine dair öznel yargısına dayanır. Bireyin, elde edilen ödül yapısının eşit olduğuna dair hissi, önemli bir motivasyon faktörünü temsil eder. Bireyin çıktıları ile girdileri arasındaki oran tüm çalışanlar için aynı olmalıdır. Ancak sorun, insanların kurumlarına olan katkılarını abartabilmeleri ya da diğer çalışanların ödülleri abartabilmelerinden kaynaklanmaktadır. İnsanlar belli bir süre için belli bir ölçüde haksız muameleye tahammül etmeye isteklidirler. Ancak uzun süreli bir adaletsizlik hissi, görünüşte küçük bir olayda bile çok güçlü tepkilere neden olabilir. Örneğin, yönetici çalışanını beş dakika geç kaldığı için azarlarsa, çalışan muhtemelen öfkeleneyecek ve işinden ayrılacaktır. İşten ayrılma nedeni azarlama değil kendisine yapılan muameleyi ve ödüllendirmeyi kuruma yaptığı katkılara ve diğer çalışanlara kıyasla adaletsiz olarak değerlendirmesinden kaynaklanacaktır. Benzer şekilde, bir başka çalışan da aldığı ücretten ve ek ödüllerden memnun olabilir. Ancak bu memnuniyet benzer işi yapan diğer meslektaşının kendisinden %10 daha yüksek bir ödül aldığını tespit ettiği ana kadar devam eder (Blaskova ve Gražulis, 2009).



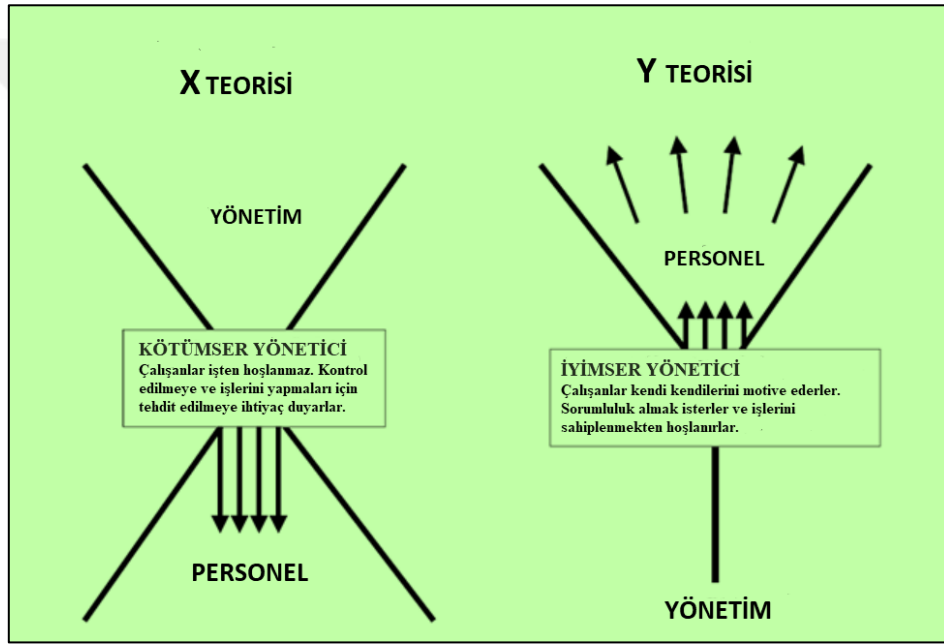
Şekil 5. Adam'ın Eşitlik Teorisi, **Kaynak:** (Blaskova ve Gražulis, 2009'dan yararlanılarak şekil yazar tarafından oluşturulmuştur)

2.3.4.6.McGregor- X ve Y Teorisi

Çalışan motivasyonu kavramı üzerine yapılan tartışmalar, her bir motivasyon modelinin bir yöneticinin insanlara yönelik tutumuyla sıkı sıkıya bağlantılı olduğunun anlaşılmasına yol açmıştır. ABD'li bilim adamı Douglas McGregor, bir yöneticinin yönetim tarzıyla ilişkilendirilmediği sürece herhangi bir çalışan motivasyonu modeli üzerine tartışmanın hiçbir sonuç vermeyeceğini ilk fark edenlerden biriydi. Yönetim tarzı, motivasyon bağlamında tartışılacak olursa, bir yöneticinin çalışanlarına karşı tipik davranış biçimidir ve hedeflere ulaşmak için kullandıkları hem etki düzeyini hem de motive edicileri gösterir. McGregor, bireyin diğer insanlara ve işe yaklaşımını X ve Y teorileri olarak adlandırdığı iki alternatif gruba ayırmıştır. Bu iki teori, bir kişinin bir organizasyon içinde işlevsel olma kararlılığına ilişkin zıt varsayımlara dayanmaktadır (Blaskova ve Gražulis, 2009).

X teorisine göre, bir yöneticinin temel görevi astlarını çalıştırmak ve onların eylemlerini kontrol etmektir. X tipi yöneticiler astlarının işlerini bizzat denetler ve çoğu zaman işlerin yapıldığından emin olmak için psikolojik baskı ve hatta şiddet uygular. Diğer taraftan Y teorisinin mantığına göre, demokratik bir yönetim tarzı uygulayan yöneticilerin temel amacı, astların potansiyel becerilerini geliştirerek onları desteklemek ve böylece örgütsel hedeflere ulaşılmasına etkin bir şekilde katkıda bulunmaktır. Y teorisi, insanların karmaşık varlıklar olduğunu, örgütsel ve bireysel hedeflerin bütünleştirilmesi ve çalışanların daha üst düzey ihtiyaçları (aidiyet, saygınlık, kendini gerçekleştirme) kullanarak daha iyi çıktılar elde etmelerinin teşvik edilmesi

gerektiğini söyler. Y tipi yöneticiler, çalışanlarına uygun bir çalışma ortamı yaratmak için önemli ölçüde zaman harcarlar, böylece yaptıkları işin kendi başına bir teşvik olduğunu hissedebilirler. Bu tür yöneticiler açık ve güvene dayalı bir karşılıklı yardımlaşma ortamı yaratmak için hiçbir çabadan kaçınmazlar. McGregor'un araştırması, bireyin kişisel niteliklerinin başkalarıyla kurduğu iletişim üzerindeki etkisini ve ifade edilen değerlerin seçilen davranışla nasıl bağlantılı olduğunu anlamının yolunu açmış ve nihayetinde başkalarıyla neden bu şekilde ilişki kurduğumuz sorusunu yanıtlamıştır. Kuşkusuz McGregor, çağdaşı Abraham Maslow ile birlikte en çok iş sürecinde kendini ifade etmenin önemini savunmaya ve yararlı yönetici-çalışan ilişkilerine yeni bir yaklaşım yaratmaya katkıda bulunmuştur (Blaskova ve Gražulis, 2009).



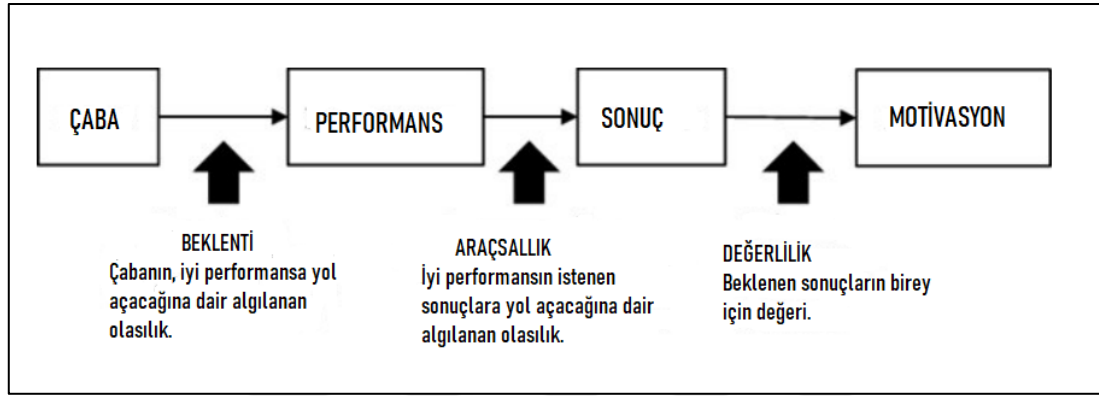
Şekil 6. McGregor'un X ve Y Teorisi, **Kaynak:** (Markopoulos ve Kornilakis, 2016).

2.3.4.7.Vroom- Beklenti Teorisi

Beklenti teorisi, insan potansiyeli yönetimi ve gelişimi alanında birçok teorisyen ve uygulayıcı tarafından mükemmel bir teori olarak kabul edilen bir yaklaşımı temsil eder. İnsanların hangi yolla motive edildiğini, hangi yolla motive edilebileceğini açıklar. Bu teoriyi geliştiren ve açıklayan en tanınmış bilim adamlarından biri Amerikalı psikolog Victor H. Vroom'dur (Blaskova ve Gražulis, 2009). İlk olarak Vroom tarafından formüle edilen beklenti kavramı, eylem veya çabanın bir sonuca yol açma olasılığını ifade etmektedir. Beklenti, belirli bir eylemi belirli bir sonucun takip etme olasılığına ilişkin anlık inanç olarak tanımlanmaktadır. Beklentiler güçleri açısından tanımlanabilir. Maksimum güç, eylemi sonucun takip edeceğine

dair öznel kesinlik ile gösterilirken, minimum güç, eylemi sonucun takip etmeyeceğine dair öznel kesinlik ile gösterilir (Haque, Haque ve Islam, 2014).

Vroom, insanların bir hedefe ulaşmak için motive olacaklarını, eğer bu hedefin değerine inanırlarsa ve yaptıkları şeyin bu hedeflere ulaşmalarına yardımcı olacağına kendilerini ikna edebilirlerse motive olacaklarını ileri sürmektedir. Bu, çalışanların, hedeflere ulaştıkları takdirde vaat edilen ve beklenen ödülü elde edeceklerine dair üstlerinin sözlerine inanmaları gerektiği anlamına gelmektedir (Blaskova ve Gražulis, 2009).

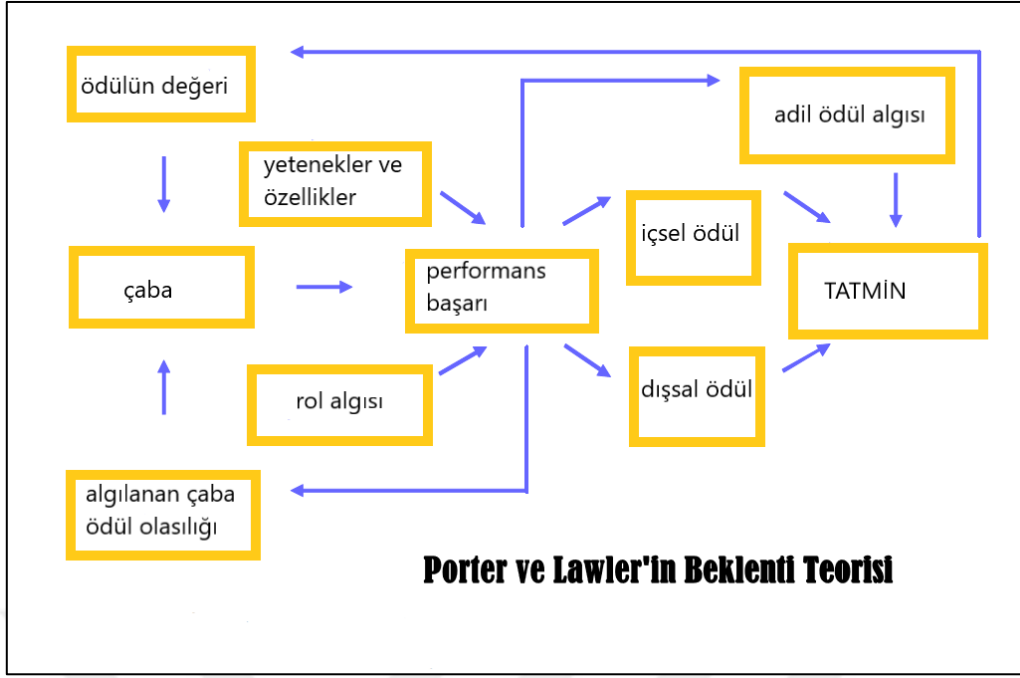


Şekil 7. Vroom'un Beklenti Teorisi, **Kaynak:** (Harris ve diğ., 2017).

2.3.4.8.Porter ve Lawler- Beklenti Teorisi

Porter ve Lawler, Vroom'un Beklenti teorisine dayanan karmaşık bir motivasyon teorisi ortaya çıkarmıştır. Bu teoriye göre, motivasyonel çabanın gücü söz konusu olduğunda, çalışanın kendisine verilen görevin başarılmaması için sarf etmesi gereken çabaya kıyasla beklenen ödülün öznel çekiciliğini ya da çekiciliğini ne şekilde değerlendirdiği belirleyicidir (Blaskova ve Gražulis, 2009).

Teori, yöneticilerin motivasyonel davranışlarının çalışanlarda belirli bir düşünce sürecine neden olduğunu öne sürer. Porter ve Lawler'ın motivasyon modeli bilinen diğer modellerden çok daha karmaşıktır ve motivasyona bir sistem yaklaşımı sunmaktadır. Model, motivasyonun basit ve her zaman etkili bir tema olmadığını göstermektedir. Ancak bu yaklaşım aynı zamanda yöneticilerin uygulanan bir ödüllendirme sistemini değerlendirmeleri gerektiği fikrini de ortaya koymaktadır. Bu gerçek, yöneticilerin bu motivasyon sistemini (çaba-sonuç-ödül-memnuniyet) organizasyon yönetiminin karmaşık bir sistemine, yani hassas bir planlama, görev ve sorumlulukların net bir şekilde tanımlanması, yeterince esnek bir organizasyon yapısı ve motivasyonel vurgu ile yansıtılan çalışma yerleri vb. ile dahil etmeleri için önemlidir (Blaskova ve Gražulis, 2009).



Şekil 8. Porter ve Lawler'in Beklenti Teorisi, **Kaynak:** (Miner, 2015).

2.3.4.9.Locke- Hedef Belirleme Teorisi

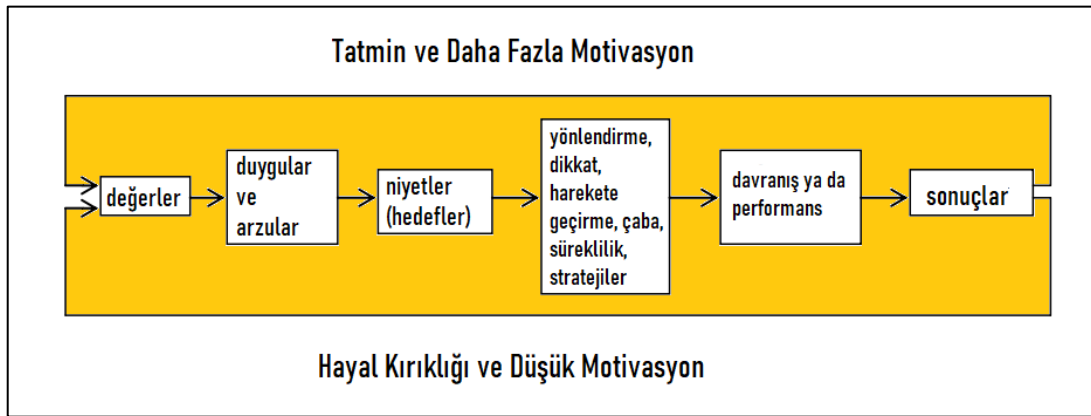
1960'larda Edwin Locke tarafından ortaya atılan hedef belirleme teorisine göre çalışanların hedef formülasyonuna katılımı çok önemlidir. Çünkü katılım daha zor hedeflerin belirlenmesinde bir anlaşma sağlamanın mümkün olduğu bir aracı temsil eder. Zor hedefler çalışanlarla tartışılmalı ve onlar tarafından kabul edilmelidir. Bunun üzerine tanımlanan hedeflerin gerçekleştirilmesi aynı zamanda yönetici tarafından uygulanan yaratıcı liderlik ve gerekli tavsiye ve yardımların sağlanmasıyla desteklenmelidir (Blaskova ve Gražulis, 2009). Hedef belirleme teorisi, görev performansının doğrudan bireylerin görevde ulaşmaya çalıştıkları bilinçli hedefler tarafından düzenlendiğini ileri sürer (Locke ve Latham, 1990).

ABD'de ve diğer yedi ülkede yapılan 40.000'den fazla denek, 88 farklı görev, bir dakika ile üç yıl arasında değişen süreler ve davranış değişikliği, miktar ve kalite sonuçları ve maliyetler dahil olmak üzere birçok farklı performans kriteri kullanılarak gerçekleştirilen yaklaşık 400 (çoğu deneysel) çalışma sonucunda belirli ve zor hedeflerin belirli ve kolay hedeflerden, "elinden gelenin en iyisini yap" gibi belirsiz hedeflerden veya hiçbir hedef olmamasından daha iyi performansa yol açtığını göstermiştir (Locke ve Latham, 1990; Lunenburg, 2011).

Hedef belirlemenin etkili olabilmesi için bireylerin hedeflere ulaşma ya da yaklaşma becerisine sahip olması gerekir (Locke ve Latham, 1990). Ayrıca hedeflerin performansı etkileyebilmesi için hedeflere bağlılık olması, yani bireylerin veya grupların gerçekten hedeflere ulaşmaya

çalışıyor olması gerekir. Genel olarak hedefe bağlılık, insanlar hedeflere ulaşabileceklerini düşündüklerinde ve hedefe ulaşmayla ilişkili değerler olduğunda en yüksek seviyededir. Parasal teşvikler, insanların paraya değer vermesi, para miktarının yeterince büyük olması ve teşviklerin imkansız olarak algılanan hedeflere bağlı olmaması koşuluyla hedef bağlılığını güçlendirir (Locke ve Latham, 1990).

Hedef belirleme teorisine göre zorlayıcı hedefler enerjiyi harekete geçirir, daha yüksek çabaya yol açar ve kalıcı çabayı artırır. Hedefler, insanları gerekli hedef seviyelerinde performans göstermelerini sağlayacak stratejiler geliştirmeleri için motive eder. Son olarak, hedefe ulaşılması memnuniyete ve daha fazla motivasyona ya da hedefe ulaşamaması durumunda hayal kırıklığına ve daha düşük motivasyona yol açabilir (Lunenburg, 2011).



Şekil 9. Locke'nin Hedef Belirleme Teorisi, **Kaynak:** (Lunenburg, 2011).

2.3.5.Bağımlılığa Motivasyonel Bir Bakış

2.3.5.1.Solomon'un Rakip Süreç Teorisi

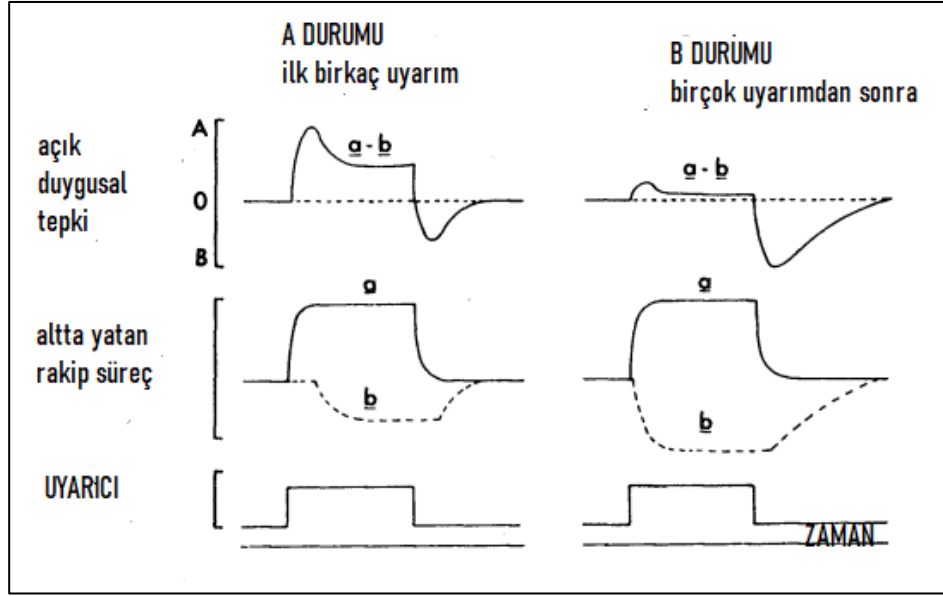
İlk temelleri Rakip Renkler Teorisi adıyla atılmıştır ve model Johann Wolfgang von Goethe, karşıt renklerin fizyolojik etkisini 1810'da yazdığı Renkler Teorisi kitabında incelenmiştir. 1878'de Alman fizyolog Ewald Hering tarafından rafine edilerek renkleri görme şeklimizin karşıt renklerden oluşan bir sisteme dayandığını öne sürmüştür. Kırmızı, sarı, yeşil ve mavi renklerin, bir rengin karışımı olarak algılanamayacağını yani ya kırmızı ya da yeşil olarak algılanabileceğini asla yeşilimsi-kırmızı olamayacağını vurgulamaktadır. 1957'de Leo Hurvich ve Dorothea Jameson, Hering'in renk-karşıtı teorisi için nicel veriler sağlamıştır. 1967'de Rod Grigg, modeli biyolojik sistemlerdeki çok çeşitli rakip süreçleri yansıtacak şekilde genişletmiştir. Çok çeşitli durumlara uyarlanabilen Rakip Renkler Teorisi ilk olarak Luria (1932) tarafından çatışma ve strese tepkiyi ölçmek için akut bir gerçek yaşam olayının

araştırıldığı çalışmada “Rakip Süreç Teorisi” adı ile kullanılmıştır. Sonrasında Epstein ve Fenz (1962, 1965, 1967) tarafından Luria'nın çalışma geleneğini takip ederek araştırmacılar deneyimsiz paraşütçülerin paraşütle atlama deneyimlerini incelemiştir.

Platon'un Phaedo'sunda Crito ve Sokrates arasında geçen bir diyalogda Crito, sokrates'in eve götürülmesini ister ve bunun üzerine Crito'nun hizmetkarlarından bazıları Sokrates'i göğsünü yumruklayarak acı çekerek ağlarken eve götürürler. Sokrates yatağın üstüne oturur ve bacağına bükerek ve eliyle ovuşturur. Bu sırada bacağına ovuştururken şu sözleri sarfeder: “İnsanların haz dediği şey ne garip! Tam tersi gibi görünen acıyla ne kadar ilginç bir şekilde ilişkilidir! Bu ikisi bir insanda asla bir arada bulunmaz ama yine de birinin peşine düşer ve onu elde ederseniz, sanki bir uçta birleşmiş iki ayrı şeymiş gibi diğerini de elde etmek zorunda kalırsınız. Sanki ikisi de aynı kafaya bağlıymış gibi...Biri nerede bulunursa, diğeri de peşinden gelir. Bence Ezop bunu fark etmiş olsaydı bunun hakkında bir masal yazardı.—Plato, Phaedo

Platon'un Phaedo'sunda Sokrates'in dediği gibi mutluluk ve üzüntü, korku ve rahatlama, zevk ve acı gibi karşıt duygu çiftlerimiz vardır ve bu karşıt duygu çiftlerinden birisi yaşandığında diğerinin geçici olarak bastırılmaktadır. Bununla birlikte bu karşıt duygu çiftleri güçlü bir şekilde yeniden ortaya çıkabilecek ve birbiriyle de etkileşime girebilmektedir. Böylece bir duyguyu harekete geçirmek aynı zamanda karşıt duyguyu da harekete geçirecek ve bağlantılı bir çift olarak etkileşime girecektir. Bu durum bir dereceye kadar insanların korku filmlerinden ya da serbest paraşüt gibi heyecanlı davranışlardan neden hoşlanabildiği yani birçok kişi tarafından hoş olmayan durumların niçin ödüllendirici olabileceğini açıklarken aynı zamanda motivasyon ve bağımlılık davranışlarını açıklamak için kullanılabileceği bildirilmiştir (Solomon ve Corbit, 1973).

Bu konuya ışık tutmak amacıyla Solomon ve Corbit (1973), bir motivasyon teorisi ortaya çıkarmıştır. Rakip Süreç Teorisi (The Opponent-Process Theory) motivasyon, duygusal dinamikler olmak üzere çeşitli davranışları açıklamak amacıyla ortaya çıkarılan psikolojik ve nörolojik bir modeldir. Solomon ve Corbit tarafından geliştirilen modelde duygu, bağımlılık ve motivasyon kavramları ele alınmıştır (Solomon ve Corbit, 1973). Teoriye ilişkin grafik aşağıda sunulmuştur.



Grafik 1. Rakip Süreç Teorisi (The Opponent-Process Theory), **Kaynak:** (Solomon ve Corbit, 1978)

Grafik 1. Solomon ve Corbit tarafından ortaya çıkarılan Rakip Süreç Teorisini özetlemektedir. Teoriyi bir özgüllük varsayımıyla nitelendirmemiz gereken yer B durumu, A durumunun rakibi olduğu için, B durumundan kurtulmanın en hızlı ve en etkili yolu doğrudan A durumunu üreten maddeyi kullanmaktır. Bağımlılık yapan uyuşturucuların çalışma şekli budur. Böylece, A durumunu uyandıran maddenin elde edilmesi ve kullanılmasıyla sonuçlanan davranış, A durumunu ürettiği ve aynı anda B durumunu sonlandırdığı için kuvvetle pekiştirilecektir. Bu, B durumunun daha da güçlenmesine yol açacaktır. Bu nedenle, (a-b) toplamının sıfırdan büyük veya taban çizgisinin üzerinde olması için madde miktarlarının artırılması gerekecektir. Bu, ilaca tolerans olgusudur. Dozajın artırılması, bağlı olduğu tüm davranışları güçlendirecek ve daha sık kullanım ile B durumu daha da güçlendirilecektir. Bu da bağımlılık döngüsüdür (Solomon ve Corbit, 1974).

Tablo 1’de duygusal, duygulanımsal, hedonik veya motivasyonel olgulara yedi örnek sunmaktadır. Bu yedi örnek davranışsal, deneyimsel, deneysel, gözlemsel ve günlük deneyimlerden türetilmiştir. Örneklerin bazıları hoş ve bazıları hoş olmayan uyaranlar tarafından tetiklenmektedir (Solomon ve Corbit, 1974).

Tablo 1. Duygusal, Duygulanımsal, Hedonik veya Motivasyonel Olgulara Yedi Örnek

Örnek	İlk birkaç uyarım		Birçok uyarımdan sonra	
	A Durumu	B Durumu	A' Durum	B' Durum
Pavlov'un laboratuvarındaki köpeklerle koşum takımında gerçekleştirdiği deney	Dehşet-korku, bağırma, panik	Gizli durum (sinsi, tereddütlü ve düşmanca bakar gibi)	Acı çekmiş, sinirli, endişeli, mızıklanma	Sevinç nöbeti, koşma, atlama, arkadaş canlısı
Pavlov'un laboratuvarındaki köpeğe şok verilerek elektro-kardiyograf tepkilerinin ölçüldüğü deney	Kalp atışlarında büyük bir hızlanma	Kalp atış hızında ani bir düşüş ve 5 saniye içinde başlangıç hızının altına iniş	Kalp atış hızında çok az anlık bir artış ve şok devam ederken kalp atış hızının sıklıkla düşmesi	Kalp atış hızında hızlı bir düşüş ve vagal aşım aşım ilk şok denemelerinden çok daha büyüktür.
Epstein'in askeri paraşütçülerin fizyolojik, duygusal, ifadesel, sosyal tepkilerini ölçmek amacıyla gerçekleştirdiği deney	Dehşet-korku	Sersemlemiş, duygularını belli etmeyecek şekilde ifadesiz bir yüz/surat	Endişeli, gerginlik, isteklilik	Coşkulu, neşeli iyi hissetme
Opiat kullanıcıları ile gerçekleştirilen deney	Acele (rush), öfori	Aşerme, tiksindirici, acı verici ve korkutucu somatik yoksunluk semptomları	Öfori kaybı, normal duygu, rahatlama öforik değil normal duygu, heyecan yok, fizyolojik	Rahatsız edici, aşerme son derece yoğun, tiksindirici ve kalıcı, yoksunluk acısı-perhiz ıstırabı, taban seviyesine dönüş uzun süreli
Köpeğe verilen M&m çikolatası sonrası tepkisini ölçmek amacıyla gerçekleştirilen deney	Kuyruk sallama, hareket etme, çikolatayı çiğneme ve yutma, ağzını şapırdatma, dilini dudaklarının üzerinde kıvrırma	Hareketsiz ve gergin	-----	-----
Aşk ve ayrılık deneyi	Zevk, heyecan, cinsellik, coşku, mutluluk, pozitif duygu	Yalnız, üzgün ve depresif	Normal hale dönüş,	keder, ayrılık sendromu, uzun süreli
Ördek yavrusu deneyi	İlk çok az sıkıntı çağırısı, zevk, korkunun kesilmesi, sıkıntı yok	Yalnızlık, sıkıntı çağırısı, kısa süreli	Zevk, sıkıntılı ağlama yok	Yalnızlık, sıkıntılı ağlama sıklığı ve yoğunluğunda artış, uzun süreli

Kaynak: (Solomon ve Corbit, 1974).

İlk örnek incelendiğinde yoğun bir tiksindirici (yani hoş olmayan) uyarana maruz kalan bir köpekte görülen davranış değişikliklerini açıklamaktadır. Pavlov'un laboratuvarında barındırdığı bir köpek koşum takımına koyulmuş ve 10 saniyelik birkaç şokla uyarılmıştır. Köpek ilk birkaç şok sırasında dehşet-korkuya kapılmış gibi görünmüştür. Köpek bağırarak sağa sola savrulmuş, göz bebekleri büyümüş, gözleri şişmiş, tüyleri diken diken olmuş, kulakları geriye yatmış, kuyruğu bacaklarının arasına kıvrılmıştır. Yoğun otonom sinir sistemi aktivitesinin diğer birçok belirtisiyle birlikte dışkılama ve idrar yapma da görülmüştür. Bu noktada, köpek koşum takımından kurtarılmış ve o analarda köpek yavaşça hareket etmiştir. Köpeği ifadeleri incelendiğinde sinsi, tereddütlü ve düşmanca bakar gibi görünüyordu ve köpeğin durumu aniden dehşet-korkudan gizliliğe dönüşmüştü. Köpeğin şok sırasındaki durumu (dehşet-korku durumu ya da şoka verilen birincil tepkinin zirvesi) "A" durumu olarak adlandırılmıştır. Şoklar sona erdikten hemen sonraki gizli durum (tepki sonrası) ise "B" durumu olarak adlandırılmıştır. Köpek koşum takımından aniden serbest bırakıldığında gözlemlenen birçok davranış değişikliğine bakılırsa, A durumu B durumundan çok farklıdır. Dahası, B durumu yavaş yavaş kaybolmuştur. Birkaç dakika içinde köpek şok verilemeden önceki haline dönmüş gibi görünmüştür. Artık köpeğe bakarak A ya da B durumunun gerçekleştiğini söylemek imkansızdır. Kanıt ortadan kalkmış ve kanıtlar kaybolmuştur. Köpek şok öncesi normal halinden A durumuna sonrasında B durumuna ve tekrar normal haline dönmüştür. Bu ardışık örüntü Tablo 1'de verilen tüm örneklerde görülmektedir. Ancak, Örnek 1 henüz tam olarak açıklanmamıştır. Aynı köpek her gün aynı tedavi için geri getirildiğinde, davranışları yavaş yavaş değişmiştir. Şoklar sırasında dehşet-korku belirtileri kaybolmuştur. Bunun yerine, köpek acı çekmiş, sinirli veya endişeli görünmektedir. Artık dehşet-korku duygusu yoktur. Örneğin, bağırarak yerine mızızlanmıştır. Daha fazla idrara çıkma, dışkılama veya mücadele etme görülmemiştir. Seansın sonunda köpek aniden koşum takımından serbest bırakıldığında, köpek koşuşturmuştur. Köpek sevinç nöbeti olarak adlandırılan insanların üzerine atlama, kuyruk sallama gibi tepkiler göstermiştir. Birkaç dakika sonra köpek şok öncesi normal haline (arkadaş canlısı) dönmüş ancak etrafta koşuşturmamıştır. Daha sonraki şoklar sırasında A ve B durumlarının niteliksel ve niceliksel özelliklerinin, ilk birkaç şok sırasında A ve B durumları için olanlarla aynı değildir. A durumuna neden olan uyarıcı girdisine tekrar tekrar maruz kalmanın bir sonucu olarak ortaya çıkan bu değişim örüntüsü duygusal dinamiklerin temel örüntüsünün tipik bir örneğidir. Daha sonraki A ve B durumları daha önceki durumlarla aynı olmadığı için, daha sonraki durumları sırasıyla A' ve B' olarak etiketlenmiştir (Solomon ve Corbit, 1974).

İkinci örnek incelendiğinde bir köpek, arka ayaklarına verilen tekrarlanan şoklar sırasında kalp atışlarının bir elektro-kardiyograf ile ölçüldüğü bir deneyde yer almıştır. Köpeğin ilk birkaç şok sırasında kalp atışlarında büyük bir hızlanma olmuştur. Bazı köpeklerde bu hız dakikada 150 atıma kadar çıkmıştır. Şok sona erdiğinde, hız aniden düşmüş ve 5 saniye içinde başlangıç hızının altına inmiştir. Genellikle dakikada 20 ila 30 atıma kadar düşmüştür. Daha sonra, 30 ila 60 saniye gibi uzun bir süre boyunca yavaşça başlangıç hızına geri dönmüştür. Temel hızın altına inme "vagal aşım" olarak adlandırılmıştır. Bu iyi çalışılmış bir olgudur. Örnek 2 ayrıca A durumunun yoğunluğu ile B durumunun büyüklüğü ve süresi arasında bir ilişki olabileceğini göstermektedir. Artık duygusal davranışın kaba gözlemleri yerine bir elektro-kardiyograf ölçümü kullanarak Taban çizgisi -> A -> B - Taban çizgisi dönüşü tanımlayabiliriz. A ve B durumları birkaç seanstan sonra belirgin şekilde değişmiştir. Şok başlangıcı artık kalp atış hızında çok az bir artışa neden olmaktadır. Kalp atımında herhangi bir artış anlıktır. Şok devam ederken bile kalp atış hızı sıklıkla düşmektedir. Bununla birlikte şok aniden sonlandırıldığında "aşım" ilk şok denemelerinde olduğundan çok daha büyüktür. Bazı vakalarda kalp hızı dakikada 50 ila 60 atıma kadar düşmüş (bazen başlangıç hızının dakikada 50 atımdan fazla altına inmiştir) ve başlangıç hızına dönmesi iki ile beş dakika kadar sürmüştür. A ve B durumları değişmiştir. Artık A' durumu A durumundan daha zayıf, B' durum B durumundan daha güçlü ve B' durum B durumundan daha uzun süreli gibi görünmektedir: Taban çizgisi -> A -> B - Taban çizgisi (Solomon ve Corbit, 1974).

Üçüncü örnek 1967 yılında Epstein'ın paraşütçülerin fizyolojik, duygusal, ifadesel ve sosyal tepkilerine ilişkin raporundan alınmıştır. Paraşütçülerin ilk atlayışlarını yaptıklarında, telemetri ile izlenen otonomik tepkilere ve fotoğraflanan yüz ifadelerine bakıldığında dehşet-korkuya kapıldıkları görülmektedir. Güvenli bir şekilde yere indiklerinde, birkaç dakika boyunca duygularını belli etmeyecek şekilde ifadesiz bir surat (tabiri caizse taş suratlı) ya da sersemlemiş görünmektedir. Paraşütçüler birkaç atlayış yaptıktan sonra tepkileri farklılaşmaktadır. İlk atlayışlarında görülen dehşet-korku artık yoktur. Bu dehşet-korku yerine endişeli, gerginlik ve hatta istekliliğe bırakır. Paraşütçüler güvenli bir şekilde yere indikten sonra kendilerini coşkulu, neşeli ve iyi hissederler. Bu duygu hoşlarına gider ve bu ruh hali bazen saatlerce sürer. Paraşütçüler bu tür duyguları yaşadıklarından dolayı atlamayı severler. Yine, A ve B durumlarının niteliksel ve niceliksel özelliklerinin ortaya çıkarıcı koşulların tekrarlanmasıyla değiştiğini görülmektedir. Bununla birlikte, çok farklı iki durum hala gözlemlenebilir durumdadır ve her bir uyarım girdisi ile şu sıralamayı tanımlayabiliriz: Taban çizgisi -> A - B - Taban çizgisi (Solomon ve Corbit, 1974).

Dördüncü örnek opiat kullanımındaki durumları temsil etmektedir. Opiat kullanımının erken dönemlerinde kullanıcı opiat enjeksiyonundan hemen sonra "acele (rush)" yaşar ve bunu daha az yoğun bir öfori dönemi takip eder. Daha sonra, zaman geçtikçe, kullanıcı aşerme hissiyle birlikte tiksindirici, acı verici ve korkutucu somatik yoksunluk semptomları yaşar. Burada da yine bir taban çizgisi $\rightarrow A \rightarrow B \rightarrow$ taban çizgisi dizisi görülmektedir. Ancak opiatlarda B durumu uzun süre, bazen birkaç gün sürebilir. Birkaç hafta boyunca tekrarlanan opiyat dozlarından sonra, A durumu zayıflamaya başlar ve aynı zamanda B durumu yoğunlaşmaya başlar ve taban çizgisine dönmesi daha uzun sürer. A' durumu öforik olmaktan ziyade "normal" olarak adlandırılır. Heyecan artık yaşanmamaktadır. Ancak, B' durumu B'ye göre fizyolojik olarak daha rahatsız edicidir ve B durumuna göre çok daha uzun sürer. B' durumunun aşerme son derece yoğun, tiksindirici ve kalıcıdır. Buna yoksunluk acısı-perhiz ıstırapı denir. B' durumunun başlangıç seviyesine dönmesi aylar sürebilir. Belki de hiçbir zaman gerçekten dönmez. Bu korkunç bir deneyimdir. Bazı uyuşturucuların tekrar tekrar kullanımı, bağımlılığın davranışsal olgusuyla sonuçlanır. İnsanlar kendilerini daha önce çok az ilgi duydukları bir maddeyi arzularken bulurlar. Yoğunluğu ve süresi nedeniyle edinilmiş motivasyonun en canlı örneğidir. Aynı zamanda birçok edinilmiş motivasyon türünü analiz etmek için verimli, ampirik bir model sağlar. Opiat, alkol, barbitürat, amfetamin veya sigara bağımlılığının hepsi dört özelliğe sahiptir:

- (a) B' durumu uzun sürer.
- (b) B' durumu yoğun bir şekilde tiksindiricidir.
- (c) A veya A' durumunun ortaya çıkması B veya B' durumunun derhal ortadan kaldırılmasında etkilidir.
- (d) kullanıcı B veya B' durumundan kurtulmak için A ve A' durumlarını ortaya çıkaran ilacı kullanmayı öğrenir (Solomon ve Corbit, 1974).

Bir uyuşturucuya verilen duygusal tepkinin özellikleri B durumunun çok hızlı bir şekilde temel düzeye (taban çizgisi) inmesini sağlayacak şekildeyse, A durumu ve B durumu tekrar tekrar deneyimlense bile kalıcı bir bağımlılık döngüsü ortaya çıkmayacaktır. Bu doğrudur çünkü tiksindirici B durumundan kurtulmak için asla başka bir ilaç dozajına ihtiyaç duyulmaz. Kendiliğinden hızla ortadan kalkar. Bu durum, yaygın bir zevkli durum türü olan Örnek 5'te görülmektedir.

Beşinci örnekte bir laboratuvar köpeği bir kafeste kederli bir şekilde oturmaktadır. Aniden köpeğe bir M&m çikolatası verilir. Köpek kuyruğunu sallar ve hareket eder. Çikolatayı çiğner ve yutar. Köpek dudaklarını birkaç kez şapırdatır, dilini dudaklarının üzerinde kıvrır, sonra hareketsiz ve gergin hale gelir. Köpek deney yapan kişiye doğru yönelir ve gözlerini deney yapan kişinin eline (Deney yapan kişinin elinde M & m çikolatası vardır) odaklar. Bunun B durumunu yansıttığını varsayalım. Daha sonra, başka bir M & m çikolatası verilmezse, B durumu yaklaşık 15 ila 30 saniye sonra söner. Köpek oradan uzaklaşır. Kafesin etrafında dolaşır ve her yeri koklamaya başlar. Köpek deney yapan kişiyi "görmezden gelmeye" başlar ve sonra tekrar oturur. Köpek M&m çikolatası verilmeden önceki ilk haline geri dönmüştür. Burada da bir hedonik olayın sona ermesi, uyarımın başlamasından önce mevcut olmayan başka bir durumu ortaya çıkarmış ve ikinci durum sadece zamanın geçmesiyle kendiliğinden kaybolmuştur. Bu durumda, A durumu hoştur. Bu nedenle B durumunun niteliksel olarak farklı olduğu sonucuna varılmıştır. Burada aşırme-özlem bunun için en iyi terimdir. İnsanlardaki sözde "fıstık fenomeni" de buna benzer. Yer fıstığı yemeye başladıktan sonra, yer fıstığı arzusunun ya da B durumunun sönmesi için gereken süreden daha uzun bir süre boyunca döngü kesintiye uğramadığı sürece durmak zordur. Bu durum mini bağımlılık olarak adlandırılmaktadır. Bu durum aynı zamanda başlangıçta verilen karşılıklı cinsel uyarılma sırasında kesintiye uğrayan çiftin durumuna ilişkin örnekle benzerdir (Solomon ve Corbit, 1974).

Altıncı örnekte zevkli bir girdi vardır. B durumunun tipik olarak bir M&m çikolatası veya bir yer fıstığından çok daha uzun sürdüğü ve dolayısıyla bağımlılık için elverişli koşulların mevcut olduğu bir durum yaratır. Bir erkek ve kız aşık olur. Bu A durumu zevkli, heyecanlı, sık cinsel duygu içerikli, coşku, mutluluk ve iyi duygularla karakterize edilir. Çiftin karşılıklı uyarılmaları A durumuna neden olmaktadır ve aşık çift birbirlerinden ayrıldıklarında kendilerini yalnız, üzgün ve depresif hissedeceklerdir (B durumu). Yeniden bir araya gelme beklentileri olsa bile (A durumunun sembolik, koşullu uyarıcıları) yalnızlık hakim olabilir. Gerçek bir birleşme aynı anda B durumunu silecek ve tıpkı opiat bağımlılığının c özelliğinde (A veya A' durumunun ortaya çıkması B veya B' durumunun derhal ortadan kaldırılmasında etkilidir) anlatıldığı gibi A durumunu eski haline getirecektir (Solomon ve Corbit, 1974).

Son örnek yedinci örneğimizdir. Bu örnek bir baskı örneğidir. Bu örnekte ördek yavrusu denektir. Ördek yavrusu opiat bağımlılığında ortaya çıkan aynı duygulanım kalıplarını göstermiştir. İlk olarak, ördek yavrusu yumurtadan çıktıktan hemen sonra çok az sıkıntı çağrısı olarak adlandırılan tekrarlayan, tiz bir ses çıkarır. Sonra yeni ortamından oldukça mutlu

görünebilir. Daha sonra ördek yavrusu beyaz, hareketli bir nesneye (bu nesne hareket eden bir anne ördektir) maruz kalırsa dikkatle ona bakar. Ayrıca, herhangi bir sıkıntı sesi varsa, bunlar kaybolma eğilimindedir. Ancak, hareketli nesne (anne ördek) daha sonra görünümünden kaldırılmıştır. Ördek yavrusu yine sıkıntı çağrısı olarak adlandırılan tekrarlayan, tiz bir ses çıkarır. Bu tehlike çağrıları birkaç dakika devam eder ve sonra kesilir. Ardışık sunumlar ve baskı uyarınının çıkarılması sıkıntılı ağlama sıklığı ve yoğunluğunu arttıracaktır. Hareketli uyarıcı sunumunun sıkıntı ağlamalarını ortadan kaldırmadaki etkinliği başlangıçta en uygun gibi görünmektedir. Daha sonra ördek yavrusu, kendisine baskı yapan uyarıyı sunmak için bir direği itecek şekilde şekillendirilebilir. Elbette bu noktada ördek yavrusu bağımlılık davranışı için tüm kriterleri sergilemektedir. Varlığı olumlu bir pekiştirici yokluğu ise tiksindirici bir olay olan damgalama nesnesine bağlanmıştır (Solomon ve Corbit, 1974). Hareketli anne ördeğin sunulmasının olumlu bir pekiştireç işlevi gördüğü gösterilebilir, çünkü hareketli annenin sunulması bu edimin gerçekleşmesine bağlıysa rastgele bir edimin şekillenmesi gerçekleşir. Tam tersi şekilde, annenin uzaklaştırılması, halihazırda kurulmuş olan edimleri olumsuz yönde pekiştirir ve aslında türe özgü, içgüdüsel davranış zincirleri bile bu prosedürle zayıflatılabilir. Bu nedenle, pekiştiricinin sunumunun hoş ya da arzu edilen bir hedonik durum yarattığı, ancak pekiştiricinin sonlandırılmasının, birkaç dakikalık uyarı yokluğundan sonra nihayet sona eren hoş olmayan bir hedonik durumla sonuçlandığı sonucuna varılabilir. Bu etki dizisi (Taban çizgisi- Durum A- Durum B -Taban çizgisi) hedonik veya duygusal kontrastı karakterize eder. A ve B durumları pekiştirici özellikleri bakımından birbirleriyle zıt bir ilişki içinde görünmektedir (Solomon, 1980).

Sonuç olarak yedi deneysel örneğin tümünde ve başlangıç bölümündeki iki hayali örnek de yeni bir uyarının aniden başlaması başlangıçtan önce mevcut olmayan bir duygulanım veya hedonik durumu uyandırmıştır. Uyarıcı sona erdiğinde bu durum da sona ermiştir. Ardından ön uyarım durumundan ya da uyarının başlaması ve sürdürülmesiyle ortaya çıkan durumdan niteliksel olarak farklı yeni bir durum ortaya çıkmıştır. Son olarak, bu yeni uyarı sonrası durum bir süre devam ederek sönmüştür. Temel durum (taban çizgisi) sonunda geri dönmüştür. Örneklerin hiçbirinde deneğin duygusal durumu uyarımın kesilmesi üzerine doğrudan başlangıç durumuna dönmemiştir. Temel durum (taban çizgisi), uyarı sonlandırıldığında ortaya çıkan ve ardından yavaşça kaybolan yeni bir durum aracılığıyla yeniden kazanılmıştır. İkinci olarak, bazı durumlarda durumların niteliği ve yoğunluğu birbirini izleyen, tekrarlanan uyarımlarla değişmiştir. Bu durum ortaya çıktığında, A durumları zayıflamış ve B durumları daha güçlü ve daha uzun süreli hale gelmiştir. Bu iki olgu, yani dinamik hedonik tepki örüntüsü ve bunun

tekrarlanan deneyimlerle değişmesi, A durumunun zevkli ya da tiksindirici olmasına bakılmaksızın görülmüştür (Solomon ve Corbit, 1974).

2.3.6.Rakip Süreç Teorisi Ve Ekstrem Sporlarda Bağımlılık

Solomon ve Corbit (1973) tarafından ortaya çıkarılan teori aynı zamanda motivasyon ve bağımlılık arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Solomon ve Corbit (1973) bu teori ile Epstein ve Fenz tarafından 1965 yılında 33 deneyimsiz (1 ile 5 atlayış yapanlar) ve 33 deneyimli paraşütçü (100 üzerinde atlayış yapanlar) ile gerçekleştirilen çalışma raporunu incelemiştir. Deneyimsiz paraşütçüler 1 ile 5 arasında deneyimli paraşütçüler ise 100 üzerinde atlayış yapmıştır (Epstein ve Fenz, 1965; Solomon ve Corbit, 1973). Serbest paraşütçülerinin duygusal değişimlerini gözlemlendiği bu çalışmalarda serbest paraşütçülerin seçilme nedeni onların aşırı hedonik deneyimler yaşaması ve bu deneyimlerin onlarda duygusal değişimler yaşamasına neden olmasıdır (Solomon ve Corbit, 1973, 1974, 1978; Solomon, 1980)

Epstein ve Fenz'in 1965 yılında askeri paraşütçüler ile gerçekleştirdiği çalışma raporunu ele alarak bir motivasyon teorisi ortaya çıkaran Solomon (1980), bu çalışmaya ilişkin raporu bir tablo üzerinde özetlemiştir. Askeri paraşütçülerin deneyimlerine ilişkin duygu değişimleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Askeri Paraşütçülerin Deneyimlerine İlişkin Duygu Değişimleri

Period	İlk Birkaç Deneyim	Birçok Deneyim
Deneyim Öncesi	Kaygı	İstekli-Hevesli
Deneyim Sırasında	Dehşet-Korku	Heyecanlı
Deneyim Sonrasında	Rahatlamış Dinlenme Hali	Coşku-neşe Dinlenme Hali

Kaynak: (Solomon, 1980).

Tablo 2 incelendiğinde askeri paraşütçüler ilk serbest düşüş deneyimlerini yaşarken düşüş sırasında (paraşüt açılmadan önce) farklı tepkiler gösterdiği tespit edilmiştir (gözlerin şişmesi, dudakların geri çekilmesi, bağırma, çığlık atma, vücutlarının öne kıvrılması ve istemsiz olarak idrara çıkma). Çünkü otonom sinir sistemleri o anda yüksek bir uyarana ile karşı karşıya kalmaktadır. Paraşüt açıldıktan sonra yere inene kadar bir korku oluştuğu ve güvenli alana iniş sonrası ilk dakikalarda paraşütçülerin şaşkın, donuk bakışlı ve fazla konuşmadığı ancak birkaç dakika sonra sosyal etkileşime girerek sohbet etmeye başladıkları gözlemlenmiştir. Reaksiyonun yaklaşık 10 dakika sürdüğü bildirilmiştir. Birçok paraşüt sıçramasından sonra

artık korku gibi tepkiler tespit edilmemiştir. Korku yerine paraşütçülerin gergin, istekli veya heyecanlı görüldüğü ve serbest düşme sırasında bir "heyecan" yaşadıkları rapor edilmiştir. Güvenli bir inişten sonra, yoksunluk sendromu olduğu ve paraşütçülerin sıçrama, bağırma, hızla değişen sosyal etkileşimler, sesli konuşma ve genel bir coşku içerisine girdiği belirlenmiştir. Sık sık neşelendirme olarak tanımlanan bu süre, zaman içinde yavaşça azalmıştır. Ancak genellikle 2-3 saat sürmüştür. Paraşütçünün ilk atlayıştan sonra alıştığı ancak başlangıçta korkutucu gelen bir durumu tekrarlama isteği ile aktivite seviyesi yükseldiği bildirilmiştir. Araştırmacılar (Solomon ve Corbit, 1973, 1974, 1978; Solomon, 1980) tarafından ortaya çıkarılan bu modelde; İlk atlayış deneyimini yaşayan paraşütçüler ilk sıçramalarında büyük bir korku yaşamış ve indikten bir süre sonra bu korkuları büyük bir rahatlamaya dönmüştür. Tekrarlanan atlamalarla paraşütçülerin atlama korkuları azalır ve atlama sonrası zevkleri artmıştır.

Serbest paraşütçülerinin duygusal değişimlerinin gözlemlendiği çalışmada her kazanılmış motivasyon durumunda, duygusal veya hedonik süreçler söz konusudur ve bir kazanılmış motivasyon tanımlandığında her durumda üç duygulanımsal ya da hazzı fenomenin varlığı ortaya çıkmaktadır. Bu üç duygulanımsal ya da hedonik fenomen;

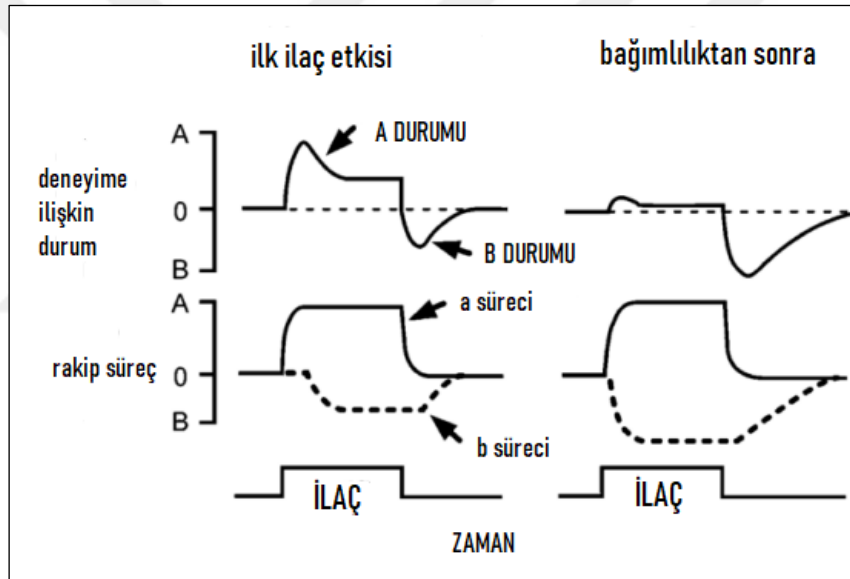
1. duygulanımsal ya da hedonik karşıtlık (affective and hedonic contrast)
2. duygulanımsal ya da hedonik alışma (tolerans) (affective and hedonic habitation/tolerance)
3. duygulanımsal ya da hedonik yoksunluk (affective and hedonic withdrawal/abstinence) şeklinde tanımlanabilir (Solomon ve Corbit, 1973, 1974, 1978; Solomon, 1980).

Bu üç duygulanımsal ya da hedonik fenomen, edinilmiş birçok güdünün karakteristiğidir ve hepsi afyon bağımlılığı fenomenine benzetilmektedir. Afyon kullanımındaki duygusal süreç incelendiğinde afyonun ilk birkaç dozu rush adı verilen A durumunda bir tepe noktasında güçlü bir zevk ve ardından daha az yoğun bir düşüş (öfori) üretir ve bu da alışkanlığın ilk işaretidir. Burada maddeyi alım olayının başlangıcı “olumlu bir pekiştirici” işlevi görmektedir. Daha sonra, maddenin etkisi geçtikten sonra yoksunluk sendromu adı verilen caydırıcı bir istek durumu olan B Durumu ortaya çıkmaktadır. Son durumda ise isteksizlik zamanla ortadan kalkmaktadır. Böyle bir durumda, eylemleri güçlendirebilecek iki motivasyonel olay vardır: A durumunun başlaması ve B durumunun kaldırılmasıdır. Bununla birlikte, kişinin maddeyi alım dozları sıklıkla tekrarlanırsa, duygulanımda iki ilişkili değişiklik meydana gelmektedir:

(a) Acele (rush) artık yaşanmaz ve öfori genellikle yoktur (öfori kaybı);

(b) Yoksunluk sendromu hem fizyolojik hem de psikolojik olarak çok daha yoğun hale gelir ve süresi çarpıcı biçimde uzamaktadır. Böylece, olumlu pekiştireç gücünün bir kısmını kaybetmektedir. Ancak olumsuz pekiştireç güç kazanır ve daha uzun sürmektedir. Uyuşturucu kullanımındaki motivasyon art arda dozlarla, pozitiften caydırıcı kontrole doğru kademeli olarak değişmektedir. Kullanıcı sadece ilaca toleranslı hale gelmekle kalmaz, aynı zamanda ilaca son verilmesine veya yokluğuna karşı daha hoşgörüsüz hale gelmektedir (Solomon ve Corbit, 1973, 1974, 1978; Solomon, 1980).

Roura Turet (2015) “Rakip Süreç Teorisi” olarak adlandırılan ve bağımlılığın zevk ve geri çekilme görüşüne dayanan teoriyi çalışmalarında görselleştirerek bağımlılık süreçlerini ve bağımlılığa geçişi grafik üzerinde yollarla açıklamıştır.



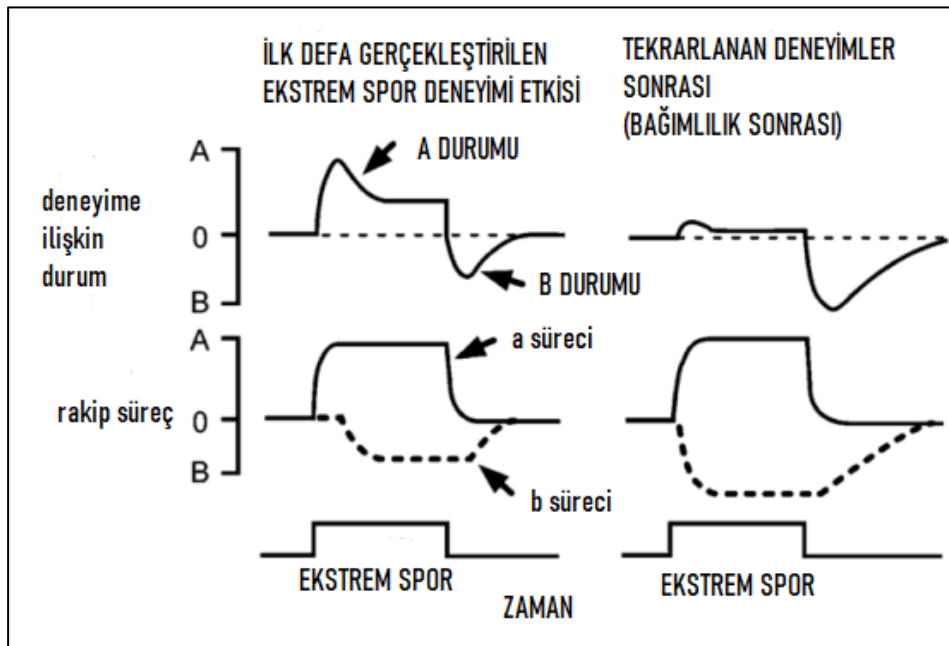
Grafik 2. Rakip Süreç Teorisi ve Madde Bağımlılığı, **Kaynak:** Roura Turet (2015)

Roura Turet (2015) tarafından açıklanan Grafik 2’de başlangıçta A durumunun büyük olduğu ve sonrasında küçük bir B durumunun geldiği belirtilmiştir. Tekrarlanan uyuşturucu kullanımı ile rakip b sürecinin büyüklüğü ve süresinin artmasının büyük bir B durumuna yol açtığı belirtilmiştir. İlacın A durumu öforik yüksekliği doğrudan bir süreçten kaynaklandığı belirtilmiştir. Diğer taraftan b süreci, ilk zirveden sonra ilacın yüksek seviyesinin hafif bozulması olarak kendini göstermektedir. İlaç tekrar alınırsa, b süreci güçlenir ve ilaç öforisine tolerans olarak kendini gösterir. Böylece A durumu azalmaktadır. Bu durumda kullanıcı önceki deneyimlerini tekrarlamak isterse dozu artırması gerekir. Son olarak, b sürecinin a sürecinden daha uzun süreceği varsayıldığından, ilaç etkileri yıprandığında hoş olmayan bir geri çekilmeye

neden olmaktadır. Bu nedenle kişi B durumunu hisseder. Sadece b sürecinin tekrarlanan ilaç alımıyla değişeceği varsayılır. Aslında, büyüklük ve süre olarak büyür ve geri çekilmeyle ilişkili hoş olmayan semptomların egemen olduğu bir deneyime yol açmaktadır (Roura Turet, 2015).

Ekstrem sporlara katılıma ilişkin bağımlılık ile madde bağımlılığı fenomenolojisindeki benzerlikler belirgin olduğu (Celsi ve diğ., 1993; Price ve Bundesen, 2005; Willig, 2008; Buckley, 2012) düşünüldüğünde madde ve madde dışı bağımlılıklarda olduğu gibi ekstrem sporlarda da güçlü dürtüler veya istekler ortaya çıkacaktır ve psikofarmakoloji literatüründe bu durum “aşırma” olarak açıklanmaktadır. Yani bu durum bir ilacın etkilerine yönelik yoğun bir arzu ile karakterize edilen öznel bir motivasyon durumu olarak tanımlanmaktadır (Kozlowski ve Wilkinson, 1987; Marlatt, 1987; Celsi ve diğ., 1993; Willig, 2008; Grant ve diğ., 2010).

Literatürde yer alan tartışmalara ışık tutmak amacıyla Solomon ve Corbit (1973) “Rakip Süreç Teorisi” adında bir motivasyon ortaya çıkarmıştır. Araştırmada Solomon ve Corbit tarafından ortaya çıkarılan Rakip Süreç Teorisi (The Opponent-Process Theory) araştırmanın teorik alt yapısını oluşturmaktadır. Yukarıda Solomon ve Corbit tarafından ortaya çıkarılan “Rakip Süreç Teorisi”, Rakip Süreç Teorisi ve bağımlılık, bağımlılık döngüsü, Rakip Süreç Teorisi ve ekstrem sporlarda bağımlılık olmak üzere birçok noktaya değinilmiştir. Bu kapsamda yukarıda ifade edilenlerle ilişkili olarak Grafik 3’de araştırmanın teorik alt yapısını oluşturan Rakip Süreç Teorisi ve ekstrem sporlarda bağımlılığa ilişkin grafik görselleştirilmiştir.



Grafik 3. Rakip Süreç Teorisi ve Ekstrem Sporlarda Bağımlılık, **Kaynak:** (Solomon ve Corbit, 1978)

Grafik 3’te, Solomon ve Corbit (1978) tarafından oluşturulan “Rakip Süreç Teorisi”ne ilişkin teori (Grafik 1) ve Roura Turet (2015) tarafından Rakip Süreç Teorisi baz alınarak madde bağımlılığına uyarlanan çalışma (Grafik 2) kapsamında ele alınarak araştırmanın teorik alt yapısı oluşturulmuştur. Bu kapsamda Grafik 3. oluşturulan Rakip Süreç Teorisi ve ekstrem sporlarda bağımlılık ilişkisini özetlemektedir.

Her ne kadar literatürde ekstrem sporlara katılımın doğasına ilişkin farklı bakış açıları geliştirilmiş olsa da araştırmanın odak noktasını ekstrem sporlar ile bağımlılık arasındaki ilişki oluşturmaktadır. Bu ilişki madde dışı bağımlılıklar (davranışsal bağımlılık) kapsamında değerlendirilecektir. Burada uyaran olarak “ekstrem sporlar” alınmıştır. Bu doğrultuda tezin bir sonraki bölümünde araştırmanın teorik alt yapısı ele alınarak ekstrem sporlarda davranışsal bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesine yönelik prosedürlere değinilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3.YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma modeli olarak evreni en iyi temsil edebileceği düşünülen bir grup üzerinde çalışma imkanına olanak tanıyan ve bu doğrultuda tüm evren hakkında bilgi edinmeyi kolaylaştıran nicel araştırma yöntemlerinden “genel tarama modeli” kullanılmıştır (Krathwohl, 1997; Karasar, 2013).

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma evrenini Türkiye’de yer ekstrem spor katılımcıları oluştururken; örneklem olarak bu kategoriler içerisinde yer alan rafting, yelkenkanat, uçurtma sörfü, dalga sörfü, mağara dalışı, kayak, free solo tırmanış, dağcılık, paraşütle atlama, buz tırmanışı, temel atlama, uçurtma kayağı, buz dalışı, ip üzerinde yürüyüş, yamaç paraşütü sporlarını gerçekleştiren ekstrem spor katılımcıları oluşturmuştur. Araştırmada örnekleme yöntemi olarak “ölçüt örnekleme” yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme yönteminde araştırmacılar tarafından daha önceden belirlenmiş ölçüt ve ölçütler baz alınarak seçim yapılır (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu doğrultuda araştırmada “ekstrem spor kategorisi altına giren branşlardan birisini gerçekleştiriyor olmak, ekstrem sporu aktif olarak gerçekleştiriyor olmak, ekstrem sporu günde en az bir veya daha fazla kez gerçekleştiriyor olmak, ekstrem spor ile ilgili standartlar üzerinde eğitim almış olmak, ekstrem spora ilişkin yüz üzerinde deneyime sahip olmak” ölçüt olarak alınmıştır.

Aşağıda ekstrem spor katılımcılarına ilişkin demografik bilgiler yer almaktadır. Bu kapsamda çalışmanın deneme uygulaması aşamasında gerçekleştirilen birinci ve ikinci veri toplama süreci ile birlikte çalışmaya toplam 805 ekstrem spor katılımcısı (İlk grup veriler = 605; İkinci grup veriler=200) dahil edilmiştir. İlk grup ekstrem spor katılımcısına ilişkin demografik bilgiler Tablo 3’de detaylı şekilde verilmiştir.

Tablo 3. İlk Grup Ekstrem Spor Katılımcılarına İlişkin Demografik Bilgiler

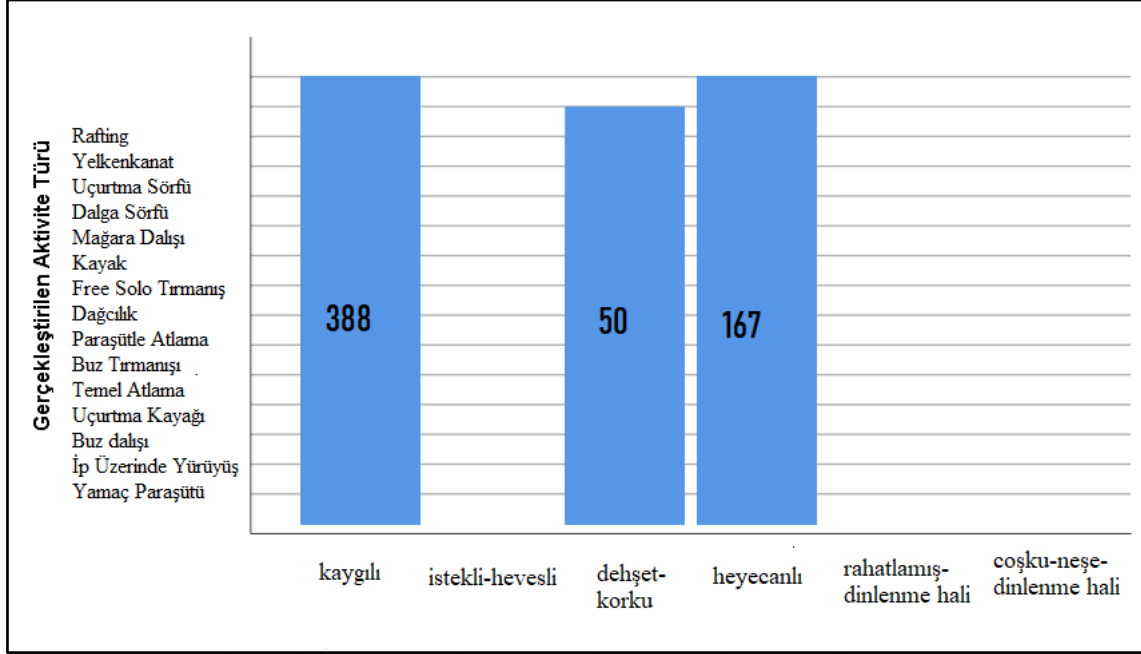
Demografik Bilgiler (İlk Grup, n=605)	Kategori	Frekans	Yüzde %
Cinsiyet	Erkek	437	72.2
	Kadın	168	27.8
Yaş	20-25 yaş	56	9.3
	26-30 yaş	93	15.4
	31-35 yaş	111	18.3
	36-40 yaş	80	13.2
	41 yaş ve üzeri	265	43.8
Gerçekleştirilen Aktivite Türü	Rafting	29	4.8
	Yelkenkanat	67	11.1
	Uçurtma Sörfü (Kitesurfing)	27	4.5
	Dalga Sörfü	33	5.5
	Mağara Dalışı	77	12.7
	Kayak	26	4.3
	Free Solo Tırmanış	30	5.0
	Dağcılık	73	12.1
	Paraşütle Atlama (Skydiving)	43	7.1
	Buz Tırmanışı	7	1.2
	Temel Atlama (Base Jumping)	8	1.3
	Uçurtma Kayağı (Snowkite)	17	2.8
	Buz dalışı	10	1.7
	İp Üzerinde Yürüyüş (Slackline-Highline)	10	1.7
	Yamaç Paraşütü	148	24.5
Gerçekleştirme Sıklığı	Haftanın 1 günü	28	4.6
	Haftanın 2 günü	49	8.1
	Haftanın 3 günü	36	6.0
	Haftanın 4 günü	11	1.8
	Haftanın 5 günü	37	6.1
	Haftanın 6 günü	59	9.8
	Haftanın 7 günü	385	63.6
Maddi Kazanç Sağlama Durumu	Hayır	455	75.2
	Evet	150	24.8
Günlük Hayatta Alkol ve İlaç Kullanma Durumu	Hiçbirisini kullanmıyorum	355	58.7
	Yalnızca alkol kullanıyorum	210	34.7
	Yalnızca ruh halimi değiştiren ilaçlar kullanıyorum	12	2.0
	Her ikisini de kullanıyorum	28	4.6
Aktivite Günü Alkol ve İlaç Kullanma Durumu	Kullanmıyorum	581	96.0
	Kullanıyorum	24	4.0
Alkol ve ilaca bağımlılık durumu	Hayır	589	97.4
	Evet	16	2.6
Aktiviteye bağımlılık durumu	Hayır	255	42.1
	Evet	350	57.9

Tablo 3 değerlendirildiğinde araştırmaya 437 (% 72.2) erkek ve 168 (% 27.8) kadın ekstrem sporcusunun katılım gösterdiği belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarının yaşları değerlendirildiğinde 20 ile 25 yaş arası 56 (% 9.3) ekstrem spor katılımcısı; 26 ile 30 yaş arası 93 (% 15.4) ekstrem spor katılımcısı; 31 ile 35 yaş arası 111 (% 18.3) ekstrem spor katılımcısı; 36 ile 40 yaş arası 80 (% 13.2) ekstrem spor katılımcısı; 41 yaş ve üzeri 265 (% 43.8) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda araştırmada yer alan katılımcıların ağırlıklı olarak 41 yaş ve üzerinde olduğu söylenebilir. Gerçekleştirilen ekstrem spor aktivite türü

değerlendirildiğinde rafting sporu ile uğraşan 29 (% 4.8) ekstrem spor katılımcısının olduğu; yelkenkanat sporu ile uğraşan 67 (% 11.1) ekstrem spor katılımcısının olduğu; uçurtma sörfü ile uğraşan 27 (% 4.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu; dalga sörfü ile uğraşan 33 (% 5.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu; mağara dalışı ile uğraşan 77 (% 12.7) ekstrem spor katılımcısının olduğu; kayak ile uğraşan 26 (% 4.3) ekstrem spor katılımcısının olduğu; free solo tırmanış ile uğraşan 30 (5.0) ekstrem spor katılımcısı; dağcılık ile uğraşan 73 (% 12.1) ekstrem spor katılımcısı; paraşütle atlama ile uğraşan 43 (% 7.1) ekstrem spor katılımcısı; buz tırmanışı ile uğraşan 7 (% 1.2) ekstrem spor katılımcısı; temel atlama ile uğraşan 8 (% 1.3) ekstrem spor katılımcısı; uçurtma kayağı ile uğraşan 17 (% 2.8) ekstrem spor katılımcısı; buz dalışı ile uğraşan 10 (% 1.7) ekstrem spor katılımcısı; ip üzerinde yürüyüş ile uğraşan 10 (% 1.7) ekstrem spor katılımcısı; yamaç paraşütü ile uğraşan 148 (% 24.5) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarının etkinliği gerçekleştirme sıklıkları değerlendirildiğinde haftanın bir günü 28 (% 4.6); haftanın iki günü 49 (% 8.1); haftanın üç günü 36 (% 6.0); haftanın dört günü 11 (% 1.8); haftanın beş günü 37 (% 6.1); haftanın altı günü 59 (% 9.8); haftanın 7 günü 385 (% 63.6) olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcıların gerçekleştirdikleri etkinliklerden maddi kazanç sağlama durumları değerlendirildiğinde hayır yanıtını veren 455 (% 75.2); evet yanıtını veren 150 (% 24.8) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Günlük hayatta alkol ve ilaç kullanım durumları değerlendirildiğinde hiçbirisini kullanmayan 355 (% 58.7); yalnızca alkol kullanan 210 (% 34.7); yalnızca ruh halini değiştiren ilaçlar kullanan 12 (% 2.0); her ikisini de kullanan 28 (% 4.6) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Aktivite günü alkol ve ilaç kullanma durumları değerlendirildiğinde kullanmıyorum yanıtını veren 581 (% 96.0); kullanıyorum yanıtını veren 24 (% 4.0) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarına alkol ve ilaca kendilerini bağımlı hissedip hissetmedikleri sorulduğunda hayır yanıtını veren 589 (% 97.4); evet yanıtını veren 16 (% 2.6) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarına ilgilendikleri ekstrem spora kendilerini bağımlı hissedip hissetmedikleri sorulduğunda hayır yanıtını veren 255 (% 42.1); evet yanıtını veren 350 (% 57.9) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir.

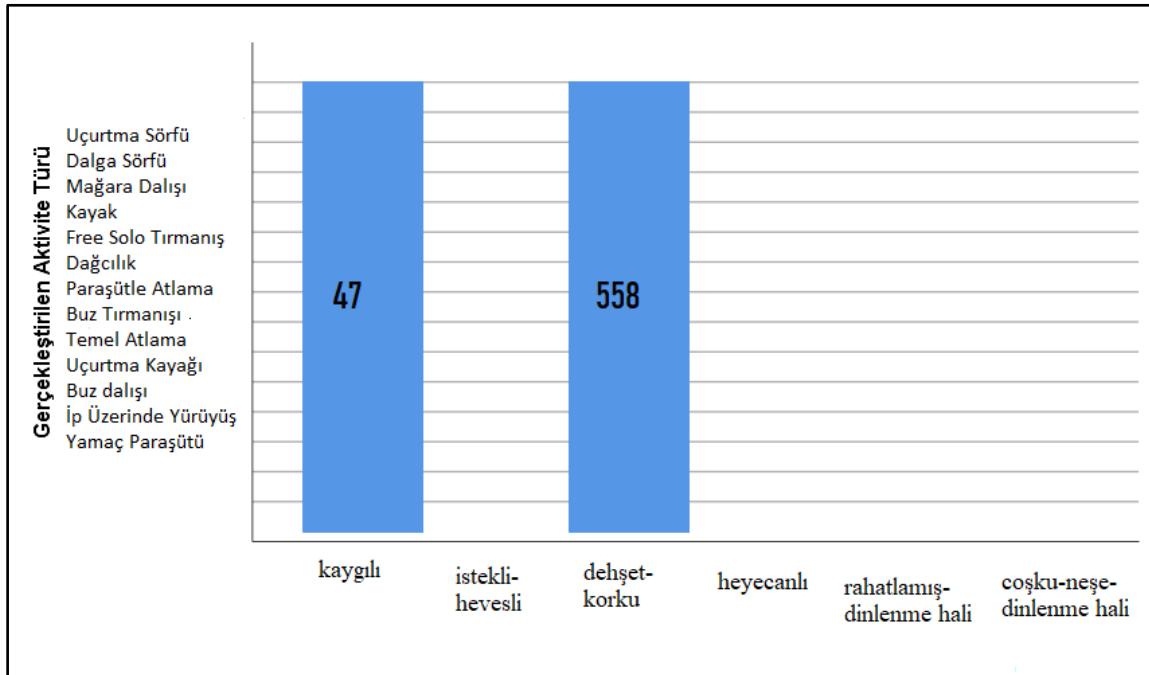
Ayrıca katılımcılardan deneyimlerine ilişkin duygu durumlarını ifade etmeleri istenmiştir. Bu noktada katılımcılardan duygu durumlarını “deneyim öncesinde”, “deneyim sırasında” ve “deneyim sonrasında” olmak üzere üç aşamada değerlendirmeleri istenmiştir. Aşağıda yer alan üç tabloda sırası ile (deneyim öncesi, deneyim sırası, deneyim sonrası) katılımcıların etkinliği

ilk deneyimledikleri ana ilişkin duygu durumlarına ilişkin sonuçlar Grafik 4, Grafik 5, Grafik 6’da verilmiştir.



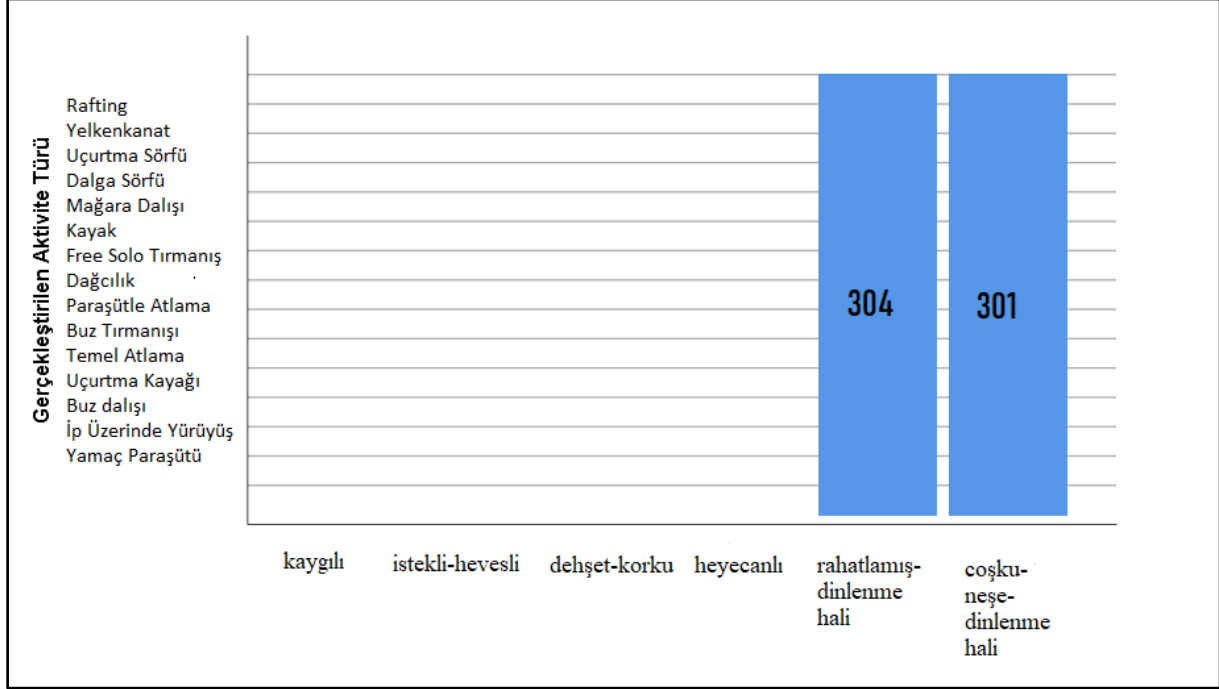
Grafik 4. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 4’de ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim öncesi” duygu durumları değerlendirildiğinde 388 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde kaygılı (% 64.1) olduğu; 50 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde dehşet-korku duygusu (% 8.3) yaşadığı; 167 ekstrem spor katılımcısının ise heyecanlı (% 27.6) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 5. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

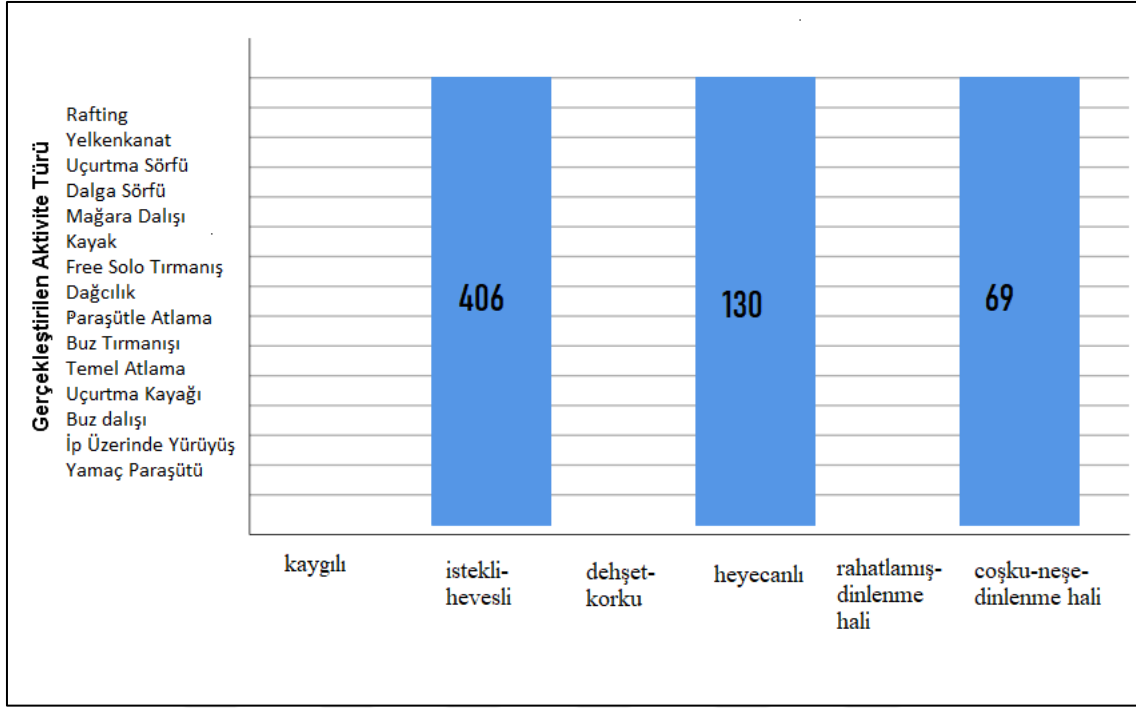
Garfik 5’de ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim sırasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 47 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında kaygılı (% 7.8) olduğu; 558 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında dehşet-korku duygusu (% 92.2) yaşadığı belirlenmiştir.



Grafik 6. İlk Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

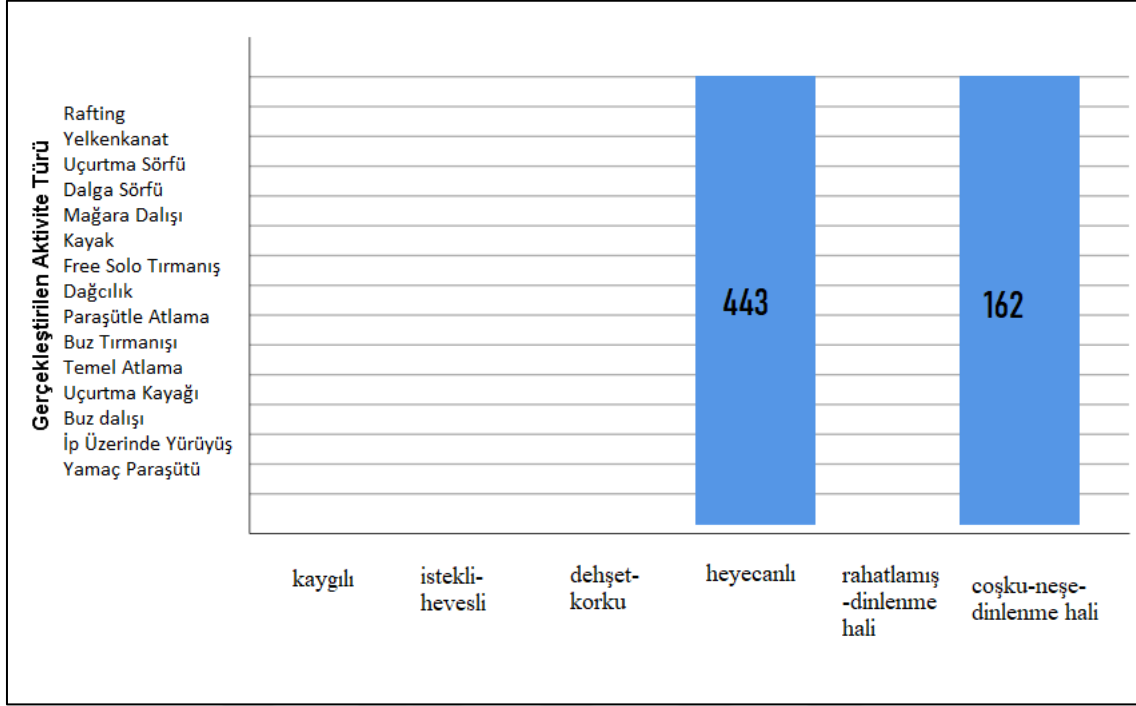
Garfik 6’da ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim sonrasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 304 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında rahatlamış-dinlenme halinde (% 50.2) olduğu; 301 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında coşku-neşe-dinlenme halinde (% 49.8) olduğu belirlenmiştir.

Aşağıda yer alan diğer üç tabloda ise katılımcılardan birçok deneyim sonrası duygu durumlarını ifade etmeleri istenmiştir. Bu noktada katılımcılardan duygu durumlarını “deneyim öncesinde”, “deneyim sırasında” ve “deneyim sonrasında” olmak üzere üç aşamada değerlendirmeleri istenmiştir. Aşağıda yer alan üç tabloda sırası ile (deneyim öncesi, deneyim sırası, deneyim sonrası) katılımcıların etkinliği birçok kez tekrarlanan deneyim sonrasındaki duygu durumlarına ilişkin sonuçlar Grafik 7, Grafik 8 ve Grafik 9’da verilmiştir.



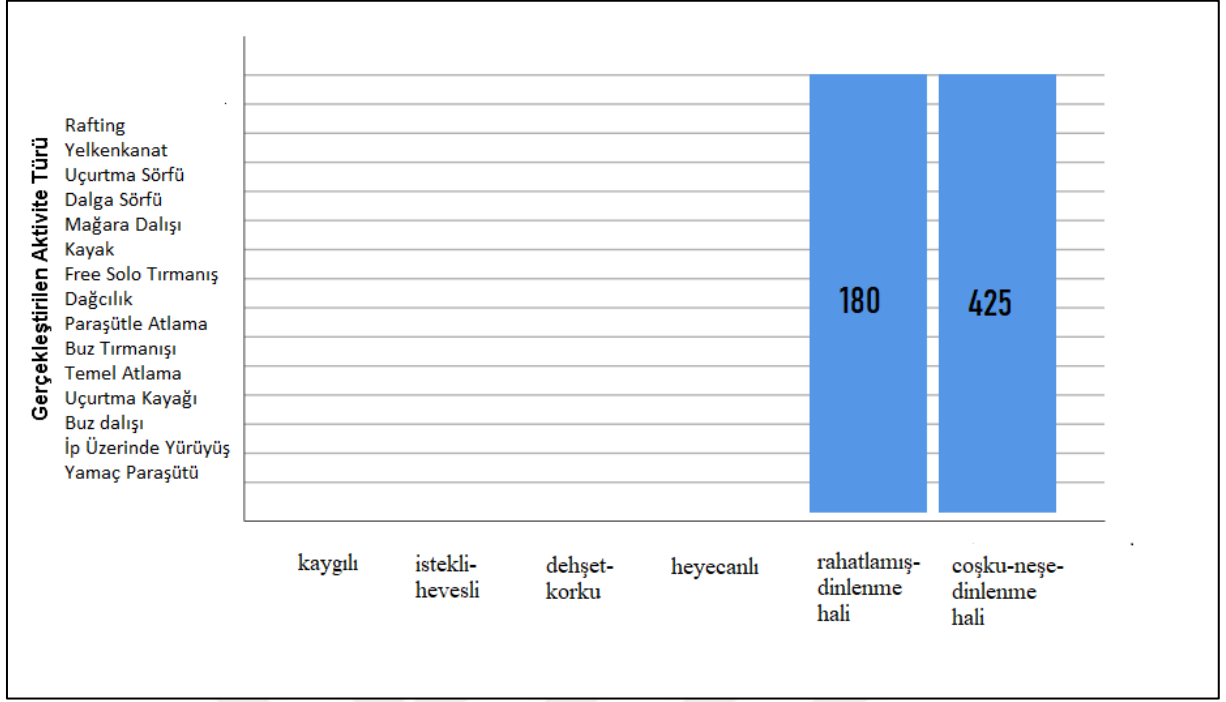
Grafik 7. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 7’de ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim öncesi” duygu durumları değerlendirildiğinde 406 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde istekli-hevesli (% 67.1) olduğu; 130 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde heyecanlı (% 21.5) olduğu; 69 ekstrem spor katılımcısının ise coşku-neşe-dinlenme halinde (% 11.4) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 8. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 8’de ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim sırasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 443 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında heyecanlı (% 73.2) olduğu; 162 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında coşku-neşe-dinlenme halinde (% 26.8) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 9. İlk Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

Grafik 9’da ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim sonrası” duygu durumları değerlendirildiğinde 180 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında rahatlamış-dinlenme halinde (% 29.8) olduğu; 425 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında coşku-neşe-dinlenme hali (% 70.2) olduğu belirlenmiştir.

İkinci grup ekstrem spor katılımcısına ilişkin bilgiler Tablo 4’de detaylı şekilde verilmiştir.

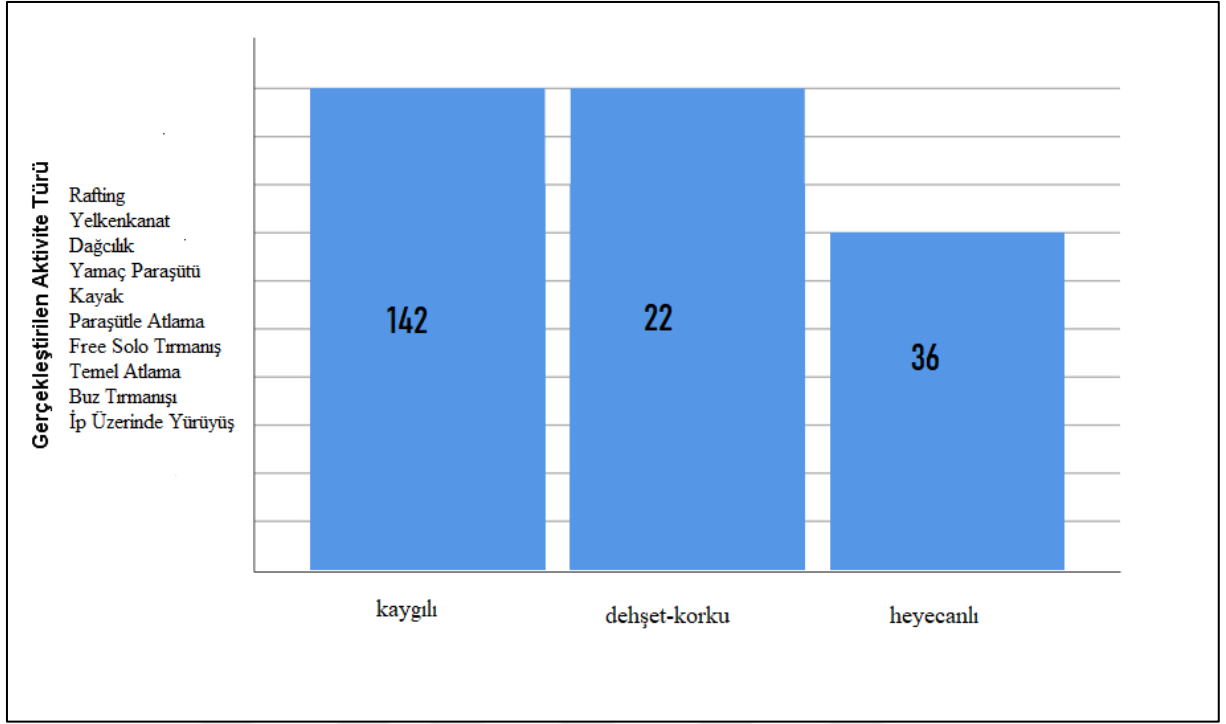
Tablo 4. İkinci Grup Ekstrem Spor Katılımcısına İlişkin Demografik Bilgiler

Demografik Bilgiler (İkinci Grup, n=200)	Kategori	Frekans	Yüzde %
Cinsiyet	Erkek	132	66.0
	Kadın	68	34.0
Yaş	20-25 yaş	20	10.0
	26-30 yaş	32	16.0
	31-35 yaş	22	11.0
	36-40 yaş	33	16.5
	41 yaş ve üzeri	93	46.5
Gerçekleştirilen Aktivite Türü	Rafting	21	10.5
	Yelkenkanat	36	18.0
	Dağcılık	39	19.5
	Yamaç Paraşütü	17	8.5
	Kayak	18	9.0
	Paraşütle Atlama (Skydiving)	32	16.0
	Free Solo Tırmanış	8	4.0
	Temel Atlama (Base Jumping)	20	10.0
	Buz Tırmanışı	2	1.0
	İp Üzerinde Yürüyüş (Slackline-Highline)	7	3.5
Gerçekleştirme Sıklığı	Haftanın 1 günü	9	4.5
	Haftanın 2 günü	5	2.5
	Haftanın 3 günü	11	5.5
	Haftanın 4 günü	8	4.0
	Haftanın 5 günü	13	6.5
	Haftanın 6 günü	14	7.0
	Haftanın 7 günü	140	70.0
Maddi Kazanç Sağlama Durumu	Hayır	160	80.0
	Evet	40	20.0
Günlük Hayatta Alkol ve İlaç Kullanma Durumu	Hiçbirisini kullanmıyorum	99	49.5
	Yalnızca alkol kullanıyorum	87	43.5
	Yalnızca ruh halimi değiştiren ilaçlar kullanıyorum	3	1.5
	Her ikisini de kullanıyorum	11	5.5
Aktivite Günü Alkol ve İlaç Kullanma Durumu	Kullanmıyorum	199	99.5
	Kullanıyorum	1	.5
Alkol ve ilaca bağımlılık durumu	Hayır	189	94.5
	Evet	11	5.5
Aktiviteye bağımlılık durumu	Hayır	90	45.0
	Evet	110	55.0

Tablo 4 değerlendirildiğinde araştırmaya 132 (% 66.0) erkek ve 68 (% 34.0) kadın ekstrem sporcusunun katılım gösterdiği belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarının yaşları değerlendirildiğinde 20 ile 25 yaş arası 20 (% 10.0) ekstrem spor katılımcısı; 26 ile 30 yaş arası 32 (% 16.0) ekstrem spor katılımcısı; 31 ile 35 yaş arası 22 (% 11.0) ekstrem spor katılımcısı; 36 ile 40 yaş arası 33 (% 16.5) ekstrem spor katılımcısı; 41 yaş ve üzeri 93 (% 46.5) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda araştırmada yer alan katılımcıların ağırlıklı olarak 41 yaş ve üzerinde olduğu söylenebilir.

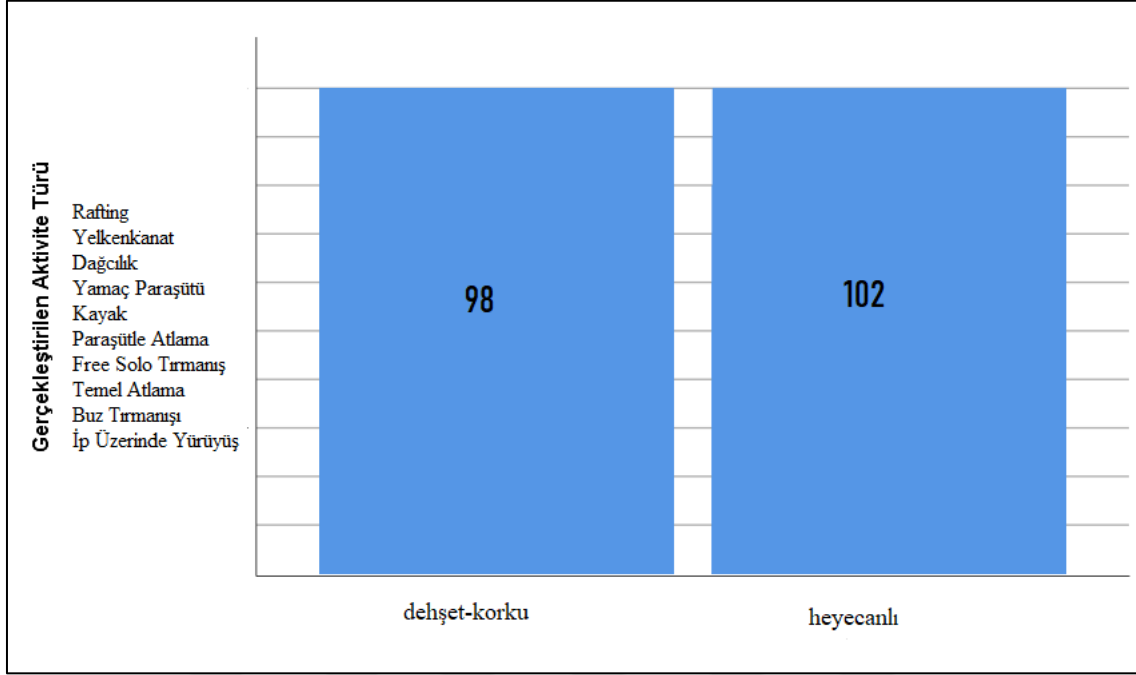
Gerçekleştirilen ekstrem spor aktivite türü değerlendirildiğinde rafting sporu ile uğraşan 21 (% 10.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu; yelkenkanat sporu ile uğraşan 36 (% 18.0) ekstrem spor katılımcısının olduğu; dağcılık ile uğraşan 39 (% 19.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu; yamaç paraşütü ile uğraşan 17 (% 8.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu; kayak ile uğraşan 18 (% 9.0) ekstrem spor katılımcısının olduğu; paraşütle atlama ile uğraşan 32 (% 16.0) ekstrem spor katılımcısının olduğu; free solo tırmanış ile uğraşan 8 (4.0) ekstrem spor katılımcısı; temel atlama ile uğraşan 20 (% 10.0) ekstrem spor katılımcısı; buz tırmanışı ile uğraşan 2 (% 1.0) ekstrem spor katılımcısı; ip üzerinde yürüyüş ile uğraşan 7 (% 3.5) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarının etkinliği gerçekleştirme sıklıkları değerlendirildiğinde haftanın bir günü 9 (% 4.5); haftanın iki günü 5 (% 2.5); haftanın üç günü 11 (% 5.5); haftanın dört günü 8 (% 4.0); haftanın beş günü 13 (% 6.5); haftanın altı günü 14 (% 7.0); haftanın 7 günü 140 (% 70.0) olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcıların gerçekleştirdikleri etkinliklerden maddi kazanç sağlama durumları değerlendirildiğinde hayır yanıtını veren 160 (% 80.0); evet yanıtını veren 40 (% 20.0) ekstrem spor katılımcısı olduğu belirlenmiştir. Günlük hayatta alkol ve ilaç kullanım durumları değerlendirildiğinde hiçbirisini kullanmayan 99 (% 49.5); yalnızca alkol kullanan 87 (% 43.5); yalnızca ruh halini değiştiren ilaçlar kullanan 3 (% 1.5); her ikisini de kullanan 11 (% 5.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Aktivite günü alkol ve ilaç kullanma durumları değerlendirildiğinde kullanmıyorum yanıtını veren 199 (% 99.5); kullanıyorum yanıtını veren 1 (% 0.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarına alkol ve ilaca kendilerini bağımlı hissedip hissetmedikleri sorulduğunda hayır yanıtını veren 189 (% 94.5); evet yanıtını veren 11 (% 5.5) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir. Ekstrem spor katılımcılarına ilgilendikleri ekstrem spora kendilerini bağımlı hissedip hissetmedikleri sorulduğunda hayır yanıtını veren 90 (% 45.0); evet yanıtını veren 110 (% 55.0) ekstrem spor katılımcısının olduğu belirlenmiştir.

İlk grupta olduğu gibi ikinci grup için de katılımcılardan deneyimlerine ilişkin duygu durumlarını ifade etmeleri istenmiştir. Bu noktada katılımcılardan duygu durumlarını “deneyim öncesinde”, “deneyim sırasında” ve “deneyim sonrasında” olmak üzere üç aşamada değerlendirmeleri istenmiştir. Aşağıda yer alan üç tabloda sırası ile (deneyim öncesi, deneyim sırası, deneyim sonrası) katılımcıların etkinliği ilk deneyimledikleri ana ilişkin duygu durumlarına ilişkin sonuçlar Grafik 10, Grafik 11 ve Grafik 12’de verilmiştir.



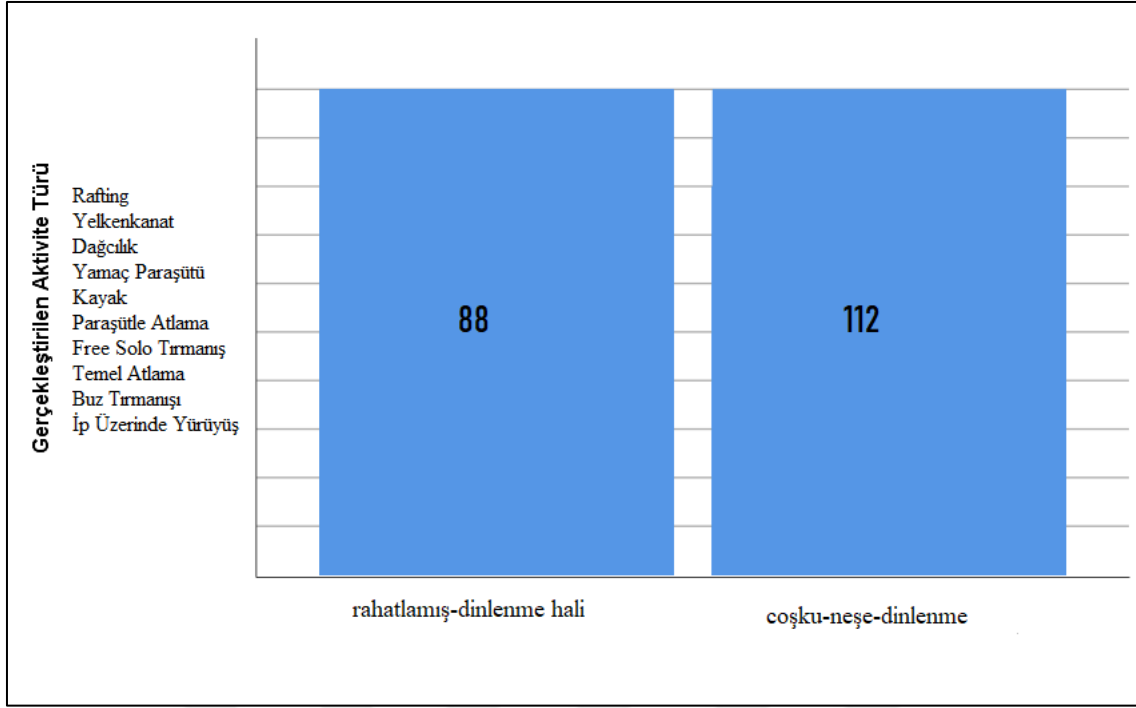
Grafik 10. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 10’da ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim öncesi” duygu durumları değerlendirildiğinde 142 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde kaygılı (% 71.0) olduğu; 22 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde dehşet-korku duygusu (% 11.0) yaşadığı; 36 ekstrem spor katılımcısının ise heyecanlı (% 18.0) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 11. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

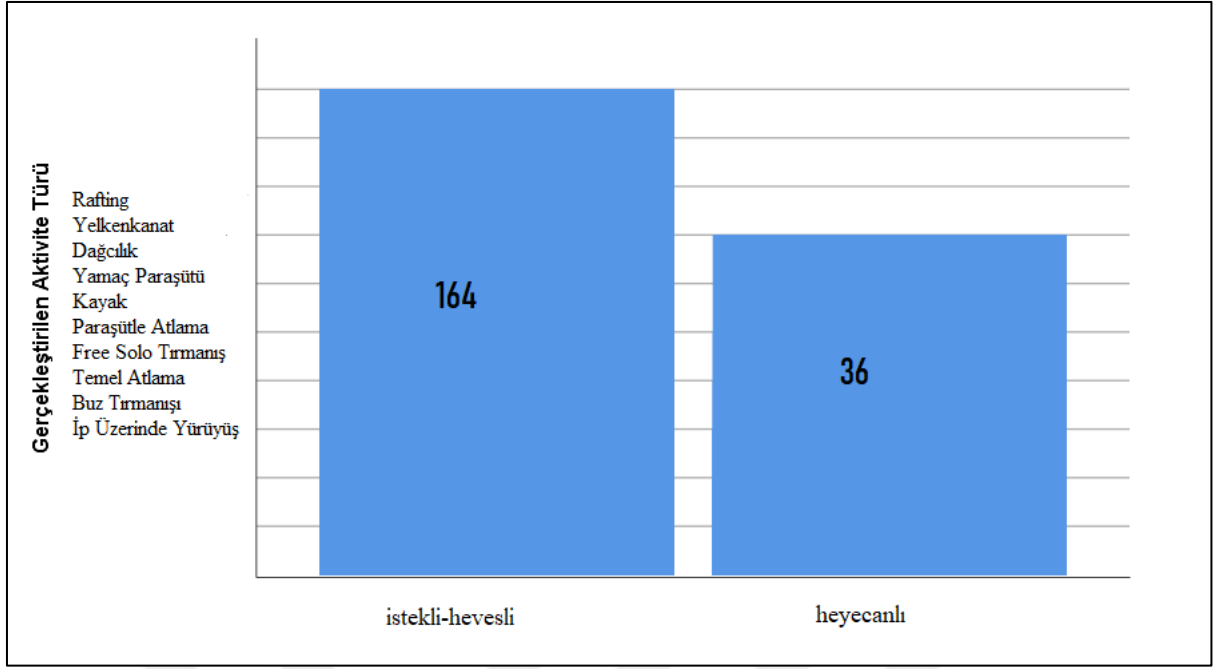
Grafik 11’de ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim sırasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 98 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında dehşet-korku duygusu (% 49.0) yaşadığı; 102 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında heyecanlı (% 51.0) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 12. İkinci Grup, İlk Birkaç Deneyim, Deneyim Sonrasında Duygu Durumu

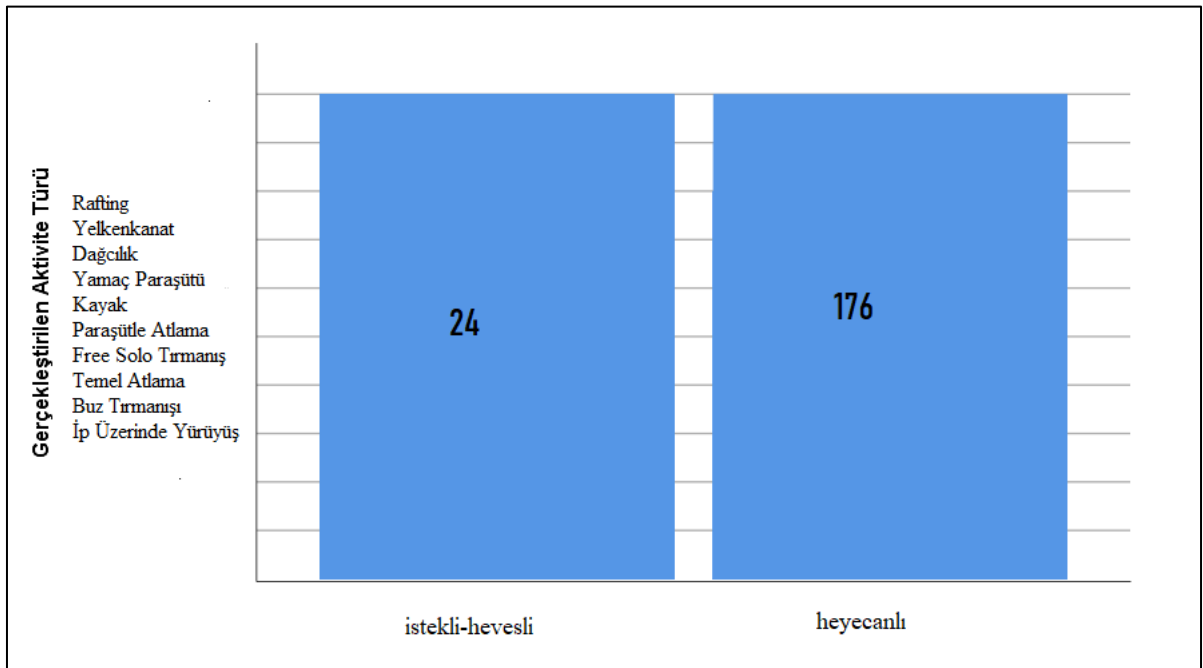
Grafik 12’de ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyimine ilişkin “deneyim sonrası” duygu durumları değerlendirildiğinde 88 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında rahatlamış-dinlenme hali (% 44.0) yaşadığı; 112 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında coşku-neşe-dinlenme hali (% 56.0) olduğu belirlenmiştir.

Aşağıda yer alan diğer üç tabloda ise katılımcılardan birçok deneyim sonrası duygu durumlarını ifade etmeleri istenmiştir. Bu noktada katılımcılardan duygu durumlarını “deneyim öncesinde”, “deneyim sırasında” ve “deneyim sonrasında” olmak üzere üç aşamada değerlendirmeleri istenmiştir. Aşağıda yer alan üç tabloda sırası ile (deneyim öncesi, deneyim sırası, deneyim sonrası) katılımcıların etkinliği birçok kez tekrarlanan deneyim sonrasındaki duygu durumlarına ilişkin sonuçlar Grafik 13, Grafik 14 ve Grafik 15’de verilmiştir.



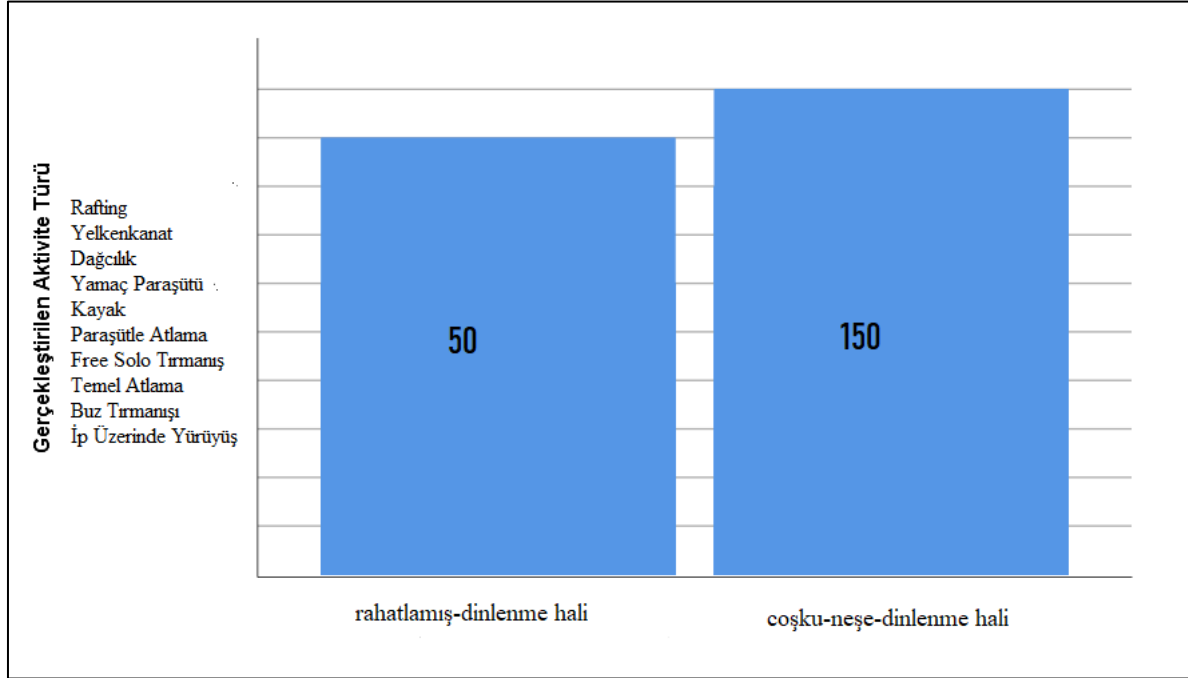
Grafik 13. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Öncesi Duygu Durumu

Grafik 13’de ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim öncesinde” duygu durumları değerlendirildiğinde 164 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde istekli-hevesli (% 82.0) olduğu; 36 ekstrem spor katılımcısının deneyim öncesinde heyecanlı (% 18.0) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 14. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sırasındaki Duygu Durumu

Grafik 14’de ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim sırasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 24 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında istekli-hevesli (% 12.0) olduğu; 176 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında heyecanlı (% 88.0) olduğu belirlenmiştir.



Grafik 15. İkinci Grup, Birçok Deneyim Sonrası, Deneyim Sonrasındaki Duygu Durumu

Grafik 15’de ekstrem spor katılımcılarının birçok deneyim sonrasında şuan gerçekleştirdikleri deneyimlerde “deneyim sonrasında” duygu durumları değerlendirildiğinde 50 ekstrem spor katılımcısının deneyim sırasında rahatlamış-dinlenme hali (% 25.0) olduğu; 150 ekstrem spor katılımcısının deneyim sonrasında coşku-neşe-dinlenme hali (% 75.0) olduğu belirlenmiştir.

Ekstrem spor katılımcılarının ilk birkaç deneyim ve birçok deneyim sonrası “deneyim öncesi, deneyim sırası, deneyim sonrası” duygu durumları genel olarak değerlendirildiğinde mevcut bulguların Solomon ve Corbit (1980) araştırma bulguları ile büyük tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

3.3. Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuş kişisel bilgi formu ve geliştirilecek ölçüm aracına ilişkin taslak ölçek formu kullanılmıştır. Ön deneme uygulaması ve deneme uygulaması aşamasında Covid-19 pandemisi ve tedbirleri kapsamında yüzyüze uygulama imkanı bulunmadığı için “Google Form” programında “Çevrimiçi Form”

oluşturularak ekstrem spor katılımcıları çevrimiçi anket bağlantısına tıklayarak çalışmaya dahil edilmiştir. Anket bağlantısının reklamını yapmak için, anket bağlantısını içeren görsel ve konuya ilişkin kısa bir giriş formatı yazısı forum yöneticisi ve moderatörlerine gönderilerek izin istenmiştir. Süreç aralıklı olarak kontrol edilmiştir. Ayrıca katılımcılar tarafından araştırma ile ilgili yöneltilen tüm sorulara ayrı ayrı geri bildirimler verilmiştir. Araştırmada çevrimiçi veri toplama metodolojisinin seçilme nedeni daha büyük örnek havuzlarına erişim kolaylığı, heterojen bir katılımcı grubuna ulaşma fırsatı, düşük maliyet, zaman tasarrufu ve uygulama kolaylığı açısından daha avantajlı olmasıdır. Bunun yanı bazı grup yöneticiler ve üyeleri de araştırmaya ilişkin bağlantı linkini kendi özel hesaplarından paylaşarak destekte bulunmuştur.

Araştırma Etiği: Bu çalışmanın etik onayı, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun 20.12.2021 tarih ve 2021/12 sayılı toplantısında ve 206819 sayılı kararı ile alınmıştır.

3.4.Ölçüm Aracının Geliştirilme Süreci

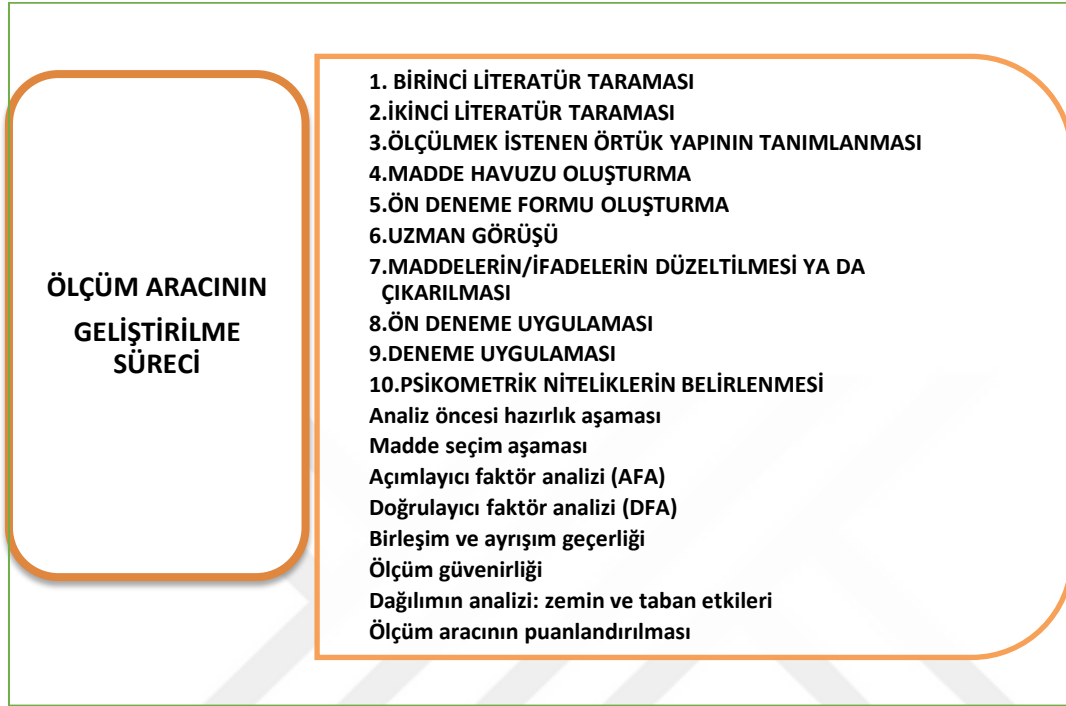
Çalışmanın bu bölümünde geliştirilecek ölçüm aracına ilişkin psikometrik nitelikler belirlenecektir. Ancak ölçüm aracının geliştirilme sürecine ilişkin basamaklara geçilmeden önce “geçerlik” ve “güvenirlik” kavramları üzerinde durulmuştur.

3.4.1.Geçerlik ve Güvenirlik

Ölçme değerlendirme ve psikoloji alanında nitelikli bir ölçmenin kalbinde yatan iki ana kavram vardır. Elbette bu kavramlar “geçerlik” ve “güvenirlik”tir (Bademci, 2011). Geçerliğin çağdaş tanımı Bademci (2019) tarafından ele alınmış ve bu kapsamda tanım: evren ya da örnekleme uygulanan test ya da ölçüm aracından bir ölçüm elde edilmesi ve bu ölçümün araştırmacı tarafından kuram ve kanıtlarla desteklenerek uygun bir şekilde yorumlanabilme derecesini ifade etmektedir. Bademci (2019) tarafından ele alınan bu çağdaş tanımda dikkat çeken en önemli nokta geçerliğin “ölçümlerin bir özelliği” olmasına karşın “ölçme aracının bir özelliği” olmamasıdır. Bu anlamda geçerliğin ölçme aracının kendisi ile değil ölçme aracı ile elde edilen verilerle ilişkili olduğu söylenebilir. Geçerlik gibi güvenirlikte benzer şekilde evren ya da örnekleme uygulanan ölçme aracı ile elde edilen ölçümlerin tutarlılığını ve tekrarlanabilirliğini ifade etmektedir (Bademci, 2019).

Bu anlamda araştırmacı/araştırmacıların çalışmalarında “testin güvenirliği, testin geçerliği” gibi kavramlar yerine “ölçüm güvenirliği, ölçüm yorum geçerliği/ölçüm çıkarım geçerliği” gibi kavramları kullanmaları daha doğru olacaktır (Bademci, 2011).

Çalışmanın bu bölümünde “geçerlik” ve “güvenirlik” kavramlarına değinildikten sonra ölçüm aracının geliştirilme sürecine geçilmiştir. Bu kapsamda 11 aşamadan oluşan bir süreç izlenmiştir. Ölçüm aracının geliştirme süreci ve gerçekleştirilen işlemler Şekil 10’da sunulmuştur.



Şekil 10. Ölçüm Aracının Geliştirilme Süreci

3.4.2.Birinci Literatür Taraması

Ölçüm aracının geliştirilme sürecine iki adımlı “literatür taraması” yapılarak başlanmalıdır. Bunun sebebi; çalışmada bir psikolojik yapıyı ölçmek istiyoruz ve bu psikolojik yapı ile ilgili bir şeyler söylemeye ihtiyacımız var. Peki biz bu psikolojik yapıyı nasıl ölçeceğiz? Bu noktada ilk literatür taraması yapılır. Çalışmamızdaki ilgili psikolojik yapıyı ölçebilecek bir ölçüm aracı var mı? Türkiye’de var mı? Dünya’da var mı? Ölçüm aracı var ise bu ölçüm aracında psikolojik yapı geliştirildiği zamandaki özelliklerini aynen koruyor mu? Geliştirilen ölçüm aracı gerekli adımlara dikkat edilerek mi geliştirilmiş? Kuramsal ya da kavramsal temellere dayalı nitelikli bir ölçüm aracı geliştirilmiş mi? öncelikle bu sorulara yanıt aranmaya çalışılır. Eğer çalışmamızdaki ilgili psikolojik yapıyı ölçebilecek bir ölçüm aracı var ise bu ölçüm aracını alıp aynen kullanacak mıyız? Yoksa bu ölçüm aracını kültüre mi uyarlayacağız? Buna karar verilir.

Tüm bu süreçlerin sonunda literatürde çalışmamızda ölçmek istediğimiz ilgili psikolojik yapıya ilişkin bir ölçüm aracı yok ise bu durumda yeni bir ölçüm aracına ihtiyacımız olacaktır. Bu

durumda da ölçüm aracı geliştirme sürecine yönelik basamakları izleyerek istediğimiz psikolojik yapıyı ölçmeye çalışan yani bir ölçüm aracı geliştirmek zorunda kalırız.

Tez kapsamında birinci literatür taraması gerçekleştirilmiş ve bunun sonucunda ölçmek istediğimiz yapıya ilişkin bir ölçüm aracı olmadığı belirlenmiştir. Bu nedenle yeni bir ölçüm aracı geliştirilmesi ve buna yönelik sürecin yönetimine karar verilmiştir.

3.4.3.İkinci Literatür Taraması

Ölçüm aracının geliştirilme sürecindeki ilk literatür taraması adımının tamamlanması sonrasında bu adımda ilgili psikolojik yapıyı kapsamlı bir şekilde ele alacağımız ve bu psikolojik yapıyı anlamlandıracağımız bir süreç başlar. Bu süreç ikinci literatür taraması sürecidir. İlk adımdan farklı olarak bu adımdaki literatür taraması yapmamızın amacı çalışmada yer alacak ilgili psikolojik yapının ne olduğunun ortaya konulması gerekir. Bu ilgili psikolojik yapı ile ilişkili bir kuram var mı? öncelikle buna bakılır. Eğer psikolojik yapıyla ilişkili bir kuram var ise bu durumda ölçüm aracının geliştirilme süreci daha sağlam temellere dayandırılabilir ve ölçüm aracının geliştirilme sürecinde işimiz kolaylaşır. Çünkü bir psikolojik yapıya ilişkin var olan bir kuram literatürde detaylı bir şekilde aktarılmıştır. Araştırmacı olarak literatürde var olan psikolojik yapı ile ilişkili bu kuramı detaylı bir şekilde incelersek bu kuram yardımı ile geliştirmek istediğimiz ölçüm aracına ilişkin hemen hemen her şey hakkında bilgi sahibi olabiliriz. Eğer ilgili yapıyla ilişkili literatürde bir kuram yok ise bu durumda daha detaylı literatür taramasına ihtiyacım olacaktır. Literatür taramasında Google Scholar, Scopus, Web of Science, ProQuest, SpringerLink başta olmak üzere tüm veri tabanları detaylı bir şekilde incelenmelidir.

Tez kapsamında ikinci literatür taraması gerçekleştirilmiş ve bunun sonucunda ölçmek istediğimiz yapıya ilişkin bir kuramın olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda çalışmada ilgili veri tabanları (Google Scholar, Scopus, Web of Science, ProQuest, SpringerLink vb.) incelenerek ölçmek istenilen yapıya ilişkin “Rakip Süreç Teorisi” kuramına yönelik çalışmalar detaylı bir şekilde incelenmiştir.

3.4.4.Ölçülmek İstenen Örtük Yapının Tanımlanması

İlk iki literatür taraması adımından sonra artık çalışmada ölçmek istediğimiz psikolojik yapının tanımlanması aşamasına geçilmelidir. Bu adımda ilgili yapının ne kadar kısmının ele alınacağına ilişkin bir karar verilip buna ilişkin bir tanımlama yapılmak zorundadır. Çünkü geliştirmek istediğimiz ölçüm aracına ilişkin yapıyı araştırmacı olarak ne kadar bilsek de yapının tamamının ölçmesi imkânsız hale gelebilir. Bu nedenle geliştirmek istediğimiz ölçüm

aracında yer alacak psikolojik yapı net bir şekilde tanımlanıp sınırları çizilmelidir. Bu süreç kapsam geçerliği için de önem taşımaktadır. Çünkü geliştirmek istediğiniz ölçüm aracındaki yapıya ilişkin araştırmacı olarak kapsamlı bir tanımlama ve bu yapıya ilişkin bir çerçeve çizmeniz ilerleyen süreçte uzman görüşü açısından kolaylık sağlayacaktır. Dolayısıyla bu süreç hem maddelerin yazılması aşamasında hem de kapsam geçerliliğine hizmet etmektedir.

Tez kapsamında birinci ve ikinci literatür taraması ile ölçülmek istenen örtük yapıya ilişkin ölçüm aracı ve kuram olup olmadığının tespit edilmesinin ardından bu aşamada ilgili kuramın var olduğu belirlenmiş ve kapsamda kuram detaylı şekilde incelenmiştir. Geliştirilmek istenen ölçüm aracının kuramsal temelleri “Rakip Süreç Teorisi” temeline dayandırılmıştır. Rakip Süreç Teorisi incelendiğinde kuramın “hedonik karşıtlık”, “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” olmak üzere üç bileşenin olduğu ve bu üç bileşenin ölçülmek istenen örtük yapıyı oluşturduğu belirlenmiştir. Örtük yapıya ilişkin bilgiler “Bağımlılığa Motivasyonel Bir Bakış” ve “Solomon’un Rakip Süreç Teorisi” başlıkları altında detaylı şekilde aktarılmıştır.

3.4.5. Madde Havuzu Oluşturma

Madde yazma sürecine başlamak, genellikle öge oluşturma sürecinin en zor kısmıdır. Bu süreçte maddenin kalitesinden ziyade ölçülmek istenen yapının bir ifadesini yansıtabilecek madde ile başlamak önemlidir. Madde yazımında her bir alt boyutu yansıtabilecek maddeler ile yazım sürecine başlanmalı ve bunu takiben benzer cümleler türetilmelidir. Bu şekilde aynı fikre biraz farklı yaklaşılarak ek maddeler üretilmeye çalışılmalıdır. Burada amaç madde kalitesi değil ölçüm aracının ana hatlarını belirleyebilecek çeşitli yolları tanımlamaktır. Madde yazımında eleştirel fikirleri ifade etmenin alternatif yolları olarak bir madde diziliminde “korku” kelimesi yerine “heyecan” kelimesi değiştirilerek benzer madde içerikleri üretmektir. Bu şekilde hızlı ve eleştirmeden yazmak faydalı olacaktır. Madde yazımı süreci tamamlanmasından sonra yazılan maddeler gözden geçirilmelidir. Bu noktada biraz daha eleştirel yaklaşılmalıdır. Maddeler, teoriyi ne kadar iyi yansıtmakta ve ne kadar net yazılmış incelenmelidir. Katılımcıları ikilemede bırakabilecek maddeler çıkarılmalıdır. Aynı zamanda maddelerin uzunluğu genellikle karmaşıklığı artırdığından ve netliği azalttığından uzun maddelerden kaçınılmalıdır. Maddeleri seçme ya da madde yazımı ile ilgili diğer bir husus, maddelerin yazıldığı okuma güçlüğü seviyesidir. Bu seviyenin genellikle altıncı sınıf bir okuma seviyesi olması istenir. Altıncı sınıf düzeyinde ortalama bir cümlede 15 veya 16 kelime ve toplam 20 hece vardır. Madde yazımında birçok araştırmacı olumlu maddeler yerine olumsuz maddeler yazmayı tercih eder. Ancak ters yönde ifade edilen birçok madde kötü performans

gösterebileceğinin bilincinde olarak madde yazımında olumsuz ifadelerden kaçınılmalı ve dilbilgisi kurallarına uyulmalıdır (DeVellis ve Thorpe, 2021).

Tez kapsamında madde havuzu oluşturma sürecinde geliştirilmek istenen en ölçüm aracı spesifik bir alanda kullanılacağı ve kuramın özel olarak deneysel raporlardan ortaya çıkarılması göz önünde bulundurularak hassas yaklaşmıştır. Madde havuzu oluşturulurken Rakip Süreç Teorisi içerisinde yer alan üç bileşen (hedonik karşıtlık, tolerans, hedonic yoksunluk) ele alınarak nitel ve deneysel araştırma raporları incelenmiş ve bu doğrultuda her bir bileşenin içeriğini kapsayacağı iddia edilen maddeler araştırmacı tarafından yazılmıştır.

3.4.6.Ön Deneme Formu Oluşturma

Ölçüm aracı geliştirilme sürecinde ön deneme formunun oluşturulma sebebi ölçüm aracında yer alacak maddelerin kontrolünün sağlanması, maddelerin sıralaması ve maddelerin nasıl yanıtlanacağını yani tepki kategorisinin nasıl oluşturulacağını belirlenmesidir.

Ölçüm formatını belirlenmesinde çok sayıda yanıt formatından yararlanılabilir. Bu noktada araştırmacı/araştırmacılar, formatın ne olacağını önceden düşünmelidir. Bu adım, hem maddelerin hem de yanıt formatının uyumu için maddelerin oluşturulmasıyla aynı anda gerçekleşmelidir. Genel olarak, belirli bir süreklilik üzerinde puanlanabilen ve bir ölçek puanı oluşturmak üzere toplanan maddelerden oluşan ölçekler teorik yönelimle en uyumlu olanlardır. Ölçekte yer alacak tepki kategorisinin kaç kategoriden oluşacağı diğer bir konudur. Bazı madde-yanıt biçimleri çok sayıda seçeneğe izin verirken bazıları olası yanıtları sınırlar. Bu alternatiflerin göreceli avantajları nelerdir? Bir ölçümün arzu edilen bir niteliği değişkenliktir. Eğer bir ölçek, temel özellikteki farklılıkları ayırt edemezse, diğer ölçümlerle olan korelasyonları kısıtlanacak ve faydası sınırlı olacaktır. Değişkenlik fırsatlarını artırmanın iki yolu vardır. Bunlardan birincisi çok sayıda ölçek maddesi eklemektir. İkincisi ise maddeler içinde çok sayıda yanıt seçeneği sunmaktır. Örneğin, bir araştırmacı araştırdığı konuda geliştirmek istediği ölçüm aracını iki madde ile kısıtlıyorsa, yanıtlayanlara daha fazla serbestlik tanıyarak birçok yanıt derecesine izin veren bir yanıt biçiminden daha yararlı sonuçlar elde edecektir. Örneğin, 0'dan 100'e kadar bir ölçek, bu durumlara verilen tepkilerde büyük farklılıklar ortaya çıkarabilir ve iki maddeli ölçek için iyi bir değişkenlik sağlayabilir. Öte yandan, birçok maddeden oluşan bir ölçüm aracı geliştirmek isteyen bir araştırmacı en basit şekli ile ikili bir tepski kategorisi (katılıyorum-katılmıyorum vb.) ile yeterli değişkenlik sağlayabilir. Burada dikkat edilmesi gereken çok sayıda madde içeren ölçeklerde her bir madde için yanıtlayıcıları daha fazla tepki kategorisi ile karşı karşıya bırakmak yorabilir veya sıkabilir. Bu durumda yanıtlarının güvenilirliğini azaltabilir. Diğer bir noktada tepki kategorisi sayısının

tek mi çift mi olmalısı ile ilgili sorundur. Yine bu durum, maddelerin türüne, tepski kategorisinin türüne ve araştırmacının amacına bağlıdır. Tepki kategorileri iki kutupluysa ve uçlardan biri diğerinin tersini gösteriyorsa (örneğin, güçlü bir olumluya karşı güçlü bir olumsuz tutum) çift sayı genellikle olmaz. Tepki kategorisi tek sayıdan oluşur ve merkezi bir "nötr" noktası (örneğin, ne olumlu ne de olumsuz bir değerlendirme) alınır. Öte yandan, çift sayıda tepki kategorisinde yanıtlayıcılar her iki uç kutupta zorunlu bir seçim yapmak (örneğin, en az aşırı yanıt olarak hafif olumlu veya hafif olumsuz bir değerlendirme arasında zorunlu bir seçim) durumunda kalırlar. Her iki format da mutlaka üstün değildir (DeVellis ve Thorpe, 2021).

Maddelere yönelik ölçüm biçiminin belirlenmesinde teoriyi doğru bir şekilde yansıtabilmesi amacı ile literatürde yer alan hedonik ve bağımlılık ile ilgili Lim (2011) tarafından araştırmacılara rehber olabilecek “Hedonic scaling: A review of methods and theory” başlıklı derleme çalışmasından yararlanılmıştır. Bu kapsamda çalışmada Asla (1), Nadiren (2), Bazen (3), Sık sık (4), Daima (5) olmak üzere 5 li Likert derecelendirmesi uygun görülmüştür.

3.4.7.Uzman Görüşü

Bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği, başka herhangi bir özellik ile karıştırmadan, doğru ölçebilme derecesi olarak bilinen geçerlilik (Tekin, 2019) ile bir ölçme aracına ilişkin görünüş ve kapsam geçerliliği farklı şeylerdir. Görünüş geçerliliği, ölçüm aracının şekilsel yönü (başlık, açıklama, madde düzeni vb.) ile ilgili iken (Büyüköztürk, 2011) kapsam geçerliliği, ölçüm aracında yer alan her bir maddenin ölçülmek istenen özelliği ne derece temsil ettiğinin belirlenmesidir (Cronbach ve Meehl, 1955). Uzmanlar tarafından gözden geçirme, ölçeğin içerik geçerliliğini en üst düzeye çıkarmakla ilgili birçok amaca hizmet etmektedir. Uzmanlardan her bir öğeyi, sizin tanımladığınız yapıyla olan ilgisine göre yüksek, orta veya düşük olarak derecelendirmeleri ya da tek tek maddeler hakkında yorum yapmalarını da isteyebilirsiniz. Uzmanlardan gelecek yorumlar işleri biraz daha zorlaştırsa da yeni bir bakış açısı elde etmek adına mükemmel bilgiler sağlayabilecektir. Ancak burada uzman görüşleri ile dikkat edilmesi gereken önemli bir husus vardır. Her ne kadar uzmanlar ölçüm aracı ile ilgili yorumlarda bulunsa da uzmanlardan gelecek yorumları ve tavsiyeleri kabul etme veya reddetme konusundaki nihai karar, ölçeği geliştirenin sorumluluğundadır. Bazen içerik uzmanları, ölçek oluşturma ilkeleri konusunda yetersiz olabilir. Ayrıca geliştirilmek istenen ölçüm aracına ilişkin teoriye bilmeyebilir ya da tam olarak hakim olmayabilir. Bu durumlarda uzmanlardan gelecek kötü tavsiyelere yol açabilir. Bu nedenle içerik uzmanlarından aldığınız tüm önerilere

dikkat ederek tavsiyeleri kullanıp kullanmayacağınıza ya da nasıl kullanacağınız konusunda bilinçli olarak karar verilmelidir (DeVellis ve Thorpe, 2021).

Tez kapsamında uzman görüşü değerlendirmesi aşamasında ölçüm aracının konu ve kapsam bakımından spesifik olmasından dolayı seçici davranılmıştır. Bu doğrultuda uzman görüşleri alınırken hem akademisyen hem de ekstrem spor branşları ile ilgilenen 3 uzman ve farklı alanda çalışan ancak ekstrem sporlar ile ilgilenen Türkiye’de standartlar üzerinde eğitim alan ve eğitici niteliğe sahip 2 alan uzmanı, 1 ölçme değerlendirme alanında uzman ve 2 Türk Dili alanında uzman kişilerin görüşlerine başvurulmuştur. Uzmanlardan alınan görüşlere göre maddeler yeniden gözden geçirilmiş ve düzeltme yapılmıştır. Bu kapsamda uzmanların görüşüne sunulmak üzere gönderilen 53 madde Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) 53 Maddesi

Alt Boyutlar	UZMAN GÖRÜŞÜNE GÖNDERİLEN FORM	UZMAN GÖRÜŞÜ SONRASI	Madde Uygun	Madde Değiştirildi
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmeden hemen önce içimde bir korku oluşur.	Deneyimden hemen önce içimde bir korku oluşur.	✓	
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmeden hemen önce gergin olurum.	Deneyimden hemen önce gergin olurum.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmeden hemen önce içimde bir heves oluşur.	Deneyimden hemen önce içimde bir heves oluşur.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmek için sabırsızlanırım.	Deneyimi gerçekleştirmek için sabırsızlanırım.	✓	
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmeden hemen önce içimde bir isteklilik oluşur.	Deneyimden hemen önce içimde bir isteklilik oluşur.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında kalbim yerinden çıkacakmış gibi hissederim.	Deneyim sırasında kalbim yerinden çıkacakmış gibi hissederim.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında nefes alıp verişimin değiştiğini hissederim.	Deneyim sırasında nefes alıp verişimin değiştiğini hissederim.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında çılgınlıklarımın sesinin yankılandığını hissederim.	Deneyim sırasında çılgınlıklarımın yankılandığını hissederim.		✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında dünyanın durduğunu hissederim.	Deneyim sırasında dünyanın durduğunu hissederim.		✗

Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında kendimi boşlukta hissedirim.	Deneyim sırasında kendimi boşlukta hissedirim.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimi gerçekleştirmem sırasında kendimi özgür hissedirim.	Deneyim sırasında kendimi özgür hissedirim.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimden hemen sonra genellikle bağırma, çığlık atma gibi tepkiler veririm.	Deneyimden hemen sonra genellikle bağırma, çığlık atma gibi tepkiler veririm.	✓
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyiminin üzerinden bir süre geçtikten sonra mutlu olurum.	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra mutlu olurum.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyiminin üzerinden bir süre geçtikten sonra yüzümde anlamsız bir gülümseme olur.	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra yüzümde anlamsız bir gülümseme olur.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyiminin üzerinden bir süre geçtikten sonra sürekli konuşmak isteği gelir.	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra sürekli konuşma isteği gelir.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyiminin üzerinden bir süre geçtikten sonra coşkulu hissedirim.	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra coşkulu hissedirim.	✗
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyiminin üzerinden bir süre geçtikten sonra yerimde duramayacak kadar enerjik olurum.	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra yerimde duramayacak kadar enerjik olurum.	✗
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinliği bırakmam için bir nedendir.	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinliği bırakmam için bir nedendir.	✓
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinliği bırakmam için bir nedendir.	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinliği bırakmam için bir nedendir.	✓
Tolerans (T)	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak modumu düşürür.	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak modumu düşürür.	✓
Tolerans (T)	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.	✓
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.	✓
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra heyecanımı kaçıırır.	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra heyecanımı kaçıırır.	✓
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra hevesimi kaçıırır.	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra hevesimi kaçıırır.	✓
Tolerans (T)	Zorluk derecesi düşük bir yerde deneyim yaşamak beni olumsuz etkiler.	Zorluk derecesi düşük bir yerde deneyim yaşamak beni olumsuz etkiler.	✓

Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	Aynı yerde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	✓
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak beni mutsuz eder.	Aynı yerde deneyim yaşamak beni mutsuz eder.	✓
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	✓
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	✓
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Her deneyimimden sonra biraz daha kendimi zorlarım.	Her deneyimimden sonra biraz daha kendimi zorlarım.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Her deneyimimden sonra bir sonraki deneyimlerimde deneyimin süresini arttırırım.	Her deneyimimden sonra biraz daha süreyi arttırırım.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Her deneyimimden sonra saatlerce üst üste deneyim yaşarım.	Aynı gün üst üste deneyim yaşarım.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Günlük hayatımdaki olumsuzluklardan kaçmak için etkinliği gerçekleştiririm.	Günlük hayatımdaki olumsuzluklardan kaçmak için etkinliği gerçekleştiririm.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Her deneyimimden sonra bir sonraki deneyimimde kendime zarar verecek şekilde zorluk derecesinde deneyim gerçekleştiririm.	Bir sonraki deneyimimde kendime zarar verecek şekilde zorluk derecesini artırırım.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Her deneyimimden sonra bir sonraki deneyimimden haz almayacağımı düşündüğüm için kendimi etkinliğin üst seviyeleri için zorlarım.	Etkinliği bırakamamak için kendimi etkinliğin üst seviyeleri için zorlarım.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmezsem daha fazla stres yaşayacağımı hissettiğim için devam ederim.	Etkinliği gerçekleştirmediğimde strese girerim.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmezsem daha fazla endişeleneceğimi hissettiğim için devam ederim.	Etkinliği gerçekleştirmezsem daha fazla endişelenirim.	✗
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmediğimde daha fazla gerginlik yaşarım.	Etkinliği gerçekleştirmediğimde daha fazla gerginlik yaşarım.	✓

Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmesem mutsuz olacağımı hissettiğim için devam ederim.	Etkinliği gerçekleştirmesem mutsuz olacağımı hissettiğim için devam ederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	İçimden bir sesin bir sonraki deneyim için beni çağırdığını hissederim.	İçimden bir sesin bir sonraki deneyim için beni çağırdığını hissederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliğin benim için hayatın odak noktası haline geldiğini hissederim.	Etkinliğin benim için hayatın odak noktası haline geldiğini hissederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği bırakıp bırakmama konusunda duygu ve düşüncelerimi kontrol edemem.	Etkinliği bırakıp bırakmama konusunda duygu ve düşüncelerimi kontrol edemem.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda nefesim kesilecekmiş gibi olur.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda nefesim kesilecekmiş gibi olur.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda hayat durmuş gibi hissederim.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda hayat durmuş gibi hissederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda agresifleşirim.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda agresifleşirim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda çevremdekilere zarar veririm.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda çevremdekilere zarar veririm.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği bırakmak istesem de kendime engel olamam.	Etkinliği bırakmak istesem de kendime engel olamam.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda kendimi boşlukta gibi hissederim.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda boşlukta gibi hissederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda depresyonda hissederim.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda depresyonda hissederim.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda karnıma kramp girer.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda karnıma kramp girer.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda midem bulanır.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda midem bulanır.	✓
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda uyku problemleri yaşarım.	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda uyku problemleri yaşarım.	✓

3.4.8.Maddelerin Düzeltilmesi Ya Da Çıkarılması

Uzmanlar tarafından gözden geçirme, ölçeğin içerik geçerliliğini en üst düzeye çıkarmakla ilgili birçok amaca hizmet etmektedir. Uzmanlardan, ilgili yapıyla ilişkili olduğunu iddia ettiğiniz her bir maddeyi yüksek, orta veya düşük ilişkili olarak derecelendirmeleri ya da tek tek maddeler hakkında yorum yapmaları istenebilir. Bu aşamada uzmanlardan gelecek yorumlar işleri biraz daha zorlaştırırsa da yeni bir bakış açısı elde etmek adına mükemmel bilgiler sağlayabilecektir. Ancak burada uzman görüşleri ile dikkat edilmesi gereken önemli bir husus vardır. Her ne kadar uzmanlar ölçüm aracı ile ilgili yorumlarda bulunsa da uzmanlardan gelecek yorumları ve tavsiyeleri kabul etme veya reddetme konusundaki nihai karar, ölçeği geliştirenin sorumluluğundadır. Bazen içerik uzmanları, ölçek oluşturma ilkeleri konusunda yetersiz olabilir. Ayrıca geliştirilmek istenen ölçüm aracına ilişkin teoriye bilmeyebilir ya da tam olarak hâkim olmayabilir. Bu durumlarda uzmanlardan gelecek kötü tavsiyelere yol açabilir. Bu nedenle uzmanlardan aldığınız tüm önerilere dikkat ederek tavsiyeleri kullanıp kullanmayacağınıza ya da nasıl kullanacağınız konusunda bilinçli olarak karar verilmelidir (DeVellis ve Thorpe, 2021). Uzmanların görüşleri sonrasında araştırmacı bu uzmanların görüşlerinin uyumunu kontrol edilerek gerekli düzeltmeler yapabilir. Ancak unutulmamalıdır ki ölçüm aracının yapısı ve araştırma süreci ile ölçüm aracını geliştiren kişi daha iyi tanıyabileceği ve bilgi sahibi olabileceği varsayılırsa bu bakımdan maddelere ilişkin son karar nihai karar araştırmacı verilmelidir (DeVellis ve Thorpe, 2021).

Tez kapsamında ölçüm aracına ilişkin uzman görüşleri incelenmiş ve uzman görüşleri dikkate alınarak araştırmacı tarafından yazılan maddelerde değişiklik yapılmıştır.

3.4.9.Ön Deneme Uygulaması

Uzman görüşleri sonrasında araştırmacı/araştırmacılar tarafından gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra ön deneme uygulaması aşamasına geçilir. Bu aşamada ön deneme uygulaması araştırma grubunuz ile benzer özelliklere sahip küçük bir gruba uygulanmalıdır. Bu uygulamanın amacı; ölçüm aracında yer alan maddeler/ifadeler “herkes tarafından aynı şekilde mi anlaşılıyor” bunu test etmektir. Ölçüm aracının geliştirilme sürecinde bu aşama atlanırsa ya da araştırma grubunuz ile benzer özelliklere sahip bir grup üzerinde bu uygulama yapılmazsa ilerideki süreçlerde sıkıntılar yaşanabilir. Burada ne gibi sıkıntılar yaşanabilir? Sorusunun cevabı grup özelliklerinin farklı olması tepki kategorisine verecekleri yanıtları da farklılaştırabilir. Bu da istenmeyen bir madde/ifadenin kalmasına ya da istenen bir madde/ifadenin atılmasına neden olabilir. Araştırmacı/araştırmacıların uygun olmayan yani

kötü bir grupta ön deneme uygulaması yapması ölçek geliştirme sürecindeki emeklerin çöpe atılmasına neden olabilir. Bu kapsamda çalışmada ölçüm aracının ön deneme uygulaması benzer özelliklere sahip 120 ekstrem spor katılımcısından oluşan küçük bir gruba uygulanarak maddelerin/ifadelerin açık ve anlaşılabilirliği, uygulama süresi konusunda geri bildirimler alınmıştır. Bu kapsamda madde/ifade sayısının uzunluğu ve tam anlaşılmayan maddelere/ifadelere ilişkin ekstrem spor katılımcılarından gelen geri bildirimler doğrultusunda madde analizi yapılarak güvenilirlik katsayısını düşüren maddeler çıkarılmıştır. Tüm bu süreç sonunda uzman görüşüne gönderilen ve gerekli düzenlemeleri yapılan 53 madde/ifade sayısı 22 maddeye/ifadeye indirilerek ölçek formu deneme uygulamasına hazır hale getirilmiştir. Deneme uygulaması için hazır hale getirilen form Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) Deneme Uygulama Formu (22 Madde)

Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında kalbim yerinden çıkacakmış gibi hissedirim.
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında nefes alıp verişimin değiştiğini hissedirim.
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında çığlıklarımın yankılandığını hissedirim.
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra yüzümde anlamsız bir gülümseme olur.
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra sürekli konuşma isteği gelir.
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim üzerinden biraz geçtikten sonra coşkulu hissedirim.
Tolerans (T)	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak modumu düşürür.
Tolerans (T)	Sürekli aynı zorlukta deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak etkinliğimi sıradanlaştırır.
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra heyecanımı kaçıırır.
Tolerans (T)	Sürekli aynı yerde deneyim yaşamak bir süre sonra hevesimi kaçıırır.
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak beni mutsuz eder.
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda nefesim kesilecekmiş gibi olur.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda agresifleşirim.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda çevremdekilere zarar veririm.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda boşlukta gibi hissedirim.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda depresyonda hissedirim.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda karnıma kramp girer.
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda uyku problemleri yaşıyorum.

3.4.10.Deneme Uygulaması

Ön deneme uygulama sonrasında maddelerin açık ve anlaşılabilirliği, uygulama süresi gibi ölçek geliştirme sürecine etken olabilecek durumlar dikkate alınarak ölçek maddelerine ilişkin düzeltme ve madde sayısında indirgeme yapılarak 22 madde/ifade ile hedef kitle için veri toplama aşamasına gidilmiştir. Ölçüm aracının geliştirilme sürecinde iki ayrı grup üzerinden veri toplama aşamasına gidilmiştir.

Ölçüm aracının geliştirilmesinde seçilecek olan örneklemin evreni temsil edebilmesi için yeterli büyüklükte olması gerekmektedir. Literatürde konu ile ilgili araştırmacıların bazıları (Cattell, 1978; Comrey ve Lee, 1992; Burns ve Susan, 2005; Tabachnick ve Fidell, 2001; Hair ve diğ., 2009) ölçüm aracında yer alan madde sayısının 5 katı ile 10 katı arası sayıda katılımcının araştırma için yeterli olduğunu; bazı araştırmacılar (Preacher ve MacCallum, 2002) örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde madde sayısı hesaplanmadan örneklem sayısının en az 100-250 olmasının yeterli olduğu bildirilmiştir. Comrey ve Lee (1992) ise örneklem büyüklüğünün 100 olmasının yetersiz, 200 olmasının orta düzeyde, 300 olmasının iyi ve 500 olmasının çok iyi ve 1000 üzerinde olmasının mükemmel düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca DeVellis ve Thorpe (2021) “Scale development: Theory and applications” adlı kitabında ölçek geliştirme çalışmalarında örneklemden elde edilen verilerin büyüklüğüne göre verilerin iki alt örneğe ayrılmasının şans faktörünü azaltacağı ve çapraz doğrulama için de faydalı olacağını vurgulamıştır. Bu doğrultuda çalışmada belirtmiş ölçütler dikkate alınarak hedef sayıya ulaşılmıştır. Literatürde yer alan öneriler doğrultusunda (Büyüköztürk, 2011; Cox ve diğ., 2003; DeVellis ve Thorpe, 2021) ölçüm aracının geliştirilmesinde kullanılacak verilerin toplanma süreci iki defa tekrarlanmıştır. İlk veri toplama süreci sonrasında madde analizi ve Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA); ikinci veri toplama süreci sonrasında Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ve diğer psikometrik özelliklerin belirlenmesine ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.BULGULAR

4.1.Psikometrik Niteliklerin Belirlenmesi

4.1.1.Analiz Öncesi Hazırlık Aşaması

Ölçüm aracının psikometrik niteliklerinin belirlenmesi aşamasına geçilmeden önce veriler analiz için uygun hale getirilmelidir. Bunun için analizlere başlamadan önce sırayla; katılımcı numarası ekleme, hatalı veri girişi kontrolü, olumsuz maddelerin ters kodlanması, kayıp veri silme/atama, toplam puanların hesaplanması, uç değerlerin atılması gibi adımlara dikkat edilerek veriler hazır hale getirilmelidir. Bu kapsamda çalışmada tüm veriler Microsoft Office Excel programından ayrı ayrı SPSS 23. programına aktarılarak analizler için hazır duruma getirilmiştir.

4.1.2.Madde Seçim Aşaması

Psikolojik değişkenler fiziksel değişkenlere göre farklıdır ve çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Bu nedenle ölçüm aracı gelişme sürecinde ölçüm aracının psikolojik yapısını ortaya çıkarmak için genel olarak faktör analizi yöntemi kullanılmaktadır. Her ne kadar faktör analizi yöntemi ölçek geliştirme çalışmalarında araştırmacılar tarafından sıklıkla tercih edilse de bir ölçüm aracının psikometrik özelliklerinin belirlenmesinde faktör analizi haricinde korelasyon, t-testi, basit doğrusal regresyon gibi farklı tekniklerin olduğu da bilinmelidir (Erkuş, 2003; Büyüköztürk, 2011).

Bir ölçüm aracının psikometrik özelliklerini incelerken korelasyon, t-testi, basit doğrusal regresyon ya da faktör analizi olmak üzere bu dört teknikten hangisinin kullanılacağı araştırmacının tercihinine kalsa da bu dört tekniğe ilişkin sonuçların ölçeğin psikometrik özelliklerin belirlenmesi aşamasına ilişkin sonuçları değiştirmeyeceği bildirilmiştir (Şahin ve Gülleroğlu, 2013).

Ölçüm aracının psikometrik özelliklerinin inceleme aşamasına madde seçim analizleri ile başlanmıştır. Ölçüm aracının psikometrik özelliklerinin belirlenmesinde madde seçimi tekniklerinden korelasyon, faktör analizi ve alt-üst %27'lik grup (t-test) teknikleri kullanılmıştır. Bu doğrultuda ilk olarak korelasyon tekniğinden başlanmıştır. Korelasyon tekniğinde ölçüm aracından elde edilen ölçümler ile ölçüm aracıda yer alan her bir maddenin korelasyon değeri hesaplanmıştır. Field (2009) maddeleri eleme ölçütü olarak ($0.30 \leq \dots$) belirtirken; Erkuş (2007) araştırmacıların sıklıkla 0.30 ölçütüne sığındıklarını belirtmektedir.

Erkuş'a göre (2007) orta düzeydeki bir korelasyonun başarı dışındaki değişkenler için işe yaramaz bir maddenin göstergesi olabileceği ve bu nedenle ölçme aracı geliştirilirken yüksek madde geçerliği demek "iyi ayırt edici madde" demek olduğunu göz önünde bulundurulması gerekir. Oysa araştırmacıların bu durumu görmezden gelerek madde eleme ölçütü olarak 0.30 ölçütüne sığınıp işin kolaycılığına kaçtığı ve bu değere sığınan araştırmacıları da anlamamanın çok zor olduğunu ifade etmiştir. Bu kapsamda çalışmada eleme ölçütü 0.40 olarak alınmıştır.

Gerçekleştirilen madde analizi sonucunda sınır kesme ölçütü dışında kalan maddeler faktör analizine geçilmeden önce ölçekten elemine edilmiştir. Bu kapsamda madde analizi sonucunda yüksek korelasyona sahip 12 madde faktör analizi için seçilmiştir. Bir diğer madde seçim tekniği olan alt %27 ve üst %27'lik grup ortalamaları farkı tekniğidir. Alt %27 ve üst %27'lik grup ortalamalarının farkının alındığı bu teknik ölçüm aracındaki maddelerin ayırt edicilik gücünün hesaplanması için kullanılmaktadır. Madde ayırt ediciliği, bir ölçüm aracında yer alan maddelerin ölçülmek istenen özelliği doğru bir şekilde yansıtıp yansıtmadığını belirleyen ve bu noktada her bir maddeyi düşük ve yüksek düzey olarak birbirinden ayırma gücünü göstermektedir (Büyüköztürk, 2011). Bu doğrultuda gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Ölçüm Aracından Elde Edilen Ölçümlere İlişkin Düzeltilmiş Madde-toplam Korelasyon Analizi Sonuçları

Madde No		Düzeltilmiş madde-toplam korelasyon değeri
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında çılgınlıklarımın sesinin yankılandığını hissedirim.	0.520
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyimden hemen sonra genellikle bağırma, çılgık atma gibi tepkiler veririm.	0.597
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında nefes alıp verişimin değiştiğini hissedirim.	0.405
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında dünyanın durduğunu hissedirim.	0.428
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	0.694
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak beni mutsuz eder.	0.667
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	0.631
Tolerans (T)	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	0.692
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmezsem daha fazla endişelenirim.	0.712
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmediğimde daha fazla gerginlik yaşarım.	0.664
Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştirmezsem mutsuz olacağımı hissettiğim için devam ederim.	0.643

Hedonik Yoksunluk (HY)	Etkinliği gerçekleştiremediğim zamanlarda agresifleşirim.	0.537
---------------------------	--	-------

Tablo 7’de birinci grubuna ilişkin ölçümler (n=605) ile gerçekleştirilen analiz sonuçları incelendiğinde ölçüm aracıyla elde edilen ölçümlere ilişkin düzeltilmiş madde-toplam korelasyon değerleri incelendiğinde maddelerin katsayılarının 0.40 ile 0.71 arasında değiştiği görülmektedir.

Diğer bir madde seçim tekniği olan % 27’lik üst ve alt gruplar arasında farklılıklara ilişkin analizdir. Alt %27 ve üst %27’lik grup ortalamaları farkına dayalı bu teknikte ölçüm aracındaki maddelerin seçiminde ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerin toplamından bir puan oluşturulur. Daha sonra bu toplam puanlar küçüğe büyüğe doğru sıralanır. Sıralama sonrasında ölçümlerin ilk %27 lik kısmına tekabül eden sayı değeri ilk %27’lik alt grup, ölçümlerin son %27’lik kısmına tekabül eden sayı değeri ise son %27’lik üst grup olarak belirlenir. Daha sonra boş bir veri setine ilk %27’lik alt grup ve devamına son %27’lik üst grup kopyalanır. Daha sonra alt ve üst grupların kodlaması yapılır. İlk veri setinde yer alan her bir madde de küçükten büyüğe doğru sıralanarak aynı şekilde alt ve üst %27’lik kısmı kopyalanarak veri setine tek tek kopyalanır. Bu işlemler sonrasında bağımsız gruplarda t testi ile ölçümlerin ortalamaları arasındaki farklar incelenir. Bu doğrultuda % 27’lik üst ve alt gruplar arasında farklılıklara ilişkin gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Ölçüm Aracıyla Elde Edilen Ölçümlerin Alt %27 ve Üst %27’lik Grup Ortalamaları Farkına İlişkin Madde Analizi Sonuçları

Madde no	Faktörler	Üst %27 Grup n=163		Alt %27 Grup n=163		t	p
		x	Ss	X	s		
Hedonik Karşıtlık Madde 8	Hedonik Karşıtlık (HK)	4.36	0.692	1.00	0.000	-62.000	0.000
Hedonik Karşıtlık Madde 12		4.36	0.710	1.00	0.000	-60.462	0.000
Hedonik Karşıtlık Madde 7		4.72	0.448	1.52	0.501	-60.904	0.000
Hedonik Karşıtlık Madde 9		5.00	0.000	1.25	0.435	-109.958	0.000
Tolerans Madde 11	Tolerans (T)	3.66	0.912	1.00	0.000	-37.185	0.000
Tolerans Madde 10		3.61	0.714	1.00	0.000	-46.714	0.000

Tolerans Madde 13		3.85	0.944	1.00	0.000	-38.569	0.000
Tolerans Madde 12		3.88	0.781	1.00	0.000	-47.143	0.000
Hedonik Yoksunluk Madde 8		4.18	0.696	1.00	0.000	-58.406	0.000
Hedonik Yoksunluk Madde 9	Hedonik Yoksunluk (HY)	4.33	0.666	1.00	0.000	-63.782	0.000
Hedonik Yoksunluk Madde 10		4.58	0.575	1.00	0.000	-79.500	0.000
Hedonik Yoksunluk Madde 16		3.63	0.753	1.00	0.000	-44.610	0.000

Tablo 8’de birinci grubuna ilişkin ölçümler (n=605) ile gerçekleştirilen analiz sonuçları incelendiğinde % 27’lik üst ve alt gruplar arasında farklılık olduğu belirlenmiştir (p<0.05). Bu sonuçlar ölçüm aracında yer alan maddelerin ayırt edicilik gücünün yüksek olduğunu göstermektedir. Son olarak ise madde seçim tekniklerinden faktör analizi kullanılmıştır. Faktör analizine ilişkin sonuçlar bir sonraki başlıkta verilmiştir.

4.2.3.Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) için çalışmaya yaş aralıkları 20 ile 59 arasında değişen toplam 605 ekstrem spor katılımcısı (kadın=168; yaş=36.18 ±9.25 yıl; erkek=437; yaş=39.16±9.61; toplam=605; 38.34±9.59) dahil edilmiştir. Analiz aşamasına geçmeden önce veri setinin faktör analizi için uygunluğu “Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's Test” ile belirlenmiştir. Ölçüm aracına ilişkin KMO ve Bartlett Küresellik testi sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. KMO ve Bartlett Küresellik Testi

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Örneklem Yeterliliği		0.824
Bartlett Küresellik Testi	Ki-kare değeri	5612.144
	Serbestlik derecesi	66
	P	0.000

KMO testi örnekleminin büyüklüğünün faktör analizi için uygunluğunu test etmektedir. KMO 0 ile 1 arasında değişen değerler alabilmektedir. Literatürde KMO değerine ilişkin 0.50’in üzerindeki KMO değerinin faktör analizi için en alt sınır olduğu; bunun yanı sıra 0.50-0.70 arasındaki KMO değerlerinin orta düzeyde, 0.70-0.80 arasındaki KMO değerinin iyi düzeyde,

0.80-0.90 arasındaki KMO değerinin çok iyi düzeyde ve 0.90 zerindeki KMO değerinin ise mükemmel düzeyde örnekleme büyüklüğüne sahip olduğu kabul edilmektedir (Field, 2009). Araştırmada KMO değeri 0.824 olarak belirlenmiştir. Bu değer veri setinin faktör analizi için çok iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Ayrıca Bartlett küresellik testi faktörlerin homojenliğini ve maddelerin/değişkenlerin tutarlılığını test etmektedir. Araştırmada Bartlett Sphericity Test değerinin 5612.144 ($p < 0.001$, $sd = 66$) olması verinin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2011).

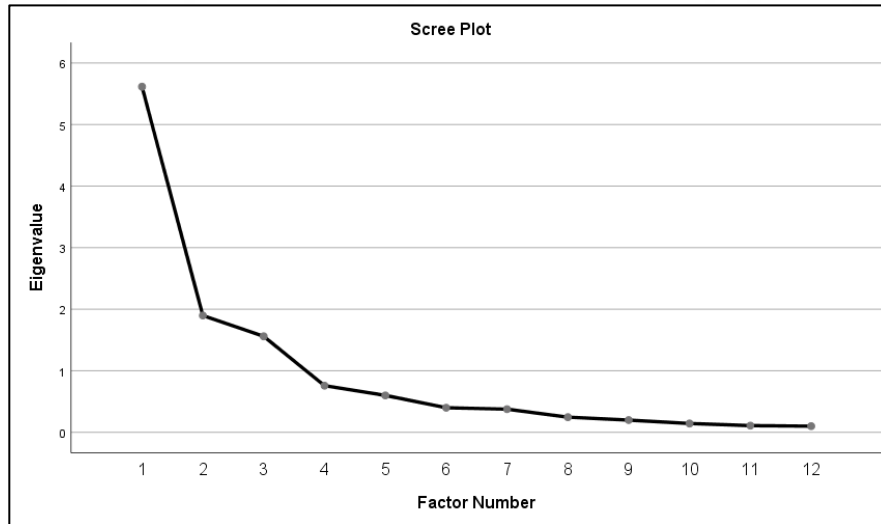
Ulusal ve uluslararası literatürde yer alan ölçek geliştirme ve uyarlama çalışmaları incelendiğinde araştırmacıların açımlayıcı faktör analizinde uygun yöntem seçimi ve rotasyon yöntemi seçiminde tutarsız oldukları görülmektedir. lm araçlarının faktör yapısının belirlenmesinde iki farklı yaklaşım benimsenmektedir. Bunlarda ilki Ana Eksen Faktörleme-AEF (Principal Axis Factoring- PAF)” ikincisi ise Temel Bileşenler Analizi-TBA (Principal Component Analysis-PCA)”dır. Ana Eksen Faktörleme yaklaşımında sadece gözlemlenen değişkenler arasındaki ortak varyans hesaplanmaktadır. Temel Bileşenler Analizi yaklaşımında ise hem ortak varyans hem de hata varyansı birlikte hesaplanmaktadır (Fabringer, Wegener, MacCallum ve Strahan, 1999; Tabachnick ve Fidell, 2001). Bu noktada ölçek geliştirme çalışmalarında nihai amaç ölçülen değişkenler arasındaki gizil yapıları ortaya çıkarmak olduğu için tercih edilmesi gereken uygun yaklaşım Ana Eksen Faktörleme olmalıdır (Cattell, 1978; Fabringer ve diğ., 1999; McDonald, 1985). Ölçek geliştirme çalışmalarında sıklıkla karşılaşılan diğer bir sorun ise uygun rotasyon yönteminin seçimidir. Gizil yapıların ortaya çıkarılması amacıyla gerçekleştirilen ölçek geliştirme çalışmalarının teorik yapı ilişkili olduğu durumlarda eğik yani korelasyonlu rotasyon yöntemleri (direct oblimin gibi) kullanılması gerektiği bildirilmiştir (Fabringer ve diğ., 1999; Loehlin, 1998; McDonald, 1985). Bu kapsamda ölçüm yorum geçerliği/ölçüm çıkarım geçerliğinin belirlenebilmesi amacıyla Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) aşamasında Ana Eksen Faktörleme (AEF) yöntemi ile ölçüm aracının teori ile ilişkili olduğu ve veri setinin büyüklüğü göz önünde bulundurulurken eğik döndürme yöntemi olan “Promax” rotasyon yöntemi seçilmiştir. Analizlerde kesme ölçütü 0.40 olarak alınmıştır. Ayrıca aynı anda iki faktör altında benzer yük değerine sahip olan binişik maddeler, bir faktör altında nden az sayıda madde bulunmaması gibi koşullara dikkat edilmiştir.

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ile elde edilen yapıya ilişkin özdeğerler ve açıklanan varyans yüzdeleri Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. Ölçüm Sonucu Ortaya Çıkan Yapının Özdeğerleri ve Varyans Yüzdeleri

Üç Faktörlü Yapıya İlişkin Değerler				Üç Faktörlü Yapıya İlişkin Döndürülmüş Değerler		
Faktör	Özdeğer	Açıklanan Varyans Yüzdesi	Toplamalı Açıklanan Varyans Yüzdesi	Özdeğer	Açıklanan Varyans Yüzdesi	Toplamalı Açıklanan Varyans Yüzdesi
1	5.359	44.657	44.657	4.381	44.657	44.657
2	1.572	13.103	57.760	4.090	13.103	57.760
3	1.255	10.460	68.220	3.047	10.460	68.220

Tablo 10 incelendiğinde, AFA ile gerçekleştirilen analiz sonucunda ölçümler sonucunda üç faktörlü yapının ortaya çıktığı ve rotasyon sonrası elde edilen birinci faktörün öz değeri 4.381, açıkladığı varyans % 44.657, ikinci faktörün öz değeri 4.090, açıkladığı varyans % 13.103, üçüncü faktörün öz değeri 3.047, açıkladığı varyans % 10.460'dur. Üç faktörlü yapı birlikte toplam varyansın % 68.220'ini açıklamaktadır. Buna ilişkin yığılma grafiği (Grafik 16) ve Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) analiz sonucu Tablo 11'de verilmiştir.

**Grafik 16.** Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) Sonucu Yığılma Grafiği

Grafik 16'da yer alan yığılma grafiği (scree plot) incelendiğinde özdeğeri 1 ve üzerinde olan 3 faktörlü yapının ortaya çıktığı görülmektedir.

Tablo 11. Ölçüm Aracının Faktör Yapısı ve Faktör Yükleri

n=605	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktörlerin Açıklandığı Varyans (%)
Hedonik Karşıtlık_7	.158	-.056	.654	% 68.22
Hedonik Karşıtlık_8	-.033	.076	.876	
Hedonik Karşıtlık_9	-.127	.248	.453	
Hedonik Karşıtlık_12	.020	-.095	.761	
Tolerans_10	.913	.015	.020	
Tolerans_11	.932	-.036	.019	
Tolerans_12	.858	.043	-.043	
Tolerans_13	.880	.023	.036	
Hedonik Yoksunluk_8	.077	.909	-.052	
Hedonik Yoksunluk_9	.038	.918	-.085	
Hedonik Yoksunluk_10	.035	.773	.035	
Hedonik Yoksunluk_16	-.096	.610	.182	

Metot: Principal Axis Factoring- Ana Eksen Faktörleme (PAF-AEF), Rotasyon: Promax-Eğik Döndürme

Tablo 11’de 605 katılımcı ile gerçekleştirilen Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) sonuçları Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümlerden 3 faktör 12 maddeden oluşan bir yapı ortaya çıkmıştır. Ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerle gerçekleştirilen analiz sonucunda ortaya çıkarılan yapıya ilişkin maddelerin faktör yük değerleri “0.45 ile 0.93” arasında değişmektedir. Buna göre her bir maddenin bağlı olduğu faktörü yüksek faktör yük değeri ile güçlü bir şekilde temsil ettiği söylenebilir (Büyüköztürk, 2011). Ölçüm aracı ile elde edilen ölçümler ile faktör yapısı belirlenen ölçüm aracının her bir faktör altında toplanan maddelerin içerikleri incelenerek teori ile tutarlı olup olmadığı kontrol edilerek isimlendirme aşamasına geçilmiştir. Bu doğrultuda birinci faktör “Tolerans (T)”, ikinci faktör “Hedonik Yoksunluk (HY)”, üçüncü faktör “Hedonik Karşıtlık (HK)” olarak kuramsal temele bağlı kalınarak isimlendirilmiştir.

4.2.4. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)

Ölçek geliştirme çalışmalarında ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerle bir yapının belirlendiği ve bu yapının ortaya çıkarılmasında sıklıkla Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) gerçekleştirildiği görülmektedir. Ancak AFA ile belirlenen bu yapının doğrulama aşaması bazen göz ardı edilmektedir.

Bir ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerden ölçme aracının yapısal özellikleri Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) gibi prosedürlerle her ne kadar belirlenmiş olsa da sonrasında teori odaklı ve faktör analizine göre daha hassas ölçüm hesaplamalarına izin veren daha katı bir doğrulama yöntemi olan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile ortaya çıkarılan yapının doğrulanması gerekir. Bu doğrulama işleminin de farklı bir örneklem üzerinde yapılmasının örneklemden

kaynaklı şans faktörünün etkisinin azaltılmasında etkili olacağı bildirilmiştir (Cox ve diğ., 2003).

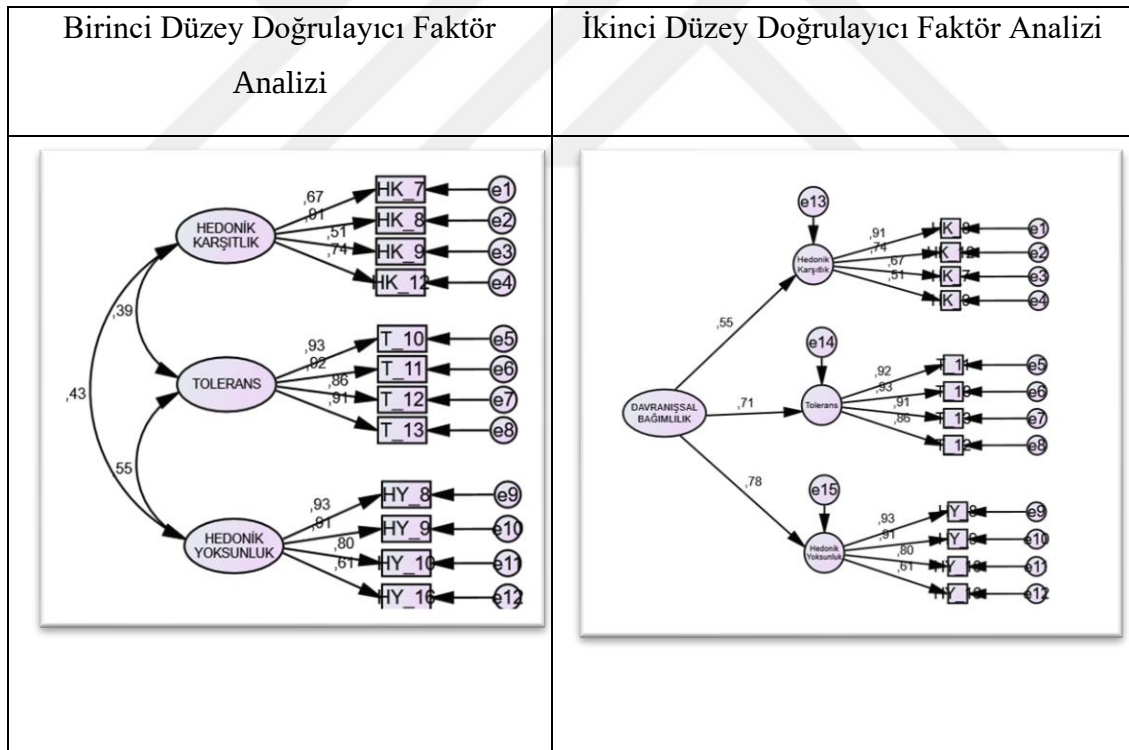
Bir ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerle ölçme aracının yapısının doğrulanması için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmaktadır. DFA sonucunda program sunduğu bir takım değerler [χ^2/sd (Ki-Kare Uyum İyiliği Testi), GFI (İyilik Uyum İndeksi), CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), AGFI (Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi), NFI (Normlaştırılmış Uyum İndeksi), RMSEA (Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü)] vardır. Bu değerlerin yorumlanmasında tek bir değere odaklanılmadan bütün değerlerin birlikte yorumlanması gerektiği vurgulanmaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013; Hair ve diğ., 2010; Byrne, 2001). Ayrıca, her bir uyum indeks değerinin 0-1 arasında değer aldığı ve bu değerlerin 0'dan ne kadar uzaklaşır 1'e yaklaşırsa modelin mükemmel uyuma işaret ettiğini göstermektedir. Bu durum RMSEA uyum değeri için ise 0.08 olmasının kabul edilebilir uyum olduğu; ve 0.05 olmasının mükemmel uyum değeri olarak kabul edilebileceğini göstermektedir (Hooper ve diğ., 2008). Bu kapsamda Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ile belirlenen Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümler sonucunda 12 maddeden oluşan 3 faktörlü yapı ortaya çıkarılmış ve bu yapının doğrulanması için yaşları 20 ile 68 arasında değişen toplam 200 ekstrem spor katılımcısından (kadın=68; yaş=37.78±10.04 yıl; erkek=132; yaş=40.05±10.62; toplam=200; 39.27±10.46) veri toplanmıştır. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nden elde edilen ölçümler ile ortaya çıkarılan 12 madde ve 3 faktörlü yapı Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile sınanmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda program tarafından (AMOS 23.) bir takım modifikasyon önerileri sunulur. Literatürde ölçüm aracına ilişkin uyum değerlerinin iyileştirilmesi amacı ile önerilerin dikkate alınmasında fayda olduğu bildirilmiştir (Schreiber ve diğ., 2006).

Model uyumunu iyileştirmek için modifikasyon önerilerinin uygulanması iteratif bir süreçtir. Burada gizil değişkenlere yönelik hata katsayıları yüksek bir modifikasyon indeksi değeri temelinde serbest bırakılırsa, araştırmacıdan nihai modelin başlangıçtaki teorik modelden sapmaması için belirtilen değişikliği teorik olarak savunması ve rapor etmesi istenir (Schreiber ve diğ. 2006).

Bu doğrultuda gerçekleştirilen Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümler sonucunda 12 maddeden oluşan 3 faktörlü yapıya ilişkin uyum indeks değerleri $\chi^2/sd=1.47$, RMSEA= 0.05, GFI= 0.86, AGFI= 0.80, IFI= 0.90, NFI= 0.89, TLI= 0.87 ve CFI= 0.90 olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracına ilişkin maddelerin faktör yük değerleri 0.51 ile 0.93 arasında değişmektedir. Birinci Düzey

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonrasında İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Analiz sonucunda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümler sonucunda 12 maddeden oluşan 3 faktörlü yapıya ilişkin uyum indeks değerleri $\chi^2/sd=8.89$, RMSEA= 0.08, GFI= 0.87, AGFI= 0.80, IFI= 0.91, NFI= 0.90, TLI= 0.88 ve CFI= 0.91 olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracına ilişkin maddelerin faktör yük değerleri 0.54 ile 0.93 arasında değişmektedir.

Ölçüm aracına ilişkin hem birinci düzey hem de ikinci düzey faktör analizi sonucu elde edilen bu değerlerin literatürde genel kabul görmüş uyum indekslerine ilişkin referans değer aralıkları içerisinde (Kline, 1994; Schumacher ve Lomax, 1996; Schermelleh ve diğ., 2003; Tabachnick ve Fidell, 2001) olması Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin 3 faktörlü 12 maddelik yapısının doğrulandığını göstermektedir. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin 3 faktörlü 12 maddelik yapısına ilişkin gerçekleştirilen Birinci ve İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizleri sonucu ortaya çıkan yapılarına ilişkin Path diyagramları Diyagram 1'de gösterilmektedir.



Diyagram 1. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile Elde Edilen Ölçümlere İlişkin Birinci ve İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizleri Sonucu Path Diyagramları

4.2.5. Birleşim ve Ayrışım Geçerliliği

Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümlerin yapısına ilişkin doğrulama çalışmaları sonrasında ayrıca belirlenen yapının birleşim ve ayrışım geçerliliğinin belirlenebilmesi için Excel programı yardımı ile hesaplamalar yapılmıştır. Ölçüm aracından elde edilen ölçümlere ilişkin “birleşim geçerliliğinin” belirlenebilmesi için her bir boyuta ait faktör yüklerine ilişkin formül yardımı ile hesaplama yapılarak Birleşik Güvenirlik- Composite Reliability (CR) ve Ortalama Açıklanan Varyans- Average Variance Extracted (AVE) değerleri hesaplanması gerekir. Literatürde bu değerler ile ilgili yorumda AVE değerinin 0.50 üzerinde olması ve CR değerinin de 0.70 üzerinde olması istenmektedir. Diğer yandan, ölçüm aracından elde edilen ölçümlere ilişkin “ayrışım geçerliliğinin” belirlenebilmesi için Ortalama Açıklanan Varyansın Karekökü ($\sqrt{AVE}$) değeri ile faktörler arasındaki korelasyon değeri hesaplanması gerekir. Her bir boyuta ait Ortalama Açıklanan Varyansın Karekökü ($\sqrt{AVE}$) alınarak elde edilen değerlerin diğer boyutlarla olan korelasyonlarından büyük olması; aynı zamanda da sınır değer olarak belirtilen 0.90’nın üzerinde olmaması durumunda ayrışım geçerliliğinin sağlanacağı bildirilmiştir (Hair ve diğ., 2009; Fornell ve Larcker, 1981; Kline, 1994). Bu kapsamda araştırmada Ortalama Açıklanan Varyans (AVE), Ortalama Açıklanan Varyansın Karekökü ($\sqrt{AVE}$) ile Yapı Güvenirliği (CR) değerleri de hesaplanmıştır. Yapılan hesaplamalar sonucunda ortaya çıkan değerler Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12. Ölçüm Aracından Elde Edilen Ölçümlere İlişkin Birleşim ve Ayrışım Geçerliliği Sonuçları

	1	2	3	AVE	$\sqrt{AVE}$	CR
1-HK	1	0.347**	0.420**	0.51	0.71	0.80
2-T	0.347**	1	0.502**	0.81	0.90	0.94
3-HY	0.420**	0.502**	1	0.68	0.82	0.89

****p<0.01, *p<0.05**

Tablo 12 incelendiğinde Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin faktörler arası korelasyon katsayısının 0.347 ile 0.502 arasında değiştiği; Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin Hedonik Karşıtlık (HK) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.51, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.71 ve CR değeri 0.80 olarak; Tolerans (T) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.81, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.90 ve CR değeri 0.94 olarak; Hedonik Yoksunluk (HY) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.68, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.82 ve CR değeri 0.89 olarak hesaplanmıştır. Buna göre, her bir faktörlere ait CR ve AVE değerlerinin kabul edilen eşik değerinin üzerinde olması ölçüm aracından elde edilen ölçümlerin birleşim geçerliliğine sahip olduğunu gösterirken; her bir alt boyutuna ilişkin hesaplanan Ortalama

Açıklanan Varyansın Karekökünü ($\sqrt{AVE}$) diğer boyutlar arasındaki korelasyon değerinden büyük olması ve belirtilen maksimum eşik sınır değeri karşılaması ölçüm modelindeki her bir boyutun ayrı yapıyı ölçtüğü ve ölçüm aracından elde edilen ölçümlerin ayrışım geçerliği sağladığı belirlenmiştir.

4.2.6. Ölçüm Güvenirliği

Güvenirlilik, ölçüm aracına ait bir özellik değil ölçüm aracı ile elde edilmiş verilere ilişkin bir özelliktir. Bu nedenle ölçüm aracının güvenirliliği yerine ölçümün güvenirliliğinden bahsetmek daha uygun olacaktır. Bu nedenle güvenirliliğin, ölçme araçlarının değil ölçme araçları ile elde edilen ölçümlerin bir özelliği olduğunun bilinmesi önemlidir. Araştırmacıların çalışmalarında sıklıkla kullandıkları testin güvenirliliği, aracın güvenirliliği, test güvenilirliktir, araç güvenilirliktir şeklindeki benzer ifadeleri doğru bir yaklaşım değildir (Bademci, 2005). Dawis (1987) güvenirliliğin ölçüm aracının olduğu kadar örneklemin de bir fonksiyonu olduğunu bildirmiştir. Yazarın dikkat çektiği bu nokta araştırmacılar tarafından bazen gözden kaçırılmaktadır. Ölçüm güvenirliliğinin her örnekleme farklılaştığını düşünürsek örneklemin özellikleri kadar örneklem büyüklüğünün de ölçüm güvenirliliğini etkileyeceği bilinmelidir (Bademci, 2005).

Çalışmada açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi için Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümlerin iç tutarlılığı Cronbach Alfa ile hesaplanmıştır.

Literatürde Cronbach Alpha güvenirliliği ile ilgili George ve Mallery (2003) ≥ 0.9 üzerindeki değerlerin mükemmel, $0.7 \leq \alpha < 0.9$ arasındaki değerlerin iyi, $0.6 \leq \alpha < 0.7$ arasındaki değerlerin Kabul edilebilir, $0.5 \leq \alpha < 0.6$ arasındaki değerlerin zayıf ve $\alpha < 0.5$ altındaki değerlerin ise kabul edilemez değerler olduğunu bildirmiştir. Bu değerler haricinde farklı bir sınıflamaya göre de katsayılar değerlendirilebilmektedir. Konuya ilişkin Özdamar (2002), $0.81 < \alpha < 1.00$ arasındaki değerler ölçüm güvenirliliğinin yüksek düzeyde olduğunu, $0.61 < \alpha < 0.80$ arasındaki değerler ölçüm güvenirliliğinin orta düzeyde olduğunu, $0.41 < \alpha < 0.60$ arasındaki değerler ölçüm güvenirliliğinin düşük düzeyde olduğunu, $0.00 < \alpha < 0.40$ arasındaki değerler ise ölçüm güvenirliliğinin olmadığını göstergesidir. Hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Tablo 13'de sunulmuştur.

Tablo 13. Ölçüm Güvenirliliğine İlişkin Kanıtlar (Cronbach Alpha)

	Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) Toplam	Hedonik Karşıtlık (HK)	Tolerans (T)	Hedonik Yoksunluk (HY)
Grup 1 (AFA)	0.88	0.79	0.94	0.88
Grup 2 (DFA)	0.87	0.71	0.93	0.87

Tablo 13 incelendiğinde, Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümler için her iki gruptaki Cronbach Alpha güvenilirliğinin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu; AFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörleri ile DFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alfa güvenilirliğinin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu; AFA grubundaki “hedonik karşıtlık” ile DFA grubundaki “hedonik karşıtlık” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alpha güvenilirliğinin ise orta düzeyde güvenilirlik düzeyine sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Özdamar, 2002).

4.2.7.Dağılımın Analizi: Zemin ve Tavan Etkileri

Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) zemin (floor) ve tavan (ceiling) etkileri de incelenmiştir. Zemin etkisi, tüm maddelere “asla” (1 puan) cevabını verip toplamda 12 puan alan kişi oranını; tavan etkisi de tüm maddelere “daima” (5 puan) cevabını verip toplamda 60 puan alan kişi oranını göstermektedir. Pontes ve Griffiths’e (2015) göre bu oranın %15’in üstünde olması zemin ve tavan etkisi olduğu anlamına gelir ki, bu da istenmeyen bir durumdur. Elde edilen puanlar incelendiğinde ekstrem spor katılımcılarının zemin puanı en düşük 13 olarak belirlenirken; taban puanı en yüksek 56 olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda ekstrem spor katılımcılarının hiçbirisinin (% 0) 12 puan (zemin) ve (% 0) 60 puan almadığı (tavan) yani bu durum zemin ve tavan etkisinin olmadığını göstergesidir.

4.2.8.Ölçüm Aracının Puanlandırılması

4.2.8.1.Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM) ve Diğer Madde Bağımlılığı Kriterlerine Göre Puanlandırma Sistemi

Egzersiz bağımlılığı ve diğer bağımlılık türlerinin tespit edilebilmesi için Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı dördüncü baskısının (DSM-4) ve diğer madde bağımlılığı kriterleri temel alınarak hazırlanmış belirli kriterler mevcuttur (Hausenblas and Downs, 2002). Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) kullanılması sonucunda bireyin, davranışsal bağımlı olma riski taşıyan, bağımlı olmayan semptomatik (belirtiler gösteren), bağımlı olmayan asemptomatik (belirtiler göstermeyen) olduğunun belirlenmesi için değerlendirilen kriterler; hedonik karşıtlık, tolerans ve hedonik yoksunluktur. Rakip Süreç Teorisi temel alınarak hazırlanmış olan ve 12 madde ve üç alt boyuttan oluşan DBÖ aşağıdaki bilgileri verir:

1- Davranışsal bağımlılık semptomları skorlarının (puanlarının) ortalamasını.

2- Aşağıdakileri birbirinden ayırır:

- a) Davranışsal bağımlılığı olanlar,
- b) Bağımlı olmayan semptomatik,
- c) Bağımlı olmayan asemptomatik

Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nde 3 bağımlılık kriteri temel alınmıştır. Bu maddelere 4-5 aralığında puan veren bireyler davranışsal bağımlılığı olanlar olarak sınıflandırılır. Bu maddelere, 3 aralığında puan veren bireyler semptomatik olarak sınıflandırılır ve bu bireylerin teorik olarak davranışsal bağımlılık riski taşıdığı düşünülebilir. Son olarak ölçekteki ifadeler 1- 2 aralığında puan veren bireyler ise davranışsal bağımlılığı olmayan asemptomatik olarak sınıflandırılırlar.

Davranışsal Bağımlılık kapsamında yer alan ve ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin duygulanımsal ya da hedonik karşıtlık (affective and hedonic contrast) alt boyutu korku-zevk, holanma-tiksinme gibi zıt iki duygu çiftinin eşleşmesi, çekimine ilişkin maddeleri temsil eden ve 4 maddeden oluşan Hedonik Karşıtlık (HK) faktöründen alınabilecek en düşük puan 4 olup, en yüksek puan 20'dir.

Davranışsal Bağımlılık kapsamında yer alan ve ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin duygulanımsal ya da hedonik alışma (tolerans) (affective and hedonic habitation/tolerance) alt boyutu uyarana karşı bir alışma dönemini gösterir ve bu alışma döneminde öfori ya da coşkuda azalma gözlemlenir. Bu duruma ilişkin maddeleri temsil eden ve 4 maddeden oluşan Tolerans (T) faktöründen alınabilecek en düşük puan 4 olup, en yüksek puan 20'dir.

Davranışsal Bağımlılık kapsamında yer alan ve ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin duygulanımsal ya da hedonik yoksunluk (affective and hedonic withdrawal/abstinence) yani uyarana karşı geri çekilme isteğine yönelik maddeleri temsil eden ve 4 maddeden oluşan Hedonik Yoksunluk (HY) faktöründen alınabilecek en düşük puan 4 olup, en yüksek puan 20'dir.

Ölçeğin genel puanı değerlendirildiğinde; ölçekten alınacak 12 ile 24 arasında puanlar bağımlı olmayan asemptomatikler; 36 puan alanlar bağımlı olmayan semptomatikler; 48 ile 60 arasında puanlar davranışsal bağımlılığı olanlar olarak değerlendirilir.

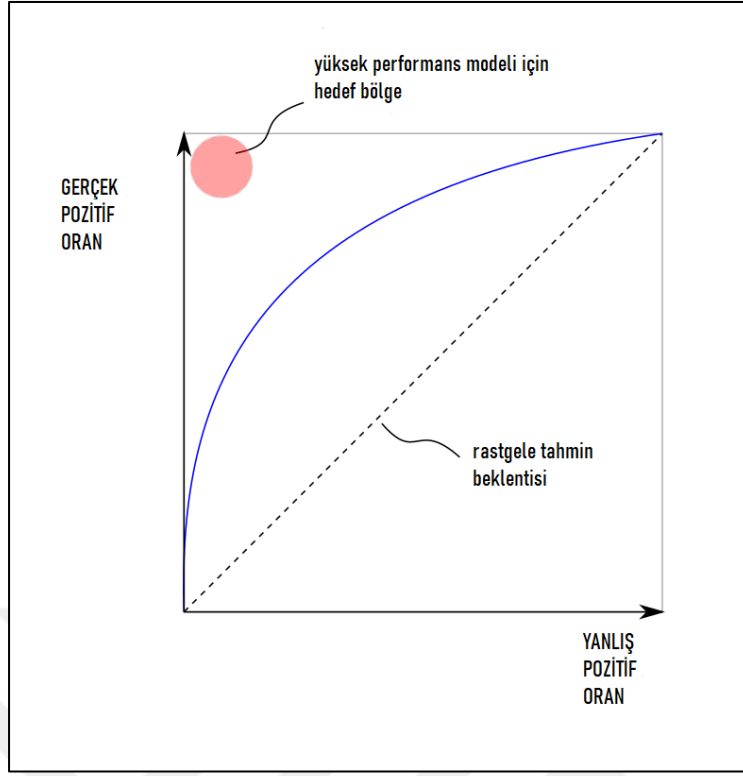
Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) toplam 12 madde 3 alt boyuttan oluşan beşli Likert derecelendirmesine sahiptir. Bu bağlamda ölçüm aracında yer alan her maddeye ilişkin

cevaplandırma “Asla”, “Nadiren”, “Bazen”, “Sık sık”, “Daima” şeklinde sıralanmış; 1, 2, 3, 4 ve 5 şeklinde derecelendirilmiştir.

4.2.8.2.Kesme Ölçütüne Göre Puanlandırma Sistemi

4.2.8.2.1.Alıcı İşletim Karakteristiği (ROC) Analizi

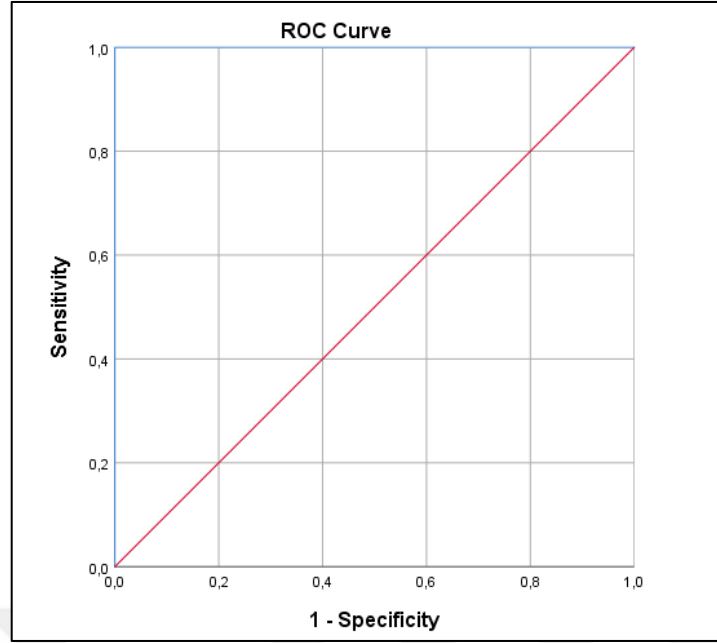
Ölçme araçları kategorize edilirken birtakım analizlerden faydalanır. Bu analizlerden en çok bilineni Alıcı İşletim Karakteristiği (ROC) analizidir (Fawcett, 2005; Metz, 1978). Alıcı-işlem karakteristiği (ROC) analizi ilk olarak İkinci Dünya Savaşı sırasında radar tespitinde sinyali gürültüden ayırmada sınıflandırma doğruluğunu analiz etmek için geliştirilmiştir (Zou ve diğ., 2007). Son yıllarda ise ROC analizi, bir tarama testi için vaka ve vaka olmayan durumları ayırt etmede altın bir standarda karşı ayırt edici performanslarının değerlendirilmesi için ilk sırada yer alan yöntem olarak kullanılmaktadır. ROC analizi basittir, grafiksel ve görsel olarak kolayca değerlendirilebilir. Bu yönüyle oldukça avantajlıdır (Preti ve diğ., 2007). Testler genellikle tek bir duyarlılık ve/veya özgüllüğe değil, birçok duyarlılık ve/veya özgüllüğe sahip olduğundan, her bir karar eşiği için duyarlılık ve özgüllüğün birleşiminden oluşan bir eğri oluşturmak, bir testin tüm karar eşikleri üzerinde incelenen ayrımı yapma yeteneğinin kapsamlı bir resmini sağlayabilir. ROC analizi bu karmaşık çabanın üstesinden gelmek için etkili analizlerden birisidir (Preti ve diğ., 2007).



Grafik 17. Alıcı-İşlem Karakteristiği (ROC) Eğrisi

ROC eğrisi değerlendirilirken eğrinin altında kalan alan (Area Under the ROC Curve AUC) dikkate alınmaktadır (Adams ve Hand, 1999). ROC analizi bir özet ölçüt olan eğri altındaki alanı (AUC) verir. Bu da ölçütün bir durumun vakaları ve vaka olmayanları arasında ne kadar iyi ayırım yaptığını gösterir. Bu noktada eğri altındaki alanın yani AUC değerinin 1.000 olması testin iyi çalıştığı ve tamamen doğru ayırım yapıldığını gösterir (Preti ve diğ., 2007).

Bu kapsamda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) kesme noktasının hesaplanması için ROC analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Grafik 18 ve Tablo 20'de verilmiştir.



Grafik 18. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) ROC Eğrisi

Grafik 1. de Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) ROC eğrisi grafiği yer almaktadır. AUC-ROC (eğri altında kalan alan) 0.5 ise ayırtmadığı; 0.5-0.7 arasında ayırt etme gücünün istatistiksel olarak anlamsız olduğu; 0.7-0.8 arası kabul edilebilir olduğu; 0.8-0.9 arası iyi ayırt etme gücünün olduğu; 0.9 üzerinde olması ise mükemmel ayırt edici gücünün olduğu göstergesidir (Saunders ve Trap 1994). Buna göre Grafik 1 incelendiğinde eğri altında kalan alanın 1.000 olduğu görülmektedir. Tablo 14'de Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) kesme puanı hesaplanmıştır. Buna göre Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) kesme puanı 37 olarak belirlenmiştir.

Tablo 14. Elde Edilen Kesme Puanlarına Göre Duyarlılık ve Özgüllük Değerleri

Kesme Noktası	Duyarlılık (Sensitivity)	Özgüllük (Specificity)
>11.00	1.000	1.000
>12.50	1.000	.944
>13.50	1.000	.928
>15.00	1.000	.888
>16.50	1.000	.857
>17.50	1.000	.835
>18.50	1.000	.801
>19.50	1.000	.677
>20.50	1.000	.620
>21.50	1.000	.576
>22.50	1.000	.476

>23.50	1.000	.458
>24.50	1.000	.442
>25.50	1.000	.432
>26.50	1.000	.414
>27.50	1.000	.392
>28.50	1.000	.327
>29.50	1.000	.295
>30.50	1.000	.267
>31.50	1.000	.189
>32.50	1.000	.145
>33.50	1.000	.080
>34.50	1.000	.074
>35.50	1.000	.034
>37.00*	1.000	.000
>39.50	.972	.000
>41.50	.626	.000
>43.00	.505	.000
>44.50	.495	.000
>45.50	.449	.000
>46.50	.364	.000
>49.50	.262	.000
>54.00	.187	.000
>57.50	.140	.000
>60.00	.000	.000

Sonuç olarak ROC analizinde eğrinin altında kalan alan 1.000 olarak saptanması Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) %100 olasılıkla bağımlı olmayan asemptomatikler ve bağımlı olmayan semptomatikleri davranışsal bağımlılığı olanlardan doğru bir biçimde ayırdığını göstermektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5.TARTIŞMA

Rakip Süreç Teorisi temel alınarak ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin geri çekilme durumlarının psikolojik ve davranışsal yönlerini ortaya çıkarabilmek amacıyla çok boyutlu bir “Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)”nin geliştirilmesinin amaçlandığı bu tez kapsamında ele alınan davranışsal bağımlılık anahtar kelimesi literatürde yer alan sayılı örneklerden birisinin olmasının yanı sıra Türkiye’de yapılan ilk çalışma ve ölçüm aracı olmasından dolayı önemli rol oynamaktadır. Bu kapsamda araştırmada “Davranışsal Bağımlılığın” ekstrem sporlara katılım gösteren bireylerin geri çekilme durumlarının psikolojik ve davranışsal yönlerini ortaya çıkarabilmek amacıyla “Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ)” geliştirilmesi için yapının belirlenmesi süreci ile başlayan 11 aşamalı bir ölçek geliştirme süreci izlenmiştir.

Bu doğrultuda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği’nin (DBÖ) geliştirilme sürecine madde analizi ile başlanmıştır. Madde analizleri korelasyon, alt ve üst %27’lik grup ortalamaları farkı ve faktör analizi ile yapılmıştır.

Ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerle korelasyon ve alt-üst %27’lik grup ortalamaları farkına yönelik yapılan analizler sonucunda 3 faktörlü ve 12 maddelik maddelerin ayırt edicilik güünün yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonrasında ise faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ile elde edilen ölçümlerin faktör yapısının ortaya çıkarabilmek için Principal Axis Factoring- Ana Eksen Faktörleme (PAF-AEF) ve eğik döndürme yönteminin (Promax) seçilmesi ile gerçekleştirilen Açımlyıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda özdeğeri 1 ve üzerinde olan ve toplam varyansın % 68.220’sini açıklayan 12 maddelik 3 faktörlü bir yapı ortaya çıkarılmıştır. Ortaya çıkarılan faktörlerin isimlendirilmesi “Rakip Süreç Teorisi” kapsamında gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda birinci faktör “Tolerans (T)”, ikinci faktör Hedonik Karşıtlık (HK), üçüncü faktör Hedonik Yoksunluk (HY) olarak isimlendirilmiştir. Her bir faktörde yer alan maddelerin faktör yük değerleri “0.45 ile 0.93” arasında değiştiği belirlenmiştir. Açımlyıcı Faktör Analizi (AFA) ile ortaya çıkarılan 12 maddelik 3 faktörden oluşan yapının doğrulanması amacıyla gerçekleştirilen Birinci Düzey Doğrulatoryıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda ölçüm aracından elde edilen ölçümlere ilişkin uyum indeksleri değerleri $\chi^2/sd=1.47$, RMSEA=0.05, GFI= 0.86, AGFI= 0.80, IFI= 0.90, NFI= 0.89, TLI= 0.87 ve CFI= 0.90 olarak belirlenmiştir. Buna göre Doğrulatoryıcı Faktör Analizi (DFA) sonuçları Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ile elde edilen ölçümlerin 12 maddelik 3 faktörlü yapısını doğrulamaktadır. Sonrasında gerçekleştirilen İkinci Düzey Doğrulatoryıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda ölçüm aracına ilişkin uyum indeksleri değerleri $\chi^2/sd=8.89$,

RMSEA= 0.08, GFI= 0.87, AGFI= 0.80, IFI= 0.91, NFI= 0.90, TLI= 0.88 ve CFI= 0.91 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ölçüm modelinin hem birinci düzey hem de ikinci düzey faktör analizi ile geçerliğinin ispatlandığının kanıtı niteliğindedir. Ölçüme ilişkin maddelerin faktör yük değerleri 0.54 ile 0.93 olarak belirlenmiştir. Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ) ile elde edilen ölçümlerin birleşim ve ayrışım geçerliliği için ölçüm aracına ilişkin her bir faktörlerin AVE, CR, $\sqrt{AVE}$ değerleri ile faktörler arası korelasyonları hesaplanmıştır. Bu kapsamda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) Hedonik Karşıtlık (HK) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.51, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.71 ve CR değeri 0.80 olarak; Tolerans (T) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.81, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.90 ve CR değeri 0.94 olarak; Hedonik Yoksunluk (HY) alt boyutuna ilişkin AVE değeri 0.68, $\sqrt{AVE}$ değeri 0.82 ve CR değeri 0.89 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar, ölçüm modelindeki her bir boyutun ayrı yapıyı ölçtüğü ve ayrışım geçerliliğinin sağlandığını kanıtı niteliğindedir.

Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)'nin ölçüm güvenirliği için yapılan analizler sonucunda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği ile elde edilen ölçümler için her iki gruptaki (AFA ve DFA) Cronbach Alpha güvenirliğinin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu; AFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörleri ile DFA grubundaki “tolerans” ve “hedonik yoksunluk” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alfa güvenirliğinin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğu; AFA grubundaki “hedonik karşıtlık” ile DFA grubundaki “hedonik karşıtlık” faktörlerinden elde edilen ölçümler için Cronbach Alpha güvenirliğinin ise orta düzeyde güvenilirlik düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir.

Bu değerler ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlerin güvenilir olduğunun kanıtı niteliğindedir. Ayrıca Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) zemin (floor) ve tavan (ceiling) etkileri de incelenmiştir. Analiz sonucunda ekstrem spor katılımcılarının hiçbirisinin (% 0) 12 puan (zemin) ve (% 0) 60 puan almadığı (tavan) yani ölçüm aracı ile elde edilen ölçümlere ilişkin zemin ve tavan etkisinin olmadığını belirlenmiştir.

ALTINCI BÖLÜM

6.SONUÇLAR VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Güvenirlik ve geçerlik ölçeğin özelliği değil toplanan verinin özelliği olduğundan dolayı bu çalışma sonucunda Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) geçerli ve güvenilir ölçmeler yapılabilen bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

- Literatürde ekstrem sporların madde bağımlılarının iyileşmesi için bir duygu düzenleyici olarak hizmet edebileceği ve bu yönüyle olumsuz etkiyi hafifletebileceği öne sürülmüştür (Woodman ve diğ., 2008; Woodman ve diğ., 2010). Bu nedenle ekstrem sporların madde bağımlılığı tedavi yaklaşımları kapsamında ele alınmasının bağımlılık tedavi programları için potansiyel etkileri olacağı düşünülmektedir.
- Ölçek geliştirme ve kültürel adaptasyon süreci dinamik bir süreçtir. Bu nedenle tez kapsamında geliştirilen Davranışsal Bağımlılık Ölçeği'nin (DBÖ) kullanılması ve ölçüm aracının aynı anda hem madde bağımlısı olup hem de ekstrem sporlarla ilgilenen katılımcı gruplarına uygulanması önerilir.
- Ölçüm aracının diğer bağımlılık türleri için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması ve nitel çalışmalarla desteklenmesi “madde ve madde dışı bağımlılıkların” daha iyi anlaşılması için kaynak olacağı düşünülmektedir.
- Tez kapsamında geliştirilen ölçüm aracı multidisipliner çalışma alanlarını kapsayacak şekilde geliştirilmiştir. Bu nedenle ölçüm aracının çalışmanın kuramsal temeli kapsamında ele alınan 7 deneysel çalışma raporları göz önünde bulundurularak bu alanda çalışan araştırmacılar için ölçüm aracının geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılması bağımlılığın daha iyi anlaşılması açısından önem taşımaktadır.
- Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM) içerisinde yer alan madde dışı bağımlılık kategorisine “ekstrem sporlara ilişkin bağımlılığın” dahil edilmesi ve ekstrem sporların bağımlılık tedavi programları içerisinde kullanılması madde bağımlılığı olan kişilerin yoksunluk semptomlarının hafiflemesi için bir çözüm olabilecektir.

YEDİNCİ BÖLÜM

7.KAYNAKLAR ve EKLER

7.1.Kaynaklar

- Adams, N. M., & Hand, D.J. (1999). Comparing classifiers when the misallocation costs are uncertain. *Pattern Recognition*, 32(7), 1139-1147
- Aidman E. V., Woollard S. (2003). The influence of self-reported exercise addiction on acute emotional and physiological responses to brief exercise deprivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(3), 225–236.
- Acquah, A., Nsiah, T. K., Antie, E. N. A., & Otoo, B. (2021). Literature Review on Theories of Motivation. *EPRA International Journal of Economic and Business Review*, 9(5), 25-29.
- Bademci, V. (2005). Testler Güvenilir Değildir: Ölçüm Güvenirliğine Yeterli Dikkat Ve Güvenirlilik Çalışmaları İçin Örneklem Büyüklüğü, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17, 33-45
- Baker, T., & Simon, J. (2002). *Taking risks: Extreme sports and the embrace of risk in advanced liberal societies*. In T. Baker & J. Simon (Eds.), *Embracing risk: The changing culture of insurance and responsibility* (pp. 177–208). Chicago: University of Chicago Press.
- Bradley MM. (2000). Emotion and Motivation. In: Cacioppo JT, Tassinary LG, Bernston GG, editors. *Handbook of Psychophysiology*. 2nd ed. New York: Cambridge University Press, 602–642.
- Brymer, E. (2009). Extreme sports as a facilitator of eccentricity and positive life changes. *World Leisure Journal*, 51(1),47-53.
- Brymer, E.& Schweitzer, R.(2012).Extreme sports are good for your health: A phenomenological understanding of fear and anxiety in extreme sport. *Journal of Health Psychology*,18(4), 477-487.
- Brymer, E. (2010). Risk taking in extreme sports: A phenomenological perspective. *Annals of Leisure Research*, 13(1-2), 218-238.
- Blašková, M.; Grazulis, V. (2009). Motivation of human potential: theory and practice. Vysokoškolská učebnica. Mikolas Romeris University, Zilina University.
- Brymer, E., & Schweitzer, R. (2013). The search for freedom in extreme sports: A phenomenological exploration. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(6), 865–873.

- Burns, N., & Susan, K. G. (2005). *The Practice of Nursing Research Conduct*. Philadelphia: Saunders.
- Buckley, R. (2012). Rush as a key motivation in skilled adventure tourism: Resolving the risk recreation paradox. *Tourism Management*, 33(4), 961–970.
- Black, D. W. (2013). Behavioural addictions as a way to classify behaviours. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 58(5), 249-251.
- Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling with AMOS, EQS, and LISREL: Comparative approaches to testing for the factorial validity of a measuring instrument. *International journal of testing*, 1(1), 55-86.
- Breedon, J. R., Ziauddeen, H., Stochl, J., & Ersche, K. D. (2021). Feeding the addiction: Narrowing of goals to habits. *European Neuropsychopharmacology*, 42, 110-114.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma tasarımı, SPSS uygulamaları ve yorumlama. Ankara: Pegem.
- Cardinal, R. N., Parkinson, J. A., Hall, J., & Everitt, B. J. (2002). Emotion and motivation: the role of the amygdala, ventral striatum, and prefrontal cortex. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 26(3), 321-352.
- Cattell, R.B. (1978). *The Scientific Use of Factor Analysis*. New York: Plenum Press.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *Interpretation and application of factor analytic results*. Comrey AL, Lee HB. A first course in factor analysis, 2, 1992.
- Cree, J. M. (2018). *The Invention of Addiction in Early Modern England* (Doctoral dissertation, University of Sheffield).
- Celsi, R. L., Rose, R. L., & Leigh, T. W. (1993). An exploration of high risk leisure consumption through skydiving. *Journal of Consumer Research*, 20(1), 1–23.
- Cox, R. H., Martens, M. P. & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised competitive state anxiety inventory–2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 519-533.
- Cronbach, L. J., & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological bulletin*, 52(4), 281.
- Campbell, W. G. (2003). Addiction: A disease of volition caused by a cognitive impairment. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 48(10), 669-674.
- Cattell, R.B. (1978). *The Scientific Use of Factor Analysis*. New York: Plenum Press.

- Dawis, R.V.(1987). Scale Construction. *Journal of Counseling Psychology*, Vol.34, 481-489.
- Day, E. (Ed.). (2021). *Seminars in Addiction Psychiatry*. Cambridge University Press.
- DeVellis, R. F., & Thorpe, C. T. (2021). *Scale development: Theory and applications*. Sage publications.
- Di Nicola M., Tedeschi D., De Risio L., Pettorruso M., Martinotti G., Ruggeri F., Swierkosz-Lenart K., Guglielmo R., Callea A., Ruggeri G., Pozzi G., Di Giannantonio M., Janiri L. (2015). Co-occurrence of alcohol use disorder and behavioural addictions: Relevance of impulsivity and craving. *Drug and Alcohol Dependence*, 148, 118–125.
- Elmes, M., & Barry, D. (1999). Deliverance, denial, and the Death Zone: A study of narcissism and regression in the May 1996 Everest climbing disaster. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 35(2), 163–187.
- Ersche, K. D., Turton, A. J., Pradhan, S., Bullmore, E. T., & Robbins, T. W. (2010). Drug addiction endophenotypes: impulsive versus sensation-seeking personality traits. *Biological psychiatry*, 68(8), 770-773.
- Epstein, S., & Fenz, W. D. (1962). Theory and experiment on the measurement of approach-avoidance conflict. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 64(2), 97.
- Epstein, S., & Fenz, W. D. (1965). Steepness of approach and avoidance gradient in humans as a function of experience: Theory and experiment. *Journal of Experimental Psychology*, 70(1), 1
- Erkuş, A. (2003). *Psikometri üzerine yazılar*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Erkuş, A. (2007). Ölçek geliştirme ve uyarlama çalışmalarında karşılaşılan sorunlar. *Türk Psikoloji Bülteni*, 13(40), 17-25.
- Franques P., Auriacombe M., Piquemal E., Verger M., Brisseau-Gimenez S., Grabot D., Tignol J. (2003). Sensation seeking as a common factor in opioid dependent subject and high risk sport practising subjects. A cross sectional study. *Drug and Alcohol Dependence*, 69(2), 121–126.
- Franken, I., Zijlstra, C., & Muris, P. (2006). Are nonpharmacological induced rewards related to anhedonia? A study among skydivers. *Progress in Neuro Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 30(2), 297–300.
- Farrell M. (1994) Opiate withdrawal. In West R, Gossop M (eds), *Comparing drugs of dependence*. 89(11), 1471-1476.

- Fanselow, M. S. (2018). *Emotion, motivation and function*. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 19, 105-109.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS: Book Plus Code for E Version of Text*. SAGE Publications Limited.
- Fabrigar, R. L., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4(3), 272-299.
- Fenz, W. D., & Epstein, S. (1967). Gradients of physiological arousal in parachutists as a function of an approaching jump. *Psychosomatic medicine*, 29(1), 33-51.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research*, 18(3), 382-388.
- Fawcett, T. (2005). An introduction to ROC analysis. *Pattern Recognition Lett.* 27(8), 861–874.
- George D, & Mallery P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Griffiths, M. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioural addictions. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 233–241.
- Garcia-Romeu, A. P. (2012). *Self-transcendence: Measurement and experience*. Palo Alto, California.
- Harris, K. J., Hanks, L., Line, N. D., & McGinley, S. (2017). Understanding responses to posted restaurant food safety scores: An information processing and regulatory focus perspective. *International Journal of Hospitality Management*, 60, 67-76.
- Heirene, R., Shearer, D., Roderique-Davies, G., & Mellalieu, S. (2016). Addiction in extreme sports: An exploration of withdrawal states in rock climbers. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2), 332–341.
- Haque, M. F., Haque, M. A., & Islam, M. (2014). Motivational Theories-A Critical Analysis. *ASA University Review*, 8(1).
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009). *Multivariate data analysis*. NJ: Prentice Hall.
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic journal of business research methods*, 6(1), 53-60.

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009). *Multivariate data analysis*. NJ: Prentice Hall.
- Ho, R. (1989). Why do people smoke? Motives for the maintenance of smoking behaviour and its possible cessation. *Australian Psychologist*, 24(3), 385–400.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Krathwohl, D. (1997). *Methods of educational and social science research*. Longman: New York.
- Kozlowski, L. T., & Wilkinson, A. D. (1987). Use and misuse of the concept of craving by alcohol, tobacco, and drug researchers. *British Journal of Addiction*, 82(1), 31–36.
- Koob, G. F. (2015). The dark side of emotion: the addiction perspective. *European journal of pharmacology*, 753, 73-87.
- Koltko-Rivera, M. E. (2006). Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs: Self-transcendence and opportunities for theory, research, and unification. *Review of general psychology*, 10(4), 302-317.
- Kline, P. (1994). *An easy guide to factor analysis*. New York: Routledge.
- Lambton, D. (2000). Extreme sports flex their muscles. *Allsport, September (SB49)*, 19–22.
- Leeman R. F., Potenza M. N. (2013). A targeted review of the neurobiology and genetics of behavioural addictions: An emerging area of research. *Canadian Journal of Psychiatry*, 58(5), 260–273.
- Lemon, R. (2018). *Addiction and devotion in early modern England*. University of Pennsylvania Press.
- Lim, J. (2011). Hedonic scaling: A review of methods and theory. *Food quality and preference*, 22(8), 733-747.
- Luria, A. R. (1932). The nature of human conflicts, Liveright.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). Work motivation and satisfaction: Light at the end of the tunnel. *Psychological science*, 1(4), 240-246.
- Lunenburg, F. C. (2011). Goal-setting theory of motivation. *International journal of management, business, and administration*, 15(1), 1-6.
- Loehlin, J.C. (1998). *Latent variable models: An introduction to factor, path, and structural analysis* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Marlatt, G. (1987). Craving notes. *British Journal of Addiction*, 82(1), 42–44.

- Monasterio, E. (2007). The risks of adventure sports/people. The Alpinist, November 19. Retrieved 11 June 2008 from <http://www.alpinist.com/doc/web07f/rb-erik-monasteriomountaineering-medicine>
- Markopoulos, E., & Kornilakis, I. (2016). True Knowledge in Knowledge Management, A Black Hole. Proceedings 15th International Conference on Artificial Intelligence, Knowledge Engineering And Data Bases (Aiked '16) Venice, Italy, 29-31.
- McLain, D. L. (2009). Evidence of the properties of an ambiguity tolerance measure: The multiple stimulus types ambiguity tolerance scale–II (MSTAT–II). *Psychological reports*, 105(3), 975-988.
- McDonald, R. P. (1985). Comments on DJ Bartholomew," Foundations of factor analysis: Some practical implications.". British Psychological Society.
- Metz, C. (1978). Basic principles of ROC analysis. Semin. Nucl. Med. 3 (4). Zou K.H., O'Malley A.J., Mauri L. (2007). Receiver-Operating characteristic analysis for evaluating diagnostic tests and predictive models. *Circulation*, 115(5), 654–657.
- Miner, J. B. (2015). Expectancy Theories: Victor Vroom, and Lyman Porter and Edward Lawler. In *Organizational Behavior*, 1, 110-129.
- Ogilvie, B. C. (1974). The sweet psychic jolt of danger. *Psychology Today*, October, 88–94.
- Olsen C. M. (2011). Natural rewards, neuroplasticity, and non-drug addictions. *Neuropharmacology*, 61(7), 1109–1122.
- Oxford Latin Dictionary (2012). In: Glare PGW, editor. 2nd ed. Vol. 1. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Özdamar K. (2002). *Paket Programlarla İstatistiksel Veri Analizi-1*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Palmer, C. (2004). *Death, danger and the selling of risk in adventure sports*. In B. Wheaton (Ed.), *Understanding lifestyle sports: Consumption, identity and difference*. London: Routledge.
- Pain, M. T. G., & Pain, M. A. (2005). Essay: Risk taking in sport. *The Lancet*, 366(1), 33–S34.
- Price, I. R., & Bundesen, C. (2005). Emotional changes in skydivers in relation to experience. *Personality and Individual Differences*, 38(5), 1203–1211.
- Potenza M. N. (2006). Should addictive disorders include non-substance related conditions? *Addiction*, 101, 142–151.

- Priest, S., & Gass, M. A. (2nd ed.). (2005). *Effective leadership in adventure programming*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Porter R. 1985. The drinking man's disease: the 'pre-history' of alcoholism in Georgian Britain. *Brit J Addict.* 80(4), 385–396.
- Popescu, A., Marian, M., Drăgoi, A. M., & Costea, R. V. (2021). Understanding the genetics and neurobiological pathways behind addiction. *Experimental and Therapeutic Medicine*, 21(5), 1-10.
- Preacher, K. J., & MacCallum, R. C. (2002). Exploratory factor analysis in behavior genetics research: Factor recovery with small sample sizes. *Behavior genetics*, 32(2), 153-161.
- Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2015). Measuring DSM-5 internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in human behavior*, 45, 137-143.
- Preti, A., Rocchi, M. B., Sisti, D., Mura, T., Manca, S., Siddi, S., ... & Masala, C. (2007). The psychometric discriminative properties of the Peters et al Delusions Inventory: a receiver operating characteristic curve analysis. *Comprehensive psychiatry*, 48(1), 62-69.
- Rossi, B., & Cereatti, L. (1993). The sensation seeking in mountain athletes as assessed by Zuckerman's sensation seeking scale. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 417–431.
- Robinson, V. (2004). *Taking risks: Identity, masculinities and rock climbing*. In B. Wheaton (Ed.), *Understanding lifestyle sports: Consumption, identity and difference*, London: Routledge.
- Robbins T. W., Clark L. (2015). Behavioural addictions. *Current Opinion in Neurobiology*, 30, 66–72.
- Rosenthal, R. J., & Faris, S. B. (2019). The etymology and early history of 'addiction'. *Addiction Research & Theory*, 27(5), 437-449.
- Roura Turet, J. (2015). Neurobiology of drug addiction: animal behavioral paradigms, and MDPV as an example of addictive cathinones.
- Schreiber, J. B., Nora, A., Stage, F. K., Barlow, E. A., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of educational research*, 99(6), 323-338.
- Slaght E., Lyman S., Lyman S. (2004). Promoting healthy lifestyles as a biopsychosocial approach to addictions counselling. *Journal of Alcohol & Drug Education*, 48(2), 5–16.
- Slanger, E., & Rudestam, K. E. (1997). Motivation and disinhibition in high risk sports: Sensation seeking and self-efficacy. *Journal of Research in Personality*, 31, 355–374.

- Self, D. R., Henry, E. D., Findley, C. S., & Reilly, E. (2007). Thrill seeking: The type T personality and extreme sports. *International Journal of Sport Management and Marketing* 2(1-2), 175–190
- Salassa J. R., Zapala D. A. (2009). Love and fear of heights: The pathophysiology and psychology of height imbalance. *Wilderness and Environmental Medicine*, 20(4), 378–382.
- Storry, T. (2003). *The games outdoor adventurers play*. In B. Humberstone, H. Brown & K. Richards (Eds.), *Whose journeys? The outdoors and adventure as social and cultural phenomena* (pp. 201–228). Penrith, NSW: The Institute for Outdoor Learning.
- Sekine, Y., Minabe, Y., Ouchi, Y., Takei, N., Iyo, M., Nakamura, K., & Mori, N. (2003). Association of dopamine transporter loss in the orbitofrontal and dorsolateral prefrontal cortices with methamphetamine-related psychiatric symptoms. *American Journal of Psychiatry*, 160(9), 1699–1701.
- Solomon, R. L. (1980). The opponent-process theory of acquired motivation: the costs of pleasure and the benefits of pain. *American psychologist*, 35(8), 691.
- Starcevic, V. (2016). Behavioural addictions: A challenge for psychopathology and psychiatric nosology. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 50(8), 721-725.
- Solomon, R. L., & Corbit, J. D. (1973). An opponent-process theory of motivation: II. Cigarette addiction. *Journal of abnormal psychology*, 81(2), 158.
- Solomon, R. L., & Corbit, J. D. (1974). An opponent-process theory of motivation: I. Temporal dynamics of affect. *Psychological review*, 81(2), 119.
- Saunders BD, Trap RG (1994). *Basic & clinical biostatistics*. Second Edition, Appleton & Lange, Connecticut:243-245.
- Solomon, R. L. (1980). The opponent-process theory of acquired motivation: the costs of pleasure and the benefits of pain. *American psychologist*, 35(8), 691.
- Solomon, R. L., & Corbit, J. D. (1978). An opponent-process theory of motivation. *The American Economic Review*, 12-24.
- Schaler, J. A. (1995). *The addiction belief scale*. *International Journal of the Addictions*, 30(2), 117-134.
- Schumacher, R. E., & Lomax, R. G. (1996). *A beginner's guide to structural equation modeling*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

- Schermelleh, E. K., & Moosbrugger, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2): 23-74.
- Schreiber, J. B., Nora, A., Stage, F. K., Barlow, E. A., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of educational research*, 99(6), 323-338.
- Şahin, D. B., & Gülleroğlu, H. D. (2013). Likert tipi ölçeklere madde seçmede kullanılan farklı madde analizi teknikleri ile oluşturulan ölçeklerin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 1(2), 18-28.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. Pearson Education Company.
- Tekin, G., & Görgülü, B. (2018). Clayton Alderfer'in Erg Teorisi ve çalışanların iş tatmini. *Social Sciences Studies Journal*, 4(17), 1559-1566.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. Pearson Education Company.
- Tekin, D. (2019). *Sosyal bilgiler öğretmenlerinin ölçme ve değerlendirmeye yönelik öz-yeterlik algıları ve tutumları arasındaki ilişki* (Master's thesis, Sakarya Üniversitesi).
- Venter, H., & Venter, E. (2010). Globalization and the psychology of the new world citizen: How the new global citizen compares to Maslow's level of self transcendence. *International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 5(7), 29-35.
- Woodman T., Cazenave N., Le Scanff C. (2008). Skydiving as emotion regulation: The rise and fall of anxiety is moderated by alexithymia. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(3), 424-433.
- Woodman T., Hardy L., Barlow M., Le Scanff C. (2010). Motives for participation in prolonged engagement high-risk sports: An agentic emotion regulation perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(5), 345-352.
- Weinstein A., Feder L. C., Rosenberg K. P., Dannon P. (2014). *Internet addiction disorder: Overview and controversies* In Rosenberg K. P., Feder L. C. (Eds.), *Behavioural addictions: Criteria, evidence, and treatment*. London, UK: Academic Press.
- West, R., & Gossop, M. (1994). Overview: A comparison of withdrawal symptoms from different drug classes. *Addiction*, 89(11), 1483-1489.

- Willig, C. (2008). A phenomenological investigation of the experience of taking part in 'extreme sports'. *Journal of Health Psychology*, 13(5), 690–702.
- Walters, G. D., & Gilbert, A. A. (2000). Defining addiction: Contrasting views of clients and experts. *Addiction Research*, 8(3), 211-220.
- Withington, P. (2022). Addiction, Intoxicants, and the Humoral Body. *The Historical Journal*, 65(1), 68-90.
- Willig, C. (2008). A phenomenological investigation of the experience of taking part in 'extreme sports'. *Journal of Health Psychology*, 13(5), 690–702.
- Zijlstra, F., Booij, J., van den Brink, W., & Franken, I. H. (2008). Striatal dopamine D2 receptor binding and dopamine release during cue-elicited craving in recently abstinent opiate dependent males. *European Neuropsychopharmacology*, 18(4), 262–270.
- Zuckerman, M. (2000). Are you a risk-taker? *Psychology Today New York*, 33(6), 52-57.

7.2.Ekler

EK 1: Tez Konusu Belirleme ve Onay Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 23.11.2021-E.193988

 T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-27697707-302.14.01-193988 23.11.2021
Konu : Konu Belirleme, Değişirme ve Onama

DAĞITIM YERLERİNE

Anabilim Dalımız Rekreasyon Doktora Programı öğrencisi Özge Yavaş TEZ'in tez konusu, Enstitü Yönetim Kurulumuzun 16.11.2021 tarih ve 50/9 sayılı kararıyla "Davranışsal Bağlımlılık: Rakip Süreç Teorisi Perspektifinden Ölçek Geliştirme Çalışması" şeklinde uygun bulunmuştur.
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Gülenaz SELÇUK
Enstitü Müdür Yardımcısı

Dağıtım:
Gereği:
Doç. Dr. Melike ESENTAŞ DEVECİ

Bilgi:
Sbe Rekreasyon Anabilim Dalı Başkanlığına

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Kodu : [BSENVR180U] Pin Kodu : 86482 Belge Takip Adresi : <http://turkiye.gov.tr/ebd/eK-40498eD-BSENVR180U&eS-193988>
Adres:MCBÜ Şehit Prof. Dr. İlhan Varank Yerleşkesi Fen ve Sosyal Bilimler Enstitüsü Binası 1. Kat 45140 Yumurtasuyu/Manisa
Telefon:(0 236) 2012754 Faks:(0 236) 2330949
Elektronik Ağı:<http://sbe.cbu.edu.tr>
Kep Adresi:celalbayanuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: First Akar
Uzvan: Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni
Telefon No: 2012764

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK 2: Etik Kurul Onay Belgesi

Evrak Tarih ve Sayısı: 24.12.2021-E.215240



T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu

Sayı : E--050.01.04-215240
Konu : Melike ESENTAŞ DEVECİ-Etik Kurul
Başvurunuz-Hk-

24.12.2021

Sayın Doç. Dr. Melike ESENTAŞ DEVECİ

İlgi : 13.12.2021 tarihli ve 206819 sayılı yazı.

MCBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilimdalı Doktora öğrencisi Özge YAVAŞ TEZ'in "Davranışsal Bağımlılık: Rakip Süreç Teorisi Perspektifinden Ölçek Geliştirme Çalışması" adlı başvurunuz kurulumuzun 20.12.2021 tarih ve 2021/12 sayılı toplantısında görüşülmüş olup, tez çalışmasının etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

Kurulumuzda alınan karar ekte gönderilmektedir.
Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Ramazan GÖKBUNAR
Kurul Başkanı

Ek: 15-Nolu karar (1 sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Kodu :BSN84L5J4J Pin Kodu :56452 Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/eod/eik=4049&eD=BSN84L5J4J&eS=215240>
Adres:Şehit Prof. Dr. İlhan Vardak Yerleşkesi 45140 - Yunusemre/Manisa Bilgi için: Belent Tekelioğlu
Telefon:(0 236) 2011000 Faks:(0 236) 2372442 Unvan: Şef
Elektronik Ağ:http://www.cbu.edu.tr
Kep Adresi:celalbayerunivertesii@bu01.kep.tr Telefon No: 2362011095



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK
KURULU KARARLARI

Toplantı Tarih	: 20.12.2021
Toplantı Sayısı	: 2021/ 12
Toplantıda Alınan Karar Sayısı	: 20

Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu 20.12.2021 tarih ve saat 15:00'da Rektörlük Yönetim Kurulu Toplantı odasında toplanmış, aşağıdaki kararlar alınmıştır.

KARAR:

- 15- MCBÜ Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Doç.Dr.Melike ESENTAŞ DEVECİ'nin 13.12.2021 tarih ve E.206819 sayıda kayıtlı MCBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilimdalı Doktora öğrencisi Özge YAVAŞ TEZ'in "Davranışsal Bağumluluk: Rakip Süreç Teorisi Perspektifinden Ölçek Geliştirme Çalışması" adlı tez çalışmasının etik yönden uygunluğuna, toplantıya katılan üyelerin oy birliği ile karar verildi.

(imza) Prof.Dr.Ramazan GÖKBUNAR Başkan		
(imza) Prof.Dr.Fatma ŞAŞMAZ ÖREN Üye	(imza) Prof.Dr.Nurettin GÜLMEZ Bşk.Yrd.Üye	(imza) Prof.Dr.Osman Murat KOÇTÜRK Üye
(imza) Prof.Dr.Selhan ÖZBEY Üye	(imza) Prof.Dr.Özge AYAN Üye	(imza) Prof.Dr. Talip KABADAYI Üye

EK 3: Gönüllü Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Sizi Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü tarafından doktora tezi kapsamında Doç. Dr. Melike ESENTAŞ DEVECİ ve Özge YAVAŞ TEZ tarafından yürütülen araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz aşağıdaki iletişim adresinden ulaşın.

Araştırmada sizin yardımınızla elde edilecek sonuçlarla, çok boyutlu bir davranışsal bağımlılık ölçeği geliştirilmesi planlanmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilecek sonuçların bağımlılık tedavi programları için potansiyel etkileri olacağı düşünülmektedir. Sizlerde gözlemlenen belirtiler ile diğer bağımlılık türlerinde gözlemlenen belirtilerin benzer çıkması durumunda bağımlıların sizlerin gerçekleştirmiş olduğu etkinliklere yönlendirilmesi onların bağımlılık davranışlarını yeniden yönlendirebilecekleri ve yoksunluk semptomlarını hafifletebilecekleri bir yol sağlayacaktır. Bu bakımdan araştırma kapsamında size yöneltilen sorulara eksiksiz ve içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın geçerliliği ve güvenilirliğini olumlu yönde etkileyecektir.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmama ya da katıldıktan sonra herhangi bir anda araştırmadan çıkma hakkına sahiptir. Araştırmada yer alan soruları yanıtlamanız, katılım için onam verdiğiniz biçiminde yorumlanacaktır. Formda yer alan soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formdan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Katılım ve desteğiniz için teşekkürler.

EK 4: Davranışsal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)

		Asla	Nadiren	Bazen	Sık sık	Daima
Hedonik Karşıtlık (HK)	Deneyim sırasında çılgınlıklarımın yankılandığını hissedirim.	1	2	3	4	5
	Deneyimden hemen sonra genellikle bağırma, çılgılık atma gibi tepkiler veririm.	1	1	3	4	5
	Deneyim sırasında nefes alıp verişimin değiştiğini hissedirim.	1	2	3	4	5
	Deneyim sırasında dünyanın durduğunu hissedirim.	1	2	3	4	5
Tolerans (T)	Aynı yerde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	1	2	3	4	5
	Aynı yerde deneyim yaşamak beni mutsuz eder.	1	2	3	4	5
	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak etkinlikten soğumama neden olur.	1	2	3	4	5
	Aynı zorluk derecesinde deneyim yaşamak haz alma seviyemi düşürür.	1	2	3	4	5
Hedonik Yoksunlu k (HY)	Etkinliği gerçekleştirmezsem daha fazla endişelenirim.	1	2	3	4	5
	Etkinliği gerçekleştirmediğimde daha fazla gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
	Etkinliği gerçekleştirmezsem mutsuz olacağımı hissettiğim için devam ederim.	1	2	3	4	5
	Etkinliği gerçekleştirmediğim zamanlarda agresifleşirim.	1	2	3	4	5