

Yayın Geliş Tarihi: 23.10.2023
Yayına Kabul Tarihi: 08.01.2024
Online Yayın Tarihi: 15.03.2024
<http://dx.doi.org/10.16953/deusosbil.1378685>

Dokuz Eylül Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi
Cilt: 26, Sayı: 1, Yıl: 2024, Sayfa: 251-274
E-ISSN: 1308-0911

Araştırma Makalesi

KUMAR OYNAMA DAVRANIŞINI SÜRDÜRMEDEKİ POZİTİF PEKİŞTİREÇLER VE YAŞANTISAL KAÇINMANIN ROLÜNE DAİR NİTEL BİR ARAŞTIRMA

İlker AKTÜRK*

Hakan KARAMAN**

Ömer Miraç YAMAN***

Öz¹

Kumar oynama davranışı, çalışmalarda madde ve alkol gibi bağımlılık yapıcı nesnelere göre daha az ele alınmakla birlikte bireyler üzerinde benzer etkiler gözlemlenebilmekte ve bu davranış patolojik bir sorun haline gelebilmektedir. Bu noktada psikolojik, biyolojik ve sosyal açıdan olumlu ya da olumsuz birçok faktör bireylerin kumar oynama davranışının bağımlılığa dönüşmesine aracı olurken bireyin kumar oynamayı sorunlarına karşı bir çözüm yolu olarak görmesine de sebep olabilmektedir. Bu çalışmada, kumar oynama davranışı üzerinde etkili olan yaşantısal kaçınma ve pozitif pekiştirme süreçlerinin anlaşılması ve betimlenmesi amaçlanmaktadır. Nitel araştırma yöntemi kullanıldığı çalışmada, en az bir kez kumar oynama davranışı sergilenmiş 13 katılımcı ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan elde edilen veriler betimsel analiz yöntemi ile incelenerek “Yaşantısal Kaçınmanın Bir Aracı Olarak Kumar Oynama Davranışı” ve “Kumar Oynamayı Sürdürmede Pozitif Pekiştirme” olmak üzere iki tema altında açıklanmıştır. Araştırma sonucunda, kumarın ilk zamanlarında pozitif pekiştirme bireyin davranışları üzerinde etkili olduğu, kumar oynama davranışının süreklilik kazanmasıyla birlikte pozitif pekiştirme yerini negatif pekiştirme bıraktığı ve

Bu makale için önerilen kaynak gösterimi (APA 6. Sürüm):

Aktürk, İ., Karaman, H. & Yaman, Ö.M. (2024). Kumar oynama davranışını sürdürmedeki pozitif pekiştirme ve yaşantısal kaçınmanın rolüne dair nitel bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26 (1), 251-274.

* Doktora Öğrencisi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Bölümü, ORCID: 0000-0001-9626-3275, illkerakturk@gmail.com

** Arş. Gör., İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü, ORCID: 0000-0002-5729-6012, karamannhakann@gmail.com

*** Prof. Dr., İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü, ORCID: 0000-0001-9989-8575, omermirac@gmail.com

¹ Bu araştırma için İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan 29.09.2023 tarih 795965 sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır.

pekiştireçlerin bireylerin olumsuz duygu durumu içerisindeyken kaçınma davranışı sergileyerek kumar oynama davranışına yönelmesinde etkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kumar Oynama Davranışı, Kumar Bağımlılığı, Yaşantısal Kaçınma, Pekiştireç Değerlendirmesi.

A QUALITATIVE RESEARCH ON THE ROLE OF POSITIVE REINFORCERS AND EXPERIENTIAL AVOIDANCE IN MAINTAINING GAMBLING BEHAVIOR

Abstract

Although gambling behavior is less addressed in studies than addictive objects such as drugs and alcohol, similar effects can be observed on individuals and this behavior can become a pathological problem. At this point, many psychological, biological and social positive or negative factors can cause individuals' gambling behavior to turn into addiction, while also causing the individual to see gambling as a solution to their problems. This research aims to understand and describe the experiential avoidance and positive reinforcement processes that affect gambling behavior. In the study using qualitative research method, in-depth interviews were conducted with 13 participants who had exhibited gambling behavior at least once. The data obtained from the participants were examined with descriptive analysis management and explained under two themes: "Gambling Behavior as a Tool of Experiential Avoidance" and "Positive Reinforcers to Continue Gambling". As a result of the research, it has been revealed that positive reinforcers are effective on the individual's behavior in the early days of gambling, and as the gambling behavior becomes more permanent, positive reinforcers are replaced by negative reinforcers, and reinforcers are effective in causing individuals to engage in gambling behavior by exhibiting avoidance behavior when they are in a negative emotional state.

Key Words: Gambling Behavior, Gambling Addiction, Experiential Avoidance, Reinforcer Evaluation.

GİRİŞ

Kumar, bir bireyin oyun, yarışma veya kazayla belirlenebilen ya da sonucu beklenmeyen bir olay üzerine, gösterdiği davranışın risklerini de farkındalığı içerisinde, bir kazanç elde etmek amacıyla değerli bir şey üzerine bahis oynaması olarak tanımlanmaktadır (Glimne, 2023). Kumar oynayan kişiler genellikle bu davranışı; eğlenme, sosyalleşme, para kazanma ve heyecan arama aracı olarak görmektedir (Karaaziz vd., 2019). Ek olarak, kumar oynama sıklığı artan bireyler, içerisinde bulunduğu soruna karşı bir kaçış ya da başa çıkma mekanizması olarak da kumar davranışı sergileyebilmektedir (Neophytou vd. 2023). Genel olarak bakıldığında kumar, birçok kişi için zevkli ve masum görülebilmektedir (Griffiths, 2006). Fakat bu durum, özellikle kumar bozukluğu kriterlerini karşıladığında, kişiye, ailesine veya topluma olumsuz yönde etki edecek bir soruna dönüşebilmektedir (Elmas vd. 2017; Meyer vd. 2009). Nitekim kumar oynama bozukluğu da kişinin işlevsellikte bozulmaya neden olacak şekilde, sürekli ve tekrarlayan bir davranış

modeli ile karakterize edilmektedir (APA, 2013; WHO, 2023). Bu süreçler, madde, alkol vb. diğer bağımlılıklarla benzer süreçleri içermektedir ve birbirlerini etkilemektedirler (Moreira vd. 2023). Bu noktada yapılan çalışmalarda da kumar ve madde kullanımı arasında benzerliklerin olduğu; sorunlu kumar oynama davranışı ve alkol tüketimi arasında pozitif ilişkilerin bulunduğunu tespit edilmiştir (Vitaro vd., 2001; Engwall vd., 2004; Martin vd., 2014).

Herhangi bir bireyin, davranış olarak kumar oynaması mümkündür. Ancak bu davranış, kimi birey ve gruplarda kumar oynama bozukluğuna yatkın olma riskini artırmaktadır. Özellikle kumar oynama davranışı sergileyen bireylerin sorunlu aile içi ilişkilerine, ekonomik zorluklara ve eşlik eden psikolojik rahatsızlıklara sahip olması, kumar oynama bozukluğunun ortaya çıkmasında etkili olabilmektedir (Geniş & Aksu, 2020). Kimi araştırmacılar da demografik değişkenler (29 yaş altı; erkek); suç (yasadışı davranışlar), ailede ve yakın çevrede kumar oynama bozukluğu olan bireylerin bulunması gibi faktörlerin sorunlu kumar oynama davranışının gelişmesinde temel risk faktörleri olarak tanımlamışlardır (Johansson vd., 2009; Moreira vd., 2023). Bunlara ek olarak, bireylerin kumar oynama davranışını sürdürmesinde birçok farklı etken de etkili olabilmektedir. Heyecan, sosyal bağlama uyum sağlamak, stresten kaçınmak, olumsuz ve rahatsız edici duygulardan uzaklaşmak gibi faktörler kumar oynama davranışının sürdürülmesinde etkin rol oynayabilmektedir (Gupta & Derevensky, 1998; Morasco vd., 2006; Dowling vd., 2009). Nitekim Blaszczynski ve Nower tarafından yapılan araştırmalarda da dürtüsellik, heyecan arayışının, risk almanın ve antisosyal kişilik özelliklerinin patolojik kumar oynama davranışının pekiştirilmesinde destekleyici faktör olarak rol aldığını ortaya koymaktadır (Blaszczynski & Nower, 2002; Nower & Blaszczynski, 2006).

Kumar oynama davranışının, dürtüsellik baskın olduğu, heyecan ve risk unsurlarının bir arada olduğu bir boyutu olması sebebiyle bireylerin işlevselliğinde ciddi bozulmalara neden olabilmektedir (Cavion vd., 2008). Nitekim kumar oynama davranışı sergileyen bireylerin kişilik özellikleri dikkate alındığında karakteristik özellikleri arasında heyecan arayışı; kolay bir şekilde uyarılma veya heyecana kapılabilme, risk almaya eğilimli olma ve dürtüyü kontrol etmede zorluk yaşama gibi özellikler yer almaktadır (Hayer & Griffiths, 2015). Bu özelliklere sahip kişilerde kumar oynama davranışına eşlik eden psikolojik rahatsızlıklar, maddi sıkıntılar, adli problemler, çalışma hayatı sorunları, düşük yaşam doyumu ve intihar girişimleri gibi birçok alanda sorun oluşturacak seviyeye gelebilmektedir (Black vd., 2003; Oei & Gordon 2008). Yine bu kişilere bakıldığında ise majör depresif epizodlar, anksiyete bozuklukları veya madde kullanım bozukluklarının başlaması ya da alevlenmesi en sık görülen psikiyatrik sonuçlar arasında yer almaktadır (Fong, 2005).

Düzenli bir şekilde kumar oynayan bireyler üzerinde yapılan bir yıllık izleme çalışmasında tespit edilen en yaygın kumar oynama nedeninin “yaşadığı sorunlardan kaçınmak” olduğu anlaşılmıştır (Wiebe vd., 2003). Benzer olarak

Calado ve arkadaşları (2017) kumar oynayan genç yetişkinler üzerinde yürüttüğü bir çalışmada 44 araştırmanın analizini yaparak genç yetişkinlerle ilgili çalışmaların daha ayrıntılı bir şekilde sunulmasını amaçlamıştır. Araştırma sonucunda araştırmalarda yer alan katılımcıların sıklıkla “sorunlardan ve stresten uzaklaşma” ve “kumar oynama isteğine karşı koyamama” gibi durumlarda kumar oynama davranışını sürdürdüğü tespit edilmiştir.

Diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi kumar oynayan bireylerde de görülen kaçınma davranışını, genel itibarıyla yaşantısal kaçınma bağlamında da değerlendirilmektedir. Kaçınma davranışı, olumsuz bir sonuçlanan bir karşılaşma veya durumla ilişkili olarak gelişen endişe, korku veya kaygı sebebiyle belli bir durum, ortam ve kişiye karşı gösterilen uyumsuz tepki olarak da tanımlanmaktadır (Hofmann & Hay, 2018). Tedavi amaçlarını ve dolayısıyla iyileşmeyi engelleyen bir hastalık davranışı biçimi olarak da değerlendirilen kaçınma davranışının nedenleri ve etkileri üzerine yapılan çalışmaların artmasıyla birlikte yaşantısal kaçınma kavramı gelişmiştir (Chawla & Ostafin, 2007; Vögele, 2015). Olumsuz olarak değerlendirilen duygu, düşünce, am ve bedensel hisleri deneyimleme noktasında isteksizlik yaşamakla birlikte bu olumsuz deneyimlerin sıklığını veya etkisini azaltmak için çabalamak olarak tanımlanan yaşantısal kaçınma davranışında bireyler dikkat dağıtma, baskılama, inkar ya da bastırma gibi stratejiler geliştirmektedirler (Hayes vd., 1996). Bu durum, uzun vadede kişilerin kaçındığı deneyimlerin sürdürülmesine ve buna ilişkin problemlerin şiddetlenmesine neden olmaktadır (Hayes vd., 2012). Ayrıca, Hayes’e (2004) göre yaşantısal kaçınma birçok psikolojik sorunların ortaya çıkmasında ve sürdürülmesinde önemli rol oynamaktadır. Zira gerçekte sorun olan istenmeyen içsel yaşantılar değil, bu durumdan kaçınma çabası olarak nitelendirilmektedir (Strosahl vd., 2017). Farkındalık ve kabul üzerine yoğunlaşan Kabul ve Kararlılık Terapisine (ACT) göre, biçimsel açıdan farklılık gösterse de bireylerin kumar oynama, maddeyi kötüye kullanma, kendine zarar verme, aşırı yemek yeme gibi birçok sorunlu davranışının altında kaçınma davranışı yatmaktadır (Kingston vd., 2010). Bu noktada Riley’in (2014) çalışmasında, kumar oynama davranışının sürdürülmesinde inkar etme, düşünceyi bastırma gibi faktörlerin olumlu etki ettiği, tedavi açısından ise olumsuz etkide bulunduğu sonucuna ulaşılmış olması ve tedavinin etkili olması için yaşantısal kaçınmanın rolünün anlaşılmasını gerektiğini vurgulaması bu söylemi destekler nitelik taşımaktadır.

Kumar oynama davranışını sürdürmede kaçınmaya ek olarak etkili olan bir diğer faktör ise katılımcıların heyecan, risk alma sonucu oluşan adrenalin, maddi kazanç elde etme gibi duygusal ve somut kazanımları içeren pozitif pekiştireçler olarak gösterilebilir. Kumar oynama davranışını sürdürmede yaşantısal kaçınma (negatif pekiştireçler) kadar pozitif pekiştireçler de önemli rol oynamaktadır (Sztainert vd., 2013). Buradaki pozitif pekiştireç kavramı, bireylerin kumar oynayarak elde ettikleri ödüllendirici deneyimleri veya sonuçları ifade etmekte ve kazanma veya kazanma olasılığı ile ilişkili heyecan, zevk ve öfori gibi hoş duyguların beklenmesini ve deneyimlenmesini içermektedir (Sztainert vd., 2013).

Çalışmalar, kumar oynama davranışını kaçınmadan (negatif pekiştireç) ziyade pozitif pekiştirmenin daha fazla etkilediğini öne sürmektedir (Weatherly vd., 2014). The Gambling Functional Assessment-Revised (GFA-R), kumar davranışının pozitif pekiştireç veya kaçınma yoluyla sürdürülme derecesini değerlendirmede kullanılan bir ölçüm aracıdır. GFA-R kullanılarak Japon ve Amerikalı üniversite öğrencilerinin karşılaştırıldığı bir çalışmanın sonuçları, tüm katılımcıların kumarı bir kaçıştan ziyade pozitif pekiştirme için kullandığını göstermiştir (Weatherly vd., 2014). Bu, kumarın kazanmayla ilişkili heyecan ve zevk gibi ödüllendirici unsurların, bireylerin kumar oynama davranışına girişmeleri ve bunu sürdürmeleri için güçlü motivasyon kaynağı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, araştırmalar pozitif pekiştirme ile sürdürülen kumar oynama davranışının, kaçınma ile sürdürülenden daha sık görüldüğünü vurgulamaktadır (Weatherly vd., 2011). Dolayısıyla bu bulgulara göre, kazanmanın zevki ve heyecanı gibi pozitif pekiştireçler, kumar oynama davranışının, kaçmak veya kaçınmak için bir araç olarak kullanılmasını içeren negatif pekiştirmeye kıyasla daha yaygın bir motivasyon kaynağı olarak görülebilir (Weatherly vd., 2011).

Bu araştırmada, kumar oynama davranışında etkili olan yaşantısal kaçınma ve pozitif pekiştirme süreçlerinin anlaşılması betimlenmesi temel olarak amaçlanmaktadır. Kumar oynama davranışını etkileyen pozitif ve negatif pekiştireçlerin davranış analizi yoluyla değerlendirilmesi ve katılımcıların söylemlerinden toplu bir davranış analizi çıkartılması ise alt amaç olarak belirlenmiştir. Ayrıca, bu iki değişkenden biri olan pozitif pekiştireçlerin zevk, heyecan arama ve ödül duyarlılığının gelişmesi noktasındaki etkileri ile negatif pekiştireçlerden beslenen kaçınma davranışının kumar oynayan bireylerin bu davranışının bağımlılığa nasıl dönüştüğü ve sürdürüldüğüne dair faktörlerin ne derece kişinin davranışlarına etki ettiği gözlemlenmesiyle araştırma diğer çalışmalardan farklılaşmaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada, kumar oynama davranışında bulunmuş bireylerin davranışlarını etkileyen öncüllerin betimlenmesi amaçlanmaktadır. Bu sebeple, katılımcıların tecrübelerinde derinlemesine incelemeler yapabilmeyi mümkün kılan nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Zira nitel araştırma yöntemleri, bireylerin yaşadıkları deneyimlere ilişkin algılarını anlamlandırma konusunda oldukça işlevsel bir zemin sağlamaktadır (Güler vd., 2015).

Araştırmanın Örnekleme

Katılımcıların belirli bir gruptan olması amaçlanması sebebiyle amaçlı örneklem yöntemi kullanılmış ve katılımcı kriterlerinin belirlenmesinde ise ölçüt örnekleme tercih edilmiştir. Bu örnekleme yöntemiyle sınırlı iletişim ağına sahip olan bireylere erişmek ve pozitif-negatif pekiştireçlerin kumar oynama davranışı sergileme noktasındaki her evredeki (başlangıç, sıklık, yoğunluk, süre, sonlandırma)

etkilerini görebilmek adına en az bir kez kumar oynama davranışı sergilemiş olmak kriteri eklenmiştir (WHO, 2023). Ek olarak araştırmanın bir diğer önemli kriteri ise katılımcıların oynadığı oyun türleridir. Legal ya da illegal olarak oynanan herhangi bir kumar türünün (kazı kazan, iddia, casino, rulet vb.) bireyin kumar oynama davranışının patolojik bir hal alabilmesinde etkili olduğu için örneklem seçiminde kumar türünde herhangi bir kısıt koyulmamıştır (Öztürk ve ark., 2021). Bu bağlamda araştırmanın örneklemi daha önce en az bir defa kumar oynama davranışında bulunmuş, biri kadın, 13 kişi oluşturmaktadır. Katılımcılara ulaşma noktasında da kartopu örneklem yönteminden faydalanılmış, sosyal medyada çıkılan ilan sonucunda araştırmaya başvuran katılımcılar ile de görüşmeler yapılmıştır. Araştırmaya katılım sağlayan bireylere dair sosyodemografik bilgiler Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1: Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Medeni Durum	Oynadığı Oyunlar	İlk Oynama Yaşı	Ailenin Haberi Var mı?
K1	60	E	Bekar	Okey, Barbar, Poker	17	Var
K2	35	E	Evli	Her şey	17	Var
K3	25	E	Bekar	İddaa	11	Var
K4	28	E	Evli	İddaa	15	Var
K5	28	E	Bekar	İddaa, Rulet	25	Var
K6	29	E	Bekar	İddaa	12	Var
K7	43	E	Evli	İddaa, Rulet	15	Var
K8	40	E	Bekar	Kazıkazan, İddaa	40	Var
K9	28	K	Bekar	Bitcoin	28	Yok
K10	28	E	Bekar	Slot	25	Yok
K11	28	E	Bekar	Rulet, Slot, Poker	20	Yok
K12	50	E	Evli	İddaa	18	Yok
K13	36	E	Evli	Online İddaa	36	Var

Veri Toplama Süreci

Araştırmada kapsamında veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu ve sosyodemografik soru formu kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formları, araştırmacının çerçevesi belirli olan sorulara ek olarak görüşmenin doğası gereğince soruların çeşitlenebildiği ve değişikliklerin yapılabildiği formlardır (Turner, 2010). Araştırmada kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu sekiz sorudan oluşmaktadır. Araştırma formu “Kumar oynama

davranışını sürdürmede pozitif pekiştiriciler ve yaşantısal kaçınma kendini nasıl göstermektedir?” sorusunu detaylandırarak nitelikte belirlenmiştir. Soru formunun hazırlanması aşamasında, literatürde kumar oynama davranışında etkili olduğu belirtilen pozitif ve negatif pekiştiricileri hedefleyen 30 soruluk havuz oluşturulmuştur. Bu 30 soru, kumar oynama davranışı ile ilgilenen psikoterapistlere ve akademisyenlere gönderilmiş, ardından soru sayısı 13’e düşürülmüştür. Buradaki elemanın sebebi, soruların araştırma kapsamının dışında bilgilere götürmesi, benzer yanıtla ulaşılma potansiyeli ve anlaşılma konusundaki güçlükler olarak kendini göstermiştir. Son tahlilde 13 soru, iki katılımcı ile yapılan pilot görüşme sonucunda sekize düşürülmüştür.

Katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak dâhil olmuş olup, tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Yapılan 13 görüşmenin tamamı katılımcıların izni ile ses kaydına alınmıştır. Katılımcılar ile yapılan görüşmelerin ortalama süresi 20 dakika olarak bulunmuştur. Toplamda 267 dakikalık ses kaydının deşifre edilmesi sonucunda 123 sayfalık yazılı doküman ortaya çıkmıştır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada verilerinin analiz edilmesinde betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Betimsel analiz yöntemi, görüşme ve gözlem sonucunda oluşan verilerin araştırmacı tarafından düzenlenip yeniden yorumlanarak okuyucuya sunulan analiz yöntemidir (Yıldırım & Şimşek, 2008). Araştırmada betimsel analiz için belirlenmiş kavramsal çerçeveye uygun bir biçimde veriler önce kodlanmış ardından kodlar üzerine okumalar yapılarak 158 kod üretilmiştir. Bu aşamada betimsel analiz yöntemi içerisinde bulunan üç tür kodlama şeklinden olan “daha öncesinden belirlenen kavramlara göre yapılan kodlama” biçimi kullanılarak pozitif pekiştiriciler ve yaşantısal kaçınma kavramları üzerinden genel çerçeveye oluşturularak temalandırma yapılmıştır (Yıldırım & Şimşek, 2021). Toplanan verilerden elde edilen 158 kod bu çerçeveye göre bağımlılık alanında uzmanlaşmış araştırmacılar tarafından “heyecan arama, zevk alma, öfori, kazanma vb.” betimlemelerle pozitif pekiştiriciler ve “baskılama, kaçınma, dikkat dağıtma vb.” betimlemelerle negatif pekiştiriciler üzerinden ortak temalarda birleştirilmiştir. Oluşturulan temalar doğrultusunda veriler tekrar değerlendirilmiş ve analiz edilmiştir.

Etik Uygunluk

Araştırmanın etik ilkelere uygun olarak yürütüldüğüne dair İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan 29.09.2023 tarihinde 795965 sayılı etik onayı alınmıştır.

BULGULAR

Çalışma kapsamında elde edilen veriler *Yaşantısal Kaçınmanın Bir Aracı Olarak Kumar Oynama Davranışı* ve *Kumar Oynamayı Sürdürmede Pozitif Pekiştiriciler* olmak üzere iki temada birleşmektedir.

Yaşantısal Kaçınmanın Bir Aracı Olarak Kumar Oynama Davranışı

Katılımcıların söylemleri doğrultusunda kumar oynama davranışının negatif pekiştiricileri, yaşantısal kaçınma olarak değerlendirilmiştir. Bu bağlamda katılımcıların deneyimleri çeşitli unsurları bünyesinde barındırmaktadır.

Katılımcıların genel olarak stresten, sıkıntıdan, yorgunluktan ve problemlerden uzaklaşmak için kumar oynama davranışı sergileyebildiği görülmüştür.

“Kumarı tüm dertlerimden, stresten kaçtığım bir antidepresan olarak gördüm.” (K-8)

“Masaya oturduğum an tüm streslerimi unutuyorum.” (K-2)

“Sorunlarımı belli bir süre unutuyorum kazanırsam ne yapacağımı hayal ediyorum.” (K-6)

“Problemlerimle başa çıktığım bir anahtar adeta.” (K-3)

“Depresyonda idim ve kumar oynamak, o süre zarfında beni rahatlatabiliyordu.” (K-5)

Katılımcıların ifadelerinden anlaşılacağı üzere, kumar oynama davranışı hemen ardından rahatlama, stresten uzaklaşma ve problemlerle başa çıkmanın bir yolu işlevini taşımaktadır. Buna ek olarak katılımcıların özellikle yaşamlarındaki maddi sıkıntılar karşısında kumar oynamaya yöneldikleri görülmüştür.

“Ekonomik olarak krize girdiğim bir dönemdi. Hani hayatınızın kontrolü yavaş yavaş elinizden kayıp gitmiştir ve yavaş yavaş dengeden çıkarsınız. Kendinizi daha fazla rahatsız hissettiğinizde bir çıkış yolu ararsınız. Benim kontrolden çıkışım parayla ilgili olduğu için bende para kazanmanın yollarını başka şekilde aradım.” (K-8)

“Maddi sıkıntılarımı hemen çözmek için kumar oynuyordum. Belki bu sefer şansım döner diye düşünüyordum.” (K-3)

“...Sonraları ekonomik olarak sıkıntıya düştüğümde para kazanmak için başvurdum.” (K-13)

“Borçlarımı kapatmak için özellikle kredi günlerinin yaklaştığı günler daha çok oyuna gidiyordum.” (K-4)

“Borçlandığım zamanlar bundan kurtulmak için bir kapı arıyordum ve kumardan başka seçeneğim kalmıyordu.” (K-9)

“Borçlarımı ödeyemediğim zamanlar oluyordu. Aklımdan şöyle geçiyordu bugün maç var diyelim 40 bin liralık kupon yapsam 20 sini a borcuma versem 20 sini diğer borcuma versem diyordum.” (K-7)

“Kredi günlerim yaklaşıyordu ve benim başka çarem olmadığı için o kaybın yerine koymam gereken para için gene kupon yatırıyordum böyle bir döngüye girmiştım.” (K-6)

Ekonomik açıdan zorluklar yaşamak, borç ödeme tarihlerinin yaklaşması gibi durumların katılımcıların daha fazla kumar oynamaya ve borçlarını kapatmak için para kazanmaya yöneltmiştir. Katılımcıların “kredi” noktasındaki vurguları da oldukça önemlidir.

Yalnızca gündelik yaşamdaki maddi sıkıntıların giderilmesi amacıyla değil, katılımcıların kumar oynama sürecindeki kayıplarının da kumar oynamayı sürdürmede etkili olduğu anlaşılmıştır.

“Çünkü kaybettiğiniz zaman da bu sefer o tutarı geri almak için inat edip oynuyorsunuz.” (K-11)

“Kredi günlerim yaklaşıyordu ve benim başka çarem olmadığı için o kaybın yerine koymam gereken para için gene kupon yatırıyordum böyle bir döngüye girmiştım.” (K-6)

“Her gün oynadım kazandıkça daha çok kazanmak istedim ama öyle olmadı yavaş yavaş dibi gördüm. Bu seferde dedim ki benim tekrar artıyı görmem lazım. Bunun için ne yapmam lazım tekrar kumar oynamam lazım.” (K-10)

“Kaybettikçe daha çok hırslanıp hırçın davranıyordum ve bu da beni daha çok para bulmaya yöneltiyordu daha fazla sisteme para atıyordum.” (K-2)

“İntikam duygusu beni çok tetikledi. Borçlarımı kapatıp tekrar almalyım düşüncesi beni oyuna yöneltti.” (K-7)

Katılımcıların söylemlerinden anlaşılabilceği gibi, kumar oynarken kaybedilen parayı geri kazanma çabası, kumar oynamayı sürdürmede önemli bir etken olarak görülmektedir. Katılımcıların kumardan kaybettikleri parayı kazanma arzuları, onları yeniden kumara yöneltmektedir. Bununla beraber, özellikle K-6'nın kredi vurgusu daha önce de belirtildiği gibi önem taşımaktadır. Zira katılımcılar, genellikle kumar oynama sebebiyle kredi borcu altına girmektedirler. Ancak bu borç giderek hayatın temel gündemi haline gelmekte ve bireyleri yeniden kumara yöneltebilmektedir.

“Benim en büyük zaafım boşluk. Belki 9-5 işim sabit gelirim olsa ve zaman yönetimi yapabilmış olsam hiç bu kadar bulaşmazdım.” (K-10)

“İş saatleri ve toplantılar dışında kendimi sürekli oyun oynarken buluyordum.” (K-6)

“Kumar benim için bir sosyal aktiviteydi.” (K-3)

“Boşluktan dolayı başladım.” (K-11)

“İnsanlar canı sıkılınca denize gider, spora gider ben kumara gittim.” (K-8)

“Zamanımı nasıl dolduracağımı bilemez bir haldeydim ve kendimi sürekli oyun halinde yakalıyordum.” (K-4)

Katılımcıların söylemlerine göre bu konuya ilişkin çıkan diğer tema öne ‘boş zaman ve meşguliyet eksikliğidir’. Kişilerin bu vakti nasıl değerlendireceklerini bilememeleri kumar oynamaya sevk eden önemli sebeplerdendir. Katılımcılardan bazıları ise işten kalan vakitlerini nasıl değerlendireceklerini bilmediklerini bu boşlukla ne yapacaklarını bilmeyerek kumara yöneldiklerini söylemişlerdir. İş saatleri dışının planlanmamış olması kişileri kumar oynamaya yönelten diğer bir etken olarak göze batmaktadır.

“Sonraları tabi keyif alamaz hale geldim ve oynamadan edemiyordum durduramıyordum kendimi iş dışında her anımda oradaydım hatta öyle oldu ki telefondan bile oynamaya başlamıştım.” (K-5)

“Oyun benim hayatımdı başka hiçbir şeyi düşünemez olmuştum.” (K-6)

“Diğer her şeyi kontrol edebiliyordum ama kumarı kontrol edemez hale geldim ve bu beni sarstı. İlk defa kumarın beni yıktığını hissettim ve savruldum.” (K-10)

Katılımcıların bir kısmı ise zihinlerinin her zaman kumar ile meşgul olduğunu ve kumar oynamanın hayatın neredeyse her tarafını kaplayan bir hale geldiğini belirtmektedirler. Bu yönüyle, ilgili söylemlerin craving olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Kumar Oynamayı Sürdürmede Pozitif Pekiştiriciler

Katılımcıların söylemlerinde, pozitif pekiştiriciler niteliği taşıyan unsurların, yaşantısal kaçınma niteliği taşıyanlardan çok daha fazla olduğu anlaşılmıştır. Bu yönüyle kumar oynama davranışı için bu katılımcı grubunu adına pozitif pekiştiricilerin çok daha baskın bir rol oynadığı söylenebilir. Kumar oynama davranışını pozitif olarak pekiştiriciler unsurlardan en önemlisi ve en çok öne çıkanı heyecan aramaktır.

“Kumar benim için heyecan ve adrenalin demek. Üniversitede farklı maddeler kullanmıştım hiçbiri böyle yapmamıştı.” (K-10)

“Öyle bir heyecan ki hayatımdaki diğer her şey bir gölge halini alıyor.” (K-1)

“Tek motivasyonum bu heyecan hali. Masaya oturmadan anlayamazsınız.” (K-5)

“Bir gün kahveye gel ve masadakileri izle gözlerine bakınca ne demek istediğimi anlayacaksın. O an dünyayı unutuyorlar.” (K-13)

“Kumar benim tutkum, ben yemeden içmeden uyumadan 48 saat o masada oynadığımı bilirim.” (K-9)

“Tamamen hayatımda heyecana yer açması kazanırsam güzeldi kaybedersem kötüleşiyordum.” (K-3)

“Hiç kazandığım parayla şunu yaparım gibi planlarım olmadı ben oyun oynama halini sevdim. Beni oyunda tutan o heyecandı... ..o heyecan tarifsiz bir duygu.” (K-11)

“Ruletin bende uyandırdığı heyecan hissi çok hızlı para kazandırıyor oluşu ve o dopamin hissini başka hiçbir şeyde bulamıyor oluşum.” (K-7)

“Ödül, heyecan, hırs, dopamin... Sürekli motivasyonum yüksekti heyecam yüksek şeyler arıyordum.” (K-2)

Katılımcıların söylemlerinden anlaşıldığı üzere, kumar oynama davranışını sürdürmede neredeyse katılımcıların tamamında “heyecan” önemli bir faktör olarak kendini göstermektedir. Katılımcılar, kumar oynama davranışının kendilerinde uyandırdığı heyecan hissini tecrübe etmek adına kumar oynama davranışını sürdürmektedirler. Burada dikkat çekici bir diğer unsur ise “eğlence” olarak ortaya çıkmıştır.

“Biz orada başkalarına para verirdik bizim yerimize oynarlardı. Bu şekilde başladım ve 13 yaşımdan beri oynuyorum. O zamanlar kazanmaya kaybetmeye bakmıyorduk eğlencesine oynuyorduk.” (K-6)

“Kumar hayatımın hep bir yerinde vardı. Arkadaşlarımla bir araya gelip oynardık o eğlencesine olurdu tamamen keyif için.” (K-10)

“Asıl kumarbazın yaşantısı budur. Oyununu oynar, eğlencesine gider içkisini içer. Ertesi gün tekrar devam eder.” (K-1)

“Hiçbir zaman şu kadar kaybettim şu kadar çıkarayım dememiştim. Ama slottla tanışınca işler değişti ve her gün oynamaya başladım. İnanılmaz eğleniyordum.” (K-2)

Katılımcılar için eğlencenin önemli bir unsur olduğu görülmektedir. Nitekim, kumar oynama davranışını tetikleyen unsurlardan birisi olarak öne çıkmaktadır. Bununla beraber, kumar oynama davranışının eğlence teması, yalnızca kumara özgü bir eğlence değil, kumar bağlamında şekillenen ve farklı, alternatif eğlence araçlarını da kapsayabilecek genel bir eğlence arayışıdır.

“Alışkanlık ve seni devamlı içine çekiyor. Ben mesela çıkmayacağım diyorum birkaç saat oyalanıyorum yalnızım zaten sonra aklıma geliyor ve çıkıyorum. Kafeye git diyeceksin tutmuyor hem orada oyun oynuyoruz hem de arkadaşlarla görüşüyoruz.” (K-1)

“Dışarı çıkıyorum ve nereye hangi kahveye gidersem gideyim o oyunu masama kuruyorlar.” (K-4)

“Arkadaşlarla dışarı çıkıyorum ve oyun niyetim olmasa bile kendimi masada buluyorum.” (K-6)

“Çevremdeki herkes oyun oynuyor ve sende kendini durduramıyorsun böyle bir şey yok.” (K-8)

“Erkek arkadaşım benim en büyük etmenim oldu onunla birlikte sanal oyun oynuyoruz.” (K-8)

“Ara ara uzak kalıyorum ama işe yaramıyor tekrar tekrar kısır döngüye giriyorum çünkü arkadaşlarla dışarı çıkıyoruz kahve içelim vs. sonra oyun oynuyoruz. Benim için sosyal aktivite gibi bir şey ve kaybettiğimizde birbirimizle bile kavga eder hale geliyoruz.” (K-11)

Katılımcıların kumar oynama davranışlarında sosyal varlık gösterme, sosyalleşmek önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Nitekim katılımcıların, arkadaşlarıyla kumar oynamak için bir araya gelmeleri veya kumar oynamak için bir araya geldiklerinde sosyalleşmeleri şeklinde farklı sosyalizasyon araçları bulunduğu anlaşılmıştır. Burada katılımcıların çevreye uyum sağlamak ve sosyalliği artırma amacı güttükleri düşünülmektedir.

“3 sene önce falan laptop almak amaçlı başladım biraz para kazanayım dedim ve Twitch adlı bir yayından gördüm. Çocuklar sürekli kazanıyor demek ki bende kazanırım diye düşündüm beni cezbeden bu oldu esasen.” (K-5)

“Benim bağımlılık sürecim 8-9 sene öncesine kadar dayanıyordu. 8-9 sene önce rulette ile tanışmıştım ve beni bağımlısı yapmıştı. Bana o kadar cezbedici gelmişti ki heyecan verici ve hızlı kazanç sağlayan bir şeydi. Dakikalar içinde hızlıca çok büyük paralar kazanabileceğimi düşündüm.” (K-7)

“...Çocukluk aklıyla o yaşta ulaşamayacağımız paraların bize kolay yoldan gelme fikri ile yöneldik başka da bir şey değildi.” (K-3)

“Kazanma dürtüsüydü beni yönelten şey borçlarımı ödemek istiyordum. Bir şeyler alırım daha çok kazanırım düşüncesi beni yöneltiyordu.” (K-4)

“Pandemi zamanıydı boşluk ve kolay yoldan para kazanıldığını duyunca başlamak istedim.” (K-9)

“Başlarda keyif için başladım ama sonra para kazandığımı görmek beni bağımlı yaptı... Kolay yoldan para kazandığını görmek insanın hayatındaki anlam ve değerler sistemini de değiştiriyor. Mesela sık kumar oynadığım zamanlarda iş başvurularından olumlu dönüş aldığım zamanlar oluyordu ama ben reddediyordum. Çünkü bir bahisten 3,500 lira kazanmışken birinin sizin bir aylık emeğiniz için 10,000 lira teklif etmesi boş geliyor.” (K-10)

Katılımcıların söylemlerinde görülebileceği gibi kumar oynama davranışı sonucunda elde edilebilecek maddi kazanç ihtimali kumar oynama davranışını sürdürmede önemli bir unsur gibi durmaktadır. Buna ek olarak maddi kazancın hızlı ve kolay olması da elde edilebilecek parayı daha çekici hale getiren bir unsur olarak göze çarpmaktadır. Katılımcıların hızlı, kolay, zahmetsiz ve büyük paraları kumar oynayarak kazanma arzusu içerisinde oldukları anlaşılmaktadır. Para kazanmaya eşlik eden bir diğer unsur ise meraktır.

“Erkek arkadaşım bana coinden dolayı çok para kazandığımı söyledi ve bana da tavsiye etti bende meraktan başladım zaten evdeydik.” (K-9)

“21 yaşında arkadaşlarımla başladım ilk merak etmişim. Arkadaşlarım oynuyordu bende gideyim bakayım nasılmış dedim ve başladım.” (K-13)

“İlk arkadaş çevremle başladım merak edip sonra hoşuma gitti ve devam ettim.” (K-11)

“Futbola ilgim olduğu için başlarda merakla başladım.” (K-6)

Katılımcıların kumar oynama davranışına başlamalarında önemli unsurlardan birisi merak olarak kendini göstermektedir. Merak, kumar oynama davranışını sürdürmekten ziyade, kumar oynama davranışının başlamasında özellikle hızlı ve kolay para kazanma öncülüne eşlik eder bir nitelik taşımaktadır.

TARTIŞMA

Kumar oynama davranışını etkileyen negatif ve pozitif pekiştiricileri betimleyeme odaklandığımız bu araştırmada, katılımcıların söylemleri betimsel analiz yoluyla incelenmiş ve kumar oynama hikâyelerindeki pekiştiricilerin nitelikleri anlaşılmıştır. Bu bağlamda bakıldığında katılımcıların neredeyse tamamında hep pozitif hem de negatif pekiştiricilerin bir arada bulunduğu bir süreçten bahsetmek mümkün görünmektedir. Bununla beraber katılımcıların kumar oynamaya genellikle pozitif pekiştiriciler aracılığı ile başladıkları ancak kumarı sürdürmede negatif pekiştiricilerin de kendisini göstermeye başladığı görülmüştür. Jonsson ve arkadaşlarının (2017) kumar pekiştiricilerinin kumar oynama davranışı üzerine etkisi üzerine yaptığı çalışmada pekiştiricilerin kumar oynama davranışının

arttığı ve düzenli seyrettiği noktada bu davranışın bağımlılığa dönüştüğünü tespit etmiştir. Yapılan başka bir araştırmaya göre, madde kullanımının ilk başlarında, madde kullanımının daha çok bir ödül olarak algılanması sebebiyle davranışın pozitif pekiştireçlerin etkisinde olduğu ancak ilerleyen aşamalarda bu süreç rahatlama ve yoksunluk belirtilerinin hafifletilmesi amacını gütmeye daha çok yaklaşması sebebiyle negatif pekiştireçlerin etkisi altına girmektedir (Bujarski vd., 2018).

Bu çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda kumar oynama davranışının da oldukça benzer nitelikler taşıdığı söylenebilmektedir. Elde ettiğimiz bulgular, kumar oynama davranışında her iki pekiştirme süreçleri arasındaki etkileşimin kumar oynama davranışının gelişmesine, sürdürülmesine ve şiddetlenmesine katkıda bulunabilecek bir karmaşa yaratabileceğini düşündürmektedir. Zira her iki pekiştirme türünün de katılımcıların kumar oynama ile ilgili bireysel motivasyonlarını ve davranışlarını etkilediğini söylemek mümkündür. Katılımcıların söylemlerinde kendisine çok sık yer bulmayan ancak bağımlılık yapıcı davranışlarda önemli bir konumu bulunan craving (aşerme), kompleks bir içsel yaşantı olarak tanımlanabilir. Aşerme hakkında yapılan bir araştırmada, madde kullanıcısı olan bireylerin, madde kullanımının tetiklenmesinde öznel kaygı ve negatif duygu durumlarının etkili olduğu ve dolayısıyla aşermenin negatif pekiştireçlerle güçlü bir ilişkisi olduğu anlaşılmıştır (Sinha vd., 2000). Sanal seks davranışları bulunan bireyler üzerine yapılan bir diğer araştırmada ise, sanal seksi tetikleyen pozitif pekiştireçlerin uyarılma mekanizmalarını ve aşermeyi önemli derecede etkilediği görülmüştür (Laier vd., 2013).

Bireyler, çeşitli seviyelerde pozitif ve negatif pekiştireç gündemleri doğrultusunda davranışlar sergileyebilmektedir. İntihar eğilimi göstermeyen kişilerde kendine zarar verme davranışı ile madde kullanımını karşılaştıran bir araştırmada, madde kullanım süreçlerinin hem pozitif hem de negatif pekiştireçlerle uyumlu olduğu, kişinin kendine zarar verme davranışlarındaki aşermenin ise yalnızca olumsuz duygular karşısında meydana geldiği görülmüştür. Bütün bunlar, katılımcıların söylemlerinde yer alan pozitif ve negatif pekiştireçlerin aslında aşerme süreçlerinin önemli bir parçası olarak değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla kendi başına, ayrı-özgün bir aşerme sürecinden bahsetmek yerine, aşermeyi bir bağlam ve kompleks bir içsel yaşantı olarak değerlendirmenin daha doğru olacağı düşünülmektedir.

Kumar oynama davranışında etkili olan negatif pekiştireçler genel olarak; stres, kaygı, depresyon gibi olumsuz duygusal durumları ifade edebilecek süreçlerden kaçınmak veya bunları hafifletmek, ekonomik sıkıntıları gidermek, borçların tahsilat günü yaklaştıkça ortaya çıkan stresten kurtulmak, kaybedilen parayı geri kazanmak, boş zamandan kurtulmak-meşguliyet sağlamak, yalnızlık sebebiyle sosyal etkileşim kurmaya çalışmak şeklinde ifade edilebilir. Kumar alışkanlığında gözlemlenen olumsuz pekiştireçler, çoğunlukla bireylerin olumsuz duygusal durumları tetikleyen süreçlerden kaçınmasını veya bu durumların etkisini

azaltmasını içerir. Olumsuz duygusal durumlar arasında stres, anksiyete ve depresyon gibi unsurlar bulunmaktadır. Kumar oynama eylemi, bu tür duygusal olumsuzluklardan geçici bir sığınak veya bu olumsuz duyguların hafifletilmesi amacıyla kullanılabilir (Nower & Blaszczynski, 2006; Ledgerwood & Petry, 2006).

Kumar alışkanlığındaki olumsuz pekiştiricilerden biri ekonomik sıkıntıların giderilmesi olarak gösterilmektedir. Ekonomik açıdan zor durumda olan bireyler, bu durumdan kurtulma veya kaybedilen parayı geri kazanma amacıyla kumar oynamaya yönelebilir. Kumardan elde edilecek kazancın, bu bireylerin ekonomik zorluklara bağlı olarak yaşadıkları stres ve anksiyeteyi geçici olarak hafifletmekte etkili olabileceği düşünülmektedir (Binde, 2013). Bireylerin, çeşitli borçlarını ödeme günleri yaklaştıkça stresin azaltılması işlevi de kumar davranışındaki negatif pekiştiricilerden bir tanesi olarak dikkat çekmektedir. Kumar oynamak, bireylerin borçlarından kaynaklı yaşadıkları ruminatif ve endişe içerikli süreci baskılayabilir, kişinin borçlarıyla ilgili yaşadığı olumsuz duygulardan geçici süreliğine de olsa uzaklaşma imkanı sunabilir, bu bağlamda kumar oynama davranışı önemli bir dikkat dağıtma aracı olarak da öne çıkmaktadır (Black vd., 2003). Ayrıca, kumar; can sıkıntısını gidermek ve serbest zamanı değerlendirmek doğrultusunda da kullanılmaktadır. Boş zamanlarla ilgili sorun yaşayan bireyler, bu zamanı doldurmak ve uyarıcı bir aktivite arayışı içerisinde kumara yönelmektedir. Kumar aktivitelerinin etkileşimli ve uyarıcı yapısı, bireylerin can sıkıntısını geçici olarak dindirebilme potansiyeline sahiptir bu yönüyle kumar can sıkıntısının giderilmesi ve heyecan ile eğlence kazanımının sağlanması işleviyle dikkat çekmektedir (McCormack & Griffiths, 2011). Kumar oynama, yalnızlık gibi olumsuz duygusal durumları hafifletmek için de kullanılmaktadır. Kumarın sosyal boyutu, örneğin casinolarda oynamak veya online kumar topluluklarına katılmak, kahvehanelerde oyunlara dahil olmak, sosyal etkileşim ve aidiyet hissi sağlama imkanı sunabilmektedir. Kumar aktivitelerine katılmak, sosyal bağlar kurma ve yalnızlık duygusunu azaltma işlevi sebebiyle bu bağlamda da negatif pekiştiricilerin kontrolü altındadır (Thomas & Moore, 2003).

Katılımcıların söylemlerinde kumar oynama davranışını etkileyen pozitif pekiştiriciler ise genel olarak; heyecan, eğlence arayışı, para kazanma isteği, kolay ve hızlı kazanç elde etme çabası, sosyal etkileşim, keyif ve zevk almak, merak olarak öne çıkmaktadır.

Katılımcılar tarafından sıklıkla kumarla ilişkilendirilen heyecan, önemli bir pozitif pekiştiriciler olarak belirmektedir. Belirsiz sonuç beklentisi ve kazanma ihtimali, kumar aktivitelerine devamlı katılımı destekleyen bir heyecan ve uyarılma hissine yol açmaktadır (Coventry & Norman, 1998; Binde, 2013). Bu da bireylerin kumar oynama davranışlarını sürdürmelerinde önemli bir pekiştiriciler işlevi görmektedir. Ayrıca, eğlence ve haz arayışı da heyecan ile birlikte görünen önemli bir pekiştiriciler arasında yer almaktadır. Katılımcıların söylemlerinden anlaşılacağı üzere, kumar oynama davranışında eğlence arayışı önemli bir pekiştirme gücüne sahiptir. Yapılan araştırmalar, katılımcıların bu ifadelerini

destekler nitelik taşımaktadır. Nitekim kumar ile ilişkilendirilebilecek faaliyetlerde bulunan katılımcıların zevk ve eğlence temalı tecrübeleri bildirdikleri bilinmektedir (Lam, 2007).

Kumar yoluyla para kazanma olasılığı, güçlü bir pozitif pekiştirme etkisi oluşturmaktadır. Yüklü miktarda para kazanma şansı veya hızlı ve kolay bir şekilde gelir elde etme imkânı, kişilerin kumar oynama davranışları sergilemelerini teşvik etmektedir (Walker, 1992). Nitekim yapılan araştırmalar, maddi kazanç arzusunun, kumar davranışını tetikleyen önemli bir motivasyon kaynağı olduğunu ortaya koymaktadır (Ariyabuddhiphongs, 2011).

Kumar oynama davranışını etkileyenler faktörler arasında sosyal etkileşim de dikkate alınması gereken bir noktada durmaktadır. Kumar, birlikte geçirilen yoğun vaktin ve ortak bir bağlamın paylaşılmasının sonucunda bireylere sosyal etkileşim ve bağ kurma fırsatları sunmaktadır (McMillen, 1996). Tıpkı bu çalışmada katılımcıların sosyalleşmek ve sosyal etkileşimi artırmak amacıyla kumar oynama davranışı sergilemelerinin literatür ile de uyumlu olduğu görülmektedir. Zira başkalarıyla poker oynamak veya online kumar topluluklarına katılmak, kumarın sosyal yönlerinin pozitif pekiştireç olarak işlev görmesine katkıda bulunmaktadır (Hing vd., 2014).

Katılımcıların söylemlerinde kumar oynama davranışında pozitif pekiştireç olarak merak unsuru ön plana çıkmaktadır. Merak, ödüllendirici deneyimler ve sonuçlarla ilişkili olduğu için bir tür pozitif pekiştireç olarak değerlendirilebilmektedir. Bireylerde merak baskın bir durumda ise yeni bilgiler aramaya ve keşifsel davranışlarda bulunmaya motive olmaktadır (Gruber & Ranganath, 2019). Bilgi edinmeye ve belirsizliği azaltmaya yönelik bu içsel motivasyon, merakın arkasındaki itici güç olarak belirtilebilir (Daddaoua vd., 2016). Dolayısıyla merak, kumar davranışında bir pozitif pekiştireç olarak dikkat çekmektedir. Kumar kapsamında yeni oyunlar, stratejiler veya deneyimler keşfetme isteği, kişileri kumar aktivitelerine yönlendirmektedir (Griffiths, 1999).

Katılımcıların söylemlerinde dikkat çeken bir diğer nokta ise duygusal durumlarda hem pozitif hem de negatif pekiştireçlerin kumar oynama davranışının gelişmesinde ve sürdürülmesinde etkin rol almasıdır. Bireylerin duygu durumunu korumak veya olumsuz duygu durumunu hafifletmek için kumar oynama sıklığının ve süresinin arttığını ifade etmişlerdir. Araştırma sonuçlarına benzer olarak davranışsal bağımlılık türlerinden olan dijital oyun bağımlılığı üzerine araştırma yapan Lee ve arkadaşları (2014) çok oyunculu çevrimiçi oyuncularda aşırı kullanımda pozitif ve negatif pekiştireçlerin etkisini incelemiş, olumlu ve olumsuz pekiştireçlerin algılanan zevk, geri çekilme ve kaçınma açısından bireyin oyun oynama davranışı üzerinde etkili olduğunu bulmuşlardır. İnternet bağımlılığı üzerine yapılan bir çalışmada ise olumlu ve olumsuz pekiştireçlerin bireyin kontrol mekanizması üzerinde etkili olduğu bunun da bireyin internet kullanımının artmasına neden olduğunu saptanmıştır (Brand vd. 2014).

SONUÇ

Bu çalışmada, kumar oynama davranışını etkileyen negatif ve pozitif pekiştiricilerin betimsel bir analizi gerçekleştirilmiştir. Bulgular, kumarın başlangıcında genellikle pozitif pekiştiricilerin, kumarın devamında ise negatif pekiştiricilerin etkili olduğunu göstermektedir. Pozitif pekiştiriciler arasında heyecan, eğlence arayışı, para kazanma isteği, sosyal etkileşim ve merak ön plana çıkarken; negatif pekiştiriciler ise stres, anksiyete, depresyon, ekonomik sıkıntılar, borç tahsilatı stresi, can sıkıntısı ve yalnızlık gibi olumsuz duygusal durumların hafifletilmesi veya bu durumlardan kaçınma eğilimini içermektedir.

Bu çalışma, kumar oynama davranışının karmaşık doğasını ve bu davranışın pekiştirilmesinde çeşitli faktörlerin rolünü gözler önüne sermektedir. Pozitif pekiştiriciler, kumar oynama davranışının başlangıcında önemli bir itici bir etkiye sahipken, zamanla negatif pekiştiriciler devreye girmekte ve bu da kumar davranışını sürdürmeyi ve şiddetlendirmeyi etkilemektedir. Bu, bireylerin kumar oynama davranışında bulunmalarında pozitif ve negatif pekiştiricilerin aynı anda sürecin içerisinde yer alabileceğine dair önemli bir noktaya işaret etmektedir.

Kumar oynama davranışında negatif pekiştiriciler, bireylerin mevcut stres ve endişe gibi olumsuz duygusal durumlarından kaçınma veya hafifletme arzusunu içermektedir. Kumar oynama davranışı, bu duygusal durumları geçici olarak hafifletirken, uzun vadede genellikle bu duygusal sorunları daha da kötüleştirebilmekte ve içinden çıkılmaz bir hale getirebilmektedir. Bu ironik şekilde bir paradoksa neden olabilir. Bireyler, stresli olduklarında rahatlamak adına kumar oynayabilir, kayıplar yaşaması stresi tetikleyebilir, bu da yeniden kumar oynamaya kişiyi götürebilir.

Kumar oynama davranışında pozitif pekiştiriciler ise sürecin genelinde de görünür olmakla birlikte daha çok başlangıçta etkilidir ve kumar oynama davranışını başlatıcı bir faktör olarak pozitif pekiştiriciler niteliği taşıyan unsurlar gösterilmektedir. Zira hızlı, kolay ve yüklü miktarda para kazanma umudu, eğlence, heyecan ve sosyal etkileşim arayışı, kumar oyunlarına olan ilgiyi canlandırıcı bir etki yapabilmektedir.

Bu çalışmanın bulguları, kumar oynama davranışına karşı önleyici ve tedavi faaliyetleri açısından önem taşımaktadır. Özellikle, kumar oynama davranışının tedavisinde negatif pekiştiricilerin azaltılmasına odaklanmanın yanı sıra alternatif pozitif pekiştiriciler sunmanın, etkili bir tedavi yaklaşımı olabileceği düşünülmektedir. Örneğin, kumar oynama davranışı gösteren kişilere stres ve anksiyeteyi hafifletmek için farklı stratejiler öğretmek, kumar oynamadan bu duygusal durumlarla başa çıkmalarına yardımcı olacak beceriler kazandırmak önem taşıyabilir. Bununla birlikte, kumar oynama davranışı sergileyen kişilerin, zamanlarını ve enerjilerini sosyal etkileşim, hobi ve ilgi alanlarına yönlendirmelerine yardımcı olacak plan ve programlar geliştirmek, kumar oynamak için harcadıkları zamanı ve çabayı azaltmalarına yardımcı olacak bir etki yapabilir.

Kumarın başlangıçtaki cazibesini dikkate alarak, bu süreci tetikleyen pozitif pekiştiricileri doğru değerlendirerek, bu eğilimleri azaltabilecek veya bunlara dikkat çekebilecek eğitim ve farkındalık programlarının geliştirilebileceği düşünülmektedir. Ayrıca kumar oynama bağımlılığının gelişmesinde, erken teşhisinde ve önlenmesine yönelik ölçek geliştirilmesi; uluslararası literatürde geliştirilen ölçeklerin Türkçe'ye uyarlama çalışmalarının yürütülmesi önem arz etmektedir. Zira kumar davranışını etkileyen pekiştiricilerin anlaşılması, kumar oynama eğilimini ve bağımlılığını azaltmada ve etkili tedavi yöntemlerinin kullanılmasında önemli bir role sahiptir.

Araştırma içerisinde bazı sınırlılıkların varlığı da söz konusudur. Kumar oynayan kişilerin toplum içerisinde yeterince görünür olmaması büyük ölçekli çalışmaların yürütülmesini zorlaştırmaktadır. Ek olarak, kumar bağımlılığının diğer bağımlılık alanlarına göre literatürde daha az yer alması ve kumar oynama davranışına yönelik spesifik özelliklerin (duygulanımlar, kaçınma, başarı vb.) yeterince yer bulmaması araştırmanın tartışılması noktasında sınırlı bir alan çizmektedir. Bu nedenle çalışma, kumar davranışının nasıl pekiştirildiğine dair temel bir bakış sağlamaktadır ve bu alandaki gelecekteki araştırmalara temel teşkil edebileceği düşünülmektedir.

Gelecekteki araştırmalar, kumar davranışının pekiştirilmesine katkıda bulunan özel faktörleri daha ayrıntılı olarak inceleyebilir ve bu faktörlerin, bireylerin kumar oynama eğilimlerini nasıl etkilediğine dair daha derinlemesine anlayışlar sunabilir. Ayrıca, farklı demografik gruplar ve kültürler arasında kumar oynama pekiştiricilerinin nasıl değişebileceğine odaklanmanın da önemli olabileceği öngörülmektedir. Klinisyenlerin, kumar oynama davranışı ile çalışırken negatif pekiştiricilere olduğu kadar pozitif pekiştiricilere de odaklanmaları ve bu bağlamda pozitif pekiştiricilerle çalışmanın önemli unsurları üzerine araştırmalar tasarlanmasının kıymetli olduğu düşünülmektedir.

Yazar Katkı Oranı ve Çıkar Çatışması Beyanı: Yazarlar çalışmaya eşit katkı vermiştir ve yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKLAR

APA [American Psychiatric Association]. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.

Ariyabuddhiphongs, V. (2011). Lottery gambling: A review. *Journal of Gambling Studies*, 27 (1), 15-33. <https://doi.org/10.1007/s10899-010-9194-0>.

Binde, P. (2013). Why people gamble: A model with five motivational dimensions. *International Gambling Studies*, 13 (1), 81–97. <https://doi.org/10.1080/14459795.2012.712150>.

Black, D. W., Moyer, T. & Schlosser, S. (2003). Quality of life and family history in pathological gambling. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 191 (2), 124-126. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1097/00005053-200302000-00011>.

Blaszczynski, A. & Nower, L. (2002). A pathways model of problem and pathological gambling. *Addiction*, 97 (5), 487-499. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2002.00015.x>.

Brand, M., Young, K. S. & Laier, C. (2014). Prefrontal control and Internet addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8 (1), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00375>.

Bujarski, S., Jentsch, J., Roche, D., Ramchandani, V., Miotto, K. & Ray, L. (2018). Differences in the subjective and motivational properties of alcohol across alcohol use severity: Application of a novel translational human laboratory paradigm. *Neuropsychopharmacol*, 9 (43), 1891-1899. <https://doi.org/10.1038/s41386-018-0086-9>.

Calado, F., Alexandre, J. & Griffiths, M. D. (2017). Prevalence of adolescents problem gambling: A systematic review of recent research. *Journal of Gambling Studies*, 33 (2), 397-424. <https://doi.org/10.1007/s10899-016-9627-5>.

Cavion, L., Wong, C. & Zangeneh, M. (2008). Gambling: A sociological perspective. M. Zangeneh., A. Blaszczynski, N. E Turner (eds.), *In the pursuit of winning: Problem gambling theory, research and treatment* (s. 95-117). Boston, MA, USA: Springer.

Chawla, N. & Ostafin, B. (2007). Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: An empirical review. *Journal of Clinical Psychology*, 63 (9), 871-90. <https://doi.org/10.1002/jclp.20400>.

Coventry, K. R. & Norman, A. C. (1998). Arousal, erroneous verbalizations and the illusion of control during a computer-generated gambling task. *British Journal of Psychology*, 89 (4), 629-645. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.2044-8295.1998.tb02707.x>.

Daddaoua, N., Lopes, M. & Gottlieb, J. (2016). Intrinsically motivated oculomotor exploration guided by uncertainty reduction and conditioned reinforcement in non-human primates. *Scientific Reports*, 1 (6). <https://doi.org/10.1038/srep20202>.

Dowling, N., Smith, D. & Thomas, T. (2009). The family functioning of female pathological gamblers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8 (1), 107-121. <https://doi.org/10.1007/s11469-007-9126-0>.

Elmas, H. G., Cesur, G. & Oral, E. T. (2017). Alexithymia and pathological gambling: The mediating role of difficulties in emotion regulation. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28 (1), 1-7. <https://doi.org/10.5080/u13779>.

Engwall, D., Hunter, R & Steinberg, M. (2004). Gambling and other risk behaviors on university campuses. *Journal of American College Health*, 52 (6), 245–255. <https://doi.org/10.3200/jach.52.6.245-256>.

Fong, T. W. (2005). The biopsychosocial consequences of pathological gambling. *Psychiatry*, 2 (3), 22-30. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3004711>.

Geniş, B. & Aksu, H. (2020). İntihar girişimi ile acil servise başvuran kumar bağımlılığı olgusu. *Bağımlılık Dergisi*, 21 (1), 92-98. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/985976>.

Glimne, D. (2023). *Gambling*. Encyclopedia Britannica. <https://www.britannica.com/topic/gambling> (Erişim Tarihi:07.12.2023).

Griffiths, M. (1999). Gambling technologies: Prospects for problem gambling. *Journal of Gambling Studies*, 15 (3), 265-283. <https://doi.org/10.1023/a:1023053630588>.

Griffiths, M. D. (2006). A Case Study of Binge Problem Gambling. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4 (1), 369–376. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9035-7>.

Gruber, M. & Ranganath, C. (2019). How Curiosity Enhances Hippocampus-dependent Memory: the Prediction, Appraisal, Curiosity, And Exploration (Pace) Framework. *Trends in Cognitive Sciences*, 12 (23), 1014-1025. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2019.10.003>.

Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1998). Adolescent gambling behavior: A prevalence study and examination of the correlates associated with excessive gambling. *Journal of Gambling Studies*, 14 (4), 319-345. <https://doi.org/10.1023/a:1023068925328>.

Güler, A., Halıcıoğlu, M. B. & Taşgın, S. (2015). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma* (2. Baskı), Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Hayer, T. & Griffiths, M. D. (2015). Gambling. Gullotta T. P., Plant, R.W., Evans, M. A. (eds.), In *Handbook of adolescent behavioral problems, Evidence-based approaches to prevention and treatment* (s. 539-558), Boston, MA, USA: Springer.

Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35 (4), 639-665. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.006>

Hayes, S. C., Strosahl, K. D. & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process And Practice Of Mindful Change* (2st ed.). New York: Guilford Press.

Hayes, S. C., Wilson, K. W., Gifford, E. V., Follette, V. M. & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-006X.64.6.1152>.

Hing, N., Vitartas, P., & Lamont, M. (2014). Promotion of gambling and live betting odds during televised sport: Influences on gambling participation and problem gambling. *Journal of Behavioral Addictions*, 3 (3), 57-64. <http://dx.doi.org/10.13140/2.1.1643.8087>.

Hofmann, S. G. & Hay A. C. (2018). Rethinking avoidance: Toward a balanced approach to avoidance in treating anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 55 (1), 14-21. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.03.004>.

Johansson, A., Grant, J., Kim, S., Odlaug, B. & Gotestam K. (2009). Risk factors for problematic gambling: A critical literature review. *Journal of Gambling Studies*, 25 (1), 67-92. <https://doi.org/10.1007/s10899-008-9088-6>.

Jonsson, J., Abbott, M. W., Sjöberg, A. & Carlbring, P. (2017) Measuring Gambling Reinforcers, Over Consumption and Fallacies: The Psychometric Properties and Predictive Validity of the Jonsson-Abbott Scale. *Front. Psychol*, 8 (1), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01807>.

Karaaziz, M., Çakıcı, M. & Özbahadır, T. (2019). Kıbrıs ve Türkiye doğumlu kumar bağımlıları ile kumar oynama nedenlerinin karşılaştırılması. *Anatolian Journal of Pschiatry*, 20 (1), 72-75. <http://doi.org/10.5455/apd.302644863>.

Kingston, J., Clarke, S. & Remington, B. (2010). Experiential avoidance and problem behavior: A mediational analysis. *Behavior Modification*, 34 (2), 145-163. <https://doi.org/10.1177/0145445510362575>.

Laier, C., Pawlikowski, M., Pekal, J., Schulte, F. & Brand, M. (2013). Cybersex addiction: Experienced sexual arousal when watching pornography and not real-life sexual contacts makes the difference. *Journal of Behavioral Addictions*, 2 (2), 100-107. <https://doi.org/10.1556/jba.2.2013.002>.

Lam, D. (2007). An exploratory study of gambling motivations and their impact on the purchase frequencies of various gambling products. *Psychology & Marketing*, 24 (9), 815-827. <http://dx.doi.org/10.1002/mar.20185>.

Ledgerwood, D. M., & Petry, N. M. (2006). What do we know about relapse in pathological gambling? *Clinical Psychology Review*, 26 (2), 216-228. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.11.008>.

Lee, Z. W. Y., Cheung, C. M. K. & Chan, T. H. K. (2014). Explaining the Development of the Excessive Use of Massively Multiplayer Online Games: A Positive-Negative Reinforcement Perspective. *Hawaii International Conference on System Sciences*, 47 (1), 668-677. <https://doi.org/10.1109/HICSS.2014.89>.

Martin, R., Usdan, S., Cremeens, J. & Vail-Smith, K. (2014). Disordered gambling and co-morbidity of psychiatric disorders among college students: An examination of problem drinking, anxiety and Depression. *Journal of Gambling Studies*, 30 (2), 321–333. <https://doi.org/10.1007/s10899-013-9367-8>.

McCormack, A. & Griffiths, M. D. (2011). What differentiates professional poker players from recreational poker players? A qualitative interview study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11 (3), 243-257. <http://dx.doi.org/10.1007/s11469-011-9312-y>.

McMillen, J. (1996). *Understanding gambling: History, concepts and theories*. Allcock, C. (Ed.), Casino gaming and the community (s. 5-39). Brisbane, Australia: National Association for Gambling Studies. <https://doi.org/10.4324/9780203993507>.

Meyer, G., Hayer, T. & Griffiths, M. (Eds.). (2009). *Problem gambling in Europe: Challenges, prevention, and interventions*. New York, NY, USA: Springer Science & Business Media.

Morasco, B. J., Pietrzak, R. H., Blanco, C., Grant, B. F., Hasin, D. & Petry, N. M. (2006). Health problems and medical utilization associated with gambling disorders: results from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *Psychosomatic Medicine*, 68 (6), 976-984. <https://doi.org/10.1097/01.psy.0000238466.76172.cd>.

Moreira, D., Azeredo, A. & Dias, P. (2023). Risk Factors for Gambling Disorder: A Systematic Review. *Journal Of Gambling Studies*, 39 (2), 483-511. <https://doi.org/10.1007/s10899-023-10195-1>.

Neophytou, K., Theodorou, M., Artemi, T. F., Theodorou, C. & Panayiotou, G. (2023). Gambling to escape: A systematic review of the relationship between avoidant emotion regulation/coping strategies and gambling severity. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 27 (1), 126-142. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.01.004>.

Nower, L., & Blaszczynski, A. (2006). Impulsivity and pathological gambling: a descriptive model. *International Gambling Studies*, 6 (1), 61-75. <https://doi.org/10.1080/14459790600644192>.

Oei, T. P. S., & Gordon, L. M. (2008). Psychosocial factors related to gambling abstinence and relapse in members of Gamblers Anonymous. *Journal of*

Gambling Studies, 24 (1), 91–105. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10899-007-9071-7>.

Öztürk, M., Ögel, K., Evren, C. & Bilici, R. (Ed.). (2021). *Bağımlılık: Tanı, Tedavi, Önleme*. İstanbul: Yeşilay Yayınları.

Riley, B. (2014). Experiential avoidance mediates the association between thought suppression and mindfulness with problem gambling. *Journal of Gambling Studies*, 30 (1), 163-171. <https://doi.org/10.1007/s10899-012-9342-9>.

Sinha, R., Fuse, T., Aubin, L. & O'Malley, S. (2000). Psychological Stress, Drug-related Cues and Cocaine Craving. *Psychopharmacology*, 2 (152), 140-148. <https://doi.org/10.1007/s002130000499>.

Strosahl, K., Robinson, P. A. & Gustavsson, T. (2017). *Radikal değişimler için kısa müdahaleler*. Altındal, Y. S. (çev.). İstanbul: Litera Yayınları.

Sztainert, T., Wohl, M., McManus, J. & Stead, J. (2013). On Being Attracted To the Possibility Of A Win: Reward Sensitivity (Via Gambling Motives) Undermines Treatment Seeking Among Pathological Gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 4 (30), 901-911. <https://doi.org/10.1007/s10899-013-9394-5>.

Thomas, A. C. & Moore, S. M. (2003). The interactive effects of avoidance coping and dysphoric mood on problem gambling for female and male gamblers. *Electronic Journal of Gambling Issues*, 8 (1), 10-22. <http://dx.doi.org/10.4309/jgi.2003.8.16>.

Turner, D. W. (2010). Qualitative interview design: A practical guide for novice investigators. *The Qualitative Report*, 15 (1), 754-760. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2010.1178>.

Vitaro, F., Brendgen, M., Ladouceur, R. & Tremblay, R. (2001). Gambling, delinquency, and drug use during adolescence: Mutual influences and common risk factors. *Journal of Gambling Studies*, 17 (3), 171–190. <https://doi.org/10.1023/A:1012201221601>.

Vögele, C. (2015). Behavioral medicine. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 1 (1), 463-469.

Walker, M. B. (1992). *The psychology of gambling*. Pergamon Press.

Weatherly, J., Aoyama, K., Terrell, H. & Berry, J. (2014). Comparing the Japanese version of the gambling functional assessment -Revised to an american sample. *Journal of Gambling Issues*, 29 (29), 1-20. <http://dx.doi.org/10.4309/jgi.2014.29.4>.

Weatherly, J., Miller, J. & Terrell, H. (2011). Testing the construct validity of the gambling functional assessment–revised. *Behavior Modification*, 6 (35), 553-569. <https://doi.org/10.1177/0145445511416635>.

WHO [World Health Organization]. (2023). *Gambling disorder*. International Classification of Diseases-11. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%253a%252f%252fid.who.int%252fid%252fentity%252f1041487064> (Erişim Tarihi: 07.12.2023).

Wiebe, J., Single, E. & Falkowski-Ham, A. (2003). *Exploring the evolution of problem gambling: A one year follow-up study*. Ontario: Responsible Gambling Council.

Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.

Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (12. Baskı), Ankara: Seçkin Yayınları.