



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Zühra Aygöl ERTUNÇ

DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIKLAR İLE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLERİN KİŞİ-
DUYGULANIM-BİLİŞ-YÜRÜTÜCÜ İŞLEV ETKİLEŞİM MODELİ ÇERÇEVESİNDE
İNCELENMESİ

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Zühra Aygöl ERTUNÇ

DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIKLAR İLE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLERİN KİŞİ-
DUYGULANIM-BİLİŞ-YÜRÜTÜCÜ İŞLEV ETKİLEŞİM MODELİ ÇERÇEVESİNDE
İNCELENMESİ

Danışman

Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023

Akdeniz Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Zühra Aygöl ERTUNÇ'un bu çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Burcu TÜRK (İmza)

Üye (Danışmanı) : Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR (İmza)

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Duygu BUĞA (İmza)

Tez Başlığı: Davranışsal Bağımlılıklar ile İlişkili Değişkenlerin Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşim Modeli Çerçevesinde İncelenmesi

Onay : Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi : 20/07/2023

Mezuniyet Tarihi : 24/08/2023

(İmza)
Prof. Dr. Engin KARADAĞ
Müdür

AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Davranışsal Bağımlılıklar ile İlişkili Değişkenlerin Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşim Modeli Çerçevesinde İncelenmesi” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımda yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

İmza

Zühra Aygöl ERTUNÇ



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



.... / / 2023

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU BEYAN BELGESİ

Öğrenci Bilgileri	
Adı-Soyadı	Zühra Aygöl ERTUNÇ
Öğrenci Numarası	202052102005
Anabilim Dalı	Psikoloji
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Danışman Öğretim Üyesi Bilgileri	
Unvanı, Adı-Soyadı	Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR
Yüksek Lisans Tez Başlığı	Davranışsal Bağımlılıklar ile İlişkili Değişkenlerin Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşim Modeli Çerçevesinde İncelenmesi
Turnitin Bilgileri	
Ödev Numarası	2143460973
Rapor Tarihi	09/08/2023
Benzerlik Oranı	Alıntılar hariç: %9 Alıntılar dahil: %9
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE, Yukarıda bilgileri bulunan öğrenciye ait tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 80 sayfalık kısmına ilişkin olarak Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarında belirlenen filtrelemeler uygulanarak yukarıdaki detayları verilen ve ekte sunulan rapor alınmıştır. Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir: (X) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylarım. () Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esaslarında öngörülen yüzdelik sınırlarının aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.	
Gerekçe:	
Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlere uygun olarak tarafımda yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim.	
Danışman Öğretim Üyesi Unvanı, Adı-Soyadı Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR İmza	

İÇİNDEKİLER

ŞEKİLLER LİSTESİ	iii
TABLOLAR LİSTESİ	iv
KISALTMALAR LİSTESİ	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
TEŞEKKÜR.....	viii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIK VE I-PACE MODELİ

1.1. Davranışsal Bağımlılık Kavramı.....	2
1.2. Kumar Oynama Bağımlılığı.....	3
1.3. Teknoloji Kullanımı Bağımlılığı.....	5
1.4. Kompulsif Satın Alma Bağımlılığı	7
1.5. Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü işlev Etkileşim Modeli (I-PACE Modeli).....	8
1.5.1. Kişi Bileşeni	9
1.5.2. Duygulanım ve Biliş Bileşenleri	9
1.5.3. Yürütücü İşlev Bileşeni	11
1.6. Amaç	13
1.7. Hipotezler.....	13

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Katılımcılar	15
2.2. Ölçüm Araçları.....	15
2.2.1. Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam ve Kişisel Bilgi Formu	16
2.2.2. South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT).....	16
2.2.3. Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Ölçeği (KÇSA)	16
2.2.4. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ)	17
2.2.5. Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF).....	17
2.2.6. Kısa Semptom Envanteri	18
2.2.7. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği.....	18
2.3. Performansa Dayalı Ölçümler.....	19
2.3.1. İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi Görevi (İ5KPK).....	19

2.3.2.	Stroop Renk ve Kelime Testi	19
2.3.3.	Gözlerden Zihin Okuma Testi (Gözler Testi)	20
2.4.	İşlem.....	20
2.5.	İstatistiksel Analiz.....	21

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1.	Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri.....	22
3.2.	Sigara ve Alkol Kullanımı	22
3.3.	Kumar Oynama Davranışı	23
3.4.	Değişkenlerin Normallik Dağılımı	24
3.5.	Değişkenler Arasındaki İlişkiler	25
3.6.	Regresyon Analizi.....	27
3.7.	Faktöriyel ANOVA Analizleri.....	29

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1.	Davranışsal Bağımlılıklar	32
4.2.	Davranışsal Bağımlılıklar ve Kişi Bileşeni	32
4.3.	Davranışsal Bağımlılıklar ve Biliş ve Duygulanım Bileşeni	33
4.4.	Davranışsal Bağımlılıklar ve Yürütücü İşlevler Bileşeni	35

SONUÇ	37
KAYNAKÇA.....	38
EK 1- KİŞİSEL BİLGİ FORMU	50
EK 2- SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ	51
EK 3- KOMPULSİF ÇEVİRİMİÇİ SATIN ALMA ÖLÇEĞİ (KÇSA).....	54
EK 4- TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ	56
EK 5- BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ- 11 KISA FORMU	58
EK 6- KISA SEMPTOM ENVANTERİ.....	59
EK 7- BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ	62
EK 8- STROOP RENK VE KELİME TESTİ	64
EK 9- GÖZLERDEN ZİHİN OKUMA TESTİ	65
EK 10- İSTANBUL 5 KÜP PLANLAMA KULESİ TESTİ	66
Ö Z G E Ç M İ Ş	67

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1 I-PACE modeli	14
-------------------------------	----



TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri ve Sigara-Alkol Kullanımlarına İlişkin Veriler.....	22
Tablo 3.2 Değişkenlerin Normal Dağılım Değerlendirmesi	25
Tablo 3.3 Davranışsal Bağımlılıklar, Dürtüsellik ve Psikolojik Sorunlar Arasındaki Korelasyon.....	26
Tablo 3.4 Davranışsal Bağımlılıklar ve Bilişsel Duygu Düzenleme Arasındaki Korelasyon..	27
Tablo 3.5 Kompulsif Çevrimiçi Satın Almayı Yordayan Psikolojik Belirtiler	27
Tablo 3.6 Kompulsif Çevrimiçi Satın Almayı Yordayan Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri	28
Tablo 3.7 Teknoloji Bağımlılığını Yordayan Psikolojik Belirtiler.....	28
Tablo 3.8 Teknoloji Bağımlılığını Yordayan Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri	29
Tablo 3.9 Teknoloji Bağımlılığı Düzeylerinin Anksiyete Açısından Karşılaştırılması	30

KISALTMALAR LİSTESİ

Akt.	: Aktaran
APA	: Amerika Psikiyatri Derneği
BIS-11-KF	: Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu
DEHB	: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Temel ve Sayımsal El Kitabı
ICD	: Uluslararası Hastalık Sınıflaması
İSKPK	: İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
I-PACE	: Kişi- Duygulanım-Biliş- Yürütücü İşlevler Etkileşimi
SOKTT	: South Oaks Kumar Tarama Testi
Web	: Dünya Çapında Ağ

ÖZET

Davranışsal bağımlılıklar, son yıllarda madde kullanım bağımlılıkları ile fenomenolojik ve etiyolojik benzerliklerinin ortaya koyulması ve kumar oynama bozukluğunun resmî olarak davranış bağımlılığı olarak kabul edilmesiyle önem kazanmıştır. Davranışsal bağımlılıkların, ekonomik, sosyal, psikolojik ve hatta fizyolojik olumsuz sonuçlar doğurmasının ve bu olumsuz sonuçlara rağmen sürdürülmesinin halk sağlığı için de risk oluşturabileceği düşünülmektedir. Ayrıca davranışların nörokimyasal etki olmaksızın bağımlılık haline gelmesinin ve bu sürecin incelenmesinin bağımlılığının doğasına ilişkin önemli bilgiler verebileceği ileri sürülmektedir. Bu çalışmanın amacı, kumar oynama, çevrimiçi alışveriş ve teknoloji bağımlılıklarını, davranışsal bağımlılıkların kişi, duygulanım ve biliş, yürütücü işlevler ve bu bileşenlerin etkileşimi ile ortaya çıktığını savunan I-PACE Modeli çerçevesinde incelemektir. Bu çalışmada kişi bileşeni için dürtüsellik ve psikolojik belirtiler, duygulanım ve biliş bileşeni için bilişsel duygu düzenleme ve yürütücü işlevler için dikkat, planlama ve duygu tanıma değişkenleri dahil edilmiştir. Ölçek ve performansa dayalı testlerden oluşan çalışma 63 katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışmada yürütücü işlevler ile davranışsal bağımlılıklar arasında ilişki bulunmazken; bilişsel duygu düzenleme alt boyutları, çevrimiçi alışveriş bağımlılığı ve teknoloji bağımlılıkları ile dürtüsellik ve psikolojik belirtiler alt boyutları arasında ilişki bulunmuştur. Örneklem sayısı çalışmanın kısıtlayıcı özelliğidir. Sonuç olarak kaygının davranışsal bağımlılıklar için tedavi sürecinde çalışılması faydalı olabilecek bir değişken olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji bağımlılığı, Alışveriş bağımlılığı, Kumar bağımlılığı, Kişi, Duygulanım ve Biliş, Yürütücü İşlevler

ABSTRACT

**AN EXAMINATION OF THE VARIABLES ASSOCIATED WITH BEHAVIORAL
ADDICTIONS IN THE I-PACE MODEL PERSPECTIVE**

In recent years, after the showing phenomenological and etiological similarities with substance use addictions and behavioral addictions, they have yielded attention with the notice that gambling disorder as an behavioral addiction, Behavioral addictions could have economic, social, psychological, and even physiological negative outcomes, and despite negative outcomes, these behaviors continue. Also, it is suggested that studying the process of addiction without neuro-chemical effects could contribute significant insights into the nature of addiction. The objective of this study is to investigate excessive gambling, online buying, and technology using based on the I-PACE Model. I-PACE Model introduce that behavioral addictions develop and maintain through the interaction of personal traits, affective and cognitive processes, and executive functions. For the predisposition component, impulsivity and psychological symptoms were included, cognitive emotion regulation was included for the affective and cognitive component, and attention, planning, and emotion recognition variables were included for executive functions. The study consisted of 63 participants and run scale and performance-based tests. In the study, there were no relationship between executive functions and behavioral addictions. There was a relationship between cognitive emotion regulation strategies, impulsivity, and psychological symptom sub-dimensions. The sample size is a limiting aspect of the study. Consequently, it was concluded that addressing anxiety could be helpful in the treatment of behavioral addictions.

Keywords: Technological Addiction, Shopping Addiction, Gambling Addiction, Person, Affect and Cognition, Executive Functions

TEŞEKKÜR

Destegini her koşulda hissettiren ve yol gösteren değerli danışman Hocam Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR'a, yol arkadaşım Berfin YILMAZ'a, zorlandığım anlarda yardıma koşan sevgili Volkan'a ve her zaman yanımda olan canım aileme çok teşekkür ederim.

Zühra Aygöl ERTUNÇ

Antalya, 2023



GİRİŞ

Bağımlılık

Bağımlılık, Dünya Sağlık Örgütü tarafından genellikle psikoaktif maddelerin kullanılması ya da belirli tekrarlı, pekiştirici özelliklere sahip davranışlarla gelişen davranışsal ve mental bozukluk olarak ifade edilmektedir. Alan yazında sık sık incelenen bir kavram olan bağımlılık, uzun bir süre yalnızca kimyasal madde kullanıma ilişkin ele alınmıştır. Nevid ve arkadaşları (2018: 304) bağımlılığı, madde kullanımının zararlı sonuçlarının bilinmesine rağmen madde kullanımı üzerindeki kontrolün kaybedilerek maddenin giderek artan sıklıkta ve miktarda kullanılması olarak nitelendirmiştir.

DSM-5 geliştirilirken ‘‘Madde Kullanım Bozukluğu ve Madde bağımlılığı’’ sınıflandırması yerine ‘‘Madde Kullanım Bozukluğu ve Bağımlılık’’ kullanılmaya başlanmıştır. DSM-5’te yer alan ‘‘Madde Kullanım Bozuklukları ve Bağımlılık’’ başlığı 10 farklı sınıf içermektedir. Bahsedilen bütün maddelerin, etki mekanizmaları farklı olsa da, beynin anı üretimi ve davranışın pekiştirilmesi ile ilişkili ödül sistemini aktive ettiği ifade edilmektedir. Ayrıca, düşük öz kontrole sahip olmanın madde kullanımının bozucu etkisi ile birlikte madde kullanımına başlama için yatkinlaştırıcı bir faktör olduğu ileri sürülmektedir. DSM-5’te madde kullanım bozukluğu tanısı için yer alan ilk kriter grubunda madde kullanımı üzerinde bozulmuş kontrol, bırakmaya yönelik başarısız girişimler, maddeyi kullanmak ve etkilerinden kurtulmak için fazla zaman harcamak, maddeyi kullanmak için yoğun istek duyma yer almaktadır. Okulda, işte ya da kişilerarası ilişkilerde işlevselliğin bozulması ise ikinci grup kriterlerdir (APA, 2013).

DSM-5’teki diğer bir yenilik ise, ilk defa, problemli kumar oynama gibi kimyasal etkisi olmayan bir davranış için de ‘‘bağımlılık’’ terimi kullanılmaya başlanmasıdır. Kumar oynama davranışının, madde kullanımının ödül sistemi üzerine etkilerine benzer etkileri olduğuna ve madde kullanım bozukluklarının davranışsal belirtileri ile karşılaştırılabilir davranışsal belirtiler ürettiğine dair çalışmalar göz önüne alınmıştır. DSM-5 geliştirilirken çalışma grubu, bağımlılığın ödül sistemi ile ilişkili bir bozukluk olduğu ve kumarın kompulsif kumar davranışlarını güçlendiren beyin yapılarını harekete geçirdiği görüşünü benimseyerek problemli kumar oynamayı davranışsal bağımlılık olarak kabul etmiştir (APA, 2013; Rosenberg ve Feder, 2014: 1; Nevid ve ark., 2018: 301).

BİRİNCİ BÖLÜM

DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIK VE I-PACE MODELİ

1.1. Davranışsal Bağımlılık Kavramı

Dünya Sağlık Örgütü (2019) ve Amerikan Psikiyatri Derneği (2013), farklı ancak benzer kriterlerle ve farklı derecelerde davranışsal bağımlılıkların varlığını kabul etmiştir. Davranışsal bağımlılıklar için günlük yaşamdaki olumsuz sonuçlarına rağmen davranış üzerindeki kontrolün azalması ve davranışın devam etmesi ile karakterize edilebilen, işlevsel bozulmalara yol açan aşırı ve patolojik şekilde sürdürülen davranışlar tanımlaması yapılmaktadır (Grant ve ark., 2010). DSÖ, davranışsal bağımlılıklardan kaynaklı bozuklukları, bağımlılık yapıcı maddelerin kullanılması dışında, tekrarlı ve ödüllendirici davranışların sonucu olarak ortaya çıkan sıkıntı ve kişisel işlevlerde bozulma ile ilişkili klinik olarak anlamlı belirtiler olarak ifade etmektedir.

Kumar oynamak, video oyunu oynamak, internet kullanmak, egzersiz yapmak, alışveriş yapmak, yemek yemek, cinsel aktivitelerde bulunmak; yemeğe, aşka, paraya yönelik ödüllendirici ve güçlü dürtüler tarafından yönlendirilen ‘normal’ davranışlar olarak ele alınabilmektedir. Bu nedenle kişiler, aşırı düzeylerde sürdürdükleri davranışları bir sorun olarak görmeyebilmektedir. Ancak uç düzeyde sürdürülen davranışın, kendi doğasından bağımsız olarak, önemli sorunlara yol açabileceği düşünülmektedir. Bu aktiviteler aşırı, tekrarlı ve kendine zarar verici hale geldiğinde madde kullanım bozuklukları ile bazı benzer yönlerinin ortaya çıktığı ileri sürülmektedir (Rosenberg ve Feder, 2014: 3; Petry, 2015: 4).

Madde kullanım bozukluğu ile davranışsal bağımlılık kavramları arasındaki örtüşmenin, fenomenolojiyi (aşırma, tolerans, yoksunluk), öyküyü (başlangıç, kroniklik, nöks seyri), komorbiditeyi, nörobiyolojik mekanizmaları, tedaviye yanıtı ve sonuçları (işlevsellik kaybı) kapsayabileceği ifade edilmektedir (Petry, 2015: 1). Mark Griffiths (2005) de madde kullanım bozukluğu tanı kriterlerine paralel olduğu görülen, davranışsal bağımlılıklara dair 6 temel bileşenden bahsetmektedir. Belirginlik, duygudurum düzenleme, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma ve nöks. Bu bileşenler, söz konusu davranışın kişinin hayatında baskın aktivite hale gelmesini, olumsuz duygulardan uzaklaşmak için baş etme stratejisi için kullanılmasını ve başlangıçtaki etkileri tekrar yaşamak için davranışın şiddet ve sıklığını artırılmasını, davranış sergilenemediğinde rahatsız edici duygusal ve fiziksel etkilerin ortaya çıkmasını, davranışın kişilerarası ilişkilerde çatışmalara neden olmasını ve davranış bırakılmaya çalışıldığında daha şiddetli düzeyde tekrarlanmasını ifade etmektedir.

Alan yazında, başta kumar bağımlılığı olmak üzere internet bağımlılığı (oyun, sosyal ağ), seks bağımlılığı, yeme bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, egzersiz bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklar üzerinde durulmaktadır (Derevensky ve ark., 2019; Rosenberg ve Feder, 2014; Grant ve ark., 2010; Petry, 2015). DSM-5'te, kumar oynama bozukluğu bağımlılık başlığı altında bulunurken; internet oyunu oynama bozukluğu, ileri araştırmalar gerektirdiği belirtilerek ekler kısmında yer almıştır. Ancak DSM-5'te potansiyel aday olarak değerlendirilen diğer davranışlar, daha fazla veriye ihtiyaç olduğu düşünüldüğü için kitapta yer almamıştır (APA, 2013). ICD-11'de semptomolojideki, epidemiyolojideki ve nörobiyolojideki benzerlikler temel alınarak kumar oynama bozukluğu ve oyun oynama bozukluğu davranışsal bağımlılıklar olarak kategorize edilmiştir (DSÖ, 2019).

Çakmak ve Tamam (2018), davranışsal bağımlılıklar için tanı koymayı sağlayacak geçerli ve güvenilir araçların geliştirilmesinin, bu bozukluklarla ilişkili halk sağlığı sorunlarını azaltabileceğini ifade etmektedir. Davranışsal bağımlılıkların doğasına yönelik çalışmaların da halk sağlığı yükünü azaltmaya yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

1.2. Kumar Oynama Bağımlılığı

Kumar, ortaya koyulan değerli bir şeyi, daha değerli bir şeyi elde etme amacıyla riske atma olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013).

Patolojik kumar oynama ile madde kullanım bozuklukları arasında bazı ortak özellikler ve mekanizmaların ortaya çıkması ile kumar oynama bozukluğu DSM'de yer alan ilk "davranışsal bağımlılık" olmuştur. Kumar oynama bozukluğu, daha önce problemli kumar oynama adı ile Dürtü ve Kontrol Bozukluğu başlığı altında sınıflandırılmıştır (APA, 1980).

DSM-5'te (APA, 2013), kişinin kumar oynama bozukluğu tanısı alması için 12 ay içinde en az dördüne sahip olması gereken 9 kriter sıralanmıştır: (1) tolerans, aynı ya da daha fazla heyecanı yaşayabilmek için giderek artan kumar oynama ihtiyacı, (2) Kumar oynamayı durdurma girişimleri sırasında yorgun ve gergin hissetme, (3) Kumar oynamayı bırakmak için tekrarlı başarısız girişimlerde bulunmak, (4) Geçmiş kumar deneyimlerini, bir sonraki oyunu, bunun için para elde etmenin yollarını düşünerek sık sık kumar oynama ile meşgul olma, (5) sıkıntılı hissettiğinde (örneğin suçlu, endişeli, depresif) sık sık kumar oynama, (6) telafi için kayıp sonrası daha fazla miktarlarda oynama, (7) kumar oynamaya ilginin ulaştığı seviyeyi gizlemek için yalan söyleme, (8) kumar nedeniyle bir kişilerarası ilişki, eğitim ve/veya iş olanağını tehlikeye atma, (9) kumar nedeniyle kötüleşen finansal durumu düzeltecek parayı

sağlamak için başkalarına güvenme. Bu kriterlerin, bir manik dönem nedeniyle açıklanamıyor olması gerekmektedir.

DSM-5'te, kumar oynama bozukluğu olan bireylerdeki inkar, batıl inancılar, şans üzerinde kontrol ve güç hissi ve kendine fazla güven gibi bilişsel çarpıtmalardan bahsedilmektedir. Genel popülasyonda, yaşam boyu kumar oynama oranının %0.4 ile %1 arasında olduğu; kumar oynama bozukluğu için tedavi olanların yaklaşık yarısının intihar düşüncesine sahip olduğu ve yaklaşık %17'sinin intihar girişiminde bulunduğu belirtilmiştir (APA, 2013).

Calado ve Griffiths (2016), patolojik kumar oynamayı kişi ve halk sağlığını tehlikeye atan bir davranış olarak tanımlamış ve patolojik kumar oynama prevalanslarının ülkelere göre çeşitlilik gösterdiğini, dünya genelinde patolojik kumar oynama oranının dünyada %0,12-%5,8 ve Avrupa ülkelerinde %0,12-%3,4 olduğunu, bu çeşitliliğin araştırma yapılan popülasyon (genç, yetişkin), kültür, ülkede uygulanan yasalar gibi değişkenlerden kaynaklanıyor olabileceğini ifade etmiştir.

Patolojik kumar oynamanın yaşam boyu yaygınlığının, kadınlara göre erkeklerde daha fazla olduğu ve kadınlar ile erkekler arasında farklı kumar türlerinin tercih edildiği bildirilmiştir (Çakmak ve Tamam, 2018).

Alan yazındaki meta-analiz çalışmalarında kumar oynama bozukluğunun gelişmesi ve sürdürülmesi için alkol kullanım sıklığı, antisosyal davranışlar, depresyon, erkek olmak, esrar kullanımı, sigara kullanımı, şiddet, kontrolsüz mizaç, antisosyal akran davranışları, düşük akademik performans, finansal zorluk yaşamak risk faktörleri olarak sunulmuştur (Dowling ve ark., 2017; Moreira ve ark., 2023)

Kumar oynama bozukluğu ile dürtüsellik, heyecan arama, öz saygı, bağlanma türü, kişilik değişkenlerinin ilişkili olduğu (Burtonton ve ark., 2000; Ghinassi ve Casale, 2022; Dudfield ve ark., 2022; Dowling ve ark., 2017); kumar oynama bozukluğu olan kişilerde bazı bilişsel çarpıtmaların ve duygu düzenlemede zorlukların görülebildiği (Rogier ve Velotti, 2018; Williams ve Grisham, 2012; Navas ve ark., 2016); kumar oynama bozukluğuna sahip kişilerde yüksek kaygı, depresyon, takıntı, madde kullanım bozukluğu gibi psikopatolojilerin komorbid bulunabildiği (Wang ve ark, 2023; Moreira ve ark., 2023; Altıntaş, 2018); kumar oynama bozukluğunun karar verme, ketleme, ipucu-reaktivasyonu gibi bilişsel becerilerde azalma ile ilişkili olduğu (Brand ve ark., 2005) rapor edilmiştir.

Aloi ve arkadaşları (2023) yaptıkları çalışmada, kumar oynama şiddeti ile bozulmuş meta-bilişte farklılaşma, dürtüleri kontrol etmede yüksek zorluk ve olumsuz duyguların kabul edilmemesi arasında ilişki olduğunu bildirmiştir.

Grant ve arkadaşları (2017) yaptıkları çalışmada, ortalama ve şiddetli düzeyde kumar oynama bozukluğu düzeyine sahip kişilerin, hafif düzeyde kumar oynama bozukluğuna sahip kişilere göre daha yaşlı olduğu, geçmiş yıllarda kumar oynarken daha fazla para kaybettiği, daha yüksek kaygı ve depresyon puanlarına sahip olduğu, daha fazla sigara tükettiği bulgularına ulaşmıştır.

Mestre-Bach ve arkadaşları (2021), yüksek düzeyde kumar oynama bozukluğu ile suç davranışlarının ilişkili olduğunu, örneklemelerinde yer alan kumar oynama bozukluğuna sahip katılımcıların %36'sının kumar oynama ile ilişkili suçlar işlediğini, suç geçmişi olan kumar oynama bozukluğuna sahip kişilerde yüksek düzeyde psikopatoloji ve işlevsiz kişilik özellikleri görüldüğünü raporlamıştır.

Patolojik kumar oynamanın etiyolojisi üzerine serotonerjik ve noradrenal sistemler gibi nörotransmitter sistemlerin etkisini içeren biyolojik açıklamalar ve bilişsel, davranışsal ve psikanalitik kuramları içeren psikolojik açıklamalar yer almaktadır (Kalyoncu ve ark., 2003). Kalyoncu ve arkadaşları (2003), patolojik kumar oynamayı, bahsedilen modellerde yer alan bir çok faktörün etki ettiği, tek bir modele uymayan ve farklı alt tiplerden oluşan karışık bir 'sendrom' olarak tanımlamıştır.

Bu çalışmada, kumar oynama davranışı I-PACE Modelinde yer alan bileşenler çerçevesinde incelenecektir.

1.3. Teknoloji Kullanımı Bağımlılığı

Teknoloji bağımlılığı, teknolojinin günlük yaşantımıza tamamen adapte olmasıyla ortaya çıkan görece yeni bir fenomendir (Turel ve ark., 2011). Griffiths, 1995 yılında teknolojik bağımlılıkların işlevsel tanımını 'insan-makine arasındaki etkileşimi kapsayan kimyasal olmayan (davranışsal) bağımlılıklar' olarak yapmıştır. Makalesinde, teknolojik bağımlılık olarak slot makinesi bağımlılığı, bilgisayar oyunu bağımlılığı, televizyon bağımlılığından bahsederken; günümüze geldiğimizde, alan yazında sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı üzerine çalışmalar yer almaktadır (Romdhane ve ark., 2023; Karaköse ve ark., 2023).

Teknoloji bağımlılığı kavramının kapsamı tam olarak belirlenmemekle birlikte çeşitli tanımlamalar yer almaktadır. Bilişim teknolojsi kullanım bağımlılıklarının, genel olarak teknoloji bağımlılığı altında toplanabileceği görüşü de savunulmaktadır (Holden, 2001; Turel ve ark., 2011; Savci ve Aysan, 2017). Bu çalışmada, teknoloji bağımlılığı başlığı altında sosyal ağ kullanımı, çevrim içi oyun oynama, anlık mesajlaşma ve web siteleri kullanma davranışları ele alınmaktadır.

2020 yılında, İstanbul Üniversitesi işbirliği ile sunulan Mobil İletişim Sektörü raporunda, Türkiye nüfusu içinde akıllı cep telefona sahip olma oranının %77 olduğu, bilgisayar kullanım oranının %48, tablet kullanım oranının %25, internet kullanma süresinin 7 saat olduğu, sosyal medya kullanma süresinin ise 2 saat 48 dakika olduğu rapor edilmiştir.

2022 yılında, TÜİK tarafından yapılan Hanehalkı Bilişim Teknoloji (BT) Kullanım Araştırması'nda hanelerin evden internete erişim oranının %94,1, internet kullanan birey oranının %85 olduğu, düzenli kullanım oranının ise %82,7 olduğu, internet üzerinden mal ve hizmet satın alma oranının %46,2 olduğu, internetten en fazla giyim alışverişi (%71,3) yapıldığı rapor edilmiştir.

Günümüzde teknoloji kullanımı, akıllı telefonlar, bilgisayarlar ve tabletlerle birlikte günlük yaşantımız ile iç içe geçmiştir. Bu nedenle alan yazında, teknoloji kullanımının ne zaman patolojik duruma geldiğini anlamak ve davranışsal bağımlılık olarak tanımlamak zorlaşmaktadır. Bağımlılıklar; aşırma, kontrol kaybı ve olumsuz sonuçlara rağmen davranışa devam etme olarak 3 temel elementten oluşmaktadır. Teknoloji bağımlılığı da kişinin fiziksel, zihinsel ve sosyal iyi oluşu üzerinde olumsuz sonuçlara (görevleri ihmal etme, sosyal izolasyon ve fiziksel sağlık problemleri gibi) neden olmasına rağmen güçlü bir teknoloji kullanma arzusu tarafından yönlendirilen, teknoloji kullanımı davranışını kontrol etme yetersizliği olarak tanımlanabilmektedir (Sherer ve Levounis, 2022).

İnternet oyun oynama bozukluğu olan bireylerde, yüksek oranda anksiyete ve sosyal anksiyete bulunduğu; depresyon ve internet oyun oynama bozukluğunun bir arada görüldüğüne; dürtüsellik ve Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğunun internet oyun oynama bozukluğu olan bireylerde yüksek oranlarda görüldüğüne dair bulgular sunulmaktadır.

Bazı araştırmalar, internet oyun oynama bozukluğu ve madde kullanım bozuklukları arasında ilişki sunmaktadır. Boylamsal çalışmalar, dikkat sorunlarının, depresyonun ve kaygının aşırı oyun oynama davranışından doğabileceğini; dürtüsellik ve düşük sosyal yeterliliğin ise aşırı oyun oynama davranışını yordayabileceğini ileri sürmektedir (Petry ve ark., 2018; Gentile ve ark., 2012).

Alanyazında sosyal medya bağımlılığının, kadınlarda ve gençlerde daha fazla görüldüğüne; yeme bozukluğu ile ilişki bulunduğu; yalnızlığın, depresyon, anksiyete ve stresin sosyal medya kullanımı yordayabileceğine dair bulgular sunulmaktadır (Uyaroğlu ve ark., 2022; Gao ve ark., 2018) .

He ve Li (2022)'nin yürütücü işlevler, duygu durum/stres ile mobil sosyal medya bağımlılığı ilişkisini araştırdığı çalışmada, sosyal medya kullanımı ve yürütücü işlev (yüksek

kalorili yiyecekler üzerindeki ketleme kontrolü) arasındaki ilişkide duygu durum ve stresin aracı rolü olduğu sonucu bildirilmiştir.

1.4. Kompulsif Satın Alma Bağımlılığı

19. yüzyılda Bluer ve Kraepelin ile ‘‘oniomani’’ olarak adlandırılmaya başlanan kompulsif satın alma davranışı, günümüzde de araştırılmaya devam etmektedir (akt. Petry, 2015:126). Kompulsif satın alma ile genel olarak psikoloji ve tüketici davranışı üzerine çalışan araştırmacılar ilgilenmektedir. Faber ve O’Guinn (1992), yaptıkları çalışmada kompulsif satın alma davranışını ‘‘ tüketicinin davranışını düzenleme ya da durdurmayacağını hissettiği stereotipik bir davranış tarzının kronik satın alma dönemleri’’; Dittmar (2004), bastırılmaz dürtü, kontrol kaybı ve bozukluğun en önemli özelliği olarak olumsuz sonuçlara rağmen davranışı sürdürme olarak ifade etmiştir (Petry, 2015: 127, Black, 2011). Bu çalışmada alışveriş bağımlılığı ve kompulsif satın alma kavramları kullanılmıştır.

Hastalıkların ve İlgili Sağlık Sorunlarının Uluslararası İstatiksel Sınıflaması-11 (ICD-11) ve Ruhsal Bozukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı’nda Kompulsif Satın Alma Bozukluğu’na yer verilmemiş ve uzlaşılan bir sınıflandırma henüz yapılmamış olmakla birlikte Kompulsif Satın Alma Bozukluğunun, dürtü ve kontrol bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk ve davranışsal bağımlılık başlıkları altında ele alınabileceği ile ilgili tartışmalar sürmektedir (Müller ve ark., 2015; Rosenberg ve Feder, 2014: 287). Kompulsif satın almanın uygun bir sınıflandırması henüz net olmasa da son zamanlarda kompulsif satın alma davranışsal bağımlılık olarak kavramsallaştırılmaktadır (Hollander ve Allen, 2006; Mueller ve ark., 2013).

Davranışsal bağımlılık olarak ele alındığında kompulsif satın alma bozukluğu, kişinin ihtiyacı olmamasına ve ödeyemeyecek olmasına rağmen aşırı ve karşı koyulamaz bir satın alma dürtüsü sonucu tekrarlanan satın alma davranışı karakterize edilen bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Rosenberg ve Feder, 2014: 288).

McElroy ve arkadaşları (1994), kompulsif satın almanın bilişsel ve davranışsal yönlerini vurgulayan işevuruk bir tanım sunmuştur. Buna göre, kompulsif satın alma bozukluğu, gerginlik, girici (intrusive) olarak deneyimlenen satın alma dürtüsü, sık sık satın alma davranışı ile meşgul olma, karşılayabileceğinden daha fazla sıklıkta satın alma, ihtiyaç olmayan şeyleri satın alma ya da niyet edilenden daha uzun süre alışveriş yapma, satın alma davranışının ya da dürtüsünün belirgin sıkıntıya sebep olması, zaman harcaması, sosyal ve çalışma işlevselliğini bozması ya finansal problemlere sebep olması ve aşırı satın alma ve

alışveriş yapma davranışının özellikle hipomani ya da mani dönemlerinde ortaya çıkmamış olması tanı kriterleri çerçevesinde tanımlanmıştır (Petry, 2015: 127; Black, 2011).

Maraz ve arkadaşlarının (2016) 16 ülkeden 49 prevelans oranı içeren meta-analiz çalışmasında, çalışma popülasyonlarındaki kompulsif satın alma davranışı yaygınlığının yaklaşık %5 olduğu ancak bu oranın örneklemeler arasında, çoğunlukla kullanılan farklı zaman dilimleri ve farklı ölçümler nedeniyle farklılaştığı, oranların üniversite öğrencileri arasında daha yüksek olduğu (%8,3) ve genç ve kadın olmanın kompulsif satın alma eğilimini artırdığı rapor edilmiştir.

Özellikle, Covid-19 pandemisi sonrası internetin günlük hayatımıza daha fazla girmesi ile her türlü ihtiyaç internet üzerinden karşılanabilir hale gelmiştir. Alışverişin çevrimiçi yapılması durumunda kişi, harcama tutarını, alınan ürün miktarını, alışverişe ayırdığı zamanı fark edemeyebilmekte ve bu durum daha fazla alışveriş yapma ile sonuçlanabilmektedir (Gününç ve Keskin, 2016). Bu nedenle bu çalışmada çevrimiçi satın alma ele alınacaktır.

Kompulsif Satın Alma Bozukluğu olan bireylerin başlıca motivasyonlarının benlik saygısını yükseltmek ve olumsuz duygu durumunu hafifletmek olabileceği, bozukluğa sahip olan bireylerin kompulsif satın almayı öz-düzenlemenin bir biçimi olarak algılıyor olabileceği ileri sürülmektedir (Müller ve ark., 2015).

Kompulsif satın almanın, dürtüsellik, depresyon, düşük benlik saygısı, mükemmeliyetçilik, kaçınmacı baş etme stili, karar vermede zorluk (Trotzke ve ark., 2019; Derbyshire ve ark., 2014) ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Black ve ark., 1998; Müller ve ark., 2021; Müller ve ark., 2010; Otero-Lopez ve Villardefrancos, 2014; Nicolai ve ark., 2016).

1.5. Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşim Modeli (I-PACE Modeli)

Brand ve arkadaşlarının (2016) internet ile ilişkili davranışsal bağımlılıklar ile ilgili ileri sürdüğü Kişi-Duygulanım-Biliş-Yürütücü İşlev Etkileşim Modeli (I-PACE modeli), biyopsikososyal modeldeki bileşenleri davranışsal bağımlılık kapsamında daha spesifik olarak ele almaktadır. I-PACE modeli, ilk olarak 'internet kullanım bozukluğu' özelinde ele alınmış; model, 2018'de davranışsal bağımlılıkları ve bağımlılığın erken aşaması ve ileri aşamalarında rol oynayan farklı faktörleri kapsayacak şekilde güncellenmiştir. Görgül çalışmalara ve kuramsal görüşlere dayanarak davranışsal bağımlılıkların, yatkınlık sağlayan özellikler (predispositions), duygulanım (affective), biliş (cognitive) ve yürütücü işlevler (executive function) bileşenlerinin etkileşimi (interaction) ile ortaya çıktığını ve sürdürüldüğünü ileri sürmektedir. Model, davranışsal bağımlılığın nörobiyolojik ve psikolojik yönlerine

odaklanırken, bağımlılığın ilk evreleri ile son evrelerinde etkili olan mekanizmaları da karşılaştırmayı amaçlamaktadır.

1.5.1. Kişi Bileşeni

Brand ve arkadaşları (2016), I-PACE modelini öncelikle internet kullanım bozuklukları üzerinde çalıştığı sırada Modelin P bileşenini detaylı olarak kişinin temel özelliklerini yansıtan yatkınlaştırıcı değişkenler olarak ele almıştır. “P”(kişi) bileşeni çatısı altında ele alınan biyopsikolojik yapılanma; erken yatkınlaştırıcı faktörlerin (genetik faktörler ve ontogenetik yönler), erken çocukluk çağı deneyimleri ile bunların öğrenme deneyimleri üzerine etkileri ve biyolojik sonuçları gibi faktörlerin insan davranışının biyolojik belirleyicileri olduğunu ifade etmektedir. Modeldeki kişi bileşeni içinde, kumar oynama ve internet kullanımı davranışları ile bahsedilen faktörlerin ilişkili olduğu gösteren bazı araştırmalar olduğu ve bu faktörlerin davranışsal bağımlılıklar ile ilişkili olabileceğini ileri sürmektedir.

Brand ve arkadaşları (2016), olumsuz erken yaşam olayları ile internet kullanım bozukluğu, problematik pornografi kullanımı arasında ilişki gösteren çalışmaları (Dalbudak ve ark., 2014; Zilcha-Mano ve ark., 2014) değerlendirerek kişileri mental bozukluk ya da özellikle davranışsal bağımlılıklara karşı savunmasız hale getirebilen travma, duygusal ya da fiziksel istismar ve sosyal izolasyon gibi biyopsikolojik faktörlerin araştırılmasını önermektedir (Odacı ve Çıkrıkçı, 2014) .

Erken dönemde gelişen ya da doğumdan da önce belirlenen kırılganlık faktörlerinin ötesinde internet kullanım bozukluğu ve çeşitli psikopatolojik özellikler arasında ilişkinin var olduğunu gösteren geniş bir alan yazın vardır. Özellikle depresyon, kaygı bozuklukları, DEHB ve internet kullanım bozuklukları komorbid olarak değerlendirilmektedir. Yüksek dürtüsellik, düşük benlik saygısı, düşük sorumluluk, yüksek utangaçlık, yüksek nevrozizm, ertelemeye yatkınlık ve düşük öz-yönlendirme değişkelerinin, internet kullanım bozuklukları ile ilişkili bulunan en tutarlı kişilik özellikleri olduğu belirtilmektedir.

1.5.2. Duygulanım ve Biliş Bileşenleri

Brand ve arkadaşları (2016), modeldeki duygulanım ve biliş bileşenlerini, içsel ya da dışsal uyaranlara karşı duygusal ve bilişsel tepkiler olarak ele almıştır. Durumsal faktörlerin öznel olarak algılandığı, algılanan stresin bazı duygusal ve bilişsel tepkilere yol açtığı, bununla bağlantılı olarak kişilerin kısa süreli ödüllere ya da riskli davranışlara odaklanması gibi bilişsel süreçleri etkileyebileceğine dair var olan bulgular, modelin duygulanım ve biliş bileşenleri için referans gösterilmiştir. Brand ve arkadaşları (2016), içsel ve dışsal uyaranların

bağımlılık sürecinde koşullu hale gelebileceğini ve sonrasında da duygusal ve bilişsel süreçleri tetikleyebileceğini ileri sürmektedir.

Davranışla ilgili bilişsel yanlılıklar, karşılaşılan stresli durumla baş etme stratejileri, ipucu-reaktivitesi, duygu düzenleme ve dikkat yanlılıkları faktörleri, modelin duygu ve biliş bileşenleri başlığı altında ele alınmaktadır. Stresli bir durumla karşılaşıldığında, strese karşı daha duyarlı olan bireylerin (predispozan özellik), işlevsiz/dürtüsel baş etme stratejileri ile birlikte duygu düzenleme dürtüsü ile davranmaya daha eğilimli olabilecekleri ve bu etkileşimin bağımlılık davranışının sergilenmesi ile sonuçlanabileceği ileri sürülmektedir (Brand ve ark., 2016).

Davranışsal bağımlılıkla ilgili ipuçları ya da diğer durumsal değişkenler (örneğin olumsuz ya da öforik duygu durumları, stres) ile karşılaşıldığında davranışsal bağımlılıkla ilgili beklentilerin, bilişsel yanlılıkların (illüzyon, örtük çağrışımlar) ipucu-reaktivitesi ve aşerme üzerinde arttırıcı etkisi olacağı ileri sürülmektedir (Brand ve ark., 2016).

İpucu-reaktivitesinin, öğrenme mekanizmaları temelinde koşullanma süreci ile geliştiği ve madde elde etmeye karşı dürtüye karşı koymada zorluk olarak tanımlanan aşermeyi tetiklediğini ileri sürülmektedir. Davranışsal bağımlılıklar için de madde kullanımında görülen bağımlılıkla ilgili ipucuyla karşılaşıldığında aşerme ile ilişkilendirilen ventralstriatumun etkinleştiği çalışmalar gösterilmekte (Ahn ve ark., 2015) ve aşermenin davranışsal bağımlılık sürecinde etkili olduğu görüşü sunulmaktadır.

Duygu düzenleme dürtüsü, anormal duygu durumu ya da yoksunluk belirtileri ile karşılaşıldığında duygu durumunu değiştirmek için deneyimlenebilmektedir (Walden ve Smith, 1997). Bağımlılık davranışları (örneğin, sigara içmek, alkol içmek, çevrimiçi oyun oynamak, pornografi içerikleri tüketmek), içsel ve dışsal ipuçları ile kaçınmacı duygusal tepkilerle baş etmek için işlevsiz bir yol olarak tanımlanmıştır. Brand ve arkadaşları (2016), duygu düzenleme dürtüsünün davranışsal bağımlılıkların erken ve ileri süreçlerinde önemli bir rol oynadığını ileri sürerek duygu düzenleme dürtüsünü modele dahil etmektedir.

Yatkınlaştırıcı faktörlerle birlikte işlevsiz baş etme stillerinin, davranışla ilgili beklentilerin, illüzyonların ve örtük çağrışımların, ipucu-reaktivitesini ve dikkat yanlılıkları gibi diğer spesifik bilişsel ve duygusal süreçlerin yoğunluğunu etkileyebileceği ileri sürülmektedir. I-PACE Modelinde, Brand ve arkadaşları (2019), yatkınlaştırıcı değişkenler ile baş etme stillerinin ve bağımlılıkla ilgili yanlılıkların birlikte hareket ettiğini ileri sürmektedir. Duygusal ve bilişsel tepkiler, ipucu-reaktivitelerini, aşermeyi, duygu düzenleme dürtüsünü ve dikkat yanlılıklarını içermektedir. Bunun yanında, duygusal ve bilişsel tepkiler ve bağımlılık

davranışı arasındaki ilişkide dürtü kontrolü ve yürütücü işlevlerin aracı olarak etki edebileceği ileri sürülmektedir (Brand ve ark., 2019).

Özetle, durumsal faktörler sonucu öznel olarak ortaya çıkan bilişlerin ve duyguların, kişileri aşırı davranışlara yönlendirmede rol oynadığı ileri sürülmektedir (Tavolacci, Ladner, Grigioni, Richard, Villet ve Dechelotte, 2013). Duygulanım (affect) bileşeni, bireylerin duygusal durumlarını ve deneyimlerini kapsamaktadır. Stres, kaygı ve depresyon gibi faktörleri içermektedir. Biliş (cognition) bileşeni ise bireylerin düşüncelerini, inançlarını ve tutumlarını ifade ederken algılanan faydalar ve riskler, bilişsel yanlılıklar gibi faktörleri içermektedir.

I-PACE modeli, işlevsiz baş etme stratejilerinin, ipucu reaktivitesi ve aşermenin, bilişsel yanlılıkların, duygu düzenlemenin ve dikkat yanlılıklarının duygusal ve bilişsel süreç yoğunluğuna etkisi olabileceğini belirtmektedir (Brand ve ark., 2019).

1.5.3. Yürütücü İşlev Bileşeni

Yürütücü işlevler (Yİ), insan beyninde yer alan geniş nöral ağ tarafından desteklenen çok yönlü nöropsikolojik bir yapı olarak ele alınmaktadır (Goldberg, 2001: 25). Üst zihinsel süreçleri düzenleyen ve çoklu karmaşık bilişsel süreçleri bir arada toplayan bir bilişsel işlev olarak ifade edilmektedir (Logue ve Gould, 2014). Planlama, işleyen bellek, dikkat, ketleme, kurulumu değiştirme, bilişsel esneklik, karar verme, öz-izleme, öz-düzenleme gibi çeşitli varsayımsal bilişsel süreçler için çatı olarak kullanılan bir terimdir (Baddeley, 1998; Kaarakaş ve Karakaş, 2000; Goldstein ve Naglieri, 2014: 1). Yürütücü işlevlerin bahsedilen bileşenlerini betimleyen özellikler ile frontal lob işlevleri birbiri ile örtüşmekte olduğundan bu işlevlerin, özellikle prefrontal korteks tarafından yürütüldüğü düşünülmektedir (Karaakaş ve Karaakaş, 2000). Dolayısıyla yürütücü işlevler, bireylerin sosyal işlevselliğini sürdürmesini sağlayan karmaşık düşünceler ve davranışlar için oldukça önemlidir (Hazzlet ve ark., 2015). Yürütücü işlevlerin disfonksiyonu, kişinin yaşamını ve hatta çevresindeki kişileri etkilemektedir (Hunter ve Sparrow, 2012).

Yürütücü işlevlerin önemli bileşenlerinden dikkat, dışsal uyaranların ya da zihinsel deneyimlerin belirli yönlerinin bilinçli olarak farkında olmamız ile sonuçlanan zihinsel çabanın odaklanması olarak tanımlanabilmektedir. Görevleri tamamlama için başlıca bilişsel sistemlerden olan dikkat, zihinsel çabayı hedef için önemli olan düşünce ve uyaranlara yönlendirmeyi ve yararlı olmayan bilgileri filtrelemeyi sağlamaktadır (Farmer ve Matlin, 2019: 79). Seçici dikkat, dikkatin belirli bir uyaran üzerine odaklanmasını, karıştırıcı uyaranların göz ardı edilmesini; bölünmüş dikkat, dikkatin birden fazla uyaran üzerine verilmesini ifade etmektedir (Brown, 2006: 48).

Ketleme becerisi, içsel yatkınlığa veya çekici dışsal uyaranlara karşı koyabilmeyi; amaca yönelik olarak kişinin duygusal, bilişsel ve davranışsal süreçlerini bilinçli olarak kontrol etmesini ifade etmektedir (Diamond, 2013). Ketleme kontrolü ,alan yazında, tepki ketleme ve dikkat ketlemesi olarak ayrılmaktadır. Tepki ketleme, baskın motor tepkiyi baskılayabilme ve dikkat ketlemesi, karıştırıcı uyaranın bölücü etkisine karşı koyabilme olarak ifade edilebilmektedir (Tiego ve ark., 2018). Ketleme kontrolü, dürtülere karşı koyarak ve ilgisiz uyaranları elimine ederek hedefe yönelik hareket edebilmemizi sağlamaktadır (Diamond, 2013).

Nörobiyolojik perspektif, madde bağımlılığında prefrontal kortekste azalan işlevselliğin, tepki ketleme ve belirginlik (salience) ile ilişkili olduğunu ileri sürmektedir. Modelde, madde ile ilişkili uyaranlara artan dikkat ve ilişkisiz uyaranlara karşı azalan duyarlılık temel alınmaktadır. Bağımlılık yapan davranış üzerinde kontrolün azaldığı ifade edilmektedir (Goldstein ve Volkow, 2011). I-PACE modelinde, madde bağımlılıklarında görülmekte olan azalan bilişsel kontrolün, davranışsal bağımlılıklar bağlamında da görülebileceği ileri sürülmektedir (Brand ve ark., 2016).

Ketleme kontrolü ve dikkat ölçümü için en çok tercih edilen ölçüm araçlarından birisi Stroop testidir (Tiego ve ark., 2018). Dong ve arkadaşları (2011), patolojik internet kullanımı olan erkek üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, patolojik internet kullanımı olanların Stroop testinde daha fazla zaman harcadığını ve yanlış sayısının fazla olduğunu; dikkat işlevinde ve tepki ketlemede bozulma görüldüğünü rapor etmiştir.

Smith ve arkadaşları (2014) yaptıkları meta-analiz çalışmasında, ketleme eksikliğinin genel olarak madde kullanım bozuklukları ve bağımlılık benzeri davranışsal bozukluklarla ilişkili olduğunu ifade etmiştir.

Zhang ve arkadaşları (2022), davranışsal inhibisyon sisteminin internet bağımlılığı ile olumlu yönde ilişkili olduğunu ve davranışsal bağımlılık tedavi yaklaşımında öz-kontrolün de çalışılmasının faydalı olabileceğini belirtmiştir.

Planlama, üst-düzey bilişsel faaliyetlerden birisi olarak yürütücü işlevlerin bir bileşenidir. Bilişsel planlama, Owen (1997) tarafından, hedefe yönelik sıralı adımlar atılması gerektiğinde zaman ve mekân gözetilerek davranışın düzenlemesi becerisi olarak tanımlamıştır (akt. Cinan, 2015: 14).

Yürütücü işlevler, pek çok farklı tanım ile çeşitli teoriler içinde yer alarak alan yazında oldukça tartışılan bir yapıdır. Baggetta ve Alexander (2016), yürütücü işlev çalışmalarının %35’inde sosyal işlevsellik kapsamında zihin kuramının da araştırıldığını ifade etmiştir. Zihin kuramı ve yürütücü işlevlerin aynı nöral yapı ve ağları paylaştığı ve birbirleri ile ilişkili olduğuna dair araştırmalar vardır. Her ikisi de sosyal bilişsel işlevler ile sosyal etkileşimlerin sağlanması açısından büyük öneme sahiptir (Wade ve ark., 2018). Zihin kuramı, diğerlerinin

inançları, istekleri, niyeti ve duyguları gibi diğerlerinin zihinsel durumunu anlama ve çıkarımında bulunma yeteneğini ifade etmektedir (Jones ve Graff-Radford, 2021).

I-PACE Modelinin E bileşeni (executive functions) olarak ele alınan yürütücü işlevlerin, madde bağımlılıkları alanında yapılan nöropsikolojik ve nörobilimsel araştırmalar temelinde, davranışsal bağımlılıkların gelişimi ve sürdürülmesinde de katkısı olabileceği fikri üzerinde durulmaktadır.

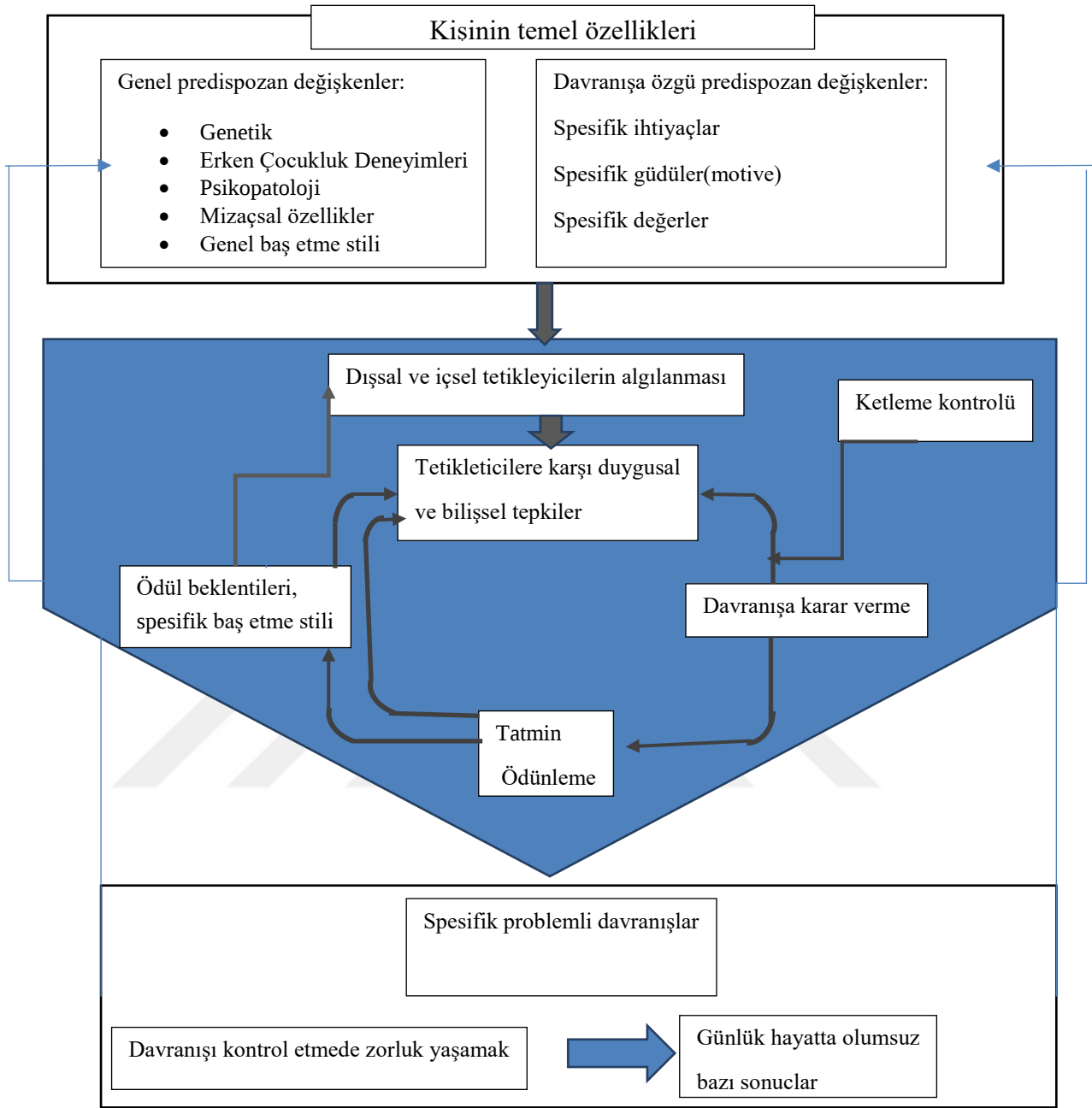
1.6. Amaç

İnternet, günlük hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Covid-19 pandemisi sırasında bu kullanım daha da artmıştır (Baltacı ve ark., 2021) Pandemi önlemleri sırasında, günlük hayatta artık yapamayacağımız bazı etkinliklere internet üzerinden daha kolay ve hızlı şekilde ulaşma imkanı belirgin hale gelmiştir (toplantı yapma, alışveriş yapma, kumar oynama gibi). Bu nedenle, aşırı düzeyleri bağımlılık olarak ele alınan spesifik internet kullanımlarının (çevrimiçi iletişim, çevrimiçi kumar, çevrimiçi alışveriş) araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Madde ile ilişkili olmayan bağımlılıkların ortaya çıkmasını ve sürdürülmesini etkileyen nöropsikolojik faktörlerin çalışılması ile bağımlılığın, maddenin nörotoksik etkisi olmadan beyni nasıl doğrudan etkilediğine dair fikir sahibi olunabileceği düşünülmektedir (Brand ve ark., 2019).

Mevcut durumda kumar bağımlılığı DSM-5'te resmi olarak davranışsal bağımlılık olarak ele alınmaktadır ve internet oyun bağımlılığı ile ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu ifade edilmektedir (APA, 2013). Görüldüğü kadarı ile alanyazında davranışsal bağımlılık olarak ele alınan davranışların, kişilik, duygulanım, biliş ve yürütücü işlevler faktörlerini içeren kapsamlı bir karşılaştırmalı fazla çalışma yoktur. Davranışsal bağımlılıkların I-PACE Modeli çerçevesinde kapsamlı bir karşılaştırılmasının yapılması, çalışmanın özgün değerini oluşturmaktadır. I-Pace Modeli Şekil 1.'de özetlenmiştir.

1.7. Hipotezler

- 1) Davranışsal bağımlılık puanları ile dürtüsellik puanları arasında olumlu yönde ilişki vardır.
- 2) Davranışsal bağımlılık puanları ile psikolojik belirtiler alt boyut puanları arasında olumlu yönde ilişki vardır.
- 3) Yürütücü işlevler, yatıklaştırıcı (dürtüsellik, duygu düzenleme, psikopatoloji) değişkenler ve davranışsal bağımlılık arasında aracı rol oynamaktadır.



Şekil 1.1 I-PACE modeli

Kaynak: Brand ve ark., 2013

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Katılımcılar

Çalışma, kesitsel ve ilişkisel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Araştırmaya, kumar oynama, teknoloji kullanımı ya da internetten satın alma davranışlarından en az birini sergileyen kişilerin katılımı hedeflenmiştir.

Örneklem, kolaylıkla bulunanı örnekleme yöntemi ile ulaşılan 70 kişiden oluşmaktadır. Veri temizliği sonrası 63 katılımcı ile analizler yürütülmüştür. Katılımcıların %66,7'si kadın (42), %33,3'i erkektir (21). Katılımcıların yaşları 18 ile 59 arasında değişmektedir.

2.2. Ölçüm Araçları

Tez kapsamında, katılımcıların çevrimiçi kumar oynama, çevrimiçi kompulsif satın alma ve teknoloji ile ilgilenme davranışları ile I-PACE Modelinde yer alan bileşer arasındaki ilişkiler belirlenecektir. I-PACE modeli bileşenleri için (1) kişilikle ilgili ölçülmesi planlanan değişkenler; dürtüsellik ve genel psikolojik belirtiler, (2) duygulanım ve bilişle ilgili ölçülmesi planlanan değişkenler duygu düzenleme stratejileri (3) yürütücü işlevlerle ilgili ölçülmesi planlanan değişkenler; seçici dikkat, planlama ve duygu tanımadır. Aynı davranışı farklı düzeyde sergileyen bireylerin, kişi, duygu, biliş, yürütücü işlev değişkenleri açısından grup içi karşılaştırması ve farklı davranış bağımlılıklarına sahip bireylerin kişi, duygu, biliş, yürütücü işlev değişkenleri açısından gruplar arası karşılaştırılmasının yapılması amaçlanmaktadır.

Çalışmanın özbildirim ölçekleri ile değerlendirme yapılması amaçlanan bölümünde, katılımcılara ilk olarak bilgilendirilmiş onam formu, demografik bilgilerin değerlendirilmesi amacıyla kişisel bilgi formu ve 6 öz-bildirim ölçeği uygulanmıştır. Davranışı belirlemeye ilişkin öz-bildirim ölçekleri; (1) South Oaks Kumar Tarama Testi, (2) Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Ölçeği ve (3) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'dir. Dürtüsellik, psikopatoloji ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ölçülmesi için sırasıyla (4) Barrat Dürtüsellik Ölçeği, (5) Kısa Semptom Envanteri ve (6) Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır.

Yürütücü işlevler, PsychoPy programında tasarlanan Stroop Testi, Gözlerden Zihin Okuma Testi ve Cinan (2015) tarafından hazırlanan İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi Testinin kullanılmasıyla performansa dayalı olarak değerlendirilmiştir.

2.2.1. Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam ve Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya için hazırlanan bilgilendirilmiş onam formunda, katılımcıya araştırmanın amacı, ne kadar süreceği, araştırmaya katılımın gönüllülüğe bağlı olduğu, çalışmadan istenildiği zaman ayrılınabileceği ve verilerin gizi tutulacağı konusunda bilgi verilmiştir. Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, eğitim durumları, alkol ve sigara kullanımları, renk körlüğü ya da nörolojik bir rahatsızlıkları olup olmadığı ile ilgili bilgileri kapsamaktadır.

2.2.2. South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT)

1987 yılında Lesiuer ve Blume, kişilerin kumar bağımlılığı düzeylerini değerlendirebilmek için bu ölçeği geliştirmiştir. SOKTT, 26 sorudan oluşmaktadır. İlk 3 maddeye ek olarak 12, 16j ve 16k numaralı sorular da puana etki etmemektedir. Ölçekten alınabilen puanlar 0 ile 20 arasında değişmektedir. Formun orijinal versiyonunda kesme noktası 5 kabul edilmektedir. 5 ve üstü puan alan kişiler ‘olası patolojik kumarbaz’ olarak değerlendirilebilmektedir. Rapor edilen iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa değeri .97 ve test tekrar test korelasyonu $r = .71$ ’tir (Leisuer ve Blume, 1987).

Duvarcı ve Varan’ın (2001) yaptığı Türkçe uyarlama sırasında çalışmayan üç madde (16b (eşinden borç alma), 16g (hisse senedi) ve 16i (karşılıksız çek yazma)) çıkarılmış yerine Türk kültürüne daha yakın 2 soru (16b (çevreden borç alma) ve 16a altın yatırımı paraya çevirme)) maddeleri eklenmiştir. Türkçeye uyarlanmış versiyonda test, tek boyuttan ve 19 maddeden oluşmaktadır. Kesme noktası 8 olarak hesaplanmıştır. 8 puan ve üzerinde puanı olanların ‘‘olası patolojik kumarbaz’’ olarak değerlendirilebileceği belirtilmiştir. Testin Türkçe uyarlamasının iç-tutarlık katsayısı Cronbach alfa değeri .88, test tekrar test korelasyon değeri ise $r = .95$ şeklinde bulunmuş böylece yüksek güvenirliğe sahip olduğu bildirilmiştir (Duvarcı ve Varan, 2001).

2.2.3. Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Ölçeği (KÇSA)

Ölçek, Andreassen ve arkadaşlarının 2015’te geliştirdiği Bergen Alışveriş Bağımlılığı Ölçeği’nin, Bozdağ ve Yalçınkaya Alkar’ın (2018) ‘‘çevrimiçi’’ olarak kompulsif satın alma davranışına uyarlanmış versiyonudur. Bergen Alışveriş Bağımlılığı Ölçeği belirginlik, duygu düzenleme, çatışma, tolerans, yoksunluk, nüks ve problem alt boyutları ile 28 maddeden oluşmaktadır. İç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı .87 olarak bildirilmiştir.

Bergen Alışveriş Bağımlılığı Ölçeği’nin, Türkçe’ye uyarlanması sırasında, maddelere ‘‘internet’’ kavramı eklenmiştir. 5 noktalı likert ölçekte (0= tamamen katılmıyorum, 4=

tamamen katılıyorum) alınabilecek puanlar 0 ile 112 arasında değişmektedir. Puanın yükselmesi, kompulsif çevrimiçi satın alma davranışının artmasını ifade etmektedir.

Tüm ölçek için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .95'tir. Alt boyutlar olan problem-çatışma- nüks, düşünce ile meşgul olma, duygu düzenleme, yoksunluk ve tolerans için cronbach alfa kat sayıları sırasıyla .95, .78, .93, .87 ve .90 olarak rapor edilmiştir (Bozdağ ve Yalçınkaya Alkar, 2018).

2.2.4. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ)

Aydın'ın, 2017 yılında, teknoloji bağımlılığı düzeyini ölçme amacıyla geliştirdiği ölçek, 4 alt boyuta ve toplam 24 maddeye sahiptir. 5 noktalı puanlama ile (1= hiçbir zaman, 5=her zaman) ölçülmektedir. Ölçekten en fazla 120 puan, en az 24 puan alınabilmektedir. Alt boyutların Cronbach Alfa değerleri sosyal ağ bağımlılığı için .79, anlık mesajlaşma bağımlılığı için .71, web siteleri bağımlılığı için .90 ve çevrimiçi oyun bağımlılığı için .86'dır. Alt boyutların yeterli güvenilirliğe sahip olduğu belirtilmiştir. Ölçekte alınan puanlar kişilerin bağımlı olmadığını (0-24 arası puan) ya da "düşük düzeyde bağımlı"(25-48 arası puan), "orta düzey bağımlı" (49-72 arası alınan puan), "oldukça bağımlı"(73-96 arası alınan puan) ve "tam bağımlı"(97-120 arası alınan puan) olduğunu işaret etmektedir.

2.2.5. Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF)

Barratt Dürtüsellik Ölçeği'nin son versiyonu olan BIS-11, Barrat ve Stanford (1992) tarafından geliştirilmiştir. BIS-11'in Türkçe versiyonu için güvenilirlik geçerlik çalışmasını Güleç ve arkadaşları (2008) yürütmüştür. Öğrencilerle yapılan uyarlama çalışmasında iç tutarlık cronbach alpha kat sayısı .78'dir. Test-yeniden test güvenilirliği $r = .83$ 'tür. Ölçeğin amacı, kişilik özelliği olarak dürtüsellliği ölçmektir. 30 maddeden oluşan öz-bildirim ölçeğinde 4 noktalı likert ölçek (1= hiçbir zaman, 4= her zaman) kullanılmaktadır. Kısa form oluşturulurken ölçekte yer alan 3 alt boyut olan motor dürtüsellik (MD), dikkatte dürtüsellik (DD), plan yapmama (PY) boyutlarının altında en yüksek değeri alan 5'er madde seçilerek 15 madde elde edilmiştir (Tamam, Güleç ve Karataş, 2013).

Ölçeğin Türkçe kısa forumunun iç tutarlık cronbach alfa katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarda cronbach alfa değerleri PY için .80, motor dürtüsellik için .70 ve dikkatte dürtüsellik için .64'tür. Ölçekten alınan yüksek puanlar, artan dürtüsellığe işaret etmektedir (Tamam ve ark., 2013).

2.2.6. Kısa Semptom Envanteri

Psikolojik Belirti Tarama Testi'nin (Symptom Check List-R-90) 9 alt boyutu altında toplanan 90 maddenin en fazla yük alan 53 maddesi seçilerek Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory (BSI)) oluşturulmuştur. Envanterin amacı, yetişkinlerdeki ve ergenlerdeki klinik olarak ilişkili psikolojik belirtileri öz-bildirim ölçeğiyle tanımlamaktır (Derogatis, 1982).

53 maddeden oluşan Psikolojik Belirti Tarama Testi'nde 5 noktalı likert dereceleme (0= hiç, 4=çok fazla) kullanılmaktadır. Alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 0 ve 212 arasında değişmektedir. Ölçeğin alt boyutları olan 'Somatizasyon', 'Obsesif-kompulsif', 'Kişilerarası alınganlık', 'Anksiyete', 'Hostilite', 'Depresyon', 'Fobik-anksiyete', 'Psikotizm' ve 'Paranoid Düşünceler' alt boyutlarının her biri için ayrı puanlar oluşturulabilmektedir. Alt boyutların iç tutarlık cronbach alpha katsayıları $\alpha=.71$ ve $\alpha=.85$ arasında bulunmuştur (Derogatis, 1982).

Brief Symptom Inventory (BSI)'nin, Kısa Semptom Envanteri olarak Türkçe uyarlamasını 1994 yılında Şahin ve Durak yapmıştır. Anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, hostilite ve somatizasyon olarak 5 alt boyut ile çalışılmaktadır. Yapılan 4 farklı çalışmada da envanterin alt boyutlarının iç tutarlılık cronbach alpha katsayıları $\alpha=.63$ ve $\alpha=.86$ arasında değiştiği rapor edilmiştir. Dört farklı çalışmadaki genel toplam puanından elde edilen iç tutarlık cronbach alpha katsayıları $\alpha=.93$ ve $\alpha=.96$ arasında değişmektedir.

2.2.7. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği

Garnefski ve arkadaşları (2001), Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğini (CERQ) kişilerin olumsuz bir durumun ardından kullandıkları bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ve bilişsel baş etme stratejilerini tanımlamak amacıyla geliştirmiştir. 5 noktalı likert ölçekte değerlendirilen (1= neredeyse hiç, 5= neredeyse her zaman) 36 maddeli bir öz-değerlendirme ölçeğidir. 9 alt boyutun her birinin altında kümelenmiş dört madde vardır. Alt boyutlar; (1) kendini suçlama, (2) diğerlerini suçlama, (3) düşünceye odaklanma (4) felaketleştirme (5) bakış açısına yerleştirme, (6) olumlu yeniden odaklanma, (7) yeniden gözden geçirme, (8) kabul ve (9) plana tekrar odaklanma olarak adlandırılmıştır. Alt boyutların iç tutarlık cronbach alpha katsayıları .81 ile .68 arasında; test yeniden test korelasyon katsayıları .63 ve .41 arasında değişmektedir (Garnefski ve ark., 2001, 2002). 2006 yılında Garnefski ve Kraaij, alt boyutların altında en fazla yük alan ikişer maddeyi kullanarak ölçeğin kısa formunu geliştirmiştir. Kısa formda iç tutarlık cronbach alpha katsayıları .81 ve .68 arasındadır.

Ölçeğin Türkçe güvenirlik geçerlik çalışması ilk olarak Onat ve Otrar (2013) tarafından yapılmıştır. Tez çalışmasında, Çakmak ve Çevik'in (2010) üniversite öğrencileri ile Türkçe güvenirlik geçerlik çalışmasını yaptığı 18 maddelik kısa form kullanılmıştır. Ölçeğin 36 maddelik Türkçe uyarlamasında iç tutarlık cronbach alpha katsayıları .78 ve .65 arasında değişmektedir. Kısa form versiyonunda ise iç tutarlık cronbach alpha katsayıları .74 ve .63 arasındadır.

2.3. Performansa Dayalı Ölçümler

2.3.1. İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi Görevi (İ5KPK)

Planlama, yürütücü işlevler şemsiye terimi altında yer alan üst düzey bilişsel faaliyetlerden birisidir (Cinan, 2015:1). Planlama süreçlerini anlama ve birey ya da grup düzeyinde planlama becerisindeki farkları anlama amacıyla birçok görev geliştirilmiştir. Görevler, planlama aracının fiziksel özellikleri, problemlerin yapısı ya da kurallar açısından farklılaşsa da temelde basit kuralların öğrenilmesini, stratejik planlamayı, çeldiricilere karşı dirençli olmayı ve hedef niyetin bellekte tutulmasını gerektirmektedir (Cinan, 2015: 20).

2015'te Sevtap Cinan'ın Londra Kulesi görevinde esinlenerek oluşturduğu İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi Görevi'nde diğer kule testlerinde olduğu gibi planlama becerisinin ölçülmesi amaçlanmaktadır. Bilgisayar ortamında sunulan 10 görevden oluşmaktadır. Ekranda üç çubuk ve karışık halde numaralandırılmış halde bir çubuğa takılı 5 adet halka bulunmaktadır. Halkaların en az hamle ile büyükten küçüğe olmak üzere birinci çubuğa sıralanması istenmektedir. Kural gereği yalnızca en üstteki halkalar seçilebilmektedir ve her hamlede bir halka alınabilmektedir. Performans değerlendirilirken hamle sayısı ve tamamlama süresi göz önüne alınmaktadır.

2.3.2. Stroop Renk ve Kelime Testi

Stroop tarafından 1935 yılında geliştirilen Stroop Renk ve Kelime Testinde tepki ketlemesinin ve seçici dikkatin ölçülmesi amaçlanmaktadır. Anlamını ifade ettiği renkten farklı bir renk kullanılarak yazılmış örtüşmeyen kelimelerin mürekkep renklerinin söylenmesi istenildiğinde stroop etkisi ortaya çıkabilmektedir. Örneğin, sarı kelimesinin yeşil renkle yazılmış olması ve mürekkep renginin söylenmesi istenilmesi durumunda anlık okuma tepkisinin (sarı), renk söylemeye (yeşil) bozucu etki yapması beklenilmekte ve tepki süresinin artmasına yol açtığı ileri sürülmektedir.

Stroop Testi'nin bilgisayar temelli versiyonlarında da aynı şekilde kelime ifade ettiği renkten farklı bir renkte sunulmaktadır. Katılımcıdan uyarıcının ifade ettiği değil de mürekkep rengine göre tepki vermesi istenmektedir. Örneğin, kırmızı kelimesi mavi renkle yazıldıysa

“m” tuşuna basılması gerekmektedir. Tepki süresi ve hata sayısı ile tepki ketleme ve dikkat performansı ölçülmektedir.

Çalışmada kullanılan Stroop testi Psytoolkit.com internet sitesinde yer alan bilgisayar temelli test temel alınarak hazırlanmıştır. Çalışma, tek aşamadan oluşmakta ve katılımcılardan ekranda belirecek olan renk ifade eden kelimelerin (sarı, mavi, kırmızı, yeşil) mürekkep rengine tepki vermeleri istenmektedir. Siyah arka plan üzerinde kelimeler belirmektedir. Kırmızı mürekkepli olan kelimeler için “k”, mavi için “m”, sarı için “s” ve yeşil için “y” tuşlarına basılması istenmektedir. Her kelimenin ardından ekranın ortasında beyaz bir fiksasyon işareti (+) sunulmaktadır. Çalışma, 80 denemeden oluşmaktadır. Her kelime 2000 milisaniye ekranda kalmakta ve bu süre içinde tepki verilmesi istenmektedir.

2.3.3. Gözlerden Zihin Okuma Testi (Gözler Testi)

1997 yılında Baron-Cohen ve arkadaşlarının geliştirdiği testin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Yıldırım ve arkadaşları (2011) yapmıştır. Test, Zihin Kuramı’nı test edilmesi için tasarlanmıştır. “Ne hissettiğini fark edebiliyorum“ becerisini değerlendirmek amaçlanmaktadır (Baron-Cohen ve ark., 1997). Gözler Testi’nin gözden geçirilmiş versiyonunda 1 tanesi deneme amaçlı olmak üzere 37 görsel bulunmaktadır. Görsellerin çevresinde bulunan, bu kişinin ne hissedebiliyor olduğunu ifade eden, 4 şıktan birinin seçilmesi istenmektedir (3 çeldirici şık, 1 doğru şık). Her doğru şık bir puandır (Baron-Cohen ve ark., 2001). Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmasında çoğunluğun doğru yanıt vermediği 4 madde testten çıkarılmıştır. Toplamda 32 görselden oluşan Türkçe versiyonun güvenilirliğinin yeterli aralıkta olduğu rapor edilmiştir (Yıldırım ve ark., 2011). Bu çalışmada Gözler Testi bilgisayar temelli olarak uygulanmaktadır. Görseller ekranda sunulurken etrafındaki kelimeler numaralandırılmıştır. Kişiden, görsellerdeki bir çift gözün hangi hissi daha iyi tarif ettiğini seçmesi istenmektedir. Seçilen kelimenin numarası klavye üzerinden işaretlenmektedir. Gözler Testi ile duygu tanıma ve zihin kuramının test edilmesi amaçlanmaktadır.

2.4. İşlem

Akdeniz Üniversitesi Etik Kurulunun E-55578142-050.01.04-267023 sayılı üst yazısı ekinde gönderilen 12.01.2022 toplantı tarihli 21 karar sayılı Etik Kurul İzni alınarak tez çalışmasına onay verilmiştir.

Çalışmada katılımcılara kolaylık bulunabileni örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Birinci aşamada katılımcılardan Psycho-Py programı üzerinden oluşturulmuş olan performansa dayalı görevleri (sırasıyla Stroop Testi, Gözlerden Zihin Okuma Testi ve İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi) tamamlamaları istenmiştir. Çalışmaya başlamadan önce

sözlü olarak çalışma hakkında bilgi verilip onam alınmış ve her katılımcıya bir katılımcı numarası verilmiştir. Görevler, HP Laptop 15-bs0xx model bilgisayar ile uygulanmıştır.

Performansa dayalı görevlerin tamamlanmasının ardından katılımcılara Google Forms üzerinden hazırlanan ölçeklere (South Oaks Kumar Tarama Testi, Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Ölçeği, Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, Barratt Dürtüsellik Ölçeği K-F, Kısa Symptom Envanteri, Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği) ulaşmaları için mail ya da telefon üzerinden mesaj yoluyla bağlantı gönderilmiştir. Katılımcılar, onam verdiklerini ifade eden seçeneği işaretledikten sonra katılımcı numaralarını girerek ölçekleri tamamlamıştır. Çalışmada her iki aşamanın tamamlanması yaklaşık 50 dakika sürmektedir.

2.5. İstatistiksel Analiz

Verilerin işlenmesi ve test edilmesi için SPSS Statistics 25 programı kullanılmıştır. Analizlerin yorumlanması sırasında anlamlılık değeri $p < .05$ olarak alınmıştır. Verilerin analize uygun hale gelmesi için uç değere sahip 2 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır.

Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin sayısal veriler sunulmuştur.

Analize başlamadan önce verilerin normallik dağılımının değerlendirilmesi için Kolmogorow-Smirnow testinden ve çarpıklık-basıklık değerlerinden yararlanılmıştır. Normal dağılım değerlendirmesi için çarpıklık-basıklık değerlerinin -1,5 ve +1,5 sınırları arasında olup olmadığı incelenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013: 113).

Araştırma değişkenlerinin birbiri ile ilişkilerini incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi uygulanmıştır. İlişkili bulunan değişkenler için daha detaylı çözümlemelerde Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Alışveriş bağımlılığını bağımsız değişkenlerin (psikolojik belirtiler, bilişsel duygu düzenleme) yordayıp yordamadığını değerlendirmek için hiyerarşik regresyon; teknoloji bağımlılığını bağımsız değişkenlerin (dürtüsellik, psikolojik belirtiler, bilişsel duygu düzenleme) yordayıp yordamadığını görmek için doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır.

Davranışsal bağımlılıklar, kumar oynama bağımlılığını (hiç, en az 1 kere oynamış), teknoloji bağımlılığını (düşük, orta, yüksek) ve çevrimiçi alışveriş bağımlılığını (düşük, orta, yüksek) bağımsız değişkenler olarak ele alarak diğer değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadıkları ve etkileşim etkileri faktöriyel ANOVA Testi ile yürütülmüştür. Post-hoc analizler için grupların varyans homojenlikleri Levene testi ile değerlendirilmiş; Tukey Testi ve Games Howell Testi kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın üçüncü bölümünde seçilen davranışsal bağımlılıklar olan kumar oynama bağımlılığı, teknoloji bağımlılığı ve alışveriş bağımlılığı değişkenleri ile ilişkili olabileceği ileri sürülen kişilik (dürtüsellik, psikopatoloji), biliş ve duygulanım (bilişsel duygu düzenleme) ve yürütücü işlevler (dikkat, planlama, duygu tanıma) değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular ve katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini içeren analizler sunulmaktadır.

3.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Çalışmanın örneklemini, 42 kadın (%66,7) ve 21 erkek (%33,3) erkek katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 29,31 olup yaşlarının aralığı 18 ve 59'dur (Ss=10,63). Katılımcıların %12'si lise (n=8), %87,3'ü üniversite (n=55) mezunudur.

Katılımcıların 1'i nörolojik bir bozukluğa sahip olduğunu (epilepsi) belirtmiş; hiçbir katılımcının renk körlüğüne sahip olmadığı görülmüş; katılımcıların 4'ü (%6,3) baskın olarak sol elini kullandığını belirtmiştir.

3.2. Sigara ve Alkol Kullanımı

Katılımcıların %36,5'i sigara kullandığını (n=23), %15,9'u günde 10 ya da daha az (n=10), %15,9'u 20 ya da 11 arasında, %4,8'i 20'den fazla sigara içtiğini, %63,5'i ise sigara kullanmadığını bildirmiştir. Katılımcıların %47'si (n=30) günde 1, %25'i günde 2 (n=16), %4,8'i (n=3) günde 3 standart içki içmekte, katılımcıların %22'si alkol kullanmamaktadır.

Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri ve Sigara-Alkol Kullanımlarına İlişkin Veriler

Değişkenler	N	Ort	Ss	Aralık	%
Cinsiyet	63				
Kadın	42				66,7
Erkek	21				33,3
Yaş	63	29,31	10,63	18-59	
Sigara Kullanımı	63				
Var	23				36,5
Yok	40				63,5
Alkol Kullanımı	63				
Var	49				47
Yok	14				22

3.3. Kumar Oynama Davranışı

South Oaks Kumar Tarama Testinde yer alan sorular değerlendirildiğinde katılımcıların %85'inin (n=54) hiç parasına iskambil kağıdı oynamadığı, %13,3'ünün haftada bir kereden az parasına iskambil kağıdı oynadığı (n=8) ve %1,7'sinin (n=1) haftada 1 kere ya da daha fazla parasına iskambil kağıdı oynadığı görülmüştür.

Hiç parasına okey oynamayan katılımcıların oranı %81,7(n=49), haftada bir kereden az oynayanların oranı %16,7 (n=10), haftada bir kere veya daha fazla oynayanların oranı %1,7 (n=1)'dir.

Katılımcıların %94,9'u (n=56) hiç parasına zar oyunu oynamadığını, %5,1'i (n=3) haftada bir kereden az zar oyunu oynadığını bildirmiş, haftada 1 kere ya da daha fazla parasına zar oyunu oynayan olmadığı görülmüştür.

Örnekleme hiçbir katılımcının horoz dövüşü üzerine kumar oynamadığı; katılımcıların %74,1'inin (n=43) hiç spor-toto veya loto oynamadığı, %20,7'sinin (n=12) haftada bir kereden az oynadığı, %5,2'sinin (n=3) haftada bir kere ya da daha fazla oynadığı, 5 kişinin ise soruyu yanıtlamadığı görülmüştür.

Katılımcılardan %65,6'sı (n=41) hiç kazı kazan oynamadığını, %34,4'ü (n=22) haftada bir kereden az kazı kazan oynadığını belirtmiş, haftada bir kere ya da daha fazla kazı kazan oynayan olmadığı görülmüştür.

Katılımcılardan %66,7'si (n=41) hiç milli piyango oynamadığını, %31,7'si (n=20) hafta bir kereden az oynadığını, %1,7'si (n=2) haftada bir kereden çok oynadığını bildirmiştir.

Borsada hiç işlem yapmadığını belirten katılımcı oranının %70,7 olduğu (n=43), hafta bir kereden az işlem yaptığını belirten katılımcı oranının %20,7 olduğu (n=14), bir kere veya daha fazla işlem yaptığını belirten katılımcıların oranının %6 (n=6) olduğu öğrenilmiştir.

Yanıt veren 60 katılımcının %91,5'i (n=54) hiç casino oyunu oynamadığını, %6,8'i (n=4) haftada bir kereden az oynadığını, %1,7'si (n=1) haftada bir ya da daha fazla oynadığını belirtmiştir.

Beceri isteyen oyunların oynanıp oynanmadığına ilişkin soruya yanıt veren 60 katılımcının %88,3'ünün (n=53) parasına beceri isteyen oyunları hiç oynamadığı, %8,3'ünün (n=5) haftada bir kereden az oynadığı ve %2'sinin (n=2) hafta bir kere ya da daha fazla oynadığı görülmüştür.

South Oaks Kumar Testi sorularına ek olarak sorulan kripto para ticaretiyle uğraşma durumuna ilişkin soruya yanıt veren 60 katılımcının %85'i (n=51) kripto para ile işlem yapmadığını, %11,7'si (n=7) haftada bir kereden az yaptığını, %3,3'ü (n=2) haftada bir kere ya da daha fazla yaptığını belirtmiştir.

3.4. Değişkenlerin Normallik Dağılımı

Değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığını değerlendirmek için yapılan analiz sonucunda teknoloji bağımlılığı ölçeği ile ölçülen teknoloji bağımlılığı değişkeni Kolmogorow-Smirnow testine göre normal dağılmaktadır ($K-S=0.200$, $p>.05$). Çarpıklık-basıklık değeri de -1,5 ile +1,5 sınırları arasında kalmaktadır ve normal dağılımı ifade etmektedir.

Kompulsif satın alma değişkeni Kolmogorow-Smirnow testine göre normal dağılım göstermektedir ($K-S=.200$, $p>.05$). Çarpıklık-basıklık değerleri -1 ile +1 sınırları arasında kalmakta olup normal dağıldığını göstermektedir.

Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu ile ölçülen dürtüsellik değişkeni Kolmogorow-Smirnow testine göre normal dağılım göstermemekle birlikte çarpıklık-basıklık değerleri -1 ile +1 sınırları arasında kalmakta ve normal dağılımı ifade etmektedir.

Psikopatoloji değişkenini değerlendirmek için kullanılan Kısa Semptom Envanteri'nin alt boyut değişkenleri depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon çarpıklık-basıklık değerlerine bakıldığında -1,5 ile +1,5 sınırları arasında olup normal dağılım göstermekte olduğu ancak hostilite değişkeninin basıklık değeri +1,5 değerinin üstünde olarak normal dağılım göstermediği görülmektedir.

Bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ölçmek için kullanılan Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeğinin alt boyutları olan plana tekrar odaklanma, olumlu yeniden odaklanma, felaketleştirme, diğerlerini suçlama, kendini suçlama, kabul etme, bakış açısına yerleştirme değişkenlerinin çarpıklık basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 sınırları arasında kalmaktadır ve normal dağılım sergilemektedir.

South Oaks Kumar Testi ile ölçülen kumar oynama bağımlılığı çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normal dağılım göstermediği için dönüştürme işlemi uygulanmıştır. Karekök işlemi uygulandığında çarpıklık ve basıklık değerinin optimal hale yaklaştığı görülmüştür. Logaritma işlemi uygulandığında çarpıklık basıklık değeri -1,5 ile +1,5 sınırları içerisinde normal dağılımı ifade etmektedir.

Dikkat ölçümü için kullanılan Stroop Testi tepki süresi ve yanlış sayısı çarpıklık basıklık değeri -1,5 ve 1,5 sınırları içinde olup normal dağılımı ifade etmektedir.

Planlama ölçümü için kullanılan doğru sayısı, süre toplamı ve hareket fazlası değişkenlerinin çarpıklık-basıklık değeri -1,5 ile 1,5 sınırları içinde olup normal dağılım sergilemektedir.

Duygu tanıma ölçümü için kullanılan yanlış sayısı değişkeninin çarpıklık basıklık değerleri -1,5 ile 1,5 sınırları içinde kalarak normal dağılım ifade etmektedir. Değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 3.2.'de belirtilmiştir.

Tablo 3.2 Değişkenlerin Normal Dağılım Değerlendirmesi

Değişkenler	Ort	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Teknoloji Bağımlılığı	1,95	0,67	.661	.166
Alışveriş Bağımlılığı	1,08	0,65	.668	.494
Kumar Bağımlılığı	0,25	0,26	1,01	.683
Dürtüsellik	1,93	0,34	.741	.463
Anksiyete	1,00	0,83	1,100	.439
Depresyon	1,26	0,86	.645	-.429
Somatizasyon	0,74	0,69	.929	-,103
Olumsuz Benlik	0,99	0,81	,852	-,536
Hostilite	1,17	0,88	1,32	1,99
Plana Tekrar Odaklanma	7,38	1,55	-,213	-,144
Olumlu Yeniden Odaklanma	5,51	1,79	-,005	-,044
Felaketleştirme	5,46	1,67	,231	-,162
Diğerlerini Suçlama	5,71	1,67	,020	,615
Kendini Suçlama	5,49	1,78	,031	-,202
Düşünceye Odaklanma	6,78	1,63	-,044	-,345
Yeniden Gözden Geçirme	7,38	1,71	-,302	-,143
Kabul Etme	6,19	1,84	-,033	-,455
Bakış Açısına Yerleştirme	6,59	1,92	-,145	-,627
Planlama				
Toplam Süre	19,17	3,16	1,026	1,377
Hareket Fazlası	45,92	21,73	,886	,804
Doğru Sayısı	0,29	0,98	-,093	,716
Dikkat				
Tepki Zamanı	2,74	9,53	,816	1,376
Yanlış Sayısı	2,17	1,21	,456	,753
Duygu Tanıma				
Yanlış Sayısı	2,72	0,52	,402	828

3.5. Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Çalışmada yer alan değişkenlerin birbiri ile ilişkisini gözlemlemek için tüm değişkenler Pearson Momentler çarpımı korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Kompulsif satın alma ve teknoloji ile ilgilenme arasında orta düzeyde olumlu ($r=.48$, $p<.01$), anksiyete ile düşük düzeyde olumlu ($r=.29$, $p<.05$), depresyon ile düşük düzeyde ($r=.26$, $p<.05$),

hostilite ile orta düzeyde olumlu ($r=.32$, $p<.01$), diğerlerini suçlama ($r=.26$, $p<.05$), felaketleştirme ($r=.29$, $p<.05$) arasında düşük düzeyde olumlu ilişki olduğu görülmüştür.

Araştırmada teknoloji kullanımı ile dürtüsellik arasında orta düzeyde olumlu ($r=.40$, $p<.01$), anksiyete ($r=.67$, $p<.01$), depresyon ($r=.65$, $p<.05$), olumsuz benlik ($r=.58$, $p<.05$), somatizasyon ($r=.44$, $p<.01$), hostilite ($r=.56$, $p<.01$), felaketleştirme ($r=.43$, $p<.01$), diğerlerini suçlama ($r=.48$, $p<.01$), düşünceye odaklanma ($r=.35$, $p<.01$), kendini suçlama arasında olumlu yönde orta düzeyde anlamlı korelasyon vardır.

Kumar oynama ile herhangi bir değişken arasında anlamlı bir ilişki kurulmamıştır ($p>.05$). Ayrıca yürütücü işlevlerin bileşenleri olarak çalışmaya dahil edilen planlama, dikkat ve duygu tanıma değişkenleri ile davranışsal bağımlılık değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ($p>.05$).

Tablo 3.3 Davranışsal Bağımlılıklar, Dürtüsellik ve Psikolojik Sorunlar Arasındaki Korelasyon

	Satın Alma	Teknoloji Kullanımı	Dürtüsellik	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz Benlik	Somatizasyon	Hostilite
Satın Alma	1							
Teknoloji Kullanımı	.48**	1						
Dürtüsellik	.24	.40**	1					
Anksiyete	.29*	.67**	.40**	1				
Depresyon	.26*	.65**	.47**	.88**	1			
Olumsuz Benlik	.23	.58**	.58**	.86**	.82**	1		
Somatizasyon	.14	.44**	.30*	.83**	.81**	.76**	1	
Hostilite	.32**	.56**	.27*	.80**	.76**	.79**	.60**	1

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

Tablo 3.4 Davranışsal Bağımlılıklar ve Bilişsel Duygu Düzenleme Arasındaki Korelasyon

	SA	TK	BDD1	BDD2	BDD3	BDD4	BDD5	BDD6	BDD7	BDD8	BDD9
SA	1										
TK	.48**	1									
BDD1	-.14	-.17	1								
BDD2	.075	.16	.35**	1							
BDD3	.28*	.43**	-.1	-.15	1						
BDD4	.26*	.49**	.08	.001	.68**	1					
BDD5	.13	.35**	.18	.06	.36**	.30*	1				
BDD6	-.22	-.16	.52**	.29*	-.17	.04	.11	1			
BDD7	-.016	-.01	.23	.47**	-.1	.012	.07	.46*	1		
BDD8	-.15	.13	.09	.26*	-.03	.10	.31*	.30*	.31*	1	
BDD9	.09	.30*	-.29*	-.15	.55**	.36**	.33**	-.042	-.02	.18	1

** p<0.01 *p< 0.05 (SA: Satın alma, TK: Teknoloji kullanımı, BDD1:Plana tekrar odaklanma, BDD2: Olumlu yeniden odaklanma, BDD3:Felaketleştirme, BDD4:Diğerini suçlama, BDD5:Düşünceye odaklanma, BDD6:, BDD7: Bakış açısına yerleştirme, BDD8: Kabullenme, BDD9:Diğerlerini suçlama)

3.6. Regresyon Analizi

Korelasyon analizinde ilişkili bulunan değişkenlerin davranışsal bağımlılıkları yordayıp yordamadığını görmek için regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi yapılmadan önce değişken arasındaki doğrusallık, ‘deviation from linearity’ değeriyle test edilmiştir. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği Kısa Formu alt boyutları, Kısa Semptom Envanteri alt boyutları ve bağımlı değişkenler olarak ele alınan satın alma davranışı ve teknoloji kullanımı değişkenlerinde doğrusallık sağlanmıştır ($p > .05$).

Kompulsif çevrimiçi satın almayı, bağımsız değişkenlerin (psikolojik belirtiler, bilişsel duygu düzenleme) yordayıp yordamadığını görmek için hiyerarşik regresyon analizinde 1. modelde anksiyete değişkeni ile analiz yürütülmüştür, ikinci adımda modele depresyon ve hostilite eklenmiştir. Birinci modelde anksiyete değişkeninin varyansın %0,9’unu anlamlı yordadı [$F(1,61)= 5,659$, $p < .05$], ikinci modelin anlamsız olduğu görülmüştür [$F(2,60)=2,788$, $p > .05$].

Tablo 3.5 Kompulsif Çevrimiçi Satın Almayı Yordayan Psikolojik Belirtiler

Adımlar	B	t	F	R ²	R ² Değişimi
1 Model			5,659**	.09	.09
Anksiyete	.29	2,379**			
2 Model			2,788	.09	
Depresyon	.02	0,10			

Yapılan ikinci regresyon analizinde tek başına felaketleştirmenin varyansın %0,8'ini açıkladığı [$F(1,61)=5,415$, $p<.05$], diğerlerini suçlamanın varyansın %0,7'sini açıkladığı [$F(1,61)=4,430$, $p<.05$], modele her iki değişken dahil edildiğinde modelin anlamsız olduğu görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 3.6 Kompulsif Çevrimiçi Satın Almayı Yordayan Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri

Adımlar	B	t	F	R ²	R ² Değişimi
1 Model			5,415*	.08	.08
Felaketleştirme	.29	2,327*			
2 Model			4,430*	.07	
Diğerlerini suçlama	.26	2,105			
3 Model			2,970		
Felaketleştirme	.20	1,215			
Diğerlerini Suçlama	.13	0,751			

Teknoloji bağımlılığını, psikolojik belirtilerin yordayıp yordamadığını görmek için doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Modele tüm psikolojik belirtiler aynı anda dahil edildiğinde psikolojik belirtilerin varyansın %53'ünü açıkladığı [$F(5,57)=13,044$, $p<.01$], anksiyete ($t= 3,138$, $p<.01$) ve somatizasyonun ($t=-2,773$, $p< 0.01$) teknoloji bağımlılığını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

Tablo 3.7 Teknoloji Bağımlılığını Yordayan Psikolojik Belirtiler

Adımlar	B	t	F	R ²
1 Model			13,044***	.53
Anksiyete	.772	3,318**		
Depresyon	.418	1,999		
Olumsuz Benlik	.29	0,147		
Somatizasyon	-.492	-2,773**		
Hostilite	-.101	-0,598		

Teknoloji bağımlılığını bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin yordayıp yordamadığını değerlendirmek için felaketleştirme, diğerlerini suçlama, kendini suçlama ve düşünceye odaklanma değişkenleri tek seferde modele dahil edildiğinde varyansın %29'unu

açıkladığı [$F(4,58)=5,969$, $p<.001$]], yalnızca diğerlerini suçlama değişkeninin anlamlı yordadığı bulunmuştur ($t=2,261$, $p<.05$).

Tablo 3.8 Teknoloji Bağımlılığını Yordayan Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri

Adımlar	β	T	F	R^2
1 Model			5,969***	.29
Felaketleştirme	.105	0,624		
Diğerlerini suçlama	.338	2,261*		
Düşünceye odaklanma	.194	0,609		
Kendini suçlama	.052	.384		

Dürtüselliğin teknoloji bağımlılığını yordayıp yordamadığı değerlendirilmesi için regresyon analizine tek bağımsız değişken olarak eklendiğinde varyansın %16'sını açıkladığı [$F(1,61)=11,659$, $p<.01$]], teknoloji bağımlılığını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ($t=3,415$, $p<.01$).

3.7. Faktöriyel ANOVA Analizleri

Davranışsal bağımlılıkların (kumar oynama, kompulsif satın alma, teknoloji kullanımı) farklı düzeylerinin bu aşamada bağımlı değişken olarak ele alınan çalışmadaki diğer değişkenler (yatkınlaştırıcı değişkenler, biliş ve duygulanım değişkeni, yürütücü işlev değişkenleri) açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarını ve aralarında etkileşim olup olmadığını değerlendirmek için faktöriyel ANOVA analizleri uygulanmıştır.

Davranışsal bağımlılıklardan kompulsif çevrimiçi satın alma ve teknoloji bağımlılığı düşük, orta, yüksek olmak üzere ortalama puanlar üzerinden üç gruba ayrılmış; örneklem sayısındaki kısıtlılık nedeniyle kumar oynama bağımlılığı hayatında hiç kumar oynamış ve oynamamış olarak 2 kategorik gruba ayrılmıştır.

Kompulsif çevrimiçi satın alma (düşük, orta, yüksek), teknoloji bağımlılığı (düşük, orta, yüksek) ve kumar oynama (hiç, en az 1 kere) bağımsız değişkenlerinin, Stroop Testindeki yanlış sayısı, İstanbul 5 Küp Planlama Kulesindeki toplam doğru ve toplam süre, Gözlerden Zihin Okuma Testindeki toplam yanlış sayısı bağımlı değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadıkları incelendiğinde faktöriyel ANOVA testlerinin anlamsız olduğu görülmüştür.

Çevrimiçi satın alma (düşük, orta, yüksek), teknoloji bağımlılığı (düşük, orta, yüksek) ve kumar oynama (hiç, en az 1 kere) bağımsız değişkenlerinin anksiyete bağımlı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığı ve etkileşim etkileri test edildiğinde Levene Testi

grupların varyansının eşit olmadığını göstermiştir [$F(8,54)=2,254$ $p=.037$]. Post-hoc tablosu sonuçları için Games-Howell testine bakılmıştır.

Kompulsif çevrimiçi satın almanın ve teknoloji bağımlılığına sahip olmanın anksiyete puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür [$F(8,54)=2,254$ $p=.000$]. Çevrimiçi satın almanın anksiyete açısından anlamlı şekilde farklılaşmadığı ($F(2,54)=2,366$, $p=.104$). Teknoloji bağımlılığının ana etkisi 0,312 olup varyansın %31,2'ini açıkladığı görülmektedir [$F(2,54)=12,254$, $p=.000$].

Kompulsif çevrimiçi satın alma ile teknoloji bağımlılığının etkileşim etkisinin anlamlı olduğu [$F(4,54)=4,230$, $p=.005$], varyansın %23,9'unu açıkladığı görülmüştür.

Post-hoc testlerine bakıldığında anksiyetinin düşük düzeyde teknoloji bağımlılığında orta ve yüksek teknoloji bağımlılığına göre daha düşük olduğu, anksiyetenin orta düzey teknoloji bağımlılığında düşük düzey teknoloji bağımlılığına göre daha fazla olduğu, yüksek düzey teknoloji bağımlılığında anksiyetenin düşük düzey ve orta düzey teknoloji bağımlılığına göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Tablo 3.9 Teknoloji Bağımlılığı Düzeylerinin Anksiyete Açısından Karşılaştırılması

				Güven Aralığı	%95
Kategori	Kategori	Ortalama farkı	P	Alt sınır	Üst sınır
Düşük düzey	Orta düzey				
Teknoloji	Teknoloji	-,5594*	.011	-1,0085	-0,1102
Bağımlılığı	Bağımlılığı				
Düşük düzey	Yüksek düzey	-1,2338*	.000	-1,624	-0,7952
Teknoloji	Teknoloji				
Bağımlılığı	Bağımlılığı				
Orta düzey	Yüksek düzey	.6744*	.002	-1,1186	-0,2302
Teknoloji	teknoloji				
Bağımlılığı	bağımlılığı				

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

İlgili alan yazında her dönem çalışılan problemleri madde kullanımını ile birlikte kullanılan ‘bağımlılık’ kavramı son zamanlarda kompulsif şekilde tekrarlanan, olumsuz sonuçlarına rağmen sürdürülen davranışlar için de kullanılmaya başlamıştır. Problemleri kumar oynama ve madde bağımlılığı arasındaki fenomenolojik, etiyolojik benzerlikler üzerine yapılan çalışmalar kumar oynama bozukluğunun ‘bağımlılık’ olarak ele alınmasını sağlamıştır. Davranışsal bağımlılıkta, madde bağımlılığının aksine beyinde ödül sistemine ve prefrontal korteks gibi alanlara kimyasal etkiler olmaksızın bağımlılık belirtileri gösterilmesi bağımlılık ortaya çıkaran süreçlerin doğrudan incelenmesini sağlayacağı düşünülmektedir.

Aşırı düzeyde yemek yemek, seks yapmak, oyun oynamak, alışveriş yapmak gibi davranışlar ‘davranışsal bağımlılık’ bağlamında oldukça görünür olsa da internet bağımlılığı üzerine çalışmalar alan yazında daha fazla yer kaplamaya başlamıştır. Özellikle Covid-19 pandemisi sonrası bazı etkinliklerin kısıtlanması internetin bize sunduğu alternatiflerin, kolay ulaşılabilirliğinin daha fazla görünür olmasını sağlamıştır. Örneğin, seks bağımlılığı çalışmalarının yerini pornografik içerik bağımlılığı, alışveriş bağımlılığının yerini kompulsif çevrimiçi satın alma, kumar bağımlılığının yerini çevrimiçi kumar oynama alabilmektedir. İnternetin sağladığı tüm bu geniş yelpaze ve ulaşılabilirlik dürtüsel davranışı artırabilmekte ve davranışın problemleri hale gelmesini kolaylaştırabilmektedir.

ICD-11’de ve DSM-5’te de davranışsal bağımlılık kavramı yer almaya başlamıştır. Mevcut durumda yalnızca kumar oynama bozukluğu bağımlılık başlığı altında yer alsa da gelecekte bağımlılık olarak ele alınması için İnternet kullanımı ve çevrimiçi oyun oynama davranışları üzerinde çalışma yapılması teşvik edilmektedir. İleride, problemleri şekilde sergilenen daha fazla davranışın tanı kitaplarında bağımlılık başlığı altında yer alması olası görünmektedir.

Problemleri hale gelmesi bağımlılık olarak ele alınan davranışların doğası gereği insanların keyif aldığı hatta biyolojik olarak ihtiyaç duyduğu etkinlikler olması davranışın sorunlu hale geldiğinin anlaşılmamasına ve olumsuz sonuçlarının ağırlaşmasına neden olabilmektedir (Petry, 2015).

Davranışsal bağımlılıklar ile ilişkili faktörlerin, etki mekanizmalarının anlaşılmasının kimyasal etkilerden bağımsız olarak bağımlılığın doğasını ortaya koyabileceği ve davranışsal bağımlılıkların tedavisine katkı sağlayabileceği için araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

İlk başta internet bağımlılığı üzerine ortaya koyulmuş olan I-PACE modeli pek çok değişkenin etkileşim halinde davranışsal bağımlılığa katkı sağladığını ileri sürmektedir. Model, davranışsal bağımlılıkların ortaya çıkışında ve sürdürülmesinde farklı değişkenlerin rol oynayabileceğini, bağımlılıkların başlangıç aşamalarına ve ileri aşamalarında farklı faktörlerin rol oynayabileceğini ifade etmektedir. Buna göre, çalışmada da ele alınan dürtüsellik ve sahip olunan psikolojik sorunların yatkınlaştırıcı değişkenler olarak rol oynayabileceği, duygulanım ve biliş değişkenlerinin davranışın sürdürülmesi ve bağımlılık haline gelmesinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada, bağımlılık gibi önemli bir fenomen olarak tartışılmaya başlanan davranışlarla ilişkili olan faktörlerin I-PACE Modeli çerçevesinde çalışılması amaçlanmıştır.

4.1. Davranışsal Bağımlılıklar

Çalışmada, davranışsal bağımlılık etiketiyle resmi olarak tanı kitabında yer alan kumar bağımlılığı ile teknoloji bağımlılığı ve alışveriş bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmamıştır. Alışveriş bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı arasında ise orta düzeyde olumlu bir ilişki vardır. Çalışmada kumar bağımlılığı ve ilişkili olduğu hipotez edilen kişi, duygulanım ve biliş bileşenleri çerçevesinde incelenen diğer değişkenler arasında da bir ilişki bulunmamıştır. Mevcut alan yazında ise kumar bağımlılığının çalışmada yer alan değişkenlerle ilişkisine yönelik bulgular mevcuttur (Altıntaş, 2018; Geniş ve Aksu, 2020; Chowdhury, Livesey ve Blaszczyński, 2017). Çalışmanın örnekleme sayısının ve örnekleme yönteminin kumar bağımlılığı için uygun olmadığı düşünülebilmektedir.

Alışveriş bağımlılığı ile teknoloji bağımlılığı arasında ilişki bulunması mevcut alan yazındaki bulgularla örtüşmektedir. Ayrıca çalışmada alışveriş bağımlılığı çevrimiçi satın alma bozukluğu çerçevesinde ele alınmıştır. Çevrimiçi satın alma davranışının da teknoloji kullanımı ile gerçekleşmesinin iki değişken arasındaki ilişkiye katkı sağlamış olabileceği düşünülmektedir.

4.2. Davranışsal Bağımlılıklar ve Kişi Bileşeni

I-PACE Modelinde, davranışsal bağımlılıkların ortaya çıkmasında yatkınlaştırıcı olarak rol oynayacağı ileri sürülen ve çalışmada dürtüsellik ve psikopatolojik semptomlar olarak incelenen değişkenlerin alt grupları ile teknoloji bağımlılığı ve alışveriş bağımlılığı arasında korelasyon bulunmuştur.

Dürtüsellik yalnızca teknoloji bağımlılığı ile ilişkili bulunurken alan yazında dürtüsellik sıklıkla kompulsif satın alma ile de ilişkili bulunmaktadır. (Billieux ve ark., 2008; Namli ve ark., 2022; Aydın ve ark., 2019; Etxaburu ve ark., 2023). Paula ve arkadaşları

(2015), klinik olmayan örnekleme dahi dürtüsellüğün kompulsif satın alma ile ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Çalışmada kişilik özelliği olarak dürtüsellüğün çalışmanın örneklem sayısından kaynaklanan kısıtlılıktan kaynaklıyor olabileceği düşünülmektedir.

Teknoloji bağımlılığı ve alışveriş bağımlılığı ile en yüksek ilişkiye sahip psikolojik belirtiler anksiyete ve depresyon olmuştur. Anksiyetenin alışveriş bağımlılığını ve teknoloji bağımlılığını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

Mehroof ve Griffiths (2010), üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun oynama bağımlılığı ile durumsal ve sürekli kaygının ilişkili olduğunu; Hawi ve Samaha (2017) problematik akıllı telefon kullanımı olan üniversite öğrencilerinin daha yüksek anksiyeteye sahip olma olasılığının arttığını; Xie ve arkadaşları (2023) anksiyetenin teknoloji bağımlılığını yordadığını rapor etmiştir.

Çalışmada anksiyete, teknoloji bağımlılığı düzeyleri (düşük, orta, yüksek) arasında da farklılaşmaktadır. Düşük düzey teknoloji bağımlılığında anksiyete düzeyi, orta düzey ve yüksek düzey teknoloji bağımlılığına göre anlamlı olarak daha düşüktür. Yüksek düzey teknoloji bağımlılığında ise anksiyete düzeyi, düşük düzey ve orta düzeye göre daha anlamlı olarak daha yüksektir. Buna göre yüksek anksiyeteye sahip olmanın teknoloji bağımlılığının ilerlemesinde rol alan bir faktör olduğu düşünülebilmektedir.

Anksiyetenin, kompulsif satın alma ile ilişkili olduğuna ya da kompulsif satın almayı yordadığına ilişkin bulgular (Gallagher ve ark., 2017; Weinstein ve ark., 2015; Darrat ve ark., 2016) çalışmada elde edilen bulgu ile uyumludur.

Demirci ve arkadaşları (2015), yüksek akıllı telefon kullanım oranına sahip grubun anksiyete puanlarının düşük telefon kullanım oranına sahip gruba göre daha yüksek olduğunu, akıllı telefon bağımlılığı puanları ile anksiyete arasında olumlu bir korelasyon ilişkisi bulunduğunu, aşırı telefon kullanımının anksiyeteye yol açıyor olabileceğini rapor etmiştir.

Marino ve arkadaşları (2020) yaptıkları çalışmada, internet oyun oynama bozukluğu ve sosyal anksiyete arasında sosyal etkileşim tercihleri ve kaçınma gibi uyumsuz bilişlerin ve üst-bilişlerin sosyal anksiyete ve internette oyun oynama bozukluğu arasında aracı rol oynadığını bildirmiştir.

Anksiyetenin bağımlılıklar için ortak bir risk faktörü olduğu düşünülmektedir.

4.3. Davranışsal Bağımlılıklar ve Biliş ve Duygulanım Bileşeni

Brand ve arkadaşları (2016), durumsal faktörlerin öznel olarak algılandığı ardından bilişsel ve duygusal tepkilerin ortaya çıktığını ve bu sürecin bireylerin bağımlılık davranışına

başlaması ve sürdürmesi ile ilgili olabileceğini ileri sürmüştür. Modelde yer verilen bilişsel ve duygusal faktörlerden biri de duygu düzenleme dürtüsüdür.

Kököyei ve arkadaşları (2019), gençlerde bulunan problemli oyun oynama davranışının uyumlu bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile olumsuz yönde ilişkiliyken uyumlu olmayan bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile olumlu yönde anlamlı ilişkisi olduğunu rapor etmiştir.

Rogier ve arkadaşları (2020), duygu düzenleme stratejilerinin kumar oynama bozukluğunda önemli rol oynayabileceğini ve kumar oynama bozukluğu ile dürtüsellik arasındaki ilişkide kısmi aracı olduğunu ifade etmiştir. Bu çalışmada ise kumar oynama davranışı ve dürtüsellik ya da duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmemiştir.

Guo ve arkadaşları (2023), internet bağımlılığı ve çocukluk dönemi ihmalı arasındaki ilişkide depresyon ve uyumlu olmayan bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü olduğunu bildirmiştir.

Zsido ve arkadaşları (2021), uyumlu olmayan duygu düzenleme stratejilerinin sosyal anksiyete ile problemli sosyal medya kullanımı ve problemli akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkide aracı rolü olduğunu ve duygusal değişkenlerin problematik teknoloji kullanımını açıklamada önemli olduğunu rapor etmiştir.

İspanya’da ergenlerle yapılan bir çalışmada, Extremera ve arkadaşları (2019), akıllı telefon bağımlılığı olan ve olmayan gençleri karşılaştırmış ve akıllı telefon bağımlısı olan gençlerin olmayanlara göre daha fazla adaptif olmayan (ruminasyon, kendini suçlama, diğerlerini suçlama, felaketleştirme) bilişsel duygu düzenleme stratejileri kullandığını bildirmiştir. Bu çalışmada teknoloji kullanımı ile felaketleştirme, diğerlerini suçlama ve düşünceye odaklanma arasında olumlu yönde ilişki olduğu ve diğerlerini suçlamanın teknoloji bağımlılığını yordadığı görülmüştür. Alan yazındaki çalışmalara benzer olarak teknoloji bağımlılığı olan bireylerde adaptif olmayan duygu düzenleme stratejilerini kullanıyor olabileceği söylenebilmektedir.

Williams ve Grisham (2011), kompulsif satın alma, dürtüsellik, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve bilinçli farkındalık değişkenleri ile yaptığı çalışmada, dürtüsellik ile karakterize edilen kompulsif satın alma davranışının yanında duygusal faktörlerin ve zayıf duygu düzenleme süreçlerinin bu davranışın ortaya çıkışı ve ilerlemesinde etkili olduğunu ileri sürmektedir.

Alan yazında yer alan bulgularla benzer olarak uyumlu olmayan bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin farklı davranışsal bağımlılıklarda rol oynayan ortak bir faktör olduğu

ileri sürülebilmektedir. Bu sonuçlar temelinde duygu düzenlemenin davranışsal bağımlılıklar çerçevesinde çalışmak için faydalı bir faktör olabileceği düşünülmektedir.

4.4. Davranışsal Bağımlılıklar ve Yürütücü İşlevler Bileşeni

Çalışmada yürütücü işlev bileşenine Stroop Testi ile dikkat, İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi Testi ile planlama, Gözlerden Zihin Okuma Testi ile duygu tanıma becerisi dahil edilmiştir.

Dikkat, planlama ve duygu tanıma becerileri ile davranışsal bağımlılıklar arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca davranışsal bağımlılıkların dikkat, planlama ve duygu tanıma açısından farklılaşmadığı görülmüştür. I-PACE modelinde yürütücü işlevlerin davranışsal bağımlılıkların ortaya çıkması ve sürdürülmesinde rol oynadığı ileri sürülürken çalışmada bu yönde bir bulgu bulunmamıştır.

Wegmann ve arkadaşlarının (2020) dürtüsellik, genel yürütücü işlevler (Stroop Testi, İz Sürme Testi, Kart Eşleme Testi) ve ketleme kontrolü etkileşiminin, sosyal medya kullanım bozukluğu belirtilerini açıklayıp açıklamadığını değerlendirmek için yaptıkları çalışmada genel yürütücü işlevlerin ve ketleme kontrolünün belirti şiddetine doğrudan etkisi olmadığını ancak artan azalan yürütücü işlev ve ketleme kontrolü modele dahil edilirse yüksek dürtüsellik belirti şiddetini yordadığı rapor edilmiştir. Bulguların, çalışmanın bulguları ile uyumlu olduğu, yürütücü işlevlerin davranışsal bağımlılık olarak ele alınan değişken ile doğrudan ilişkisi olmadığı görülmüştür.

Zhou ve arkadaşlarının (2016), Sayı Dizisi Testi, Wisconsin Kart Eşleme Testi, Yap-yapma görevi ile patolojik kumar oynama ve internet bağımlılığını değerlendirdikleri çalışmada, internet kullanım bağımlılığına ve patolojik kumar oynama davranışına sahip kişilerde işleyen bellek, yürütücü işlev ve dürtüsellikte eksiklik görüldüğü; internet bağımlılığına sahip katılımcıların patolojik kumar oynayan katılımcılardan daha dürtüsel olduğu görülmüştür. Bulgular karşılaştırıldığında, mevcut çalışmadan farklı olarak yürütücü işlevlerin gruplar arasında farklılaştığı ve dürtüsellik patolojik kumar oynama ile de ilişkili olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığına sahip bireylerde, mevcut çalışmada teknoloji bağımlılığına sahip bireylere benzer olarak, yüksek dürtüsellik sahiptir.

Black ve arkadaşlarının (2012) kompulsif satın alma bozukluğuna sahip bir grup katılımcının ve kontrol grubunun nöropsikolojik performanslarının, DEHB belirtileri, dürtüsellik ve belirli kişilik özellikleri kapsamında inceledikleri çalışmada, kompulsif satın alma davranışına sahip grupta daha fazla duygu durum, anksiyete ve dürtü kontrol problemi olabildiği, daha fazla depresyon, DEHB belirtisi ve heyecan arayışı görüldüğü, gruplar

arasında nöropsikolojik ölçümler açısından fark olmadığı rapor edilmiştir. Mevcut çalışma bulgularına benzer olarak anksiyete ve kompulsif satın alma arasında ilişki olduğu görülmüş, nöropsikolojik performans ile kompulsif satın alma davranışının ilişkili olmadığı bulgularının yer aldığı görülmüştür.



SONUÇ

Çalışmada ele alınan farklı davranışsal bağımlılıklarla ilişkili farklı değişkenlerin olduğu görülmüştür. Değişkenlerin daha çok teknoloji bağımlılığı ile ilişki olduğu görülürken bunun örneklem sayısı ve teknoloji bağımlılığının örneklemde daha yaygın olması ile ilgili olduğu düşünülebilmektedir. Sonuç olarak, uyumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile teknoloji bağımlılığı ve alışveriş bağımlılığının ilişkili olduğu, psikolojik belirtilerden anksiyetenin alışveriş bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığını yordadığı, ayrıca teknoloji bağımlılığının şiddeti arttıkça anksiyete puanının arttığı görülmüştür. Davranışsal bağımlılıkların, depresyon ve anksiyete ile uyumsuz bir baş etme yolu olduğu ileri sürülebilmekte ya da depresyon ve anksiyetenin, davranışsal bağımlılıklarla ilişkili çeşitli problemlerin sonucu olarak ortaya çıkıyor olabileceği ileri sürülmektedir (Starcevic ve Khazaal, 2017).

Bu aşamada kaygının, davranışsal bağımlılıkların tedavisi için üzerinde durulması önemli bir değişken olabileceği ve ileride kaygının farklı boyutları üzerinde durulmasının önemli olabileceği ayrıca kaygı ve davranışsal bağımlılıklar arasındaki ilişkinin altında yatan etkenler üzerinde çalışılmasının önemli olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışma, ölçekler ve performans dayalı görevler olmak üzere iki aşamada yürütülmüştür. Çalışmanın tamamlanması için iki aşamanın da tamamlanması gerekmektedir. Performansa dayalı görevlerin bilgisayar üzerinden ve görevlere hakim kişilerce yürütülmesi gerektiğinden katılımcılara ulaşmak ve çalışmayı tamamlamak zaman almış; katılımcı kaybı yaşanmıştır. Bu durum katılımcı sayısında kısıtlılığa yol açmıştır. İleri çalışmaların daha fazla katılımcı ile yürütülmesinin ya da özel olarak davranışsal bağımlılığa sahip gruplara odaklanmaya çalışılmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ahn, H. M., Chung, H. J. ve Kim, S. H. (2015). "Altered brain reactivity to game cues after gaming experience." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(8), 474-479.
- Aloi, M., Riccelli, C., Pitera, F., Notaro, M., Curcio, V., Pullia, L., Sorrentino, C., Audino, M.G., Carcione, A., Segura-Garcia, C. ve De Fazio, P. (2023). "Impaired Metacognitive Differentiation, High Difficulty in Controlling Impulses and Non-acceptance of Emotions are Associated With the Severity of Gambling Disorder." *Journal of Gambling Studies*, 39(1): 1-11.
- Altıntaş, M. (2018). "Kumar oynama bozukluğu tanısı olan hastalarda anksiyete, depresyon, ruminasyon ve dürtüsellik." *Cukurova Medical Journal*, 43(3): 624-633.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. American Psychiatric Association, Washington, DC.
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-3*. American Psychiatric Association Washington, DC.
- Andreassen C.S, Griffiths M.D., Pallesen S., ve ark. (2015). The Bergen shopping addiction scale: Reliability and validity of a brief screening test. *Frontiers in Psychology*; 6: 1-11.
- Aydın, F. (2017). *Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşler*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, D., Selvi, Y., Kandeger, A. ve Boysan, M. (2021). "The relationship of consumers' compulsive buying behavior with biological rhythm, impulsivity, and fear of missing out." *Biological Rhythm Research*, 52(10), 1514-1522.
- Baddeley, A. (1998). "Recent developments in working memory." *Current opinion in neurobiology*, 8(2), 234-238.
- Baggetta, P. ve Alexander, P. A. (2016). "Conceptualization and operationalization of executive function." *Mind, Brain, and Education*, 10(1): 10-33.
- Baltacı, Ö., Akbulut, Ö. F.ve Yılmaz, E. (2021). "Problemlili internet kullanımında güncel bir risk faktörü: Covid-19 pandemisi." *Humanistic Perspective*, 3(1), 97-121.
- Baron-Cohen, S., Jolliffe, T., Mortimore, C. ve Robertson, M. (1997). Another advanced test of theory of mind: Evidence from very high functioning adults with autism or Asperger syndrome. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(7): 813-822.

- Billieux, J., Rochat, L., Rebetez, M. M. L. ve Van der Linden, M. (2008). "Are all facets of impulsivity related to self-reported compulsive buying behavior?" *Personality and Individual Differences*, 44(6): 1432-1442.
- Black D.W., Repertinger S., Gaffney G.R., Gabel J. (1998). "Family history and psychiatric comorbidity in persons with compulsive buying: preliminary findings." *Am J Psychiatry*, 155(7): 960-963.
- Black, D. W. (2011). "Assessment of compulsive buying." Müller, A., Mitchell J. E. (Ed.) *Compulsive Buying*. Routledge, New York, 43-66.
- Black, D. W., Shaw, M., McCormick, B., Bayless, J. D. ve Allen, J. (2012). "Neuropsychological performance, impulsivity, ADHD symptoms, and novelty seeking in compulsive buying disorder." *Psychiatry research*, 200(2-3): 581-587.
- Bozdağ, Y. ve Yalçinkaya Alkar, Ö. (2018). Bergen Alışveriş Bağımlılığı Ölçeği'nin kompulsif çevrimiçi satın alma davranışına uyarlanması. *Bağımlılık Dergisi*, 19 (2): 23-34.
- Brand, M., Kalbe, E., Labudda, K., Fujiwara, E., Kessler, J. ve Markowitsch, H. J. (2005). "Decision-making impairments in patients with pathological gambling." *Psychiatry research*, 133(1): 91-99.
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W. ve Potenza, M. N. (2019). "The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors." *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104:1-10.
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K. ve Potenza, M. N. (2016). "Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model." *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71: 252-266.
- Brown, C. (2006). *Cognitive psychology*. Sage, London.
- Burtont, S., Netemeyer, R. G. ve Andrews, J. C. (2000). "Modeling potential psychological risk factors of pathological gambling." *Journal of Applied Social Psychology*, 30(10): 2058-2078.
- Calado, F. ve Griffiths, M. D. (2016). "Problem gambling worldwide: An update and systematic review of empirical research (2000–2015)." *Journal of behavioral addictions*, 5(4): 592-613.

- Chowdhury N.S., Livesey E.J., Blaszczynski A. ve Harris J.A. (2017). "Pathological Gambling and Motor Impulsivity: A Systematic Review with Meta-Analysis." *J Gambl Stud.* 33(4):1213-1239.
- Cinan, S. (2015). *Bilişsel Planlama ve İstanbul 5 Küp Planlama Kulesi*. Pia Yayınevi, İstanbul.
- Çakmak, A. F., ve Çevik, E. İ. (2010). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Development of Turkish version of 18-item short form. *African Journal of Business Management*, 4(10): 2097-2102.
- Çakmak, S. ve Tamam, L. (2018). "Kumar oynama bozukluğu: Genel bir bakış." *Bağımlılık Dergisi*, 19(3):78-97.
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S. ve Evren, B. (2014). "The severity of Internet addiction risk and its relationship with the severity of borderline personality features, childhood traumas, dissociative experiences, depression and anxiety symptoms among Turkish university students." *Psychiatry research*, 219(3): 577-582.
- Demirci, K., Akgönül, M. ve Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 85-92.
- Derbyshire K.L., Chamberlain SR, Odlaug B.L., Schreiber L.R., Grant J.E. (2014). "Neurocognitive functioning in compulsive buying disorder." *Ann Clin Psychiatry*, 26(1): 57-63.
- Derevensky, J. L., Hayman, V. ve Gilbeau, L. (2019). "Behavioral addictions: excessive gambling, gaming, internet, and smartphone use among children and adolescents." *Pediatric Clinics*, 66(6): 1163-1182.
- Derogatis, L. R. (1982). "Brief symptom inventory." *American Psychiatry Association PsycTests*. <https://doi.org/10.1037/t00789-000>
- Diamond A. (2013) "Executive functions." *Annu Rev Psychology*; 64: 135-168.
- Dittmar, H. (2004). "Understanding and diagnosing compulsive buying." Coombs, R.H. (Ed.). *Handbook of addictive disorders: A practical guide to diagnosis and treatment*, John Wiley&Sons.
- Dong, G., Zhou, H. ve Zhao, X. (2011). "Male Internet addicts show impaired executive control ability: evidence from a color-word Stroop task." *Neuroscience letters*, 499(2): 114-118.
- Dowling, N. A., Merkouris, S. S., Greenwood, C. J., Oldenhof, E., Toumbourou, J. W. ve Youssef, G. J. (2017). "Early risk and protective factors for problem gambling: A

- systematic review and meta-analysis of longitudinal studies.” *Clinical psychology review*, 51: 109-124.
- Dudfield, F. W., Malouff, J. M., ve Meynadier, J. (2022). “The Association between the Five-factor Model of Personality and Problem Gambling: a Meta-analysis.” *Journal of Gambling Studies*, 39: 1-19.
- Duvarcı, İ., ve Varan, A. (2001). South Oaks Kumar Tarama Testi Türkçe formu güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1): 34-45.
- Estévez, A., Jáuregui, P., Lopez-Gonzalez, H., Mena-Moreno, T., Lozano-Madrid, M., Marcia, L., Granero, R., Mestre-Bach, G., Steward, T., Fernandez-Aranda, F., Gomez-Pena, M., Moragas, L., Pino-Gutierrez, A., Codina, E., Testa, G., Vintro-Alcaraz, C., Agüera, Z., Munguia, L., Baenas, I., Valenciano-Mendoza, E., Mora, B., Menchon, J.M. ve Jimenez-Murcia, S. (2021). “The Severity of Gambling and Gambling Related Cognitions as Predictors of Emotional Regulation and Coping Strategies in Adolescents.” *J Gambl Stud.* 37: 483–495.
- Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrero, M., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., Iruarrizaga, I. ve Estévez, A. (2023). “Buying-shopping disorder, impulsivity, emotional dependence and attachment in adolescents.” *Current Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04425-3>.
- Extremera, N., Quintana-Orts, C., Sánchez-Álvarez, N. ve Rey, L. (2019). “The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies on Problematic Smartphone Use: Comparison between Problematic and Non-Problematic Adolescent Users.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17): 31-42.
- Faber, R. J. ve O'guinn, T. C. (1992). “A clinical screener for compulsive buying.” *Journal of consumer Research*, 19(3): 459-469.
- Farmer, T. A. ve Matlin, M. W. (2019). *Cognition*. John Wiley & Sons.
- Gao, T., Li, J., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., Hu, Y. ve Mei, S. (2018). “The influence of alexithymia on mobile phone addiction: The role of depression, anxiety and stress.” *Journal of affective disorders*, 225: 761-766.
- Gallagher, C. E., Watt, M. C., Weaver, A. D. ve Murphy, K. A. (2017). “ “I fear, therefore, I shop!” exploring anxiety sensitivity in relation to compulsive buying.” *Personality and Individual Differences*, 104: 37-42.
- Garnefski, N. ve Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire—development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and individual differences*, 41(6): 1045-1053.

- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, P. (2001). "Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems." *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311–1327.
- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., van Den Kommer, T. ve Teerds, J. A. N. (2002). "Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: A comparison between adolescents and adults." *Journal of adolescence*, 25(6): 603-611.
- Garnefski, N., ve Kraaij, V. (2006). "Cognitive emotion regulation questionnaire–development of a short 18-item version (CERQ-short)." *Personality and individual differences*, 41(6): 1045-1053.
- Geniş, B. ve Aksu, H. (2020). "İntihar girişimi ile acil servise başvuran kumar bağımlılığı olgusu." *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 92-98.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. ve Khoo, A. (2011). "Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study." *Pediatrics*, 127(2): e319-e329.
- Gentile, D. A., Swing, E. L., Lim, C. G. ve Khoo, A. (2012). "Video game playing, attention problems, and impulsiveness: Evidence of bidirectional causality." *Psychology of Popular Media Culture*, 1(1): 62–70.
- Ghinassi, S., ve Casale, S. (2022). "The Role of Attachment in Gambling Behaviors and Gambling Disorder: A Systematic Review." *Journal of Gambling Studies*, 39: 713-749.
- Goldberg, E. (2001). *The executive brain: Frontal lobes and the civilized mind*. Oxford University Press, USA.
- Goldstein, R. Z. ve Volkow, N. D. (2011). "Dysfunction of the prefrontal cortex in addiction: neuroimaging findings and clinical implications." *Nature reviews neuroscience*, 12(11): 652-669.
- Goldstein, S. ve Naglieri, J. A. (2014). *Handbook of executive functioning*. Springer Science.
- Grant, J. E., Odlaug, B. L. ve Chamberlain, S. R. (2017). "Gambling disorder, DSM-5 criteria and symptom severity." *Comprehensive psychiatry*, 75: 1-5.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. ve Gorelick, D. A. (2010). "Introduction to behavioral addictions." *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5): 233-241.
- Griffiths, M. (1995). "Technological addictions." *Clinical Psychology Forum*, 14-19.
- Griffiths, M. (2005). "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework." *Journal of Substance Use*, 10(4): 191-197.

- Guo, Y. Y., Gu, J. J., Gaskin, J., Yin, X. Q., Zhang, Y. H. ve Wang, J. L. (2023). "The association of childhood maltreatment with Internet addiction: the serial mediating effects of cognitive emotion regulation strategies and depression." *Child Abuse & Neglect*, 140. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106134>.
- Güleç, H., Tamam, L., Turhan, M., Karakuş, G., Zengin, M. ve Stanford, M. S. (2008). "Psychometric Properties of the Turkish Version of the Barratt Impulsiveness Scale-11." *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 18(4): 251-258.
- Günüç, S. ve Keskin, A. D. (2016). "Online shopping addiction: Symptoms, causes and effects." *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3): 353-364.
- Hampshire, A., Highfield, R. R., Parkin, B. L. ve Owen, A. M. (2012). "Fractionating human intelligence." *Neuron*, 76(6), 1225-1237.
- Hawi, N. S. ve Samaha, M. (2017). "Relationships among smartphone addiction, anxiety, and family relations." *Behaviour & Information Technology*, 36(10): 1046-1052.
- Hazlett, K. E., Figueroa, C. M. ve Nielson, K. A. (2015). "Executive functioning and risk for Alzheimer's disease in the cognitively intact: Family history predicts Wisconsin Card Sorting Test performance." *Neuropsychology*, 29(4): 582-591.
- He, Z. ve Li, M. (2022). "Executive Function and Social Media Addiction in Female College Students: The Mediating Role of Affective State and Stress." *The Journal of Genetic Psychology*, 183(4): 279-293.
- Holden, C. (2001). "Behavioral addictions: do they exist?" *Science*, 294 (5544): 980-982.
- Hollander, E. ve Allen, A. (2006). "Is compulsive buying a real disorder, and is it really compulsive?" *American Journal of Psychiatry*, 163(10): 1670-1672.
- Hunter, S. J. ve Sparrow, E. P. (2012). *Executive function and dysfunction: Identification, assessment and treatment*. Cambridge University Press.
- Jones, D. T. ve Graff-Radford, J. (2021). "Executive dysfunction and the prefrontal cortex." *Continuum: Lifelong Learning in Neurology*, 27(6): 1586-1601.
- Kalyoncu, Ö. A., Pektaş, Ö. ve Mirsal, H. (2003). "Patolojik kumar oynama: Biyopsikososyal yaklaşım." *Bağımlık Dergisi*, 4(2): 76-80.
- Karakaş, S. ve Karakaş, H. M. (2000). "Yönetici işlevlerin ayrıştırılmasında multidisipliner yaklaşım: Bilişsel psikolojiden nöroradyolojiye." *Klinik psikiyatri*, 3(4): 215-227.
- Karaköse, T., Yıldırım, B., Tülübaş, T. ve Kardas, A. (2023). "A comprehensive review on emerging trends in the dynamic evolution of digital addiction and depression." *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1126815>

- Kor, A., Zilcha-Mano, S., Fogel, Y. A., Mikulincer, M., Reid, R. C. ve Potenza, M. N. (2014).” Psychometric development of the Problematic Pornography Use Scale.” *Addictive Behaviors*, 39(5): 861–868.
- Kököneyi, G., Kocsel, N., Király, O., Griffiths, M. D., Galambos, A., Magi, A., Paksi, B., Demetrovics, Z. (2019). “The role of cognitive emotion regulation strategies in problem gaming among adolescents: A nationally representative survey study.” *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00273>
- Lesieur H.R., ve Blume S.B. (1987). “The South Oaks Gambling Screen (SOGS): A new instrument for the identification of pathological gamblers.” *Am J Psychiatry*, 144: 1184-1188.
- Logue, S. F. ve Gould, T. J. (2014). “The neural and genetic basis of executive function: attention, cognitive flexibility, and response inhibition.” *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 123: 45-54.
- MacLaren, V., McDonald, V., Hollett, K. B., ve Harris, N. (2023). “Gambling Associated Risk-taking Behaviors Correlate with Emotional Regulation and the Iowa Gambling Task but not Wisconsin Card Sorting.” *Journal of Gambling Studies*, 39(2): 829-841.
- MacLeod, C., Mathews, A. ve Tata, P. (1986). “Attentional bias in emotional disorders.” *Journal of Abnormal Psychology*, 95(1): 15–20
- Maraz, A., Griffiths, M. D. ve Demetrovics, Z. (2016). “The prevalence of compulsive buying: a meta-analysis.” *Addiction*, 111(3): 408-419.
- Marino, C., Canale, N., Vieno, A., Caselli, G., Scacchi, L. ve Spada, M. M. (2020). Social anxiety and Internet gaming disorder: The role of motives and metacognitions. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 617-628.
- McElroy, S. L., Keck, P. E., Pope, H. G., Smith, J. M. R. ve Strakowski, S. M. (1994).” Compulsive buying: A report of 20 cases.” *The Journal of Clinical Psychiatry*, 55(6): 242–248.
- Mehroof, M. Ve Griffiths, M. D. (2010). “Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety.” *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 13(3): 313–316.
- Mestre-Bach G, Granero R, Víntró-Alcaraz C, Juvé-Segura G, Marimon-Escudero M, Rivas-Pérez S, Valenciano-Mendoza E, Mora-Maltas B, Del Pino-Gutierrez A, Gómez-Peña M, Moragas L, Fernández-Aranda F, Codina E, Mena-Moreno T, Valero-Solís S, Guillén-Guzmán E, Menchón JM, ve Jiménez-Murcia S. (2021) “Youth and gambling

- disorder: What about criminal behavior?’’ *Addict Behaviour*.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106684>
- Moreira, D., Azeredo, A. ve Dias, P. (2023). ‘‘Risk factors for gambling disorder: a systematic review.’’ *Journal of gambling studies*, 39(2): 483-511.
- Mueller, A., Mitchell, J. E., Crosby, R. D., Gefeller, O., Faber, R. J., Martin, A., Bleich, S., Glaesmer, H., Exner, C. ve de Zwaan, M. (2010). ‘‘Estimated prevalence of compulsive buying in Germany and its association with sociodemographic characteristics and depressive symptoms.’’ *Psychiatry Research*, 180(2-3): 137-142.
- Müller, A., Arikian, A., de Zwaan, M., Mitchell, J.E. (2013). ‘‘Cognitive-behavioural group therapy versus guided self-help for compulsive buying disorder: a preliminary study.’’ *Clinic Psychol Psychother.*, 20(1): 28-35.
- Müller, A., Claes, L. ve Kyrios, M. (2021). ‘‘Object attachment in buying-shopping disorder.’’ *Current Opinion in Psychology*, 39: 115-120.
- Müller, A., Mitchell, J. E. ve de Zwaan, M. (2015). Compulsive buying. *The American Journal on Addictions*, 24(2): 132-137.
- Namlı, Z., Tamam, L., Demirkol, M. E., Karaytuğ, M. O., Özbay, A. (2022). ‘‘Kadınlarda Kompulsif Çevrimiçi Satın Alma Davranışı ile Dürtüsellik İlişkisi.’’ *Bağımlılık Dergisi*, 23(4): 522-529.
- Navas, J. F., Verdejo-García, A., Lopez-Gomez, M., Maldonado, A., ve Perales, J. C. (2016). ‘‘Gambling with rose-tinted glasses on: Use of emotion-regulation strategies correlates with dysfunctional cognitions in gambling disorder patients.’’ *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2): 271-281.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. ve Greene, B. (2018). *Abnormal psychology in a changing World (10. Baskı)*. Pearson, New York.
- Nicolai, J., Darancó, S. ve Moshagen, M. (2016). ‘‘Effects of mood state on impulsivity in pathological buying.’’ *Psychiatry Research*, 244: 351-356.
- Odacı, H. ve Çıkrıkçı, Ö. (2014). ‘‘Problematic internet use in terms of gender, attachment styles and subjective well-being in university students.’’ *Computers in Human Behavior*, 32: 61-66.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2013). ‘‘Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları.’’ *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31(31): 123-143.

- Otero-López, J. M. ve Villardefrancos, E. (2014). "Prevalence, sociodemographic factors, psychological distress, and coping strategies related to compulsive buying: a cross sectional study in Galicia, Spain." *BMC psychiatry*, 14(1): 1-12.
- Owen, A., Downes, J.J., Sahakian, B.J., Polkey, C.E. ve Robbins, T.W. (1990). "Planning and spatial working memory following frontal lobe lesions in man." *Neuropsychologia*, 28: 1021–1034.
- Patton, J. H. ve Stanford, M. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51(6): 768-774.
- Paula, J. J. D., Costa, D. D. S., Oliveira, F., Alves, J. O., Passos, L. R. ve Malloy-Diniz, L. F. (2015). "Impulsivity and compulsive buying are associated in a non-clinical sample: an evidence for the compulsivity-impulsivity continuum?" *Brazilian Journal of Psychiatry*, 37: 242-244.
- Petry, N. (2015). *Behavioral addictions: DSM-5 and beyond*. Oxford University Press.
- Petry, N. M., Zajak, K. ve Ginley, M. K. (2018). "Behavioral addictions as mental disorders: To be or not to be?" *Annual Review of Clinical Psychology*, 14: 399–423.
- Rogier, G., Beomonte Zobel, S. ve Velotti, P. (2020). "Pathological personality facets and emotion (dys) regulation in gambling disorder." *Scandinavian journal of psychology*, 61(2): 262-270.
- Rogier, G. ve Velotti, P. (2018). "Conceptualizing gambling disorder with the process model of emotion regulation." *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2): 239–251.
- Romdhane-Fekih, F., Jahrami, H., Away, R., Trabelsi, K., Pandi-Perumal, S. R., Seeman, M.V., Hallit, S. Ve Cheour, M. (2023). "The relationship between technology addictions and schizotypal traits: mediating roles of depression, anxiety, and stress." *BMC Psychiatry*, 23:67. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04563-9>
- Rosenberg, K. P. ve Feder, L.C. (2014). *Behavioral addictions: Criteria, evidence, and treatment*. Academic Press, USA.
- Savci, M. ve Aysan, F. (2017). "Technological addictions and social connectedness: predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness." *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 30(3): 202-216.
- Sherer, J. ve Levounis, P. (2022). "Technological addictions." *Current Psychiatry Reports*, 24(9): 399-406.

- Smith, J. L., Mattick, R. P., Jamadar, S. D. ve Iredale, J. M. (2014). "Deficits in behavioural inhibition in substance abuse and addiction: a meta-analysis." *Drug and Alcohol Dependence*, 145: 1-33.
- Stanford, M. S. ve Barratt, E. S. (1992). "Impulsivity and the multi-impulsive personality disorder." *Personality and Individual Differences*, 13(7): 831-834.
- Starcevic, V. ve Khazaal, Y. (2017). Relationships between behavioural addictions and psychiatric disorders: What is known and what is yet to be learned?. *Frontiers in psychiatry*, 8, 53. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00053>
- Stroop, J. R. (1935). "Studies of interference in serial verbal reactions." *Journal of Experimental Psychology*, 18(6): 643-662. <https://doi.org/10.1037/h0054651>
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). "Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması." *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31): 44-56.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S.(2013). *Using multivariate statistics*. Pearson, Boston, MA.
- Tamam, L., Güleç, H. ve Karatas, G. (2013). "Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması." *Noro-Psikiyatri Arsivi*, 50(2): 130-134.
- Taşçı, E. <https://www.istanbul.edu.tr/tr/haber/turkiye-nufusunun-yuzde-77si-akilli-telefon-kullaniyor67006B00640038004B0076003000310059002D00440039007900700046006200610041004F003200370077003200> (erişim tarihi: 22.06.2023).
- Tavolacci, M. P., Ladner, J., Grigioni, S., Richard, L., Villet, H. ve Dechelotte, P. (2013). "Prevalence and association of perceived stress, substance use and behavioral addictions: a cross-sectional study among university students in France, 2009–2011." *BMC public health*, 13(1):1-8.
- Tiego, J., Testa, R., Bellgrove, M. A., Pantelis, C. ve Whittle, S. (2018). "A hierarchical model of inhibitory control." *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01339>
- Trotzke, P., Starcke, K., Müller, A. ve Brand, M. (2019). "Cue-induced craving and symptoms of online-buying-shopping disorder interfere with performance on the Iowa Gambling Task modified with online-shopping cues." *Addictive Behaviors*, 96: 82-88.
- Turel, O., Serenko, A. ve Giles, P. (2011). "Integrating technology addiction and use: An empirical investigation of online auction users." *MIS quarterly*, 35(4): 1043-1061.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2022). *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması.(Rapor No:45587)*.
- Uyaroğlu, A. K., Ergin, E., Tosun, A. S. ve Erdem, Ö. (2022). "A cross-sectional study of social media addiction and social and emotional loneliness in university students in

- Turkey.” *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4): 2263-2271.
<https://doi.org/10.1111/ppc.13056>
- Wade, M., Prime, H., Jenkins, J. M., Yeates, K. O., Williams, T. ve Lee, K. (2018). “On the relation between theory of mind and executive functioning: A developmental cognitive neuroscience perspective.” *Psychonomic Bulletin & Review*, 25: 2119-2140.
- Walden, T. A. ve Smith, M. C. (1997).” Emotion regulation.” *Motivation and Emotion*, 21(1): 7–25.
- Wang, Y., Zuo, J., Hao, W., Wu, L., Liu, F., Wang, O., He, L., Peng, P., Zhou, Y., Li, M., Yang, O., Wang, X., Liu, T.ve Potenza M.N. (2023). “Relationships between impulsivity, metamphetamine use disorder and gambling disorder.” *Journal of Gambling Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10899-023-10201-6>.
- Williams, A. D. ve Grisham, J. R. (2012). “Impulsivity, emotion regulation, and mindful attentional focus in compulsive buying.” *Cognitive Therapy and Research*, 36: 451-457.
- Wegmann, E, Müller, S.M., Turel, O., Brand, M.(2020). “Interactions of impulsivity, general executive functions, and specific inhibitory control explain symptoms of social-networks-use disorder: An experimental study.” *Scientific Reports*,10(1):38-66.
- Williams, A. D., Grisham, J. R., Erskine, A. ve Cassidy, E. (2012). “Deficits in emotion regulation associated with pathological gambling.” *British Journal of Clinical Psychology*, 51(2): 223-238.
- World Health Organization. (2008). *International Statistical Classification of Diseases and related health problems*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2019). *ICD-11: International Classification of Diseases 11th Revision: the Global Standard for Diagnostic Health Information*. America Birleşik Devletleri.
- Yildirim, E. A., Kaşar, M., Güdük, M., Ateş, E., Küçükparlak, İ. ve Özalmete, E. O. (2011). “Gözlerden Zihin Okuma Testi’nin Türkçe güvenirlik çalışması.” *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3): 177-186.
- Zhang, Z., Lin, Y., Liu, J., Zhang, G., Hou, X., Pan, Z. ve Dai, B. (2022). “Relationship between behavioral inhibition/activation system and Internet addiction among Chinese college students: The mediating effects of intolerance of uncertainty and self-control and gender differences.” *Frontiers in Public Health*, 10.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1047036>.

- Zhou, Z., Zhou, H. ve Zhu, H. (2016). “Working memory, executive function and impulsivity in Internet-addictive disorders: a comparison with pathological gambling.” *Acta Neuropsychiatrica*, 28(2): 92-100.
- Zsido, A. N., Arato, N., Lang, A., Labadi, B., Stecina, D. ve Bandi, S. A. (2021). “The role of maladaptive cognitive emotion regulation strategies and social anxiety in problematic smartphone and social media use.” *Personality and Individual Differences*, 173. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110647>
- Xie, X., Cheng, H. ve Chen, Z. (2023). “Anxiety predicts internet addiction, which predicts depression among male college students: A cross-lagged comparison by sex.” *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1102066>



EK 1- KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1)Yaşınız:.....

2)Cinsiyetiniz:.....

3)Eğitim durumunuz:

- ☐ İlkokul
☐ Ortaokul
☐ Lise
☐ Üniversite

4)Sigara kullanıyor musunuz? ☐ Evet ☐ Hayır

5)Son 2 aydaki sigara kullanım sıklığınız nedir?

6)Günde tane sigara

7)Alkol kullanıyor musunuz?

- ☐ Haftada 1 ya da daha az
☐ Haftada 2-6 gün
☐ Hemen hemen her gün
☐ Geçen ay kullanım yok

8)Nörolojik bir rahatsızlığınız var mı? ☐ Evet ☐ Hayır

9) Renk körlüğü tanısı aldınız mı? ☐ Evet ☐ Hayır

EK 2- SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ

SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ (SOKTT) TÜRKÇE FORMU

1. Bugüne kadar aşağıdaki kumar çeşitlerinden hangilerini oynadığınızı belirtiniz. Her kumar çeşidi için üç cevaptan ("hiç", haftada bir kereden az "veya" haftada bir kere veya daha fazla") birini işaretleyiniz.

	Hiç	Haftada bir kereden az	Haftada bir kere veya daha fazla
At yarışı	☐	☐	☐
Parasına Kağıt Oyunları (yanık, poker gibi)	☐	☐	☐
Parasına Okey	☐	☐	☐
Parasına Zar Oyunları (barbut gibi)	☐	☐	☐
Horoz Dövüşü	☐	☐	☐
Spor-Toto veya Spor-Loto	☐	☐	☐
Sayısal-Loto	☐	☐	☐
Kazı-Kazan	☐	☐	☐
Milli Piyango	☐	☐	☐
Borsada Oynama	☐	☐	☐
Casino Oyunları	☐	☐	☐
Parasına Beceri İsteyen Oyunlar Oynama (Bilardo gibi)	☐	☐	☐
Yukarıda Belirtilmeyen Başka Kumar Çeşitleri (Lütfen Yazınız: _____)	☐	☐	☐

2. Bugüne kadar bir günde kumara yatırdığınız en fazla para ne kadardır?

_____ TL

3. Hayatınızdaki insanlardan hangilerinin geçmişte veya halen kumar sorunu olduğunu işaretleyiniz:

☐ Baba ☐ Anne ☐ Kardeşler ☐ Büyük anne ve baba ☐ Eş veya partner ☐ Çocuklar ☐ Diğer akrabalar ☐ Arkadaş veya yaşamındaki önemli başka biri

4. Online kumar oynadığınızda, kaybettiğiniz parayı yeniden kazanmak için bir başka gün yine online kumar oynar mısınız?

- ☐ Hiç oynamam
☐ Bazen oynarım (kaybettiğim zamanların yarısından azında)
☐ Kaybettiğim çoğu zaman oynarım
☐ Her kaybettiğimde oynarım

5. Gerçekten kazanmıyorken, hatta kaybettiğinizde, hiç online kumardan para kazandığınızı iddia ettiğiniz oldu mu?

- ☐ Asla
☐ Evet, kaybettiğim zamanların yarısının azında
☐ Evet, çoğu zaman

6. Online bahis ve kumarla ilgili hiç sorunuz olduğunu düşünüyor musunuz?

- ☐ Hayır
☐ Evet, geçmişte fakat şimdi değil
☐ Evet

7. Hiç niyet ettiğinizden daha fazla online kumar oynadığınız oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

8. Hiç insanların, sizin kabul edip etmediğinize bakmaksızın, online bahis oynamanızı eleştirdikleri veya size kumar sorunuz olduğunu söyledikleri oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

9. Online kumar oynamanızdan veya online kumar oynadığınız zaman olanlardan dolayı hiç suçluluk duyduğunuz oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

10. Bahse girmeyi veya online kumar oynamayı bırakmak istediğiniz ama bunu yapamayacağınızı düşündüğünüz oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

11. Bahis kağıtlarına, piyango biletlerini, kumar paralarını, kumar borçlarını veya diğer bahis veya kumar delillerini eşinizden çocuklarınızdan veya hayatınızdaki diğer önemli insanlardan hiç sakladığınız oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

12. Birlikte yaşadığınız insanlarla parayı nasıl harcadığınız konusunda hiç tartıştığınız oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

13. (Eğer yukarıdaki soruyu Evet diye cevaplandırdıysanız) Para konusundaki tartışmaların hiç sizin online kumar oynamanız üzerinde yoğunlaştığı oldu mu?

- ☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

14. Hiç birinden borç alıp online kumar yüzünden borcunuzu ödeyemediğiniz oldu mu?

☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

15. Online bahis oynama veya online kumar yüzünden hiç işinize veya okulunuza geç gittiğiniz ya da gitmediğiniz oldu mu?

☐ Evet, oldu ☐ Hayır, olmadı

16. Eğer online kumar oynamak veya kumar borçlarını ödemek için borç aldıysanız, kimden veya nereden borç aldınız? (Lütfen işaretleyiniz)

☐ a. Evin parasından

☐ b. Akrabalarınızdan

☐ c. Bankalardan, borç veya kredi kuruluşlarından

☐ d. Kredi kartlarından

☐ e. Tefecilerden

☐ f. Şahsi veya ailevi eşya veya malları satma

☐ g. Arkadaş veya tanıdıklardan

☐ h. Altın, mücevher gibi birikimleri paraya çevirme

☐ j. Bahisçiye borçlanma

☐ k. Online kumar sitesine borçlanma



EK 3- KOMPULSİF ÇEVİRİMİÇİ SATIN ALMA ÖLÇEĞİ (KÇSA)

KOMPULSİF ÇEVİRİMİÇİ SATIN ALMA ÖLÇEĞİ (KÇSA)

Lütfen her madde için sizi en iyi tanımlayan yanıtları işaretleyiniz. Maddelere son 12 aydaki düşünceleriniz, duygularınız ve eylemlerinizi baz alarak cevap veriniz.

Her cümlemin karşısında bulunan;

- (0) Tamamen katılmıyorum
- (1) Katılmıyorum
- (2) Ne katılıyorum ne katılmıyorum
- (3) Katılıyorum
- (4) Tamamen katılıyorum

	Maddeler	0	1	2	3	4
1.	İnternette alışveriş yapmak hayatımdaki en önemli şeydir.					
2.	Her zaman internette alışveriş yapmakla ilgili düşünürüm.					
3.	İnternette alışveriş yapmayı düşünürken ya da planlarken çok fazla zaman harcıyorum.					
4.	İnternette alışveriş yapmayla ilgili düşünceler aklıma gelir.					
5.	Bazen daha iyi hissetmek için çevrimiçi alışveriş yaparım.					
6.	Bazen ruh halimi (duygu durumumu) değiştirmek için internette alışveriş yaparım.					
7.	Kişisel problemlerimi unutmak için internette alışveriş yaparım.					
8.	Suçluluk, kaygı, çaresizlik, yalnızlık ve /veya depresyon hislerimi azaltmak için internette bazı şeyler satın alırım.					
9.	O kadar fazla internette alışveriş yapıyorum ki günlük yükümlülüklerim (ör. okul ve iş) olumsuz yönde etkileniyor.					
10.	İnternette alışveriş yapmam sebebiyle hobilerime, boş zaman etkinliklerime, iş/okul ya da egzersizlerime daha az öncelik veririm.					
11.	İnternette alışveriş yapmam sebebiyle sevgilimi/ eşimi, ailemi ve arkadaşlarımı ihmal ederim.					
12.	İnternette alışveriş yapmam sebebiyle genellikle diğerleriyle konuşmalarım					

	tartışmayla biter.					
13.	İnternette alışveriş yapmak için kendimde artan bir eğilim hissediyorum.					
14.	İnternette planladığımdan çok daha fazla alışveriş yaparım.					
15.	Eskiden olduğu gibi doyuma ulaşmam için gittikçe daha fazla miktarda internette alışveriş yapmak zorunda hissediyorum.					
16.	İnternette alışveriş yapmak için gittikçe daha fazla zaman harcıyorum.					
17.	İnternette alışveriş yapmayı azaltmaya yönelik başarısız denemelerim oldu.					
18.	Başkaları tarafından internette alışveriş yapmayı azaltmam gerektiği söylendi.					
19.	İnternette alışveriş yapmayı azaltmaya karar verdim ama henüz başaramadım.					
20.	İnternette alışveriş yapmayı bir süreliğine kısıtlamayı başardım ama sonra bu alışkanlığım nüksetti.					
21.	İnternette alışveriş yapmam engellenirse, strese girerim.					
22.	Bazı sebeplerden dolayı internette alışveriş yapamayacağımı hissedersen huysuz ve hırçın olurum.					
23.	Bazı sebepler internette alışveriş yapmamı engellerse kendimi kötü hissedirim.					
24.	Son internet alışverişimin üzerinden zaman geçtiyse, çevrimiçi alışveriş yapmak için güçlü bir dürtü hissedirim.					
25.	İnternette o kadar çok alışveriş yaparım ki, parasal sorunlara sebep olur.					
26.	İnternette o kadar çok alışveriş yaparım ki, psikolojik sağlığımı bozar.					
27.	İnternette alışveriş yapma sorunum hakkında o kadar çok endişelenirim ki, bazen beni uyku tutmaz.					
28.	İnternette yaptığım alışverişler yüzünden vicdanen rahatsız olurum.					

EK 4- TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki maddelerde sosyal ağlar, anlık mesajlaşma uygulamaları, çevrimiçi oyunlar ve web sitelerinin kullanımı ile ilgili olası davranışlar tanımlanmaktadır. Her bir maddede tanımlanan davranışları hangi sıklıkta gösterdiğinizizi, o davranışın karşısında yer alan en uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz.

Herhangi bir davranış sizin tarafınızdan hiçbir zaman gösterilmiyorsa “1”, nadiren gösteriliyorsa “2”, orta sıklıkta gösteriliyorsa “3”, çok sık gösteriliyorsa “4”, her zaman gösteriliyorsa “5” seçeneğini işaretleyiniz.

DAVRANIŞLAR	SIKLIK				
	1	2	3	4	5
Sosyal Ağ Kullanma					
1.Sosyal ağlarda olmadığım zamanlarda, en son bağlandığımda yaptıklarımı düşünüyorum.					
2.Daha önemli işlerim olmasına rağmen sosyal ağlarda geçirdiğim süreyi arttırmak istiyorum.					
3.Sosyal ağlarda harcadığım zamanı azaltmaya yönelik çabalarım başarısızlıkla sonuçlanıyor.					
4.Sosyal ağlarda zaman harcarken dikkatimin dağıtılması beni rahatsız ediyor.					
5.Sosyal ağ hesaplarımı kullanım sürem hakkında çevremdekilere doğru bilgi vermiyorum.					
6.Yaşamımla ilgili olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal ağlara bağlanıyorum.					
Anlık Mesajlaşma					
1.Anlık mesajlaşma ortamları dışında iken, sonradan bu ortamlarda yazacaklarımı hayal ediyorum.					
2.Önemli bir işim olmasına rağmen kendimi genellikle mesajlarımı kontrol ederken buluyorum.					
3.Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanmadığım zamanlarda huzursuz oluyorum.					
4.Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanırken çok zaman harcıyorum.					
5.Arkadaşlarımla anlık mesajlaşmalarla iletişim kurmayı, onlarla yüz yüze görüşmeye tercih ediyorum.					
6.Yalnızlık hissettiğim anlarda anlık mesajlaşma					

uygulamalarını kullanıyorum.					
Çevrimiçi Oyun Oynama					
1.Çevrimiçi oyun oynamadığım anlarda, sonraki oyunda uygulayacağım stratejileri planlıyorum.					
2.Çevrimiçi oyun oynarken harcadığım süreyi biraz daha arttırmak istiyorum.					
3.Çevrimiçi oyun oynayabilmek için uykusuz kaldığım geceler oluyor.					
4.Çevrimiçi oyuna bağlanma sorunu yaşadığımda kendimi huzursuz hissediyorum.					
5.Çevrimiçi oyun oynama sürem hakkında çevremdekilere doğru bilgi vermiyorum.					
6.Gerçek hayatta karşılaştığım sorunları unutmak için çevrimiçi oyun oynuyorum.					
Web Siteleri Kullanma					
1.Web sitelerinde gezinmediğim zamanlarda, daha sonra eriştiğimde yapacaklarımı hayal ediyorum.					
2.Web sitelerinden çıkmam gereken anlarda “bir dakika daha” diyerek gezinmeye devam ediyorum.					
3.Geç saatlere kadar web sitelerinde gezindiğim için uykusuz kalıyorum.					
4.Web sitelerinde gezinirken başkaları tarafından rahatsız edildiğimde sinirleniyorum.					
5.Web sitelerinde, planladığım süreden daha fazla süre geziniyorum.					
6.Web sitelerinde gezinmek için derslerimi ihmal ediyorum.					

EK 5- BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ- 11 KISA FORMU

BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ -11 KISA FORMU

Açıklamalar: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir. Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz. Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

		Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman/ her zaman
1	İşlerimi dikkatle planlarım				
2	Düşünmeden iş yaparım				
3	Dikkat etmem				
4	Uçuşan düşüncelerim var				
5	Dikkatli düşünen birisiyim				
6	İş güvenliğine dikkat ederim				
7	Düşünmeden bir şeyler söylerim				
8	Düşünmeden hareket ederim				
9	Zor problemler çözmem gerektiğinde kolayca sıkılırım.				
10	Aklıma estiği gibi hareket ederim.				
11	Düşünerek hareket ederim.				
12	Düşünmeden alışveriş yaparım.				
13	Hobilerimi değiştiririm				
14	Kazandığımdan daha fazla harcarım.				
15	Geleceğini düşünen birisiyim				

EK 6- KISA SEMPTOM ENVANTERİ

KISA SEMPTOM ENVANTERİ

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtinin sizde BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAROLDUĞUNU yandaki bölmede uygun olan yere işaretleyin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. Yanıtlarınızı kurşun kalemle işaretleyin. Eğer fikir değiştirirseniz ilk yanıtınızı silin.

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:0:Hiç yok 1.Biraz var 2.Orta derecede var 3.Epey var 4.Çok fazla var

Bu belirtiler son bir haftadır sizde ne kadar var?

	Hiç yok	Biraz var	Orta derecede var	Epey var	Çok fazla var
1.İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali	0	1	2	3	4
2. Baygınlık baş dönmesi	0	1	2	3	4
3. Bir başka bir kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri	0	1	2	3	4
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu	0	1	2	3	4
5. Olayları hatırlamada güçlük	0	1	2	3	4
6. Çok kolayca kızıp öfkelenme	0	1	2	3	4
7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar	0	1	2	3	4
8. Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu	0	1	2	3	4
9. Yaşamınıza son verme düşüncesi	0	1	2	3	4
10. İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi	0	1	2	3	4
11. İştahta bozukluklar	0	1	2	3	4
12. Hiç bir nedeni olmayan ani korkular	0	1	2	3	4
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları	0	1	2	3	4
14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık	0	1	2	3	4

hissetmek					
15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek	0	1	2	3	4
16. Yalnızlık hissetmek	0	1	2	3	4
17. Hüzünlü kederli hissetmek	0	1	2	3	4
18. Hiçbir şeye ilgi duymamak	0	1	2	3	4
19. Ağlamaklı hissetmek	0	1	2	3	4
20. Kolayca incinebilmek, kırılmak	0	1	2	3	4
21. İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak	0	1	2	3	4
22. Kendini diğerlerinden daha aşağı görme	0	1	2	3	4
23. Mide bozukluğu, bulantı	0	1	2	3	4
24. Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu	0	1	2	3	4
25. Uykuya dalmada güçlük	0	1	2	3	4
26. Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek	0	1	2	3	4
27. Karar vermede güçlükler	0	1	2	3	4
28. Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarda seyahatlerden korkmak	0	1	2	3	4
29. Nefes darlığı, nefessiz kalmak	0	1	2	3	4
30. Sıcak soğuk basmaları	0	1	2	3	4
31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak	0	1	2	3	4
32. Kafanızın bomboş kalması	0	1	2	3	4
33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar karıncalanmalar	0	1	2	3	4
34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerekliliği	0	1	2	3	4
35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları	0	1	2	3	4
36. Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerine toplama) güçlük zorlanmak	0	1	2	3	4

37. Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık güçsüzlük hissi	0	1	2	3	4
38. Kendini gergin ve tedirgin hissetmek	0	1	2	3	4
39. Ölme ve ölüm üzerine düşünceler	0	1	2	3	4
40. Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği	0	1	2	3	4
41. Bir şeyleri kırma, dökme isteği	0	1	2	3	4
42. Diğerlerinin yanındaiken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak	0	1	2	3	4
43. Kalabalıklarda rahatsızlık duymak	0	1	2	3	4
44. Bir başka insana hiç yakınlık duymamak	0	1	2	3	4
45. Dehşet ve panik nöbetleri	0	1	2	3	4
46. Sık sık tartışmaya girmek	0	1	2	3	4
47. Yalnız bırakıldığında / kalındığında sinirlilik hissetmek	0	1	2	3	4
48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek	0	1	2	3	4
49. Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetmek	0	1	2	3	4
50. Kendini değersiz görmek / değersizlik duyguları	0	1	2	3	4
51. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu	0	1	2	3	4
52. Suçluluk duyguları	0	1	2	3	4
53. Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri	0	1	2	3	4

EK 7- BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ

BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ					
CERQ-TR-REVISED					
OLAYLARLA NASIL BAŞA ÇIKARSINIZ?					
Herkes, zaman zaman, tatlı, acı olaylarla karşılaşmakta ve kendine özgü tepkiler vermektedir. Aşağıdaki sorular, olumsuz durumlarla karşılaştığınızda genelde neler düşündüğünüzü belirlemeyi amaçlamaktadır.					
1. Olanları kabul etmek zorunda olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
2. Yaşadıklarım hakkında neler hissettiğimi tekrar tekrar düşünürüm.	1	2	3	4	5
3. Yaşadığım olumsuz durumdan, bir şeyler öğrenebileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
4. Aptalca davrandığımı ve olaylardan sorumlu olan kişinin kendim olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
5. Olan oldu, yapacak bir şey yok, durumu kabullenmeliyim diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
6. Sık sık, yaşadıklarım hakkında ne hissettiğime ve ne düşündüğüme takılırım.	1	2	3	4	5
7. Yaşadığım olayla ilgisi olmayan, daha güzel şeyler düşünürüm.	1	2	3	4	5
8. Olumsuz da olsa, yaşadıklarımın beni daha da olgunlaştırdığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
9. Tekrar tekrar, yaşadıklarımın ne kadar korkunç şeyler olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
10. Olayla ilgili, diğerlerinin aptalca davrandığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
11. Olanları düşünmek yerine, daha güzel şeyler düşünürüm.	1	2	3	4	5
12. Durumu nasıl değiştirebileceğime dair, yapmam gerekenleri düşünürüm.	1	2	3	4	5
13. Yaşadığımdan daha kötü şeyler de olabilirdi, diye düşünürüm.	1	2	3	4	5

14. Asıl sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
15. Durumla ilgili, yapabileceğim en iyi planın ne olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
16. Hayatta daha kötü şeylerin de olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
17. Sık sık, durumun ne kadar korkunç olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
18. Asıl sorunun diğerlerinden kaynaklandığını düşünürüm.	1	2	3	4	5



EK 8- STROOP RENK VE KELİME TESTİ

Stroop görevi yönergesi,

Bu görevde, farklı mürekkep renkleri ile 'yazılmış' renk isimleri göreceksiniz. Sizden mürekkep rengine göre yanıt vermeniz beklenmektedir. Örneğin,

YEŞİL

Sizin mürekkep rengine göre (kırmızı) yanıt vermeniz ve ilgili tuşa basmanız istenmektedir (k). Bu çalışmadaki diğer tuşlar yeşil mürekkep için "y", mavi mürekkep için "m" ve sarı mürekkep için "s" dir.

Örnek görmek için 'boşluk' tuşuna basınız.

- **YESİL** → mürekkep rengi kırmızı olduğu için 'k' tuşuna basınız
- **SARI** → mürekkep rengi sarı olduğu için 's' tuşuna basınız
- **MAVİ** → mürekkep rengi yeşil olduğu için 'y' tuşuna basınız
- **KIRMIZI** → mürekkep rengi mavi olduğu için 'm' tuşuna basınız

Renk ve mürekkep rengi farklı olduğunda tepki vermek zor olabilir. Bu nedenle kelimenin anlamını göz ardı edip mürekkep rengine odaklanınız. Birkaç denemenin ardından yaklaşık 5 dakika sürecek bir test seti sunulacaktır.

Devam etmek için 'boşluk' tuşuna basınız.

EK 9- GÖZLERDEN ZİHİN OKUMA TESTİ

Sayın Katılımcı,

Bu test gözlerden duygu okuma yeteneğinizi ölçmeyi amaçlamaktadır. Size etrafında 4 adet duygunun yazılı olduğu bir çift göz görseli sunulacaktır. Sizden, bu göz çiftinin en iyi ifade ettiği duyguyu seçip işaretlemeniz beklenmektedir. Lütfen her biri için en iyi tahmininizi yapınız.

Bir deneme adımının ardından 31 adet test sorusu sunulacaktır. Deneme adımında göreceğiniz üzere duygular konumlarına göre numaralandırılmıştır. Seçtiğiniz duygunun numarasına klavyeden tıklayarak ilerlemeniz gerekmektedir. Lütfen klavyenin en üst kısmında yer alan rakamları kullanınız.

İlerlemek için 'boşluk' tuşuna basınız.

1 kıskanç

2 paniklemiş



3 kibirli

4 nefret dolu

EK 10- İSTANBUL 5 KÜP PLANLAMA KULESİ TESTİ

İstanbul 5 K K) Görevi

Ön-Planlama Süresi : 2

Hedef Dizilim

1
2
3
4
5

Süre: 172 sn Hamle Sayısı: 0 Başlat Hesapla Alistirmalar [Test Uygulama Yönergesi](#)

Copyright (C) 2014
Tüm hakları saklıdır

Ö Z G E Ç M İ Ş

Adı ve SOYADI	Zühra Aygöl ERTUNÇ
EĞİTİM DURUMU	
Mezun Olduğu Lise	Burdur Anadolu Lisesi
Lisans Diploması	Aydın Adnan Menderes Üniversitesi/Psikoloji- 2020
Yabancı Dil	İngilizce
İŞ DENEYİMİ	
Çalıştığı Kurumlar	Eskişehir Adli Destek ve Mağdur Hizmetleri Müdürlüğü