

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TURİZM ANABİLİM DALI
TURİZM İŞLETMECİLİĞİ PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**MOTOSİKLET VE KARAVAN İLE SEYAHAT EDENLERDE
BELİRSİZLİĞİN, DUYGUSAL İŞTAH VE DENEYİME ETKİSİ**

Esra ERDOĞAN

Danışman
Prof. Dr. Özkan TÜTÜNCÜ

İZMİR – 2022

TEZ ONAY SAYFASI



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Motosiklet ve Karavan ile Seyahat Edenlerde Belirsizliğin, Duygusal İştah ve Deneyime Etkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

28/11/2022

Esra ERDOĞAN

İmza

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

Motosiklet ve Karavan ile Seyahat Edenlerde Belirsizliğin, Duygusal İştah ve Deneyime Etkisi

Esra ERDOĞAN

Dokuz Eylül Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı

Turizm İşletmeciliği Programı

Bu çalışmada rekreatif amaçlarla motosiklet ve karavan kullanan bireylerin profil özellikleri çerçevesinde; belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu ve olumsuz duygusal iştah ve pozitif ve negatif duygu durumları arasındaki ilişki incelenmektedir. Çalışmada öncelikle alanyazın taraması yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan 461 motosiklet ve karavan kullanıcısı oluşturmaktadır. Bireylere kendi istekleri doğrultusunda cevaplamak üzere çevrimiçi bir anket linki yollanmış ve gönüllülük esasında anket ile veri toplanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğinin belirlenmesi amacıyla ölçeğe açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğe uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre; Kaiser-Meyer-Olkin örneklem yeterlilik ölçütü ve Barlett testi ölçeğin faktör analizine uygunluğunun ölçülmesi amacıyla uygulanmıştır. Veri seti üzerinden ölçeklerin iç tutarlılık anlamındaki güvenilirlikleri Cronbach Alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Elde edilen değerler; ölçeğin güvenilirlik ve geçerlik düzeylerinin olumlu olduğunu göstermiştir. Betimsel ve korelasyonel türde gerçekleşen bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, katılımcıların tümünün belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah, olumsuz duygusal iştah, negatif duygu ve pozitif duygu ölçeklerinden almış oldukları puanlar, orta düzeyde olmakla birlikte, motosikletçilerin ölçek puanlarının karavancılara kıyasla daha yüksek olduğu ancak iki grup arasındaki bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı

olmadığı görülmüştür. Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah, olumsuz duygusal iştah, negatif duygu ve pozitif duygu ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki ilişkilere bakıldığında, katılımcıların tümü üzerinden belirsizliğe tahammülsüzlük ile olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah puanlarının düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu, fakat bu iki değişken arasındaki ilişki motosikletçiler ve karavancılarda ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel düzeyde anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Genel olarak ölçek puanlarının cinsiyete, taşıt kullanımına, eğitim düzeyine ve yaşa göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılıklara bakıldığında, motosiklet kullanan kişilerin olumlu duygusal iştahlarının karavan kullanan kişilerden daha yüksek olduğu, evli bireylerin belirsizlik düzeyi ve olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının bekâr bireylerden daha yüksek olduğu, ön lisans mezunlarının olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının lisans ve lisansüstü mezunu olan kişilerden daha yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin ve duygusal iştahın pozitif duygu ve negatif duygu düzeylerine etkisinin belirlenmesi amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi sonuçlarına göre; karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri pozitif duygularını negatif yönde etkilerken, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duygularını etkilemediği saptanmıştır. Karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arttıkça pozitif duyguları azalmaktadır. Karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arttıkça pozitif duyguları azalmıştır. Çalışmada motosiklet kullananlarda belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahları, negatif duyguları ve pozitif duyguları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bunlar motosiklet kullanıcılarının belirsizliğe verdiği duygusal tepkilerin karavancılara göre daha az olduğunu, fakat belirsizlik karşısında her iki grubun da duygusal iştah değişkeninde etkilenmediğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Motosiklet, Karavan, Belirsizlik, Duygusal İştah, Deneyim

ABSTRACT

Master's Thesis

The Effect of Uncertainty on Emotional Appetite and Experience in Motorcycles and Caravans

Esra ERDOĞAN

Dokuz Eylül University

Graduate School of Social Sciences

Department of Tourism Management

Tourism Management Program

In this study, within the framework of the profile characteristics of individuals using motorcycles and caravans for recreational purposes; The relationship between intolerance to uncertainty, positive and negative emotional appetite, and positive and negative emotional states is examined. In the study, first of all, a literature review was conducted. The population of the research consists of 461 motorcycle and caravan users living in Turkey. An online survey link was sent to individuals to answer according to their wishes, and data was collected by survey on a voluntary basis. In order to determine the validity and reliability of the scale used in the research, explanatory factor analysis was performed on the scale. According to the results of the explanatory factor analysis applied to the scale used in the research; Kaiser-Meyer-Olkin sample adequacy criterion and Barlett test were applied to measure the scale's suitability for factor analysis. The reliability of the scales in terms of internal consistency over the data set was calculated with the Cronbach Alpha coefficient. Obtained values; showed that the reliability and validity levels of the scale were positive. According to the findings of this descriptive and correlational study, the scores of all the participants on the intolerance of uncertainty, positive emotional appetite, negative emotional appetite, negative emotion and positive emotion scales were moderate, although the scale scores of motorcyclists were higher than those of caravan users. This difference between the groups was not found to be

statistically significant. When the relationships between the scores obtained from the intolerance of uncertainty, positive emotional appetite, negative emotional appetite, negative emotion and positive emotion scales are examined, it is seen that intolerance to uncertainty and positive emotional appetite and negative emotional appetite scores have a low level of significant relationship over all of the participants. When the relationship was examined separately in motorcyclists and caravan users, it was seen that there was no statistically significant relationship. In general, it was observed that the scale scores did not show a statistically significant difference according to gender, vehicle use, education level and age. Considering the significant differences, it was concluded that the positive emotional appetites of the people who use motorcycles are higher than those who use caravan, the level of uncertainty and positive emotional appetite approaches of married individuals are higher than those of single individuals, and the positive emotional appetite approaches of associate degree graduates are higher than those with undergraduate and graduate degrees.

In the study, multiple linear regression analysis was performed to determine the level of intolerance to uncertainty and the effect of emotional appetite on levels of positive and negative emotions. According to the results of the regression analysis; It was determined that while the level of intolerance to uncertainty of the caravan users affected their positive emotions negatively, their positive emotional appetite and negative emotional appetite did not affect their positive emotions. As the level of intolerance of uncertainty increases, the positive feelings of the caravan users decrease. As the level of intolerance of uncertainty increased, the positive emotions of the caravan users decreased. In the study, no significant relationship was found between the levels of intolerance to uncertainty, positive emotional appetites and negative emotional appetites, negative emotions and positive emotions in motorcycle riders. These reveal that the emotional reactions of motorcyclists to uncertainty are less than those of caravan users, but in the face of uncertainty, both groups are not affected by the emotional appetite variable.

Keywords: Motorcycle. Caravan, Uncertainty, Emotional Appetite, Experience

MOTOSİKLET VE KARAVAN İLE SEYAHAT EDENLERDE BELİRSİZLİĞİN, DUYGUSAL İŞTAH VE DENEYİME ETKİSİ

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	ii
YEMİN METNİ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
KISALTMALAR	xii
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
EKLER LİSTESİ	xv
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

BOŞ ZAMAN VE REKREATİF FAALİYET OLARAK MOTOSİKLET VE KARAVAN İLE SEYAHAT ETME

1.1.	BOŞ ZAMAN VE REKREASYON	5
1.1.1.	Boş Zaman	5
1.1.2.	Rekreasyon	7
1.1.3.	Boş Zaman ve Rekreasyonun Turizm ile ilişkisi	9
1.2.	MOTOSİKLET İLE SEYAHAT ETME	11
1.2.1.	Bireylerin Motosiklet Tercih Etme Nedenleri	11
1.2.2.	Motosiklet Kullanıcılarının Seyahate Bakış Açısı ve Rota Belirleme Kriterleri	15
1.3.	KARAVAN İLE SEYAHAT ETME	16
1.3.1.	Bireylerin Karavan Tercih Etme Nedenleri	16
1.3.2.	Karavan Kullanıcılarının Seyahat ve Konaklamaya Bakış Açısı	18

İKİNCİ BÖLÜM

BELİRSİZLİK, DUYGUSAL İŞTAH VE DENEYİM

2.1.	BELİRSİZLİK	20
2.1.1.	Belirsizlik Kavramı	20
2.1.2.	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	21
2.1.3.	Belirsizlik Çeşitleri	23
2.2.	DUYGUSAL İŞTAH	24
2.2.1.	İştah ve Yeme Davranışı	24
2.2.2.	Duygusal İştah, Duygusal Yeme ve Aşırı Yeme	26
2.2.3.	Duygusal Yeme Davranışları	28
2.2.4.	Duygusal Yeme Davranışını Açıklayan Kuramlar	30
2.2.5.	Yeme Bozuklukları	31
2.2.6.	Yeme Bozukluklarının Sınıflandırılması	32
2.2.6.1.	Anoreksiya Nervosa	33
2.2.6.2.	Bulimiya Nervosa	33
2.2.6.3.	Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu	35
2.2.6.4.	Pika	37
2.2.6.5.	Geri Çıkarma (Geviş Getirme) Bozukluğu	38
2.2.6.6.	Kaçıngan/Kısıtlayıcı Besin Alım Bozukluğu	38
2.2.6.7.	Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu	39
2.2.6.8.	Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozuklukları	40
2.3.	DENEYİM	41
2.3.1.	Deneyim Kavramı ve Temelleri	41
2.3.2.	Deneyim Kavramının Satın Almadaki Önemi ve Turizmdeki Yeri	43
2.3.3.	Deneyimin Boyutları	49
2.3.4.	Mutluluk ve İyi Oluş	51
2.3.5.	Pozitif Duygu, Negatif Duygu ve Yaşam Doyumu	54

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1.	ARAŞTIRMANIN AMACI VE ŞEKLİ	57
3.2.	ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	57
3.3.	ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ	58
3.4.	VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	58
3.5.	ANKET FORMU	59
3.5.1.	Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği Kısa Formu - BTÖ-12 (Intolerance Of Uncertainty - IUS-12)	59
3.5.2.	Duygusal İştah Ölçeği – DİA (Emotional Appetite Questionnaire - EMAQ)	59
3.5.3.	Pozitif ve Negatif Deneyim Ölçeği (Positive and Negative Affect Schedule - PANAS)	60
3.5.4.	Demografik Bilgi Formu	61
3.6.	HİPOTEZLER	61
3.7.	VERİLERİN TOPLANMASI	66
3.8.	VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	66
3.9.	ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	67

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1.	BETİMLEYİCİ İSTATİSTİKLER	68
4.2.	AÇIKLAYICI FAKTÖR ANALİZİ (AFA)	69
4.3.	ÖLÇEK GÜVENİLİRLİĞİ	72
4.4.	NORMALLİK SINAMASI	72
4.5.	BELİRSİZLİK, POZİTİF DUYGU, NEGATİF DUYGU, OLUMLU DUYGUSAL İŞTAH VE OLUMSUZ DUYGUSAL İŞTAHIN SOSYO- DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERE GÖRE FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ	74
4.6.	KORELASYON ANALİZİ	80

4.7. REGRESYON ANALİZİ	81
4.7.1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Duygusal İştahın Pozitif ve Negatif Duyguya Etkisinin İncelenmesi	81
TARTIŞMA	86
SONUÇ	101
KAYNAKÇA	106
EKLER	



KISALTMALAR

AFA: Açımlayıcı Faktör Analizi

AFRID: Kaçınan/Kısıtlayıcı Besin Alım Bozukluğu

AN: Anoreksiya Nervosa

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

BED: Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu

BN: Bulimiya Nervosa

BTÖ-12: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği Kısa Formu

DFA: Doğrulamalı Faktör Analizi

DİA: Duygusal İştah Ölçeği

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü

EMAQ: Duygusal İştah Ölçeği

ICD: Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması

IUS: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

ND: Negatif Duygu

OSFED: Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu

ÖİÖ: Öznel İyi Oluş

PANAS: Pozitif ve Negatif Deneyim Ölçeği

PD: Pozitif Duygu

PİÖ: Psikolojik İyi Oluş

PNDÖ: Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği

PSWQ: Penn State Endişe Ölçeği

RRS: Ruminatif Tepkiler Ölçeği

TDBYB: Tanımlanmış Diğer Beslenme veya Yeme Bozukluğu

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

UFED: Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozuklukları

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Reeder ve Brown'a (2005: 1) Göre Rekreatyon ile İlgili Kalkınmanın Potansiyel Avantajları ve Dezavantajları	s. 10
Tablo 2: Ekonomik Farklılıklar	s. 45
Tablo 3: Çalışma Grubuna İlişkin Betimsel İstatistikler (N=461)	s. 68
Tablo 4: Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	s. 69
Tablo 5: Ölçeğe İlişkin Cronbach's Alpha Güvenilirlik İndeks Değerleri	s. 72
Tablo 6: Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	s. 73
Tablo 7: Shapiro-Wilk Normallik Testi	s. 73
Tablo 8: Ölçek Puan Ortalamalarının T Testi Sonuçları	s. 75
Tablo 9: Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları	s. 76
Tablo 10: Medeni Duruma Göre T Testi Sonuçları	s. 77
Tablo 11: Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	s. 78
Tablo 12: Katılımcıların Yaşlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları	s. 79
Tablo 13: Pearson Korelasyon Analizi	s. 80
Tablo 14: Araştırma Modelleri	s. 81
Tablo 15: Artık Değer İstatistikleri (Model 6)	s. 84
Tablo 16: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları (Model 6)	s. 84

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Boş Zaman Uğraşlarının 1960’larda Ortaya Çıkış Şekillerine Göre Sınıflanması	s. 7
Şekil 2: Gunter’e (1987) Göre Rekreasyon Deneyimlerinin Özellikleri	s. 9
Şekil 3: Belirsizliğe Tahammülsüzlük (Intolerance of Uncertainty Scale - IUS) ve Depresyon Arasındaki Aracılar Olarak Ruminasyon (Rumantive Response Scale-RRS) ve Endişe (Penn State Worry Questionnaire - PSWQ)	s. 23
Şekil 4: Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu Tanımlanma Tarihçesi	s. 40
Şekil 5: Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	s. 42
Şekil 6: Bir Organizasyonun Ne Kadar Müşteri Odaklı Olduğunu Gösteren Dokuz Oryantasyon Alanı	s. 44
Şekil 7: Ekonomik Değerin Artırılması	s. 46
Şekil 8: O’Sullivan ve Spangler’a Göre Deneyimin Bileşenleri	s. 49
Şekil 9: Pine ve Gilmore’a Göre Deneyim Boyutları	s. 51
Şekil 10: Diener ve Fujita’ya (1995) Göre Öznel İyi Oluş Puanlaması	s. 54
Şekil 11: Artık Değerlerin Dağılımı (Model 6)	s. 83

EKLER LİSTESİ

Ek 1: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 1	ek s. 1
Ek 2: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 2	ek s. 2
Ek 3: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 3	ek s. 3
Ek 4: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 4	ek s. 4



GİRİŞ

Öncelikle 31 Aralık 2019'da, Çin'in Vuhan şehrinde, yüksek ateş ve nefes darlığı şeklinde ortaya çıkan ve ölümcül olan Covid-19 virüsünün yayılmaya başlaması ile birlikte, Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel bir sağlık acil durumu bildirilmiştir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2020: 4). Tüm dünyayı saran Covid-19 virüsünün kitleleri etkisi altına alması ve hayat tarzlarının her gün bir yeni varyasyon ile yeni baştan şekillenmesi üzerine değişen alışkanlıklar ve yaşam tarzları, bireyleri farklılıklara itmiş ve yalnızlaştırmıştır. Türkiye'deki başlangıç tarihi Mart 2020 olan Covid-19 salgınında, günümüz itibariyle Sağlık Bakanlığı verilerine göre, ülke olarak on beş milyonun üzerinde vaka görülmüş ve yüz bine yakın kayıp yaşanmıştır (T.C. Sağlık Bakanlığı Covid-19 Bilgilendirme Platformu, 2022).

Covid-19 pandemisi yaşanan günlerde bireylerin hayatında oldukça fazla sayıda belirsizlik durumları ortaya çıkmakta ve bu durumlar tehditkâr olarak algılanmakta, öyle ki kişide olumsuz tepkilere sebep olarak kaygı düzeyinde artışa neden olmaktadır (Kasapoğlu, 2020: 608). Çoğunlukla turizm bilim alanından araştırmacının ilgi gösterdiği bir alan olan rekreasyon içerikli çalışmalar son on yılda artış göstermekteyken, Covid-19 pandemisindeki vaka sayısı ve kısıtlamalar sebebiyle 2020'de yapılan araştırmaların bu artışa yetişemediği gözlemlenmektedir (Güneş ve diğerleri, 2021: 17). Bu araştırmada da ülkemizde rekreatif bir etkinlik olan motosiklet ve karavan kullanımında, bireylerin Covid-19 pandemi günlerindeki bu belirsizlik durumlarındaki davranış biçimleri ele alınmak istenmiştir. Bu sebeple 461 katılımcı ile yapılan çevrimiçi anketlerden elde edilen veriler derlenmiş ve analize hazır hale getirilmiştir.

Salgın ve afet dönemlerinde insanların tatil anlayışı normal zamanlara göre değişiklik göstermektedir. Tüketiciler aldıkları seyahat kararlarında iktisadi ve sosyal tercihleri öncelikli tutarak rasyonel seçimler yapmaktayken, salgın zamanlarında tatil ve destinasyon kararı verirken, çeşitli değişimler yaşamakta, zaman ve gelir durumlarıyla sınırlı alternatif seçeneklere yönelmekte fakat bu süreçlerde psikolojik seçimler ağır bastığından bireyler, korku, endişe, travma ve panik durumunu fazlasıyla yaşamaktadırlar (Gün ve Tutcu, 2021: 532). İnsan, hangi karmaşık durumun içinde olursa olsun, çözüm için değişik alternatifler üretip, uyum sağladığı yenilikler

oluşturacak kabiliyettedir. Turizm de insanların normale uyarlanması gibi yeni çareler oluşturabildiğinden, misafirleri ağırlamak için daima farklılaştığından, sosyolojik ve teknolojik temellerini yeniliklere uyarlayan bir yapıda davrandığından; pandemi sürecinde evrilerek, tatilin mutlaka hayatında olması gerektiğini düşünen bireyler ile uyum halindedir (Alaeddinoğlu ve Roİ, 2020: 236).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) üzerinden erişim sağlanan veriler incelendiğinde, Türkiye’de Covid-19 pandemi sürecinde turizm hareketleri sekteye uğramış ve Türkiye’ye yurt dışından misafir olan turist sayısı ile turizm gelirleri 2020 yılında ciddi bir düşüş göstermiştir (Gün ve Tutcu, 2021: 541). Topluluklardan izole olma arzusu ve kendi kendine yetebilme becerileri ile baş başa kalan bireylerin, hem günlük yaşam hem de seyahat planlarında yapmak zorunda kaldıkları değişiklikler olmuştur. Bu değişikliklerle birlikte seyahatlerde toplu taşıma kullanım oranları azalmış ve insanlar bireysel seyahat edebilecekleri motosiklet, otomobil ve karavan gibi vasıtalarla yönelmek durumunda kalmışlardır.

Sağlık kökenli krizlerde, turizme bağımlı ülke ve destinasyonlar riskli bulunmakta ve bu nedenle önemli sosyo-ekonomik etkiler yaşanmaktadır (Atay, 2020: 169). Seyahate yönelme motivasyonunun en önemli etkeni olan ‘kendini güvende hissetme’ isteği, turistin seyahat davranışlarını ulusal, şehirlerarası ve kent içi hareketlerde sınırlamakta ve hatta seyahatlerin tamamen yasaklanmasına kadar uzanan önlemlerin alınmasını zorunlu kılmaktadır (Alaeddinoğlu ve Roİ, 2020: 237). Sağlık ile ilgili sosyal mesafe, güven ve hijyen hassasiyetinin arttığı düşünüldüğünde (İbiş, 2020: 97), seyahat sırasında yapılacak harcamalar artırmış, aşırı rağbet gören ve az sayıda misafire ev sahipliği yapan butik konaklama işletmeleri, bu rağbetten kaynaklı fiyat artırımına gitmişlerdir. Bu ve benzeri sebeplerden dolayı hem izolasyon amaçlı hem de doğal ortam ile iç içe olmak isteyen mobil ev sahiplerinin sayısı, gün geçtikçe artmış ve insanlar şehirlerden uzaklaşma eğilimine girmişlerdir. Akademik bir çalışmada, katılımcıların çoğu pandemi sürecinde, konaklama işletmelerinde rekabet için fiyat indirimleri yapılması gerektiği görüşünü savunmakta, insanların salgın zamanlarında ekonomik sıkıntı içine girdiklerini öne sürerek uygun fiyatlı tatillerin satışlarının daha mümkün olabileceği fikrini korumaktadırlar (Türker ve Ertürk, 2020: 98).

Kalabalık iş ortamlarının olduğu şirketler, çalışanlarını hem iş düzeninin sağlanması hem de salgından kaçınmak adına, evden çalışmaya yönlendirmiş ve iş yerinde bulunma saatlerine kısıtlama getirmiştir. Evden çalışmak zorunda kalan insanlar, hem yalıtım ve tatil ortamı sağlayan doğal ortamlarda bulunma, hem işine odaklanma, hem de kendisine ve ailesine vakit ayırma amacıyla çözümü karavanda yaşamakta bulmuşlardır. Aynı zamanda özellikle hafta sonlarında uygulamaya konan sokağa çıkma yasakları ile karşı karşıya kalan insanlar, şehirlerin yoğunluğundan uzaklaşarak, kamp ve karavan alanlarını tercih etmişlerdir. Diğer yandan, enfekte olmuş bireylerin kendilerini karantinaya almak için karavan kullandıkları da görülmektedir.

Covid-19 pandemi koşullarında trafiğe çıkıldığında, seyahatlerde ve şehir içi ulaşımlarda sosyal izolasyonun maksimuma ulaştığı motosiklet kullanımında artış olduğu gözlemlenmektedir. Bir veya iki kişilik seyahati mümkün kılan motosikletler, birbirini tanımayan insanların yan yana olma zorunluluğunu ortadan kaldırmış, izolasyon açısından özellikle tercih edilmiş, işe/okula giderken toplu taşımaya yeğlenmiştir ve diğer kullanım avantajları dolayısıyla da her alanda kullanılmıştır. Kısıtlamaların olması ve yeme-içme işletmelerinin müşteriye kapatılması sebebiyle özellikle evlere servis yapan işyerlerinin çalıştırdıkları motorlu kuryelerin sayısı, Covid-19 pandemi döneminde artış göstermiştir. Pandemi döneminde bireysel ihtiyaçlara daha çok cevap veren işletmelerde çalışan ve moto kurye olarak adlandırılan motosiklet sürücülerinin sayıları, hızlı servis alanında günden güne artmaktadır.

Covid-19 pandemisi bireyleri günlük hayatta birçok alanda etkilerken aynı zamanda yemek yeme davranışları ile iştah durumunu da etkilemiş ve alışkanlıklarda değişikliklere neden olmuştur. Yiyecek-içecek işletmelerinin halka kapatılmasıyla birlikte evde/iş yerinde yemek yemeye yönelim mecburi şekilde artış göstermiştir. Genelde dışarıdan sipariş verenlerin evde yemek yapmaya başlamış veya buna karşılık sürekli evde yemek yapmaktan sıkılan veya yeterli beceri ve teçhizata sahip olmayan tüketicilerin dışarıdan sipariş verme sıklığı artmıştır. Bunlara bağlı olarak bireylerin bütçesi ve vücut ağırlıkları değişmeye başlamış aynı zamanda sağlıklı beslenme şekli ve duygusal tatmin dönüşüme uğramıştır. Sokağa çıkma kısıtlamalarının sık sık tekrarlanması da insanları kıtlık ihtimaline karşı yemek stoğu oluşturmaya

yöneltmiştir. Covid-19 pandemisi sırasında olumlu-olumsuz yemek yeme durumlarının belirlenmesi bu araştırmaya konu olmuştur.

Bu araştırma Covid-19 pandemisinin yol açtığı belirsizlik durumlarında motosiklet ve karavan kullanıcılarının duygusal iştah ve pozitif-negatif deneyimlerini ölçmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın birinci bölümünde boş zaman ve rekreasyon ile, motosiklet ve karavan ile seyahat etme üzerine kapsamlı alanyazın incelemesi yapılmıştır. İkinci bölümde belirsizlik, belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal iştah, duygusal yeme davranışları, yeme bozuklukları ve deneyim kavramları açıklanmıştır. Çalışmanın üçüncü bölümünde araştırmanın amacı ve şekli, araştırmanın yapıldığı yer ve zamanı, çalışma grubu, veri toplama araçları, anket/ölçek formu, araştırmanın hipotezleri/araştırma soruları, verilerin toplanması ve değerlendirilmesi, araştırmanın sınırlılıkları ve etik yönü açıklanmıştır. Dördüncü bölümde bulgular sunulmuştur. Son olarak elde edilen bulgular, kuramsal çerçeveden hareketle, tartışma ve sonuç bölümünde değerlendirilmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

BOŞ ZAMAN VE REKREATİF FAALİYET OLARAK MOTOSİKLET VE KARAVAN İLE SEYAHAT ETME

1.1. BOŞ ZAMAN VE REKREASYON

1.1.1. Boş Zaman

Zaman kavramı, birçok farklı kişi tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır. Türk Dil Kurumu'nun kayıtlarında ise zaman; “Bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit” şeklinde tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2022). Bir başka tanımda ise, “alıp satma imkânımız olmayan, başkalarıyla bölüşemeyeceğimiz veya ellerinden alamayacağımız, daha fazlasına ya da azına sahip olamayacağımız kaynak” şeklinde açıklanan olguya zaman denilmektedir (Harvard Business School Publishing Corporation, 2006). Gürbüz ve Aydın'a (2012) göre, zaman, hadiselerin geçmişten günümüze nasıl geldiyse, ileride de aynı şekilde birbirini izleyen aralıksız bir devamlılık olup, hareketi mânâlandıran temel unsurdur. Zaman, tabiatla var olan, duyu organlarımızla algılayabildiğimiz ve ölçülebilir bir kavram olmasının dışında, dünyadaki tüm cisimlerin hareketleri esnasında, birbirlerine göre konumlarını değiştirmeleri için geçen süre olarak da tanımlanabilir (Gürbüz ve Aydın, 2012: 4). Karaküçük'e (2001: 8) göre ise zaman; ödünç alınamayan, tasarruf edilemeyen, satın alınamayan, çoğaltılamayan, kiralanamayan, depolanamayan, kullanılıp biten bir kavram olarak ele alınmaktadır ve birey kendini ne kadar fazla tanırsa ve ne kadar eğitilmiş olursa, zamanı o denli faal ve randımanlı kullanmaktadır.

Zamanın değerinin bilinmemesi, kişilerde stres yaratabilmektedir (Karaküçük, 2001: 8). Zaman kavramının herkes için aynı süreyi kapsamamasının yanında, zamanı harcama şekilleri de benzerlik göstermektedir. İnsanlar günlük hayatlarında zamanı en verimli şekilde kullanmak için, çalışarak geçirilen zaman; yeme-içme, uyuma, kişisel temizlik vb. yaşamsal ihtiyaçlar için ayrılan zaman; bir de eğlenme-dinlenme için geçirilen boş zaman olarak günün üçe bölündüğünü varsayarak yaşamaktadırlar.

Yunanca ‘scholē/skol’ sözcüğü ile ifade edilen ‘leisure’ yani boş zaman sözcüğü, bireyin iş ile ilintili yapacak bir şeyi olmayıp özgür olmasını ifade etmektedir

ve eski Yunan filozoflar iş mesuliyetinden kurtulup özgür olmanın bilgelik için gereklilik olduğu görüşü ile bedensel çalışma ile zihinsel asaletin bir arada bulunamayacağı fikrini savunmuşlardır (Aslan, 2005: 18). Antik çağda rastlandığı üzere ve hatta yirminci yüzyılda dahi boş zaman, fiziksel emeğin veya işgücünün karşısı olarak görülmüştür. Edginton ve diğerlerine (2018) göre, diğer durumlarda, boş zaman mevsimlerin hareketine ve dolayısıyla ekim ve hasat dönemlerinin kutlanmasına bağlanmıştır. Günümüzde ise boş zaman, çeşitli sonuçlara, amaçlara ve değerlere bağlıdır.

Bireyler sosyal, kültürel, bedensel ve bilişsel gelişimlerine katkı sağlayabilmek için boş zamanlarını değerlendirebilmektedir. Boş zaman, bireylere kendileriyle, diğer insanlarla ve algılarıyla olan ilişkilerini yansıtmaları için fırsatlar sağlayarak, kişilerin ruhsal gelişimine, ilerlemesine ve olgunluğuna da katkıda bulunabilmektedir (Creighton-Smith ve diğerleri, 2017: 546). Erişkin çalışan bir insanın uyku, iş ve zorunlu gündelik faaliyetleri için ayırmak zorunda kaldığı saatler düşüldüğünde, günlük kendi isteğiyle kullanabileceği yaklaşık altı saati kalmaktadır (Tütüncü, 2012: 248). Bu belirmeden yola çıkarak boş zamanı, iş ve uyku gibi zorunlu ihtiyaçlar dışında, kişinin kendi seçimleri ile harcayabileceği vakit olarak da tanımlamak mümkün olabilmektedir.

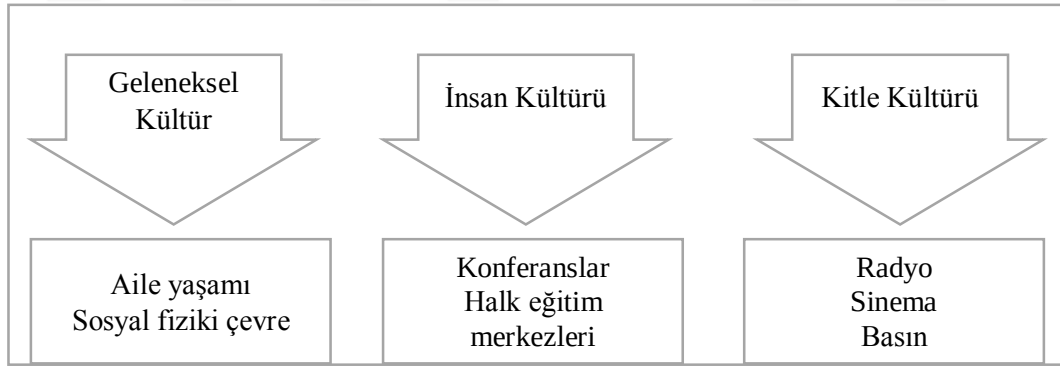
19. yüzyılın ikinci yarısında günde 12 saatten fazla olan çalışma süresi (Ören ve Yüksel, 2012: 46), günümüz koşullarında günde 8 saat olarak belirlenmiştir (Erdut, 1992: 14). Günde 12-14 saat çalışan ve bunu çeşitli çabalarla iyileştirmeye çalışan işçilerin, Endüstri Devrimi ile birlikte artık günlük 8 saat çalışma ve yıllık ücretli izin kullanımı, turizme atılan büyük bir adımla birlikte ‘‘boş zaman’’ olgusunu da ortaya çıkarmıştır (Kozak ve diğerleri, 2017: 56). İnsanlık için atılmış en önemli adımlardan biri olan Endüstri Devrimi ile birlikte, çalışma saatlerinde yapılan iyileştirici revizyonlar ve ayrıca yıllık ücretli izinlerin de 1-2 haftadan 4 haftaya çıkarılması ve emekliliklerin de erken yaşlara çekilmesi sayesinde, işçilerin kendilerine harcayacakları daha çok boş zamanları kalmıştır.

1883 yılında Paul Lafargue tarafından ortaya atılan ‘Tembellik hakkı’ fikrinin, tüm kötülüklerin temeli ve kaynağı olarak görülmesine karşın günümüzde bazı ülkelerin yasalarında da belirtildiği üzere boş zaman; evrensel bir insan hakkı olma durumundadır ve İnsan Hakları Evrensel Bildirisi’nin 24. Maddesinde ‘‘Her şahsın

dinlenmeye, eğlenmeye, bilhassa çalışma müddetinin makul surette tahdidine ve muayyen devrelerde ücretli tatillere hakkı vardır” ifadesi yer almaktadır (Tezcan, 1982: 16).

Boş zaman etkinliklerini ilk sınıflandıran Lynd, Amerika’da yaptığı ‘Middletown’ çalışmasının uyarlanmasından sonra bu etkinlikleri üç grupta toplamıştır: Geleneksel boş zaman uğraşları (konferans, okuma, müzik, sanatsal uğraşlar), teknolojinin ilerlemesiyle ortaya çıkan modern uğraşlar (otomobil, radyo, televizyon, sinema), örgütsel boş zaman uğraşları (grup, kulüp) (aktaran: Aslan, 2005: 15). 1960’larda yapılan bu ayrımlardan yola çıkılarak, boş zaman uğraşları ortaya çıkış şekillerine göre sınıflandırılmıştır (Şekil 1). Tezcan’a (1988: 28-31) göre ise boş zaman etkinlikleri; yaratma zevkine varma, arkadaş/ahbap edinme gibi sosyal durumlara dâhil olma, macera-yeni tecrübeler kazanmaya heves duyma, başarı duygusunu yaşama, fiziki dayanıklılık, zekâ becerilerini kullanma, duygulanım, güzelliğe duyulan sempati, hizmet sağlama isteği, istirahat arzusu gibi başlıklarda değerlendirilmektedir.

Şekil 1: Boş Zaman Uğraşlarının 1960’larda Ortaya Çıkış Şekillerine Göre Sınıflanması



Kaynak: Aslan, 2005:15

1.1.2. Rekreasyon

İnsanların gönüllü olarak katılım sağladığı, boş zamanlarını kendi belirledikleri dinlendirici ve eğlendirici faaliyetlerde harcadıkları, keyif verici aktiviteler rekreasyon olarak tanımlanabilir. Rekreasyon zorunlu davranışlar harici zamanlarda insanların para kazanma amacı olmadan gönüllü olarak katıldıkları, tatmin sağladıkları

etkinlikler şeklinde tanımlanmaktadır (Hazar, 2003: 21). Bir başka çalışmada ise rekreasyon, insanların günlük hayat rutinleri doğrultusunda, negatif çevresel etkilerden ruhunu arındırmak için, zevk ve haz alma amacıyla kendine ait boş zamanlarını bireysel veya grup içinde olmayı seçerek yaptığı isteğe bağlı etkinliklerdir (Hacıoğlu ve diğerleri, 2009: 30).

İnsanların hayattaki amacının doyuma ulaşarak mutlu bir şekilde yaşamak olduğu varsayıldığında, rekreasyon; bireylerin hayati niteliklerini artırmak için serbest ve boş zamanında tabiata zarar vermeden, kendi isteği ile ve gönüllü olarak yaptığı faaliyetlerden oluşturulmuş multidisipliner bir faaliyet alanı olarak tanımlanabilmektedir (Tütüncü, 2012: 249). Ap'e göre (1986: 167), rekreasyon, deneyimin ve sürdürülen faaliyetlerin bireyi yeniden yaratması ve her şeye rağmen günlük yükümlülüklerini yerine getirebilmesini sağlamak için tazelenebilmesidir. İnsanların çalışmadığı zamanlarda zihnini ve bedenini çalıştıran, oyun veya eğlence gibi, zamanı hoş geçirmek için yapılan her şey rekreasyonun tanımı olarak bir başka kaynakta karşımıza çıkmaktadır (Macmillan Education Ltd., 1996: 352).

Aynı zamanda rekreasyon, ferdi olarak veya grup şeklinde yapılan sporlara aktif veya pasif olarak katılımı içerdiği gibi, keyfi şekilde seyahat etmeyi, kültürel faaliyetlere katılımı, doğayı ve insanlığa dair tarihi incelemeyi, okul dışı eğitimleri, eğlence aktivitelerini ve gezmeyi de kapsamaktadır (Güneş ve diğerleri, 2021: 3). Rekreasyon etkinlikleri bireylerin ihtiyaçlarına ve toplumların yapılarına göre aralıksız bir değişim içerisinde. Toplumsal veya bireysel işlevler yüklenen rekreasyon faaliyetleri, öncelikle toplumun ve fertlerin sosyo-ekonomik değişkenleri ile etkileşim içindedir, daha sonra ise cinsiyet, yaş gibi değişkenler ile toplumsal değer yargıları da bireyin rekreasyon etkinliklerine katılımını etkileyen faktörler içeresindedir (Kılbaş, 2001: 15). Rekreasyon deneyimlerinin özellikleri Gunter'e (1987) göre farklı gruplarda toplanmış ve Şekil 2'de gösterilmiştir.

Şekil 2: Gunter'e (1987) Göre Rekreasyon Deneyimlerinin Özellikleri



Kaynak: Kılbaş, 2001: 15

İnsanların boş zaman aktivitelerindeki seçimleri özgürce değildir. Bu seçimler toplumun karakteri ile onun güç ve tahakküm yapıları tarafından şekillendirilir (Rojek, 1995: 22). İnsanlar gönüllü olarak katılım sağladığı rekreasyon faaliyetlerinde, boş zamanını kendi belirlediği dinlendirici ve eğlendirici faaliyetlerde harcadığı için, şahsi seçim yapmanın verdiği memnuniyet ve vaktini kaliteli bir şekilde değerlendirmesiyle ayrıca psikolojik doyum sağlayabilmektedirler. Rekreasyonun bir yandan toplumsal refah hizmeti, diğer yandan yaygın eğitim olarak gören Kılbaş (2001), bu ayrımı vurgulamak için kavramın tarihindeki iki oluşuma dikkat çeker: Rekreasyonun ilk amacı eğlendirme ve dinlendirmedir; ikincil amacı eğitsel önemin doğru algılanmasıyla, kişilere toplumsal değerler aşılmasıdır (Kılbaş, 2001: 18).

1.1.3. Boş Zaman ve Rekreasyonun Turizm ile ilişkisi

1970'lerden bugüne, serbest zaman değerlendirme olgusu, turizm tanımlarında bulunmaktadır ve bu tanımlar derlendiğinde turizm; istirahat ve eğlenme ile ilgili gereksinimlerin doyumu için boş zamanların verimli şekilde kullanılmasıyla meydana gelen bağlar ve aktiviteler olarak kabul edilmektedir. Rekreasyon etkinlikleri ile

turizm birbirine geçmiş iki kavram gibidir; ikisinin de en önemli ortak noktası boş zaman değerlendirme ile ilgili olmalarıdır. Boş zaman ve rekreasyonun turizmle olan ilişkisini sağlayabilmek için, birçok unsurun harekete geçirilmesi gerekmektedir. Bölgeler arasındaki dengesizlikleri giderebilmesi, alternatiflerin geliştirilmesi ve turizmle ilgili stratejik planların yapılması, boş zaman ve rekreasyon ilişkisinin gelişmesine neden olacaktır (Paslı ve Paslı, 2019: 9)

Sözcük olarak rekreasyon eğlendirmek, dinlendirmek ve canlandırmak gibi anlamlar içerdiğinden, rekreasyon işletmeleri de bireylerin boş zamanlarını değerlendirecekleri, eğlence-dinlence imkanları yaratan ve tatmin dürtülerinin karşılamak amacıyla katıldıkları etkinliklere ev sahipliği yapan mekanlardır ve doğal, sportif, kültüre ilişkin ve eğlenceye yönelik faaliyetler içermektedirler (Kozak ve diğerleri, 2017: 90). Reeder ve Brown'a (2005) göre, kırsal bölgelerde turizm, ekonomiyi çeşitlendirmeye yardımcı olarak, ekonomik durumu diğer endüstrilerin iniş çıkışlarına daha az bağımlı hale getirebilir fakat bu alanların diğer kırsal ilçelerden yaklaşık üç kat daha hızlı büyümesi, rekreasyonun oluşturduğu dezavantaj olarak görülebilir. Diğer avantajlar ve dezavantajlar Tablo 1'de gösterilmektedir. Diğer büyüme türlerinin benzer faydaları olsa da kırsal rekreasyon ve turizm gelişimi daha fazla çeşitlilik sağlayabilir ve birçok yerde, yüksek teknoloji geliştirme gibi diğer kalkınma türlerine göre başarılması daha kolay olabilir, çünkü yüksek eğitilmiş bir işgücüne ihtiyaç duymaz fakat tarihi yerler gibi kültürel olanaklar da bu sebepten tehdit altında olabilir (Reeder ve Brown, 2005: 1).

Tablo 1: Reeder ve Brown'a (2005: 1) Göre Rekreasyon ile İlgili Kalkınmanın Potansiyel Avantajları ve Dezavantajları

AVANTAJ	DEZAVANTAJ
Arazi sahiplerinin artan ranttan faydalanması	Doğal manzaraların bozularak yerel doğal güzelliklerin aşınması
Karlılığın artması	Kirlilik ve artan sağlık sorunları
İş büyümesi	Yüksek konut maliyeti
İstihdam sağlanması	Yol tıkanıklığı
Yoksulluğu azaltması	Kalabalık okullar
Yerel sakinlerin, alışveriş ve eğlence gibi büyükçe bir özel sektör ürünleri ile hizmetlerine ve tıbbi bakıma erişim sağlayabilmesi	Çiftliklerde emlak vergilerinin artışı

Yerel yönetimlerin, büyümeye bağlı ölçek ekonomilerinden ve artan vergi gelirlerinden yararlanarak kamu hizmetlerini iyileştirmesi	Küçük işletmelerin büyümeye bağlı “bigbox” ticari gelişimi tarafından tehdit edilmesi
	Kamu hizmetleri kapasitesinin zorlanması
	Yeni gelenlerin, mevcut sakinlerden farklı değerlere sahip olma ihtimali ve böylece arazi kullanımı ve kamu politikaları üzerinde çatışmalar olma ihtimali
	Yerel kurumlara, okullara ve kamu hizmetlerine verilen desteğin azalması ile, sakinlerin yer duygusun aşınması

Kaynak: Reeder ve Brown, 2005: 1.

Turistik bölgelerde düzenlenen etkinlikler, rekreasyon faaliyetinde bulunmak isteyen potansiyel misafirleri, destinasyona çekerek bölgedeki turizm hareketliliğini artırmaktadır ve bu organizasyonlar sayesinde faaliyete konu olan yörenin tanıtımı da yapılmaktadır (Can, 2015: 5). Rekreasyon faaliyetlerinin sürdürülebilir eko-turizm destinasyonlarında gerçekleştirilmesi, bölgenin turistik çekiciliğini de yükseltebilmektedir. Ayrıca rekreasyon disiplini olarak; eğitim-bilim, spor, iktisat, turizm, sosyoloji, tarih, psikoloji, sağlık, kinesiyoloji, coğrafya, ormancılık, işletme, ziraat, çevre tasarımı ve planlama, peyzaj mimarlığı başta olmak üzere birçok alanla iç içedir ve günden güne gelişen bir araştırma alanıdır (Buzlu, 2015: 75).

1.2. MOTOSİKLET İLE SEYAHAT ETME

1.2.1. Bireylerin Motosiklet Tercih Etme Nedenleri

Bir noktadan diğer destinasyona en kısa sürede ve en konforlu şekilde seyahat etme isteği, gün geçtikçe farklılaşmış, farklı tipte araçlar üretilmesine neden olmuştur ve özellikle ülkemizde en güvenli ve en kolay kullanım olarak otomobillerin yaygın olduğu istatistikler (TÜİK) üzerinden görülmektedir. Nitekim bazı avantajlarından dolayı özellikle bireysel sürüşlerde otomobil yerine, menşei bisiklete dayanan motosikletlerin tercih edilme sıklığı gün geçtikçe artmaktadır. Özellikle pratiklik açısından tercih edilen motosiklet, sürücülerini şehir trafiğinden kurtarıırken, hem park

hem yakıt açısından avantaj sağlar, seri, şık ve çevreci olmasıyla birlikte aynı zamanda düşük maliyetlerle de sürücüsüne kazanım sağlar (Barutçu, 2015: 18). Diğer motorlu araçlara nazaran, genelde daha küçük motorlara sahip olduğu için daha az karbon salınımı ile bilinen ve doğaya duyarlı olan motosikletler aynı zamanda hafif yapıları gereği yol kaplamalarını diğer araçlar gibi zedelememektedir.

Gelişmiş ülkelerdeki büyük motosikletler tek kişi tarafından kullanılma eğilimi gösterirken, gelişmekte olan ülkelerdeki daha küçük ve hafif motosikletler sıklıkla yolcu taşır ve sevkiyat, teslimat ve satış için çeşitli eklentilerle birlikte kullanılmaktadır (Haworth, 2012: 13). Her ulaşım aracının avantajlarının yanında bazı dezavantajları vardır fakat bu engel motosiklet kullanımında üstünlüğe çevrilebilmektedir. Motosikletlerin daha az yolcu taşımalarının bir dezavantaj sayılmasına karşın gruplar halinde seyahat etme olasılığını yükseltmesi ve motosikletlerin bagaj için az kapasitesi olması sebebiyle alışveriş için düzenli duraklama ve dinlenme sağlaması örnek olarak gösterilebilir (Prideaux ve Carson, 2010: 122). Yolculuğu keyfe dönüştüren motosiklet, özellikle pandemi gibi sosyal izolasyon sağlanması gereken zamanlarda kişiye özel bir kurtarıcı olmasının yanında, fiziksel kullanım gereksiniminden dolayı kullanıcılara spor yapma imkanı vermekte ve aynı zamanda rekreasyonel olarak turizme de katkı sağlamaktadır.

Motosiklet sürücüleri, kapalı bir kabin olmadan rüzgârı ve güneşi yüzlerinde hissettikleri ve varış noktasından ziyade süreci deneyimlemenin heyecanını yaşadıkları için seyahat ederken büyük keyif almaktadırlar (Katkak, 2019: 11). Motosiklet kullanımı şehir içi ulaşım aracı olarak kullanılmasının yanında eğlenme amaçlı seyahat ile de turizme katkı sağlamaktadır. Psikolojik, duygusal ve rekreasyonel faydası dışında motosiklet sektörünün yarattığı katma değer; imalat, tevzi, hizmet, sigorta, yakıt, donanım ve aksesuar, eğitim, yarışmalar; motor türlerine göre oluşturulan kafe, restoran, eğlenme alanları ve benzeri rekreasyonel mekânlar ve medya sektörü gibi birçok aracılığıyla alakadar eder ve ekonomik kazanç sağlanmasına sebep olur (Ardahan ve Güleç, 2020a: 238). Motosiklet sürme isteği herhangi bir nedene bağlı olmaksızın bir anda ortaya çıkabilmekte ve kişi bu istek sonrasında kendini yollardaki motorlara bakarken, dergilerde fotoğrafları incelerken ve televizyonda motor yarışlarını takip ederken bulabilmektedir (Arbaş, 2013: 15). Abutalıbov'a (2019: 79) göre, motosiklet ile seyahat etme; motosiklet kullanmanın

yaşam tarzı ve aileden sonraki hayat parçası olması, vücut sağlığı elverdiği sürece kullanılması gerektiği, haz ve mutluluk verdiği, aileden gelen motosikletçi olma hevesi, sıra dışı yolculuğu mümkün kılması, sosyallik sağlayarak ülkelerarası enformasyon alışverişine olanak sağlaması, giderlerinin (maddi-manevi) az olması, trafikte avantaj sağlaması, arıza açısından yormaması, pratik kullanım ve yol dostu sürüşüyle kullanıcılar tarafından tercih edilmektedir.

Çevreci bir bakış açısıyla değerlendirildiğinde, motosiklet tercih eden sürücü sayısı, otomobil tercih edenlere göre daha fazla olmalıdır çünkü motosikletlerin boyut ve yakıt açısından avantajları bulunmaktadır. Çoğu motosiklet ortalama bir arabadan daha az benzin harcamaktadır ve motosiklet turizmi daha sürdürülebilir bir sürüş turizmi biçimi olarak teşvik edilmektedir (Cater, 2017: 181). TÜİK verileri incelendiğinde, Mayıs 2022 itibarı ile Türkiye’de trafiğe kayıtlı toplam taşıt sayısı 25 milyon 704 bin 749 olurken, bunun %15’ini motosikletler oluşturmaktadır (TÜİK, 2022).

Motosiklet, tehlikeli olmasının yanı sıra, kullanımıyla kişilere sürme hazzını yaşatan ve insanda doyumluk hissi oluşturan bir araçtır. Motosiklet kullanımının, son zamanlarda hem Türkiye’de hem de dünya genelinde artış gösterdiği görülmektedir (TÜİK, 2022; Haworth, 2012: 12). Bilhassa da metropollerde trafik karmaşalarının varlığında, artan yakıt fiyatı, araç vergilerinin yükselmesi, kent merkezindeki park sorunlarının artması ve araba fiyatlarının yüksek olması sebebiyle, motosiklet, insanlar tarafından daha çok tercih edilmeye başlanmıştır (Chang ve Lai, 2015: 219).

Motosikletin rekreasyonel olarak kullanımı, yaşamın tamamında ya da kayda değer bir kısmında yer bulabilir. Türkiye’de yapılan çalışmalara göre rekreasyonel motosiklet kullanma aktivitesinin motive edici etmenleri; sosyal entegrasyon, uzaklaşma ve dinlenme, motosikletin kuvvetini tecrübe etme, bedensel hareket ve esenlik, canlanma ve kalkınma, kendi kendine rekabet ve başarı, kişilere örnek olma şeklindedir (Ardahan ve Güleç 2020a: 250). Motivasyon çeşitleri kişiye göre değişebileceği gibi, motosiklet seçimi de motivasyona göre değişebilir.

Haworth’a (2012) göre motosiklet kullanımının dört farklı şekli bulunmaktadır ve kişinin motosikleti hangi amaç ile kullandığının sınırlarının çizilmesi çok kolay olmasa da kişi bu amaçların bir veya daha fazlası için motosiklet kullanabilmektedir

(Aktaran Ardahan ve Güleç, 2020a: 238). Kişiyre rekreasyonel, psikolojik ve duygusal fayda sağlayan motosiklet kullanma amaçları Ardahan ve Güleç'e (2020a) göre;

- Organize edilen, gereken bütün güvenlik önlemlerinin alınmasıyla, trafiğe kapalı alanlarda yalnızca şov, rekabet ve yarışma amaçlı kullanım olan profesyonel kullanım.
- Kargo ve paket taşımacılığında, ticari taksi uygulamaları ile kişi ya da eşya taşınması amacı ile kullanım olan ticari kullanım.
- Şehirdeki binek araçların artış göstermesi, toplu taşıma araçlarının kapasitesini aşarak oldukça kalabalık olması ve istenilen hızda olmamasıyla, varılması planlanan yere zamanlı ulaşılmaması vb. sebeplerden ve park yeri sıkıntısından kaynaklı problemlerden kaçınmak için ulaşım amaçlı kullanım.
- Yalnızca hoş zaman geçirmek, hobi gerçekleştirmek, sürüş keyfi, bir yer görmek ve gezmek için kullanım olan rekreasyonel kullanım (Ardahan ve Güleç, 2020a: 238).

Stebbins (2016) ciddi boş zaman kavramını, ciddi uğraşlar (ciddi serbest zaman/adanmışlık), kayıtsız (sıradan-günlük; plansız oluşturulan, sıradan serbest zaman faaliyetleri) ve proje tabanlı serbest zaman etkinlikleri (tek seferlik yapılan, kısa vadeli, kayıtsız serbest zaman faaliyetlerinden uzaklaşma amacıyla yapılan faaliyetler) olarak üç türde değerlendirmiştir (Kaya ve diğerleri, 2021: 9). Motosiklet kullanımı Stebbins (2016)'ın tanımladığı serbest zaman biçimlerinin hepsine entegre olabilir; birey, şartlar ne olursa olsun motosikleti her zaman rekreasyonel gayesiyle kullanıyorsa bu motosiklet kullanımı 'Ciddi Boş Zaman Faaliyeti' olarak kabul edilebilirken, seyahat gibi bazı zamanlarda kullanımı 'Proje Tabanlı Boş Zaman Aktivitesi'ne örnek oluşturabilmektedir; aynı zamanda günün bir kısmında ya da birkaç günlüğüne motosiklet kiralayıp veya başkasının motosikletini ödünç alıp kullanmak 'Kayıtsız Boş Zaman Aktivitesi' olarak değerlendirilebilmektedir. Kişi motosiklet kullanmaya kayıtsız boş zaman faaliyeti olarak başlayıp, sürüşün zevkini aldıktan ve sürebileceğine ikna olduktan sonra motosikleti rekreasyonel kullanıma çevirip proje tabanlı serbest zaman aktivitesi olarak veya daha gerçek bir sürüş içeren ciddi boş zaman faaliyeti olarak değiştirebilmektedir (Ardahan ve Güleç, 2020a: 239).

1.2.2. Motosiklet Kullanıcılarının Seyahate Bakış Açısı ve Rota Belirleme Kriterleri

Motosiklet sürücüleri genellikle gruplar halinde seyahat eder ve çoğu zaman arkada bir yolcu taşırlar. Eğlence ve turizm amaçlı kullanım, gelişmiş ülkelerde iki tekerlekli taşımacılıkta önemli bir konumdadır ve yapılan araştırmalar, motosikletin yolda olduğu sürenin dörtte üçünün eğlence amaçlı olduğunu göstermektedir (Cater, 2017: 188). Seyahat denince konforun ön planda olduğunu düşünenler olduğu gibi, motosikletin sadece bir ulaşım aracı olmadığı, bundan çok daha fazlası olduğunu düşünen insanlar da olabilir. Otomobil kullanıcıları seyahat ederken otomobilleri araç olarak kullanırken, motosiklet kullanıcıları genelde uzun kilometreler kat etmek ve motosiklet deneyimi kazanmak için seyahat planlamaktadırlar diğer bir ifade ile asıl araç olan şey onlar için amaca dönüşmektedir. Motosiklet kullanıcıları, belirli bir destinasyon olmaksızın sadece sürmek için, rekreasyon amaçlı seyahat ederler ki bu da gösterir ki alınan yol, ulaşılacak varış noktasından daha kıymetlidir (Walker, 2010: 147). Trafikte görüldüğü üzere çoğu erkek olmakla birlikte (Abutalıbov, 2019: 86), giderek artan sayıda kadın motosiklet sürücüsü gözlemlenmektedir.

Motosiklet yolculuğunun ana unsurlarından birini rota seçimi oluşturmaktadır. Bireysel gezginlerin belirli bir rotanın çekiciliğini neye göre değerlendirdikleri konusunda bir çeşitlilik vardır; gezi süresi, geçilecek yollar, gezilecek tarihi ve turistik bölgeler, hava şartları, duraklar, konaklama seçenekleri kişiye göre değişiklik gösterebileceği gibi, her bir başlık birbirine bağımlı değişkenleri de barındırabilmektedir. Sorunsuz ve keyifli bir motosiklet yolculuğunun ilk adımı planlamadır çünkü bu hamle yolculuğun gidişatını belirleyecek tüm ayrıntılara karar verilen an olduğu gibi; güzergâh, hava durumu, seyahat süresi, konaklama vb. konularda yeterince araştırma yapılmazsa seyahat korkunç bir deneyime dönüşebilir (Katkak, 2019: 13). Motosikletler ile arabaların en büyük farkı, motosiklet sürücüsünün savunmasızlığıdır ve motosiklete binenler tamamen risk aldığı için sürüş, yüksek riskli bir faaliyet olarak algılanmaktadır (Broughton ve Walker, 2009: 2).

Gelişmiş ülkelerin çoğunda özellikle yaz aylarında her tatil günü bireysel veya grup halindeki motosikletliler, kendilerine bir rota belirleyip, yol üzerindeki mesire alanları ve restoranlara uğrayarak günü en verimli şekilde değerlendirebilmektedir.

Rota seçim modeli oluşturulurken, başlangıç ve varış noktaları arasında seçilen doğal yollar, aynı noktalar arasında alternatif rotalar, tüm rotalarla ilgili öznel değerler, bireysel özelliklerin rota çekiciliğine katkısını tahmin etmek için bir analiz metodu gibi bazı veriler gerekmektedir (Alivand ve diğerleri, 2015: 41). Her ne kadar motosiklet sürüşü için çekici faktörler çoğunlukta olsa da kötü hava şartları veya motosikletçiler tarafından tercih edilmeyecek dar ve virajlı yollar, rota ve destinasyon değişikliğine yol açabilmektedir aynı zamanda motosiklet sürücüleri için sürüş konforunun yanı sıra güzergah üzerindeki uğrak noktalar da rota seçimi üzerinde oldukça etkili olmaktadır.

Uzun süre sabit pozisyonda ve rüzgâra karşı yol almak, hem yorucu hem de stresli bir aktivite olduğundan, yol kenarındaki tesisler, motorlu turistler arasında genel memnuniyet ile sadakatin sağlanmasında çok önemli bir rol oynamaktadır ve rota yöneticilerinin ilgili altyapı tesis ve hizmetlerinin kalitesini iyileştirmesi gerekmektedir (Denstadli ve Jacobsen, 2010: 780). Çin, Tayvan, Singapur gibi ülkeler nüfus fazlalığı ve trafikteki araç yoğunluğu bakımından motosikleti zorunlu ulaşım aracı olarak görse de coğrafi ve iklimsel özellik hususunda Türkiye motosiklet kullanmaya elverişli bir ülke olup, motosiklet kullanmak rekreatif faaliyet olarak yerini korumaktadır (Ardahan ve Güleç, 2020b: 222). Türkiye’de motosiklet kullanım oranı, hızlı ve pratik kullanımı sebebiyle olduğu kadar mevsimsel avantajı sebebiyle özellikle kıyı kesimlerde daha yüksektir. Destinasyon ve rota seçimi, yolda aktif olan motosikletçiler için oldukça büyük öneme sahiptir. Grup halindeki motosiklet sürücülerinin keyifli bir yolculukta bir varış noktası seçmemiş olması, takipçiler ve gidilen rota üzerindeki sınırlı kontrolleri nedeniyle kendilerine olan inançlarını boşa çıkarabilmektedir (Loo ve diğerleri, 2015: 1).

1.3. KARAVAN İLE SEYAHAT ETME

1.3.1. Bireylerin Karavan Tercih Etme Nedenleri

Tuncel’e (2007: 11) göre başka bir taşıt vasıtasıyla taşınabilen veya kendisi taşıt olan karavanlar, sürekli ve kalıcı olmayan konut tipleridir (aktaran Doğantan 2014: 6). Mobil konut kavramı; hareket edebilen, sahip olduğu motorlu aksam ile bir

yerden bir yere kendi başına gidebilen veya başka bir motorlu taşıt ile çekilerek götürülebilen, içerisinde kısa süreli veya sürekli yaşayabilmek için gerekli teçhizatı bulunduran barınak şeklinde tanımlanabilmektedir (Arı, 2019: 21). Otel vb. kitlesel konaklama kuruluşlarının dışına çıkan bu seçenek, bireylerin kendi kendine yetebilen ve sürdürülebilir bir yaşam tarzı seçmelerine olanak tanımaktadır.

Fotoğrafçılık sanatında çekilen fotoğraflar gibi karavancılık da uçsuz bucaksız bir videodur ve kullanıcılar bu videonun aktörleri olarak doğadaki değişimlerin her anını canlı yaşamaktadır öyle ki karavan ile seyahat etmek isteyen kişiler açısından doğa insanı kendisine çekmekte ve karavancılık bir yaşam tarzı, bir hobi olarak hayatlarında yer almaktadır (Özalp, 2015: 5). Karavan turizmi; amacı farklı ülkeleri görüp tanımak olan turistlerin yeme-içme, konaklama ve ulaşım ihtiyaçlarını kendi imkânlarıyla karşıladıkları, karavanlar ile yaptıkları seyahatlerdir (Saatcı ve Demirbulat, 2019: 328). Karavan turizminde bireyler farklı yerlerde farklı insanlarla tanışıp iletişim kurabilmekte ve farklı kültürel etkilere maruz kalıp etkileşim oluşturabilmektedirler.

Kamp ve karavan turizmi literatürde iç içe kavramlar olsa da Türkiye’de kampçılık daha çok düşük gelirli gençlerin turizme katılım sağlamasıyla olurken, karavan turizmi ise vakit sıkıntısı olmayan olgun kişilerin yaptığı turizm faaliyeti olarak değerlendirilebilir (Akpur ve Zengin, 2019: 5). Kampçılık faaliyeti çadır, karavan vb. alternatif konaklama imkânlarına ev sahipliği yaparken, çadır kurulumu, karavanların parkı ve temel ihtiyaçların karşılanması imkânlarını tanıyan bu alanlar ‘kamping’ olarak adlandırılmaktadır ve karavanlar çoğunlukla bu alanlarda konaklamayı tercih ettiğinden, doğaya dayalı bir turizm türü olarak değerlendirmek mümkündür (Şengel ve diğerleri, 2020: 1434). Bu yönüyle kamp ve karavan turizmi, doğal alanlara duyarlı bir seyahat türü olmasından dolayı eko turizmi desteklemektedir.

Amaca ve bütçeye göre değişiklik gösteren, çekmeli veya sürülebilen, birçok farklı karavan seçeneği bulunmaktadır. Karavanların çoğunda küçük bir mutfak, masalar, banklar/sandalyeler, yataklar ve bazen tuvalet ile duş yer alırken, dış kısma çoğunlukla bir 'çadır bölümü' eklenebilmektedir ve bu bölüm çoğu zaman (hava izin verdiğinde) çimlere yerleştirilmiş bir barbekü eşliğinde, rahat bahçe mobilyalarının etrafında insanların oturup yemeklerini yedikleri yer olmaktadır (Blichfeldt, 2009:

419). Karavanın başarılı şekilde ilerlemesi hava ve yol koşulları, trafik durumu, varış yeri değişiklikleri ile yakın ilişkidir. Grup halinde seyahat eden karavanların destinasyonunun kalkış öncesi belirlenmemiş olması, yolculuk sırasında karavanlar arası bilgi paylaşımını kolaylaştıracak yeni sistemler, cihazlar, metodolojiler ve yazılımlara ihtiyaç duyulmasına yol açmaktadır (Loo ve diğerleri, 2015: 1).

1.3.2. Karavan Kullanıcılarının Seyahat ve Konaklamaya Bakış Açısı

Bireyler farklı şehirlere/ülkelere seyahat ettiklerinde sadece göze güzel gelen şeylerle yetinmeyip kendilerini örf, adet, gelenek ve mutfak kültürlerinin içinde bularak, aslında farkında olmadan kendilerine ait olanı değiş tokuş yapmaktadırlar (Özalp, 2015: 10). Büyük bir avantaj olarak karavancılar, saatler süren yolculuklarda gereksiz mola verip zaman kaybetmek yerine, doğal güzellikleri gözlemlemeye vakit ayırabilirler. Karavan kullanıcılarının seyahat esnasında yaşadıkları alandan ayrılmak zorunda kalmamaları, seyahati daha konforlu ve daha ekonomik kılar. Kamp ve karavan turizmi “izole tatil” (Yalçın, 2020) arayışı olanlar için seçenekler arasında yer alırken, kamping alanlarındaki çadır konaklamalarının normal konaklama işletmelerinden daha ucuz olması da tercih edilme olasılığını yükseltebilir (Şengel ve diğerleri, 2020: 1434)

Hangi tarzda olduğu fark etmeksizin gün geçtikçe sayıları artan karavanlar, dünyanın değişik yerlerini ev rahatlığında gezerek görmek için tasarlanmış yürüyen konstrüksiyonlar olup, çekme karavan ve motokaravan olarak ikiye ayrılırlar (Kılınç, 2021: 43). Bu mobil oteller gezginlere doğayı deneyimleme fırsatı verdiği gibi hem mahremiyet hem de neredeyse sınırsız bir özgürlük tanırırlar. Karavancılar, yiyecek, su, yakıt ve konaklama imkânlarını yanlarına aldıklarından, daha uzun mesafelerde veya uzak destinasyonlarda daha fazla süreyle kalma eğilimindedirler. (Prideaux ve Carson, 2010: 122).

Karavancılık bazı kişiler için sadece seyahat amaçlı bir araç olmayıp, kendi seçtikleri sakin alanları değerlendirebilecekleri ve izole olabilecekleri geçici/daimi konaklama yeri olarak, bir bakıma kendi evleri olarak kullanılabilir. Ev, hareketli veya hareketsiz olmasına bakılmaksızın, uzay-zamanda yer alan bir varlık olmasının yanı sıra, içinde yaşayanların sosyal

ilişkileri ve ortak deneyimleri aracılığıyla anlam kazanan bir olgudur (Akkuzu, 2021: 15). Rekreatif alanlar gözlemlendiğinde, tüm anakarada karavancılık ve kampçılık için uygun coğrafyaya sahip yeşil alanlar olduğu gibi, ülkemizde de ulusal parklar ve camping alanları bu ihtiyacı karşılamak için geniş bir alana sahiptir. Karavancılar hem bireysel hem de grup halinde peş peşe gidilen rotalarda beklenmedik zorluklarla karşılaşabilmektedir. Yolculuk esnasında seyahate yönelik arzular değişebilir ve rota farklı isteklere göre yeniden oluşturulabilir. Karavan grubunda ne kadar çok araç ve/veya yolcu varsa grubun arzularını karşılamak için geziyi organize etmek ve rotayı yeniden düzenlemek o denli zor olmaktadır (Loo ve diğerleri, 2015: 1).

İKİNCİ BÖLÜM

BELİRSİZLİK, DUYGUSAL İŞTAH VE DENEYİM

2.1. BELİRSİZLİK

2.1.1. Belirsizlik Kavramı

TDK güncel sözlüğe göre belirsizlik; “Belirsiz olma durumu, belgisizlik, müphemiyet, vuzuhsuzluk” anlamlarına gelmektedir (Türk Dil Kurumu, 2022). Cambridge Üniversitesi sözlüğü ise belirsizliği, “gelecekte ne olacağından emin olamama hissi; bir şeyin bilinmediği veya kesin olmadığı bir durum” şeklinde tanımlamıştır (Cambridge University Press, 2022). Yaşamın hemen her anında mevcudiyetini hissettiren belirsizlik, hadiseler ve durumlar karşısında çoğunluk için huzursuz edici ve tasa verici bir durumdur (Yığman ve Fidan, 2021: 573). Belirsizlik, bilişsel tarafları içerdiği gibi, duygusal tarafları da içeren zihinsel bir durumdur (Crigger, 1996: 38).

Olası şansları hesaplamak mümkün olmadığı için karar vericinin olaylar karşısında olasılık tahmininde bulunamadığı durumlar belirsizlik durumları olarak tanımlanmıştır (Runde, 1998: 540). Belirsizlik, “bilgisizlik” içerdiği gibi beklenmeyen ve öngörülemez bir olayın gerçekleşmesiyle de “sürpriz-şok” etkisi yaratır öyle ki bu şok etkisinin yaşanması ile kavram anlam kazanır, ayrıca belirsizlikte, “ex-post” olma özelliğiyle öngörülemezlik ve önlem alınamazlık kendini gösterir (Bakımlı, 2014: 6). Belirsizlikte bulunan eksik bilgilerden kaynaklı olarak birey, karar alma süreçlerinde şaşkınlık, kararların ertelenmesi ya da kararlardan vazgeçme yönünde tercih yapma gibi risk almaktan farklı bazı davranışlar sergiler (Alada, 2000: 123).

Belirsizlik karar vericilerin tutum ve bilgilerine göre değişiklik gösterebildiği gibi, realist dünyada aynı koşulların altında çeşitli bireyler, farklı olasılıkları farklı sonuçlara bağlayarak, çeşitli davranışlar sergilemektedirler (Stigler, 1961: 216). Depresif insanlar, belirsizliğin verdiği huzursuzluğu tolere etmekte ve bununla başa çıkmakta zorlanırlar; bu nedenle olay tahminlerinde geçmişteki olumsuz vakarı temel alırlar ve bu tip insanların, belirsizliğe katlanmak yerine pesimistik bir katiyet ile

yaşamayı yeğleyebilmektedirler (Yook ve diğerleri, 2010: 623). Belirsizliğin endişenin farklı bir hali olmasına rağmen, endişe; kişinin durum ve potansiyel sonuçlarla ilgili düşündüğü zihinsel bir eylem olarak değerlendirilebilir (Buhr ve Dugas, 2002: 933). Gelecekte ne olacağının bilinmiyor oluşu, beraberinde belirsizliği de getirmektedir ve belirsizliğe katlanamama, hissi, bilişsel ve davranışsal boyutlar içermesiyle birlikte, bilinmezliklerle ve belirsizliklerle dolu olan istikbal ile ilgili tasa duymak, hayatın olağan akışının içindedir ve başa çıkılabilir bir durum halini almaktadır (Owen, 2021: 37).

2.1.2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Belirsizliğe tahammülsüzlük, insanın, olasılık ne kadar küçük olursa olsun, olumsuz bir olayın meydana gelebileceğini kabul edilemez bulma eğilimi iken; endişe kişinin durum ve potansiyel sonuçlar hakkında düşündüğü zihinsel bir eylem olarak görülebilir (Buhr ve Dugas, 2002: 933). İnsanların belirsizlik durumları ile karşı karşıya kalmaları sonucu oluşan endişe, belirsizliğe tahammülsüzlüğün bir kolu olarak kabul edilebilir. Carleton ve diğerlerine (2007: 105) göre belirsizliğe tahammülsüzlük, bireyin, gerçekleşme olasılığına bakılmaksızın, kabul edilemez bir olumsuz olayın meydana gelme olasılığını düşünme eğilimidir ve endişe, durumluk kaygı ve ilgili kaygı patolojilerinin önemli bir bileşeni olma konumundadır. İnsan yaşamının pek çok yönü belirsizlik ve muğlaklık içerdiğinden; katlanılamaz ve stresli bir hal alabildiğinden, belirsizliğe tahammülü olmayan fertlerin, aşırı seviyede huzursuzluk göstermeleri ve depresyona karşı korunmasız ve olumsuz etki yaşamaları kaçınılmaz olmaktadır (Yook ve diğerleri, 2010: 623). Bu bağlamda mutlu insanların belirsizliğe tahammül seviyeleri daha fazla olduğundan, belirsizliğe tahammülsüzlük arttıkça mutluluk azalmaktadır (Sarıçam, 2014: 7).

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişeye direk yol açması, zayıf duygusal problem yönelimi olarak bağımsız hareket edilen iki durumda gerçekleşir; ileride pek olası olmayan olayların meydana gelme olasılığının fazlasıyla tahmin edilebilir olması veya gelecekteki olayların son derece düşük olasılıklarının kabul edilemez olması (Dugas ve diğerleri, 1997: 602). Belirsizliğe tahammülsüzlük, tehdit düzeyi yüksek, algılamayı yanlış yönlendirmeye müsait, zor başa çıkılan, önyargı içeren

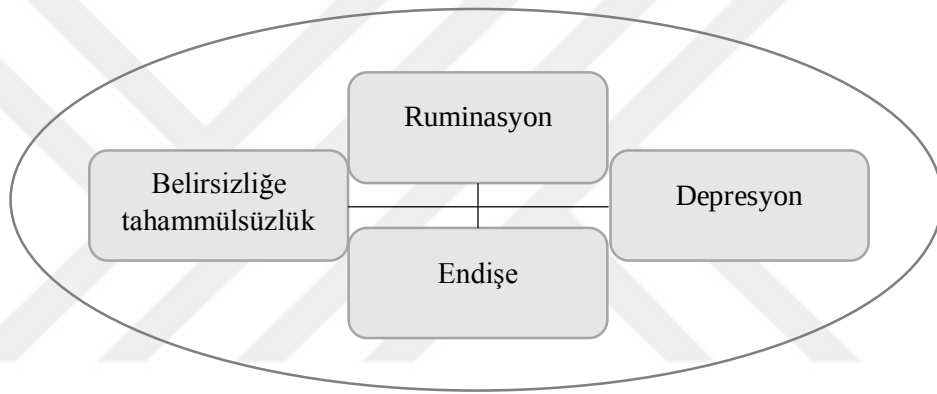
enformasyonlardan oluşan bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkidir ve belirsizliğe tahammülsüzlük, yaygın anksiyete bozukluğu üzerine odaklanılsa da sonrasında farklı ruhsal bozukluklar ile ilişkilendirilmiş bir nosyondur (Yığman ve Fidan, 2021: 573). Belirsizliğe tahammülsüzlük seviyesinde artış gerçekleşmesi, kuşku ve tasa hislerinin hakim olması insanlarda oldukça fazla psikolojik soruna sebep olabilmekte ve bununla ilintili çok sayıda ruhsal sorunlar ve entegrasyon sorunları yaşanmaktadır (Geçgin ve Sahranç, 2017: 740).

Üniversite öğrencileri ile yapılmış bir çalışma sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlük duyguları ile mutlu olma arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiş ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Sarıçam, 2014: 7). Dugas, Freeston ve Ladouceur (1997: 602), duygusal uyarılmaya tahammülsüzlüğün zayıf duygusal problem yönelimine yol açabileceğinin şu üç şeklinin mevcut olduğunu savunmaktadır; birinci olarak duygusal uyarılmaya tahammülü olmayan kişiler, sorunlu durumlarla karşılaştıklarında daha yüksek düzeyde uyarılabilirler, ikincisinde bireyler bir problemle karşılaştıklarında duygusal uyarılma düzeylerini abartabilirler ve son olarak bireyler problem olasılıklarında, duygusal uyarılma için daha düşük bir tolerans eşiğine sahip olabilirler ki bu üç şekilden oluşan herhangi bir kombinasyon, daha sonra zayıf duygusal problem yönelimine yol açabilmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar sonucu bunalım, travma sonrası stres bozukluğu, yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk ve sosyal anksiyete bozukluğu olan kişilerin sağlıklı kontrollerden daha yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerine sahip oldukları ortaya çıkmıştır (Yığman ve Fidan, 2021: 573). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün kaygı ile pozitif yönde bir ilişkide olduğu gözlenmektedir bu da belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin düştükçe kaygı düzeyinin de düşmesi manasına gelmektedir (Kasapoğlu, 2020: 608).

Yook ve diğerleri'ne (2010: 624) göre belirsizliğe tahammülsüzlük üzerine yapılan çalışmalarda çoğunlukla endişe kavramı üzerinde durulsa da endişe ve uzun uzadıya düşünmenin (ruminasyon) olumsuz ruh hali ile zihinsel başa çıkma modeli ve kendini yineleyen muhakeme süreçleri olması gibi ortak paydaşların bulunmaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün diğer elementlerle ilişkisi Şekil 3'te verilmiştir. Belirsizliğe tahammülü olmayan insanlar, şüphesiz strese girmektedirler ve olumsuz duyguları tetiklendiği gibi aynı zamanda kişilerde endişe veya ruminasyon gibi

fonksiyonsuz bilişsel süreçler meydana çıkarak stresli durumlarla başa çıkmak zorunda kalabilmektedirler (Yook ve diğerleri, 2010: 624). Belirsizliğe tahammülsüzlük, her ne kadar kültürle ve sürece göre değişiklik gösterse de insanların kişilik özelliklerine göre de farklı duygu durumlarını içermektedir. Ülkeler arasındaki farklılıkların araştırıldığı toplumdaki çok temel dört meseleye dayanan ve her toplumun kendine özgü cevaplarını barındıran çalışmada Hofstede (1985: 85), Türkiye'nin belirsizlikten kaçınma düzeyinin yüksek çıktığını göstermiştir.

Şekil 3: Belirsizliğe Tahammülsüzlük (Intolerance of Uncertainty Scale - IUS) ve Depresyon Arasındaki Aracılar Olarak Ruminasyon (Rumantive Response Scale- RRS) ve Endişe (Penn State Worry Questionnaire - PSWQ)



Kaynak: Yook ve diğerleri, 2010: 626.

2.1.3. Belirsizlik Çeşitleri

Muhtelif çalışmalar, belirsizlik olgusunu farklı ortak özellikteki gruplarla sınıflandırarak, literatüre çeşitli klasifikasyonlar kazandırmışlardır. Bireylerde belirsizlik, bilgi eksikliğinden kaynaklı olarak olay ve durumların sonuçlarını kontrol edememektir. Belirli sonuçlara sahip kararlar almak için gerekli olacak tüm bilgilerin eksikliği ve mevcut bilgiler ile bireylerin amaçlarını açık bir şekilde takip etmek için hesaplama ve bilişsel yetenekleri üzerindeki sınırlamalar, insan davranışlarındaki belirsizliğin kaynaklarını oluşturmaktadır (Dosi ve Edigi, 1991: 145). Berenbaum ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada; öngörülebilirlik arzusu, belirsizlik sebebiyle felce uğrama eğilimi, belirsizliğe sıkıntıyla yanıt verme eğilimi, katı

belirsizlik inançları gibi, belirsizliğe tahammülsüzlüğün birbirinden farklı boyutları olduğu bulunmuştur (Berenbaum ve diğerleri, 2008: 123).

Bradley ve Drechsler (2014: 1229) karar vericilerin karşılaştığı belirsizlik türlerini üç farklı başlık altında sınıflandırmıştır; yapılan yargının doğasıyla ilişkilendirilen doğa, bireylerin yargılarının yönlendirildiği gerçekliğin niteliklerini yarattıkları yargıların nesneleriyle ilgili olan nesne, bireylerin karşılaştıkları beklentilere ilişkin karar vermedeki zahmet ile ilgili olan şiddet. Karşılaşılan beklentiler hakkında yapılabilecek yargının doğasına veya bunlara ilişkin sorulabilecek sorunun doğasına tekabül eden, üç ana belirsizlik biçimini (modal, ampirik ve normatif) barındıran doğa; beklentiler ile ilgili yargıda bulunurken yaşanan zorluğun mevcut yargı ölçüsüne ve bilgilerin tutarlılığına bağlı olduğu ve sahip olunan çıkarımsal ve yargısal becerileri içeren şiddet boyutlarının olduğu sınıflandırma, literatürde tanımlanan çeşitli biçimleri içermektedir (Bradley ve Drechsler, 2014: 1229-1231). Çevrelerini basit kavramsal yapılar aracılığıyla idrak eden bireyler, daha az bilgi algılarları ve dolayısıyla karmaşık yapıları kullanan kişilere göre daha az belirsizlik yaşayabilirler (Urbany ve diğerleri, 1989: 213).

Kişilerin belirsizliğinin bilgi unsuruna bakıldığında, Luce ve Raiffa'yı (1957) temel alan sınıflandırma, azalan ciddiyet sırasına göre aşağıdaki gibidir;

- Cehalet; kişinin yargıyla ilgili herhangi bir bilgisi olmaması durumudur.
- Şiddetli belirsizlik; yalnızca kısmi ve kati olmayan bir hükme varmak için yeterli bilgiye sahip olma durumudur.
- Hafif belirsizlik; kesin bir yargıya varmak için yeterli bilgiye sahip olmaktır.
- Kesinlik; yargının değeri verildiğinde veya bilindiğinde ortaya çıkan durumdur (Bradley ve Drechsler, 2013: 1231).

2.2. DUYGUSAL İŞTAH

2.2.1. İştah ve Yeme Davranışı

İnsani ihtiyaçların en önemlisi olan beslenme, büyümenin ve yaşamın sürdürülmesi ve sıhhatin korunması için besinlerin kullanımı olmakla birlikte, besinlerin üretim aşamasından hücrede kullanımına kadar her evresini, insan-besin

ilintisi ile incelediği için de bir bilim dalıdır (Baysal, 2020: 9). Beslenme; sağlığı korumak, vücut gelişimini sürdürmek ve hayat kalitesini artırmak için bilinçli olarak gerçekleştirilmesi gereken bir davranıştır ve beslenme ihtiyacının karşılanması, biyolojik olduğu kadar psikolojik açıdan da önemlidir (İnalkaç ve Arslantaş, 2018: 70). TDK'ya göre yemek yeme isteği, iştah olarak tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2022).

İştah kavramı yeme veya içme isteği, tatmin olma ve vücudun ihtiyaçlarını karşılama hissi olarak tanımlanmıştır (Macmillan Education Ltd., 1996). İştah sadece günlük yiyecek alımı ve yeme davranışı ile ilgili değildir, aynı zamanda enerji depolama süreçlerine destek verir ve vücudun enerji depolarının durumuna yönelik bilgi sağlarken; uyarıcı sinyaller, depoların tükenme veya doluluk durumunu belirtmek ve enerji rezervleri düşükse alımı yönlendirmek için doku depolarından gelir (Harrold ve diğerleri, 2012: 8). İştah ve yiyecek seçimini etkileyen faktörler ise bireyin sosyoekonomik çevresi, öğrenilmiş beslenme tutumları, depresyon ve benzeri bedenî koşullar ve üstelik tıbbi tedavilerin tümü olabileceği gibi, öğün miktarı, yeme sıklığıdır (Grimm ve Steinle, 2011: 54).

Polivy ve Herman'a (2005) göre, yeme davranışı kişinin duygularının ortaya çıkış biçimlerinden biri olup, kişinin yedikleri ve yediği ölçü, duygu durumunu etkileyen etmenlerden olmasına karşın, yeme davranışı yeme sonrası mutluluk, haz gibi olumlu duyguların yanında, kaygı, suçluluk gibi olumsuz hisler de yaratabilir (aktaran Aydın İ., 2015: 1). Yeme bozukluklarının dış etmenlere bağlı olarak her geçen gün arttığı gözlemlendiğinde, bunun ciddi bir soruna dönüştüğü görülmektedir. İnsan yeme davranışının düzenlenmesi düşünüldüğünde, iştahın homeostatik ve hedonik ifadesi arasındaki ilişki önemlidir; öyle ki iştahın homeostatik kontrolüne, vücudun enerji depolarını koruyan, depoların tükenmesinden sonra yemek yeme motivasyonunun artmasıyla sağlanan biyolojik bir ihtiyaç aracılık eder (Harrold ve diğerleri, 2012: 3). Bu ihtiyaç karşılandığında ise, yeme süresini sona erdirmek için negatif geri besleme sinyalleri üretilir.

Yeme davranışı birden fazla öğeden etkilendiği için, psikolojik açıdan değerlendirildiğinde, gün içinde farklı sebeplerden ötürü gelişen baskı, gerilim, bezginlik, mutluluk, coşku, heyecan gibi duygularla iç içedir (Özkan ve Bilici, 2018: 16). İnsanlar fizyolojik ihtiyaçları dışında duygularından etkilenecek, yemek seçimi,

yiyecek miktarı ve yeme sıklığı gibi yeme davranışlarında değişiklik göstermektedir. Bu değişimler kısa bir zaman diliminde gerçekleştiği için, çevresel ve psikolojik nedenler, metabolik veya genetik sebeplere nazaran daha fazla sorumludur ve bu sebepten yeme davranışının, duygusal uyarılmalardaki (kaygı, öfke, sevinç, depresyon, üzüntü ve diğer duygular) değişkenlere göre değiştiği varsayılmaktadır (Canetti ve diğerleri, 2002: 157). Yeme davranışı sadece fizyolojik bir ihtiyaç değil, psikolojik olarak da açlık veya doyumluğu etkileyebilen bir duygu durumudur ve duygulanıma yanıt olarak yeme davranışı gösterme/eğilimli olma hali duygusal (emosyonel) yeme olarak tanımlanabilir (Aydın İ., 2015: 1).

Yemek yeme davranışı, çevresel koşullardan etkilenmiş olduğu gibi, beynin algılama seviyesi ile de yakından ilişkilidir. Duyu organlarına hitap eden bir besinin ortamda bulunması, beynin ilgili bölümlerini uyarak yeme dürtüsü oluşturabilmektedir (Bozan, 2009: 37). Yeme davranışı, fizyolojik olmakla birlikte aynı zamanda sosyal bir aktivitedir; kimi zaman açlıktan öte psikolojik bir dürtüdür ve bireylerde fizyolojik açlık hissedilmezken bazı nedenlerden dolayı yemek yeme bir davranış olarak gözükmemektedir (Güzey, 2014: 17). Karmaşık biyolojik, gelişimsel, psikolojik ve sosyal sistemler yeme davranışlarının gelişimine ve sürdürülmesine yön vermektedir ve her seviyenin detaylı bir şekilde anlaşılmış olması; yeme davranışı ile ilgili durumların müdahalesi ve tedavisi hakkında önleyici enformasyon sağlamaktadır (Gahagan, 2012: 270). Karmaşıklığından dolayı kişiye göre çeşitlilik gösteren yeme davranışı işlevsel olarak çok sayıda faktör tarafından desteklenen atıştırma veya öğün şeklinde farklı yeme etkinlikleriyle organize edilmiştir ki bunlar, genel olarak psikolojik deneyimler ve çevresel fizyolojik sinyaller olarak kategorize edilerek, vücudun enerji durumunun merkezi sinirsel süreçlerini bilgilendirmektedir ve bu olay vücudun ihtiyaçlarını, dış çevrenin talepleriyle eşleştirmektedir (Harrold ve diğerleri, 2012: 3).

2.2.2. Duygusal İştah, Duygusal Yeme ve Aşırı Yeme

İnsan yaşamı boyunca gelişen beslenme davranışı homeostatik mekanizmalar, çocukluktaki duyu ve emosyonel kapasite, içinde bulunulan sosyal çevre, ödül sistemi, kültürel öğeler, anne-babanın bakım verme ve tutum becerileri gibi birçok

parametreye göre gelişim gösteren yemek yeme, yaşam için lüzumlu ve haz veren bir tutumdur (Erbay ve Seçkin, 2016: 473). Psikolojik yeme tarzı, modern toplumların mevcut obezogenik ortamında kilo almaya yatkınlıktaki bireysel farklılıkları hesaba kattığı öne sürülen bir faktördür (Konttinen ve diğerleri, 2010: 473). Her ne kadar yeme güdüsü ve duygusal iştah arasında sıkı bir bağ olduğu düşünülse de insanların kişisel özellikleri ve duygu durumuna göre farklılık gösterebilir.

Duygusal yiyiciler duygusal stres ile baş etme yöntemi olarak yiyeceğe yönelirler ve bu tutum zamanla soruna dönüşür (Ünal, 2018: 35). Bu durum yanlış ya da anormal değildir sadece bazı bireylerin duygularla başa çıkmak için yaptıkları davranış şeklidir ve bu tip başa çıkma tepkisinin tek dezavantajı, bireylerin kilo alma ihtimalidir (Dovey, 2010: 4). Duygusal yemenin, sadece duygulanmaya karşılık ortaya çıktığı varsayıldığından, yeme tutumu açlık hissetmeyle veyahut öğün anı geldiği için veya sosyal gereklilik olduğu için değil bu duygulara tepki olarak gerçekleşir (Serin ve Şanlıher, 2018: 135). Yoğun duygusal uyarımlar, kişilerin tokluk sinyallerine ve açlığa karşı duyarsızlaşmalarına sebep olmakta ve netice olarak da vücut ağırlığındaki artışlar, yeme bozukluğu ve depresyon vb. psikolojik ve fiziksel sağlık problemlerini ortaya çıkarabilmektedir (Tan ve Chow, 2014: 2). Duygusal yiyicilerin alışkanlık olarak yediği yiyeceklerden farklı olarak kaygı ile mücadele edebilir onarıcı özelliklere sahip bazı gıda maddeleri vardır ve ruh hallerini iyileştirmek için kullandıkları kişisel olan bu yiyecekler, makro besin içeriğinden bağımsız olarak tüketilir (Dovey, 2010: 4).

Bazı insanların sağlıklarını tehdit eden kiloya ulaşacak kadar yemek yeme eğiliminde olması, insan davranışlarında uzun zamandır görülmektedir. Bu yönüyle Antik Roma âlemleri iyi bilinmektedir ve günümüzün tatil şöenleri de aynı yöntemle devam ederek hem ağır yemeyi destekleyen sosyal normları hem de aşırı tokluğun sık sık kişisel zevkini yansıtmaktadır (Heatherton ve Baumeister, 1991: 86). Kişilerin kendilerini baskı altında hissettiklerinde, stres, depresyon, ebeveyn modellemesi, öfke, can sıkıntısı ve mutluluk gibi psikolojik değişimler yaşadıkları zamanlarda normalden daha fazla yiyecek tüketimi gösterdikleri duygusal yeme, olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen aşırı yeme eğilimini anlatan bir yeme bozukluğudur (İnalkaç ve Arslantaş, 2018: 70). Aşırı yeme genellikle olumsuz etkilere karşı kontrolsüz bir tepkidir ve yapılan araştırmalarda, olumsuz duygunun, bireyin kendi algıladığı

duygusal yeme düzeyini önemli ölçüde artırdığı görülmüştür (Bekker ve diğerleri, 2004: 461). Aşırı yeme, genellikle duygudurum bozukluklarını veya "yasak" yiyeceklere maruz kalmayı içeren belirli uyaranlar tarafından tetiklenme eğilimindedir, ancak diğer çevresel uyaranları da içerebilmektedir (Wardle, 1990: 387). Doğru bir beslenme alışkanlığı sağlıklı yaşam için en önemli konulardan biri olmasın karşın, takıntı haline dönüşürse ciddi fiziksel ve/veya ruhsal sorunlar ile karşılaşmaktadır (Erbay ve Seçkin, 2016: 473). Duygusal yemede risk grubunu oluşturanların çoğu çocuklar, ergenler ve obez bireyler olabilmektedir.

Covid-19 pandemisinde karantinaların uygulanması, eğitime uzaktan çevrimiçi olarak devam edilmesi ve iş hayatının evden çalışma ile sürdürülmesiyle birlikte, fiziksel hareketliliğin azalması ve uyku sorunlarının artması gibi faktörler, bireylerin besinlerle olan bağıını değiştirmektedir (İşler, 2021: 2). Pandemi gibi yaşanması öngörülemeyen dönemlerde stres düzeyinin artması ile birlikte aynı zamanda hayat kalitesinde meydana gelen farklılıklar da bireyleri günlük alışkanlıklarının dışına taşıyarak, vücut ağırlıklarında beklenmeyen artışlara yol açmaktadır. Korona pandemisinde yapılan bir araştırma, içinde bulunulan durumun bireylerde iştah durumu, uyku kalitesi ve yemek yeme alışkanlıkları açısından kayda değer değişikliklere yol açtığı sonucuna ulaşmıştır (Alim ve diğerleri, 2021: 83). Tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 pandemisinde İtalya'da yapılan bir araştırma da karantina sırasında duygusal sıkıntı ve düşük yaşam kalitesinin, kişinin kendi bildirdiği duygusal yemenin artışına yol açtığını ve daha sık tıknırcasına yeme ile karşı karşıya kaldığını doğrulamıştır (Cecchetto ve diğerleri, 2021: 5).

2.2.3. Duygusal Yeme Davranışları

Ganley'e (1989) göre, olumsuz duygulara verilen geri bildirim olan duygusal yeme, insanların aşırı yemeye yatkınlığını göstermektedir (aktaran Tan ve Chow, 2014: 1). Açlık kontrol mekanizmasına ilişkin mevcut kavramlar; gıda yoksunluğunun yol açtığı bazı değişiklikler, kan bileşenlerinin modifikasyonu, mide hareketliliğinde artış, vücut sıcaklığındaki değişiklikler vb. gibi çeşitli çevresel fizyolojik değişiklikler olarak sıralanabilmektedir (Schachter, 1968: 751). Dışsal yeme; kişinin harici uyaranlar olan; besinin kokusu, lezzeti, görünümü ve benzeri etmenlerden etkilenecek,

normal zamanda yediğinden daha fazla gıda tüketmesine karşılık gelmektedir (Bozan, 2009: 37). Dış yeme, yemeklerde dış uyaranlara tepki olarak yemek yemeyi ifade eder ve aynı zamanda; açlık ve tokluğun içsel sinyallerine karşı duyarlılığın azalmasını içermektedir (Dakanalis ve diğerleri, 2013: 188).

Yemek yeme her ne kadar temel ihtiyaç olarak bilinse de bu davranışın değişen amaçlarından söz edilebilir. Öfke gibi negatif duygularda özensiz ve hızlı bir yeme tarzı görülür iken; neşeli durumda besinlerin sağlıklı ve lezzetli olduğu için, tüketildiği hedonik yemede artış olduğu görülmüştür (Sevinçer ve Konuk, 2013: 172). Hedonistik yeme, lezzetli besinlere karşılık oluşan iştah ve bu oluşuma karşı tüketimden duyulan haz alma durumu olarak tanımlanmakta olup, hedonistik yeme davranışı bulunan kişiler, besin seçimlerinde de damak zevkine hitap edebilen ve tüketen kişiye haz veren yiyecekleri tercih etmektedirler (Güzey, 2014: 17). Besin alımı birbirini tamamlayan iki yol ile olmaktadır; homeostatik yol, enerji depolarının tükenmesinin ardından, yeme motivasyonunu yükselterek, enerji dengesini denetim altına alırken, hedonik yol veya diğer bir deyişle ödüle dayalı düzenleme, oldukça lezzetli yiyecekleri tüketme arzusunu artırmaktadır (Lutter ve Nestler, 2009: 629). Kısıtlayıcı yeme kuramı ilk olarak Herman ve Mack (1975) tarafından tanımlanmış, sonrasında Herman ve Polivy tarafından geliştirilmiş olup; bu teoriye göre, gıdalara karşı duyulan arzu ile bu arzuya direnme çabası yeme davranışlarını belirler ve kısıtlama, bu arzuya karşı gösterilen bilişsel bir çabadır (Sevinçer ve Konuk, 2013: 173).

Oldukça mühim halk sağlığı sorunları olarak kabul edilen aşırı yemenin sağlıkla ilgili olumsuz birçok sonucunun yanında, bu davranışın önemli nörobiyolojik ve psikolojik temelleri vardır (Moreno ve Tandon, 2011: 1128). Kişilerin, egosunda tehdit oluşturan uyarlardan kaçma veya ilgiyi bu uyarlardan caydırma ve negatif uyaranlarla başa çıkmak için sergilendiği öne sürülen kaçış teorisine göre; self, benliği tehdit eden bir bilgi ile karşılaştığında olumsuz duygular ve onun getirdiği caydırıcı etkilerden uzaklaştırmak için emosyonel yiyiciler kaçmaya yönelir ve bu farkındalıktan kaçış, aşırı yeme ile neticelenen daha bariz nitelikteki dış uyaranlara dikkati yöneltmek suretiyle yapılır (Sevinçer ve Konuk, 2013: 174). Yapılan araştırmaların, düşük kilolu bireylerin normalden önemli ölçüde daha az yemek yediğini, aşırı kilolu olanların ise normalden önemsiz bir şekilde daha fazla yemek yediğini bildirmesi göz önüne alındığında, zayıf insanların kilo kaybında duygusal

yemenin katkısının daha yüksek olduğu gör÷lmektedir (Geliebter ve Aversa, 2003: 346).

2.2.4. Duygusal Yeme Davranışını Açıklayan Kuramlar

İnsan, tabiatı gereği günlük hayatında duygularının yönlendirmesiyle yol almaktadır ve bu duygular yemek yeme ile de doğrudan bağlantılıdır. Duygusal durumlar yeme davranışını etkilemekte, olumlu/olumsuz duygular karşısında yemek yeme tetiklenebilmektedir. Harekete geçen gıda alımı, aşırı yeme veya yetersiz yeme ile sonuçlanabildiği gibi, çoğu obez bireyde olumsuz duygusal durumlar sırasında göreceli olarak aşırı yeme gör÷lmektedir (Geliebter ve Aversa, 2003: 342). Ayrıca, Oliver, Wardle ve Gibson'a (2000) göre, duygusal yeme davranışlarının gör÷ldüğu kişilerde yüksek kalorige ve çok yağlı besinlerin alınması söz konusudur. Obez bireyler bazı duygusal durumlarda normal kilolu bireylerden daha fazla yemektedirler. Bu tür yemenin, özellikle öfke, yalnızlık, bıkkınlık ve depresyon gibi olumsuz duygular için duygulanım azaltıcı bir etkiye sahip olduğu gör÷lmektedir (Ganley, 1989: 343).

Duygusal yemeye neden olan birbirinden farklı birçok faktör olup duygusal yeme, epeyce psikolojik ve sağlık sonucu ile yakından ilişkilidir (Tan ve Chow, 2014: 1). Dürtüsel insanlar yeme davranışında kontrol sağlayamadıklarından, lezzetli ve yüksek kalorili besinlerin tüketilmesine karşı duydukları ilginin fazla olduğunu belirtmişlerdir (Annagür ve diğerleri, 2012: 15). Aşırı yeme davranışı olan bireyler, negatif duyguların karşısında daha çok yemek yeme eğilimi içeresindedirler (Sultson ve diğerleri, 2017: 428). Aynı zamanda, beden kitle endeksi fazla olan ve kilo kontrolleri fazla olan bireylerde, duygusal yeme davranışları daha fazla gözlemlenmiştir (Blair ve diğerleri, 1990: 151).

Fiziki ve psikolojik rahatsızlıklar yaşandığında veya hüzünlü zamanlarda insanlarda, iştahsızlık durumu gözlemlenmektedir. Sevinçli zamanlarda şenlikler düzenlenip ziyafet çekildiği sırada ise haddinden fazla yeme davranışı göstermek, açgözlülük veya irade eksikliği olarak algılanmaktadır (Bruch, 1964: 269). Kaçış kuramı kapsamında, duygusal yeme davranışları negatif duygudan kaçma biçiminde belirtilmektedir (Heatherton ve Baumeister, 1991: 88). Kısıtlama kavramına göre, çok

fazla yediğini düşünen kişiler, kendi gıda alımlarını istedikleri gibi kısıtlayabilmektedir (Canetti ve diğerleri, 2002: 157). Kısıtlama teorisindeki disinhibitörlerin, psikosomatik ve dışsallık teorisinde merkezi olan aşırı yeme ipuçlarıyla, obez bireyler için, karakteristik olduğu düşünülen, yani olumsuz duygulara yanıt olarak duygusal yeme ve gıdayla ilgili uyaranlara yanıt olarak dış yeme davranışlarına, yüksek benzerlik gösterdiği gözlemlenmektedir (van Strien, 1996: 84).

2.2.5. Yeme Bozuklukları

Yeme bozukluğu, yeme davranış ve tutumlarındaki bozulmaları kapsamına alan, bireyin ruhsal ve fiziksel sağlığı üstünde negatif etkileri olan psikolojik bir rahatsızlık olup, birden fazla sayıda fizyolojik belirtinin ortaya çıkmasıyla, fiziksel sağlık ve hatta hayatı tehdit eder nitelikte olmasıyla, tedavi süreçlerinin zor ve uzun olmasıyla, tekrarlama ihtimallerinin fazla olması sebebiyle, son zamanlarda çalışmaların ilgi odağı olduğu kabul edilmektedir ayrıca “duygusal istikrar, işlevsellik, yaşam kalitesi, kaygı ve intihar” gibi eğilimler üzerinde de etkisi olduğu bildirilmiştir (Canetti ve diğerleri, 2002: 158). Sağlıklı yaşam için kontrol altında tutulması gereken beslenme alışkanlığı, bir takıntı haline dönüşmesi durumunda ciddi fiziksel ve ruhsal sorunlara yol açabilmektedir (Erbay ve Seçkin, 2016: 473). Yeme tutumu fiziki ihtiyaçların yanı sıra kişinin psikolojisinde oluşan değişimlerden etkilendiğinden, sağlık yönünden risk oluşturabilen davranışlar yemek yeme bozuklukları için zemin oluşturmaktadır (Tan ve Chow, 2014: 1).

Hayatta kalmak için yemek gereklidir ama yetersiz beslenme veya aşırı beslenme, yeme bozukluklarına yol açabileceğinden rahatsız edici olabilmektedir (Gahagan, 2012: 261). Yeme davranışının yeme bozukluğuna dönüşmesi özellikle çocuklarda fiziksel ve gelişimsel açıdan farklı türde sorunların ortaya çıkmasına sebep olabilmekte ve bu sorunların organik bir kaynaktan çıkmaması halinde ise çözüm odaklı bir yaklaşımla çocukla birlikte çevrenin ve toplumun da incelenerek değerlendirilmesi gerekmektedir (Şahin ve diğerleri, 2019: 200). Ülkemizde yetersiz ve dengesiz beslenme sorunları daha çok kadınlarda ve çocuklarda sağlığın bozulması şeklinde görülen ve çalışan insanların verimliliğini azaltan faktörlerin en başında yer almaktadır (Baysal, 1981: 9).

Yeme bozukluğu yaşayan bireylerde ortaya çıkan tıbbi tanılar arasında, önemli elektrolit dengesizliği, dış dokusunda güçsüzlük, kardiyak anomaliler, özofagus mukozasında zedelenme, vb. mühim sağlık sıkıntıları bulunmaktadır (Ünsal ve diğerleri, 2010: 102). Tan ve Chow'a (2014) göre multifaktöriyel bir yapıya sahip olan yeme bozukluklarının gelişmesine, psikolojik etmenler, genetik faktörler, çevresel unsurlar, bireysel özellikler ve aile neden olabilmektedir. Yeme bozuklukları ve yeme bozukluğu sendromlarının erken ergenlik olan 10-14 yaş arasında alevlenmeye başladığı öne sürülmektedir (Sönmez, 2017: 301).

2.2.6. Yeme Bozukluklarının Sınıflandırılması

Ülkeye, yaşa, cinsiyete ve bireye göre farklılık gösteren yeme bozukluklarında farklı gruplar ele alınarak incelenmiştir. Aşırı kilo davranışlarıyla ilişkili olan kilo verme ve yeniden kilo alma döngüleri, bireylerde anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza ve tıkmırcasına yeme bozukluğu gibi hastalıkların olasılığını artırdığı gibi aşırı diyet yapmak da hem fiziksel (menstrüel düzensizliklere yol açmakta, büyüme geriliği ve gecikmiş cinsel olgunlaşma) hem de psikolojik rahatsızlıklara (özsaygıda azalma, zayıf konsantrasyon ve rahatsız uyku düzenleri) neden olabilmektedir (Fonseca ve diğerleri, 2002: 442). Yapılan araştırmalar göstermiştir ki, obezitenin emosyonel özelliklerle ilişkisi dürtüsel özelliklerle ilişkisinden daha güçlüdür ayrıca depresyonu olanların dürtüsellik puanlarının yüksek olması sonucu, obezite ve dürtüsellik ilişkisinden çok depresyon ve dürtüsellik ilişkisine bağlanmıştır (Annagür ve diğerleri, 2012: 14).

Yeme bozuklukları “Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) 2013'te yayınladığı Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'na (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders / DSM-5) ve Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) yayınladığı Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması'na (International Classification of Diseases / ICD-10) göre 8 alt grupta incelenmektedir.” (Yılmaz H., 2019: 38).

2.2.6.1. Anoreksiya Nervoz

Anoreksiya nervoz (AN), beden algısının bozulmasıyla bireyin sağlıklı bir zayıflığı hedef alma suretiyle gözle görülür derecede vücut ağırlığı kaybına sebep olması, kilo almaktan aşırı derecede korkma ve bunlara bağlı olarak bozulmuş bir yeme davranışdır (Yüksel, 2021: 108). Vakaların çoğunu kadınların oluşturmalarına rağmen erkeklerde de görülebilen aşırı zayıflık, gıdayı reddetme veya bulemi gibi yeme davranışı bozuklukları ile ortaya çıkmasının yanı sıra aynı zamanda kişilerde anksiyete bozukluğu, sosyal uyumda zorlanma ve katı davranışlar da sıklıkla görülmektedir (Şengül ve Hocaoglu, 2019: 102). Beslenme bozukluklarındaki psikolojik faktörlerin farkındalığı ve sistematik çalışması, obezite ve anoreksiya nervozanın belirtilerini aşırı derecede gösteren oldukça yeni bir kökene sahiptir (Bruch, 1964: 269). Anoreksiya nervoz hastası olan genç insanlar, fikri kapasitelerini bozan yeme davranışlarının fiziki tesirlerinden dolayı ve yemek yeme ve neticesinde kilo alma çekincelerinden dolayı, destek alma hususunda kararsız kalmakta ve hasta olduklarını kabullenememelerinden dolayı aile tarafından kliniğe götürülmektedirler (Lewis ve Nicholls, 2016: 521).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) anoreksiya nervoz tanı kriterlerinde, ihtiyaçlara göre enerji alımını sınırlamak bireyde yaş, cinsiyet, fiziksel sağlık ve vücut gelişimi açısından gereğinden az kiloda olmasına sebep olmaktadır. Anoreksiya nervozada, kilo alımından veya şişmanlamaktan çekinme veya zaten oldukça düşük kiloya sahipken kilo almayı önleyici şekilde davranışlarda sergilenmektedir. Ayrıca bireyin bedensel kilosunu veya şeklini nasıl gördüğüne dair bir bozukluk bireyin kendini yorumlarken beden ağırlığı ve biçimine gereğinden fazla önem yüklemesi veya düşük kilosunun ehemmiyetini anlamaması da AN tanı kriterlerindendir (Köroğlu, 2014: 174).

2.2.6.2. Bulimiya Nervoz

Bulimiya nervoz (BN) ismi Şengül ve Hocaoglu'na (2019: 102) göre, Roma İmparatorluğu dönemine kadar uzanır; bulimiya 'bous (öküz)' kelimesi ile 'limos (açlık)' sözcüklerinden türetilmiştir. Erken Roma döneminde yaşayan servet sahibi Romalıların, kontrolsüzce yemek yedikleri ve yemek yemeden aldıkları keyfi

arttırabilmek için kusup tekrar yedikleri bilinmektedir (Crichton, 1996: 203). Bulimiya nervoza, aşırı yemenin etkilerini azaltmak ve obeziteyi engellemek için; kısa süren aşırı yeme dönemlerinin ardından istifra etme, aşırı egzersiz yapma ya da müshil vb. ilaçlar kullanma şeklinde gelişen bir yeme bozukluğudur (Yüksel, 2021: 109). Bulimiya nervozalı bireyler, tekrar tekrar oruç tutma, aşırı egzersiz yapma, kendi kendine kusma, lavman ve müshil kullanımı ile aşırı yemeyi kendi kendilerine telafi etmeye çalışmaktadırlar (Hay ve Claudino, 2010: 36). BN hastaları aşırı yemelerinden sonra pişmanlık ve suçluluk duygusuna kapılmalarına ve şişmanlama korkularına rağmen tıknırcasına yemek yeme (binge eating) isteğindedirler (Şengül ve Hocaoglu 2019: 102).

Heatherton ve Baumeister (1991)'a göre bulimiya nervozanın başlangıç yaşı erken erişkinlik ve geç ergenlik dönemleri olarak belirtilmektedir. Bulimiyadaki gerektiğinden fazla yemek yeme durumu, hem kilo vermeye çalışan obezlerde hem de gıda alımını kısıtlamaya çalışan normal kilolu kadınlarda öne çıkan bir özelliktir (Wardle, 1990: 387). Genel olarak genç kadın, ergen ve erişkin gruplarında daha fazla görülen bulimiya nervoza, kilo alımının frenlenmesinin amaçlandığı, uygunsuz davranışlarla karakterize bir hastalık olup, tıknırcasına yemek yeme ataklarından sonra bireyin kendi kendini tetikleyerek kusturmasıdır (Taştan ve diğerleri, 2017: 94). Erkeklerle oranla kadınlarda daha fazla görülmekte olan bulimiya nervozanın görülme riski, benliği düşük olan, depresif belirti ya da sosyal kaygı yaşayan kişilerde ve çocukluk dönemlerinde fiziksel veya cinsel istismar öyküleri olan bireylerde daha fazladır (Hay ve Claudino, 2010: 36).

Duygusal ve dışsal yeme davranışının obez yeme kalıpları ile bulimik yeme davranışı arasında bir benzerlik olduğu söylenebilir. Fakat ölçülü yeme ile obez veya bulimiya nervozalı bireylerdeki yeme alışkanlıkları arasında yüksek bir ilişki bulunmamaktadır (van Strien, 1996: 84). Yapılan araştırmalarda, ailesinde depresyon öyküsü olan bulimiya nervoza hastalarının daha önce depresyon tedavisi görmüş olma ihtimalinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Heatherton ve Baumeister, 1991: 100). Hastalığın kronik olmasından kaynaklı tedavi zorluklarında, sıklıkla antidepresan kullanımı vasıtasıyla çözüm bulunan tedavi yöntemi olan psikofarmakolojik yaklaşım ile alıştırma tepki önleme, kişiler arası ilişkiler terapisi ve bilişsel-davranışçı

terapilerden derlenen psikolojik yaklaşımlar iyileştirici etki göstermektedirler (Erol ve Yazıcı, 1999: 173).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) bulimiya nervoza tanı kriterleri; tekrarlayan tıkanırcasına yeme dönemleri (emsal şartlarda ve zamanda çoğunluğun tüketebileceğinden gözle görülür şekilde fazla gıdayı yeme, yemek yeme ile ilgili kendini kontrol edememe); kilo alımını kısıtlamak için kendini kusturma, yanlış ilaç kullanımı (müshil ilaçları, diüretik ilaçlar, vb.), hiç gıda almama ya da aşırı idman yapma gibi tekrarlayan gereksiz davranışlar; tıkanırcasına ve gereksiz ödünleyici durumların üç ay içerisinde haftada bir tekrarlaması; kendilik değerlendirmesi, bedensel şekil ve kilodan abes şekilde etkilenme; ve tüm bu bozuklukların AN zamanlarında boy göstermesi şeklinde sıralanabilmektedir (Köroğlu, 2014: 175-176).

2.2.6.3. Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Dördüncü Baskı'ya (DSM-4) göre, öncelikle iki spesifik yeme bozukluğunu tanıması (anoreksiya nervoza (AN) ve bulimiya nervoza (BN)) üzerine, geçici bir üçüncü tanı olarak ortaya çıkan tıkanırcasına yeme bozukluğu (Binge Eating Disorder - BED); sıkıntılı, ancak bulimiya nervozanın uygunsuz telafi edici davranışları olmaksızın, tekrarlayan, sürekli kontrolsüz tıkanırcasına yeme atakları ile ele alınmaktadır (Kessler ve diğerleri, 2013: 904). Fazla kilolu ve obez sınıfına giren bu bireylerde bulimiya nervozada olduğu gibi aşırı yemek yeme atakları gelişir fakat bu krizlerden sonra durumu düzeltmek için herhangi bir davranış gösterilmez (Yüksel, 2021: 110). Tıkanırcasına yemek, yüksek standartlardan ve beklentilerden, özellikle de başkalarının zor (algılanan) taleplerine karşı akut bir hassasiyet içermektedir ve bireyler bu standartların gerisinde kaldıklarında, kendileriyle ilgili pek de övücü olmayan görüşler ile başkaları tarafından nasıl algılandıkları konusunda endişeyle karakterize edilen, yüksek öz-farkındalığa ilişkin caydırıcı bir tavır takınmaktadırlar (van Strien ve diğerleri, 2012: 783). Tıkanırcasına yemenin duygusal sıkıntı ile yakından ilişkide olduğu bilinmektedir. Bu rahatsız edici duyguları daha sıradan diyetlerle ilişkilendiren bazı kanıtlar arasında, bireylerin akut duygulanım veya kötü ruh hallerine yanıt olarak aşırı

yemeye başlayabileceği ve aşırı yemenin bu duygusal sıkıntıyı hafifletmeye yardımcı olabileceği gibi duygu durumları yer almaktadır (Heatherton ve Baumeister, 1991: 94).

DSM-4 tanı kriterleri kullanılarak yapılan bir çalışmada ergenlerde yeme bozukluğu alt tiplerinin cinsiyete özgü yaşam boyu prevalans oranları kızlarda %2,3 ile daha yüksek çıkarken, bu oran erkeklerde %0,8 olarak bulunmuştur (Swanson ve diğerleri, 2011: 716). Tıkınırcasına yeme bozukluğu değişik derecelerde obezite ile birlikte görülmektedir ve yapılan araştırmalarda erkeklerde daha az görüldüğü gibi (%65 kadın, %35 erkek), obezite nedeni ile tedavi arayışında bulunan kilolu kadınlarda görülme sıklığı daha fazladır (Annagür ve diğerleri, 2012:17). Tıkınırcasına yeme ve depresyon arasında önemli farklar vardır ve tıkınırcasına yiyenlerin hepsi aslında depresyonda sayılmaz (veya tüm depresifler tıkınırcasına yemeyle meşgul değildir) (Heatherton ve Baumeister, 1991: 100). Tıkınırcasına yiyen bireylerin algılarına, genellikle kaygı ve depresyonu içeren duygusal sıkıntı eşlik ederken, bu nahoş durumdan kurtulmak için tıkınırcasına yiyiciler, dikkati yakın uyaran ortamına daraltma ve geniş anlamda anlamlı düşünceden kaçınma bilişsel tepkisine yönelmektedirler (van Strien ve diğerleri, 2012: 783). Tıkınırcasına yeme her zaman depresyonu kapsamamasına karşın, psikoloji henüz depresyonu tam olarak anlamadığı sürece önemli sorular cevapsız kalmaya devam etmektedir (Heatherton ve Baumeister, 1991: 100).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) tıkınırcasına yemek yeme tanı kriterlerinde; tekrarlayan tıkınırcasına yeme nöbetleri (emsal şartlarda ve zamanda çoğunluğun tüketebileceğinden gözle görülür şekilde fazla gıdayı yeme, yemek yeme ile ilgili kendini kontrol edememe) ve tıkınırcasına yeme dönemlerine en az üç bileşen olmak üzere eşlik eden duygular (normalden daha hızlı yeme, huzursuz edici derecede tokluk hissi elde edene dek yeme, fiziki açlık hissetmezken bile fazla miktarda yeme, yediği ölçü fazla olduğu için yalnız yemek yeme, yeme sonrası kendinden iğrenme, çöküntü hissetme ve suçluluk duygusu) yer almaktadır. Bu kriterlere, tıkınırcasına yeme ile ilgili rahatsızlık duyma; bu davranışlarının üç ay içerisinde haftada en az bir kez tekrarlanması; bu yeme bozukluğuna bulimiya nervozada olduğu gibi tekrarlayan ve gereksiz ödünleyici durumlar eşlik etmemektedir (Köroğlu, 2014: 176-177).

2.2.6.4. Pika

Pika, taş, tuğla, tebeşir, sabun, kâğıt, toprak vb. gibi gıda dışı maddeleri yeme eylemi veya alışkanlığı olarak tanımlanmaktadır ve bu alışkanlığın özünde demir ve çinko eksikliği vb. gibi birçok teori olduğu düşünülmektedir (Advani ve diğerleri, 2014: 1). Pika terimi, hem yiyecek hem de yiyecek olmayan maddeleri açgözlülükle yemesiyle tanınan saksagan kuşunun Latincesi olan “magpie”den gelir (Stiegler, 2005: 27). Pika’da çocuklar minimum bir ay boyunca genelde boya, alçı, ip, saç, giysi gibi yenilebilir olmayan maddeleri sürekli yeme eğilimindedirler ve bu bozukluk büyük çoğunlukla bebeklikte başlar, kuvveti küçük çocukluk çağlarında azalır, bazı çocuklarda buluş çağının başlarına kadar devam edebilir ve (Bal, 2018: 351). Pika, çocuklarda sıklıkla görülen bir hastalık olmasına rağmen, hamile kadınlarda ve gelişimsel yetersizliği olan yetişkinlerde de görüldüğü gibi, bazı araştırma sonuçlarına göre, daha yüksek eğitim düzeyi, daha düşük pika prevalansı ile ilişkilendirilmiştir (Fawcett ve diğerleri, 2016: 281).

Pika hastalığının kültürel, bölgesel, sosyoekonomik, cinsiyet ve yaş sınırlarını aştığı bilinmektedir (Stiegler, 2005: 29). Pika, tüketilen gıda dışı ürünlerin türüne göre değişiklik gösteren ciddi yaşamsal sorunlara yol açmaktadır (Fawcett ve diğerleri, 2016: 281). Pikanın yaygınlığı bilinmemekle birlikte okul öncesi çocuklarda gerçekte olduğundan az teşhis edildiği düşünülmektedir ve bununla birlikte beslenme yetersizliği ya da zehirlenme gibi tıbbi rahatsızlıklara mahal vermeden pika tanımlı çocukların dikkatli sağlık değerlendirmelerinin yapılması gereklidir (Bal, 2018: 351).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) pika tanı kriterleri minimum bir ay boyunca besleyici olmayan veya gıda olmayan maddeler yeme; bu yeme tutumunun bireyin gelişimsel düzeyi ile tutarlılık sağlamamasına dayanmaktadır. Diğer kriterler ise bu bozukluğun kültürel bir zemini olan veya toplumda sıradan olarak kabul görülen bir tutum olmaması; bu yeme davranışının farklı bir tinsel bozukluk olarak ortaya çıkma durumunda klinik ölçümlemeye ihtiyaç duyacak kadar ağır olması şeklinde sıralanabilmektedir (Köroğlu, 2014: 171). Pika için güncel tedavi olarak kanıta dayalı bir protokol bulunmamaktadır ancak tedavilerde

psikososyal, çevresel, davranışsal ve aile rehberliği yaklaşımları oldukça önem arz etmektedir (Kaçar ve Hacıoğlu, 2019: 349).

2.2.6.5. Geri Çıkarma (Geviş Getirme) Bozukluğu

Geviş getirme (ruminasyon), insanların yemek yedikten hemen sonra sürekli olarak kusarak yiyecekleri çıkarması veya yeniden yutmasıdır. Ruminasyon sendromunun en şiddetli vakaları güçten düşürücü olabileceği gibi total parenteral beslenme veya enteral tüple beslenmeyi gerektirecek ölçüde ciddi sağlık sorunları meydana getirebilir (Green ve diğerleri, 2011: 414). Ruminasyon ağızdan alınarak yutulan gıda ve sıvının tekrarlayan yetersizliğidir ve bu hastalığın tipik semptomu, yemekten 10 ila 15 dakika sonra ortaya çıkabilen fakat 1 ila 2 saate kadar sürebilen, mide bulantısı olmaksızın kusma şeklindedir fakat gıdalar tekrar yutulabilir veya açığa çıkarılabilir (Kaçar ve Hacıoğlu, 2019: 351).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) geri çıkarma (geviş getirme / ruminasyon) bozukluğu tanı kriterlerinin en önemlisi minimum bir ay boyunca sürekli alınan gıdayı geri çıkarma, çıkarılan yiyeceğin yeniden çiğnenmesi, yutulması veya tükürülmesi olup sık geri çıkarmanın mide-bağırsak rahatsızlığının veya farklı bir tıbbi durumun sonucu olmamasıdır. Bu yeme bozukluğunun yalnızca anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza, tıknırcasına yeme bozukluğu ya da kaçınan/kısıtlı yemek alımı bozukluğu esnasında görülmemesi; belirtilerin farklı bir tinsel bozukluk olarak ortaya çıkma durumunda klinik ölçümlemeye ihtiyaç duyacak kadar ağır olması şeklinde sıralanabilmektedir (Köroğlu, 2014: 171).

2.2.6.6. Kaçınan/Kısıtlayıcı Besin Alım Bozukluğu

Kaçınan/kısıtlayıcı yiyecek alım bozukluğu (Avoidant/Restricted Food Intake Disorder – AFRID), gıda tüketiminden kaçınılması veya beslenmenin kısıtlanması ile meydana gelen; yiyecek kıtlığı, kültürel beslenme davranışları, psikolojik veya/ve sağlık hususlardan kaynaklanmayan bir yeme bozukluğudur (Erol Ö, 2018: 16). Bu yeme bozukluğunda bariz bir beslenme kısıtlaması ve gelişme geriliği bulunmaktadır fakat kilo alma korkusu, ağırlık ve vücut görüntüsü endişesi yoktur ve anoreksiya nervoza ile bulimiya nervozadan ayrı kategorize edilmiştir ayrıca çocuklarda,

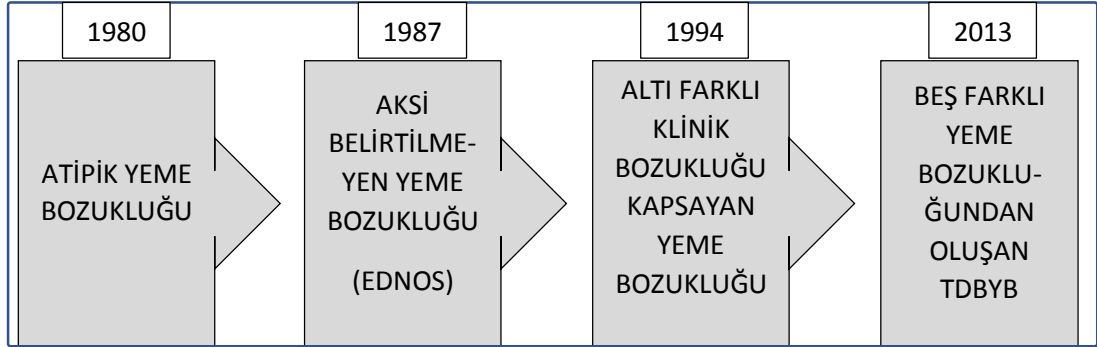
yetişkinlerde ve yaşlılarda daha fazla çalışma yapılmasına gereksinim vardır (Karadere ve Hocaoglu, 2018: 110).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) kaçınan / kısıtlayıcı besin alım bozukluğu tanı kriterlerinden bazıları; bariz kilo kaybı, gözle görülür ölçüdeki beslenme noksanlığı, enteral (tüp vasıtasıyla) beslenme veya ağızdan beslenmeye yardımcı olan dayanaklara bağımlı olma, tinsel ve toplumsal işlevselliğin düşmesi kriterlerinden bir veya birden fazlasının yan yana geldiği ve doğru beslenme ile enerji gereğinin devamlı olarak karşılanmış olmaması şeklindedir. Yiyeceğe ulaşamama veya kültürel bir uygulama olarak açıklanamaması; bu yeme bozukluğunun sadece anoreksiya nervoza ya da bulimiya nervoza görüldüğü sırada ortaya çıkmaması ve bireyin fiziksel kilosu ve şekli ile bağlantılı bir bozukluk olduğunun kesin olmaması; bu bozukluğun senkronik tıbbi bir duruma endekslenmeyip tinsel bir bozukluk ile ilişkilendirilmemesi, farklı bir husus veya bozukluk olarak doğması durumunda klinik açıdan değerlendirilmesi ve olağandan ağır bir hal alması da bu hastalığın tanı kriterleri içinde yer almaktadır (Köroğlu, 2014: 172-173).

2.2.6.7. Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu

Tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu (Other Specified Feeding or Eating Disorder - OSFED) kategorisi DSM-5'te yer alan yeme bozukluğu kriterlerine uymayan yeme bozukluklarının sınıflandırılabilmesi amacıyla oluşturulmuştur. OSFED; "bireyin, sosyal, mesleki veya diğer önemli alanlarda klinik olarak anlamlı sıkıntıya veya bozulmaya neden olan, ancak diğer beslenme bozukluğu tanı kriterlerine uymayan yeme bozukluğu" şeklinde bir hastalıktır ve diğer yeme bozukluğu sınıflarına girmemektedir (Çaka ve diğerleri, 2018: 206). Anoreksiya nervoza ve bulimiya nervozaya geçiş yapma potansiyeli yüksek bir hastalık olduğundan, tıbbi takip önemlidir (Yüksel, 2021: 110). 1980 yılından günümüze, yeme bozuklukları arasında AN, BN veya pika kategorisinde sınıflandırılamayanlar için sürekli bir kategorizasyon oluşturulmuş (Şekil 4) ve son olarak 2013'te yayımlanan DSM-5'te mevcut tanı kriterleri tanımlanmış diğer beslenme veya yeme bozukluğu (TDBYB) kavramı, genellikle en sık görülen beş farklı yeme veya beslenme bozukluğu olarak yeniden güncellenmiştir (Erol Ö., 2018: 22).

Şekil 4: Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu Tanımlanma Tarihçesi



Kaynak: Erol Ö., 2018: 22.

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu tanı kriterlerinde tıbbi olarak bariz bir sıkıntıya ya da toplumsal/işle alakalı olan alanlarda veya kayda değer diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşüşe sebep olan, beslenme ve yeme bozukluğu işaretlerinin üstün tutulduğu lakin bunların beslenme ve yeme bozuklukları teşhislerinden birinin tanısı için tam karşılığının bulunamadığı durumlarda bu kategorinin kullanıldığı görülmektedir. Klinisyenler tarafından ‘tanımlanmış diğer’ kelimesi ile belirlenebilecek durumlar için değişik tür (atipik) anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza (düşük sıklıkta ve / ya da sınırlı süreli), tıknırcasına yeme bozukluğu (düşük sıklıkta veya sınırlı süreli), çıkarma bozukluğu, gece yemek yeme bozukluğu tanımları kullanılabilmektedir (Köroğlu, 2014: 177-178).

2.2.6.8. Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozuklukları

Tanımlanmamış beslenme ve yeme bozuklukları kategorisi klinik açıdan tanımlanmamış ve yeme bozukluğu tanı ve sınıflandırma kriterleriyle örtüşmeyen grupta yer almaktadır. Tanımlanmamış beslenme ve yeme bozukluklarında (Unspecified Feeding or Eating Disorder - UFED) bireyin klinik olarak sosyal, mesleki veya diğer işlevlerin baskın olduğu önemli alanlarda sorunlara neden olmasına rağmen yeme ve beslenme bozukluklarından birinin tüm kriterlerini karşılamaması koşulu aranmaktadır (Yılmaz H., 2019: 45). Tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme

bozukluğu (OSFED) teşhisi, klinik olarak önemli yeme bozukluklarının spesifik örneklerini içerdiğinden, UFED yalnızca OSFED kategorisinde belirtilmeyen durumları teşhis etmek için kullanılır (Smolak ve Levine, 2015: 128).

Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-5) tanımlanmamış beslenme ve yeme bozuklukları tanı kriterleri incelendiğinde, tıbbi olarak bariz bir sıkıntıya ya da toplumsal/işle alakalı olan alanlarda veya kayda değer diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşüşe sebep olan, beslenme ve yeme bozukluğu işaretlerinin üstün tutulduğu lakin bunların beslenme ve yeme bozuklukları teşhislerinden birinin tanısı için tam karşılığının bulunamadığı durumlarda bu kategori kullanılmaktadır. “Tanımlanmamış beslenme ve yeme bozukluğu” olarak yazılan bu tanı klinisyenler tarafından, beslenme ve yeme bozukluklarından rastgele biri için teşhis ölçütlerini karşılamamanın şahsi nedeni belirtilmek istenmediğinde ve daha türsel bir tanı koymak için yeterince bilgi toplanamadığı zamanlarda kullanılmaktadır (Köroğlu, 2014: 179).

2.3. DENEYİM

2.3.1. Deneyim Kavramı ve Temelleri

TDK Güncel Türkçe sözlüğüne göre deneyim; “bir kimsenin belli bir sürede veya hayat boyu edindiği bilgilerin tamamı, tecrübe, eksperyans” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2022). Deneyim kavramının sözlük anlamlarından bir diğeri “bir durumu, olayı vb. görmek veya yaşamak; size bilgi, beceri vb. kazandıran bir olay” şeklindedir (Macmillan Education Ltd., 1996). Literatürde adını ilk kez 1960'larda duyuran deneyim kavramı, bireyin günlük hayatta sahip olduğu belirli bir oluşumu ifade ederken, 1982'de Holbrook ve Hirschman'ın yenilikçi çalışması ile pazarlama kaynaklarında yerini almıştır. Bu çalışmada, tüketicilerin duygusal tüketimde deneyim açısından aktif olarak katılım gösterdiği ve sadece bilgi işlem tabanlı davranışların olmadığı varsayılarak, Pine ve Gilmore'un deneyim ekonomisi görüşünün yanında 1990'larda birbirinden farklı kilit kavramların ortaya çıkmasına sebep olmuştur (Akkuş, 2017: 224).

Fütürist Alvin Toffler (1970), gelecekte mal ve hizmetlere derinden tesir edecek ve ekonominin bir sonraki ileri eylemine yol açacak bir paradigma

değişiminden söz etmiştir ve olağandışı yeni bir sektör olarak adlandırdığı bu olguya deneyim endüstrileri adını vermiştir. Pine ve Gilmore (1999), hizmet ekonomisinden çıkıp deneyim ekonomisi namına tanımladıkları şeye geçtiğimizi öne sürerek Toffler'in fikrini yinelemişlerdir (Knutson ve Beck, 2004: 24). Yapılan araştırmalarda görüldüğü üzere deneyimin Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisine dayandırıldığı varsayılmaktadır. Maslow bireylerin ihtiyacını önem sırasına göre sıralamıştır ve kendi aralarında bir hiyerarşi oluşturmuştur (Şekil 5). İhtiyaç; insanların doğasında var olan bir etkenin eksikliğini hissettiğinde ortaya çıkan ve insandan insana farklılık gösteren psikolojik, biyolojik ve fiziksel olabilen örüntülerdir ve bu farklı ihtiyaçlar zamana ve çevreye göre değişiklik gösterdiği gibi insanları hedefe doğru harekete geçirir (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005: 355).

Şekil 5: Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi



Kaynak: Ercoşkun ve Nalçacı, 2005: 363.

Abraham Maslow (1943) ve Csikszentmihalyi (1990) literatür ile ilgili çalışmalarında, deneyim kazanmak için alt ihtiyaçların giderilmesinin önemini vurgularken, kendini gerçekleştirme (self-actualization) ve optimum deneyimin (optimal experience) eşi benzeri olmayan ve net şekilde anımsanabilen olaylar olduğunu öne sürmüşlerdir (Oral ve Yetim, 2014: 472). Temel ve üst düzey ihtiyaçlar

olarak ikiye ayrılan Maslow'un sınıflamasında, bireyler öncelikle temel ihtiyaçlarını karşılayıp daha sonrasında diğer ihtiyaçlara yönelmektedir ve diğer bir deyişle biyolojik (fiziksel) güdünün ihtiyaçları karşılanmadan bir üst sınıflamadaki psikolojik güdülere geçilemeyeceği belirtilmektedir (Erçoşkun ve Nalçacı, 2005: 362). Toffler'e (1970) göre ise, insanlar maddi olarak güçlenip önce temel ihtiyaçlarını karşılar sonra daha içsel ihtiyaçlara yönelir. Çünkü insanlar sanayi devriminden sonra boş zaman bulma ve gelir artışı konularında rahatlama sağlayıp, kazandıkları parayı duygu arayışları doğrultusunda eğlence, seyahat ve rekreasyon aktivitelerine yöneltmişlerdir (Güzel, 2012: 39).

2.3.2. Deneyim Kavramının Satın Almadaki Önemi ve Turizmdeki Yeri

Turizm, içerik olarak deneyimler üzerine kurulmuş bir olgudur; öyle ki bu endüstri, tüketici üzerinde özel deneyim hisleri oluşturmaya çaba sarf etmekte ve tüketicilere ürünü yalnızca fonksiyonel boyutlarıyla algılamaları yerine, deneyimsel boyut ile zenginleştirilmiş bir deneyim yaşatmaktadır (Oral ve Çelik, 2013: 171). Boş zaman, eğlence ve sanat üzerine araştırmaların artması, bireylerin deneyimsele doğru yöneldiğini yansıtmaktadır ve beraberinde belirli avantajları desteklemektedir (Holdbrook ve Hirschman, 1982: 132). Tüketicilerin satın alma kararlarında etkili olan geçmişe dayalı deneyimleri, ürüne bağlı olarak tatmin ya da tatminsizlik yaşatmaktadır. İşletmelerin müşteri memnuniyetine önem verip özellikle tatmin edici olmayan deneyimlerin negatif izlenimini hafifletmeleri gerekmektedir (Çavuşoğlu ve diğerleri, 2022: 2198). Bu sebeple tüketicilerin bireysel ayrımlarını baz alan ürünlerin geliştirilmesi ve sunulması, tüketici memnuniyetinin oluşturulması, işletmelerde ürün türlerinin çoğaltılması, satış sonrası hizmetlerin geliştirilmesi ve işletmelerin pazardaki yerlerini yükseltmek için etkin stratejiler oluşturmaları gerekmektedir (İkiz ve Yeşiltaş, 2018: 184).

Holdbrook ve Hirschman'a (1982) göre tüketim, 'deneyimsel görüş' dediğimiz şeyi kapsayan sabit bir fantezi, duygu ve eğlence akışını içeren bir olgu olarak görülmeye başlanmıştır. Günümüzdeki tüketim çeşitliliği de farklı deneyimlere erişimi kolaylaştırmaktadır. Deneyimsel bakış açısı 'tüketim'i, çeşitli simgesel anlamlar, hazcı reaksiyonlar ve estetik kriterler ile önceliklendirilmiş öznel bir bilinç durumu olarak

görür ve özünde fenomenolojiktir (Holdbrook ve Hirschman, 1982: 132). Bir tüketicinin satın aldığı üründen memnun kalması, o ürüne karşı yeniden satın alma davranışı gösterebileceğini ve devamlı satın alıcı konumuna gelebileceğini desteklemektedir (Rızaoğlu, 2012: 164). İktisat ve pazarlama yazınlarında son zamanlarda yaşanan gelişmeler ve özellikle deneyimsel pazarlamanın yeni akımı, müşteriler tarafından algılanan duygusal değerle bağlantılı soyut unsurların sömürülmesini savunmaktadır (Gentile ve diğerleri, 2007: 396). Fakat diğer yandan klasik modeller ise tüketiciyi, satın alma kararlarında rasyonel davranan mantıklı bir düşünür olarak görür (Çekiç, 2016: 26). Shaw'a (2005: 16) göre, kuruluşlar, harika bir müşteri deneyimi sunmak için, içsel bir bakış açısı geliştirilmelidir başka bir deyişle, bir organizasyonun ne kadar müşteri odaklı veya müşteri merkezli olduğu dikkate alınmalıdır (Şekil 6).

Şekil 6: Bir Organizasyonun Ne Kadar Müşteri Odaklı Olduğunu Gösteren Dokuz Oryantasyon Alanı



Kaynak: Shaw, 2005: 17.

Müşteri deneyiminin üst düzey iş liderlerinin yaptığı gibi, bir sonraki rekabetçi savaş alanı olduğunu düşünen Shaw ve Ivens'a (2002: 210) göre mükemmel müşteri deneyimleri oluşturmanın yedi felsefesi şunlardır:

- Uzun vadede rekabet avantajı yaratacak kaynaklar oluşturmak
- Müşterilerin duygusal ve fiziki beklentilerini aşan bir devamlılık yaratmak
- Daha önceden planlanmış olan duygulara odaklanarak, farklılıklar geliştirmek
- İlham veren bir liderliği kuvvetlendirici bir kültür ile mesut ve tatmin olmuş empatik insanlar aracılığıyla etkinleştirmek

- İçten dışa değil, dışarıdan tasarlamak
- Maliyetleri düşürmek ve gelirlerin artmasına yardımcı olmak
- Markanın somutlaştırılmasını sağlamak.

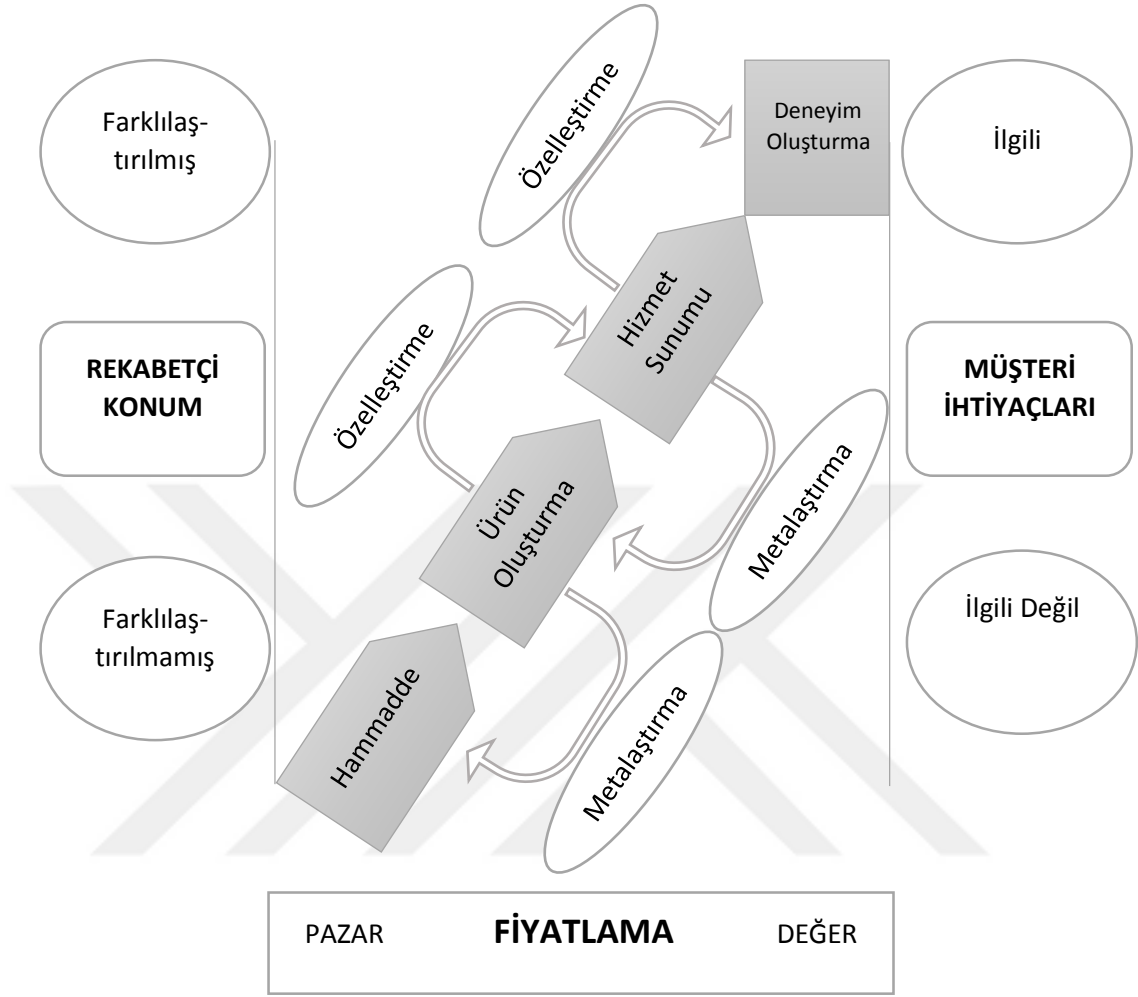
Deneyimlerin en iyi hale gelebilmesi için ürün ve hizmetlerde yapılacak iyileştirmelere dair daha fazla bilgiye ihtiyaç olduğu bilinmektedir. Tüketiciler, kendilerine nitelikli ve unutulmaz deneyimler yaşatmak için bir bedel ödemeye hazırdır ve bu sebepten 20. yüzyılda konaklama ile turizm ürün ve hizmetlerinin finansal başarısı için kritik ehemmiyete sahip olan şey turizm deneyimlerinin doğasının anlaşılmasıdır (Jurowski, 2009: 1). Bir turizm hizmeti sağlayıcısının başarılı olması için, şirketlerin müşterilerin deneyimlerini iyileştiren koşulları nasıl sağlayabileceğini bilmeleri esastır (Mossberg, 2007: 60). Pine ve Gilmore (1999: 5) işletmelerde satılan şeyin aslında bir emtiya olduğunu ve bu algının, bir kuruluş daha yüksek değerli teklifler ile saf ürünler arasındaki ayrımları tam olarak tanıyamadığında ortaya çıkan, kendi kendini gerçekleştiren bir metalaştırmadan kaynaklandığını öne sürmektedir. Tablo 2’de her ekonomik teklifin sistem içinde birbirine olan farkını ve aynı zamanda birbirini takip etmesiyle ne denli büyük bir ekonomik değer oluşturduğu görülmektedir.

Tablo 2: Ekonomik Farklılıklar

Ekonomik Olanak	Hammadde	Ürünler	Hizmetler	Deneyim
Ekonomi	Zirai	Endüstriyel	Hizmet	Deneyim
Ekonomik İşlev	Toplama	Üretim	Sunum	Sahnelenme
Sunumun Niteliği	İkamesi Mümkün	Somut	Soyut	Hatırlanabilir
Temel Özellik	Doğal	Standardize Edilmiş	Özelleştirilmiş	Kişiselleştirilmiş
Tedarik Yolu	Yığın Halinde Depolanma	Üretim Sonrası Envanter	Talep Üzerine Sunum	Belirli Bir Süre Sonra Ortaya Çıkan
Satıcı	Tüccar	İmalatçı	Sağlayıcı	Sahneleyen
Alıcı	Pazar	Kullanıcı	Müşteri	Misafir
Talep faktörleri	Nitelikler	Özellikler	Faydalar	Duyular

Kaynak: Pine ve Gilmore, 1999: 6.

Şekil 7: Ekonomik Değerin Artırılması



Kaynak: Pine ve Gilmore, 1999: 72.

Zamanla daha rekabetçi hale gelen iş hayatında müşteriye yalnızca hizmet etmek yerine deneyimler kazandırarak işletmeye değer katmak için katılımın gerekli olduğunu düşünülmekte ve deneyim endüstrilerinin geleceği için ekonomik ivme kazandıracak, tüketicinin satın alma sürecinin dört temel bileşenini içerecek, hizmet kalitesine dair beklentiler ve algılar; müşterinin kuruluşla olan deneyimi; değer ve memnuniyet şeklinde yapılandırılmış bir model önerilmektedir (Knutson ve Beck, 2004: 24). Deneyim, müşterinin belli bir gayeye ulaşmasını desteklemektedir; tüketiciler bir alışveriş deneyiminden birçok yolla değer elde edebilmektedirler ve bu değerler dışsal olabilmektedir (Mathwick, Malhotra ve Rigdon, 2002: 53). Şekil 7’de görüldüğü gibi; şirketlerin, bireysel alıcıların talep ve gereksinimlerine daha uygun

teklifler yaratması, mal ve hizmetlerini benzer rakiplerinden farklılaştırarak özelleştirmesi, böylece kullanıcılara ve müşterilere verilen değeri ve dolayısıyla tahsil edilen fiyatı artırması, deneyim ekonomisine girerek metalaşmanın önüne geçtiklerinin göstergesi konumundadır (Pine ve Gilmore, 1999: 72).

Deneyimin, ürünlerdeki gibi statik değil dinamik olduğunu düşünen Çeltek'e (2010) göre deneyimler hizmetler gibi dokunulmaz soyut özelliktedirler ve insanlar hayatları boyunca kurduğu etkileşimler sonucunda bu deneyimleri yaşamaktadırlar. Deneyimin kişilere göre değişiklik göstermesinin yanı sıra belli ayırt edici özellikleri de mevcuttur. Bireylerin bakış açısı yönünden, deneyiminin özelliklerini şu şekilde sıralanabilmektedir (Çeltek, 2010: 21):

- Kişinin yaşamış olduğu duyguların yüksek konsantrasyon ve odaklanma içermesi gerekmektedir.
- Duygular zaman ile değişim gösterebilmektedir.
- Kişi yaşamış olduğu deneyimi duygusal olarak hissetmektedir.
- Deneyim sürecinde eşsiz ve gerçek içsel bir değer bulunmaktadır.
- Birinin yaptığı eyleme diğer kişinin maruz kalmasından kaynaklanan kişilerarası etkileşim bulunmaktadır.
- Oyun ve şaka duygusunu içermektedir.
- Kişide deneyimlerini kontrol edebileceğine yönelik duygular bulunmaktadır.
- Kişinin kendi kapasitesi ile verilecek emek ve mücadele arasında belli bir denge bulunmaktadır.
- Kişinin yaşamış olduğu deneyimde, net bir amaç olmaktadır.

Yaratıcı endüstriler terimi, kültürün yaratıcılık üstündeki etkisinin yanı sıra sanat alanı ve performans da dâhil kitlesel yeniden üretimin kültürel ürünlerini de içine alan endüstrilerden oluşmaktadır (Ferrándiz ve Fidan, 2020: 290). Turizmin de yaratıcı endüstriler içindeki önemi göz ardı edilmemelidir çünkü turistler seyahatlerinde tasarım otellerinde konaklar, tiyatrolarda, konserlerde ve gösterilerde bulunur, yeni filmler izler, antika pazarlarında ve tasarım mağazalarda alışveriş yaparlar, böylece yolculuk sırasında her zaman deneyimler veya tüketirler (Mossberg, 2007: 60). Turizmin deneyimler çatısı altında toplanmasından ve turistik ürünün birleşik ürün niteliğinde olmasından dolayı turistin destinasyonda yaşadığı turistik deneyim de birleşik bir deneyimdir (Harman ve Akgündüz, 2014: 116). Turizme katılan bireylerin

destinasyonda yaşadıkları tüm olay ve durumlar birer deneyimdir. Turist deneyiminin kriterleri ve destinasyonda yaşanan deneyimlerin nasıl oluştuğu konusuna önem verilmiştir çünkü destinasyonların sunduğu ve turistler tarafından işlenen deneyimin doğası ile kapsamı, destinasyonun değerini belirlemektedir (Oh ve diğerleri, 2007: 120).

Turizmde bireylerin yaşadığı deneyim, destinasyonlar ile oluşturulan etkileşim sonucu doğan ilişkiler olarak tanımlanırken, unutulmaz turizm deneyimi ise, bir etkinlik sonrası akılda olumlu bir şekilde kalan, bellekte yeniden canlandırılan ve özünde geçmiş deneyimlerin değerlendirmesine dayanan bir turizm deneyimi şeklinde açıklanmaktadır (Demir ve Demirel, 2019: 662-663). Özellikle turizm sektöründe yer bulan deneyimsel değer, turistlerin turistik ürünü kullanım öncesi, kullanım esnası ve kullanım sonrasında elde ettikleri tecrübelerin bir bütünüdür (Oral ve Çelik, 2013: 172). Güzel'in (2014) çalışmasına göre gerçekleştirilen tatil deneyimi sonrasında deneyimsel değerler; fiziksel kanıt, hizmet kalitesi, boş zaman etkinlikleri ve yeme-içme kalitesi olarak dörde ayrılmaktadır. İşletmelerin ürün ve hizmetlerindeki bütünsel deneyimin etkisini anlamada bu nitelikler oldukça önem taşımaktadır. Ayrıca bu gruplar müşteri deneyim tabanını güçlü kılmak ve müşteri bağlılığını artırmak adına işletmeler tarafından ön plana çıkarılan deneyimsel kritik noktalardır (Güzel, 2014: 205).

Covid-19 pandemi döneminde turistlerin turda iken, çevreleri ile olan kişisel iletişimlerini azalttıkları ve sosyal mesafenin korunamayacağını düşündükleri organizasyonlara daha az katılım gösterdikleri gözlemlenmektedir. Bu süreçte tur rehberlerinin gözlemlerine dayanarak; kültür turlarına katılanların yaygın tutumlarının pandemi evveline göre daha sakıncalı ve endişeli olmasının yanında, turistlerin seyahat esnasında destinasyonda yaşayacakları yeni deneyimlerin keyfini çıkarmak yerine sağlık ve hijyen koşullarına odaklandıkları görülmektedir (Coşkun, 2021: 169). Covid-19 pandemisinin her geçen gün farklı seyirler göstererek hem turizm işletmelerine, hem turizm çalışanlarına hem de turistlere uyguladıkları muhtelif yaptırımlar, sektörün gelişimine sekte vurmakta ve günden güne değişimlere neden olmaktadır.

2.3.3. Deneyimin Boyutları

Çeşitli kaynaklarda görüldüğü üzere yazarların deneyim kavramına dair görüşleri birçok boyut altında değerlendirilmiştir. Deneyim dizaynının en önemli hamlelerinden birisi deneyim temasının oluşturulmasıdır (Güzel, 2012: 60). Toffler, hatırlanabilir deneyimler yaratmak için oluşturulan temadaki aktörlere ‘deneyim mühendisleri’ adını vermiştir (Toffler, 1970: 153). Hallbrook ve Hirschman (1982) deneyimi 3F (Fantasies, Feelings, Fun) olarak değerlendirmektedir. Bu duruma göre fantezi boyutunda; “hayal gücü, rüyalar ve bilinçsiz arzular” yer alırken, duygu boyutunda; “aşk, nefret, öfke, korku, sevinç, keder” vb. hisler ve eğlence boyutundaysa; “eğlenceli etkinliklerden veya estetik zevkten kaynaklanan hedonik haz” duyguları yer almaktadır (Holbrook ve Hirschman, 1982: 132).

Csikszentmihalyi (1988: 14), insan deneyiminin en heyecan verici yönlerinden bazılarını yeni bir görüş açısı getiren akış (flow) modeli üzerinde çalışmış ve teoriye göre akıştaki bu kişinin deneyimi yakalanabilmesi için; çok ilgili olmak, net geri bildirim almak, aktiviteyi yapmak istemek, sıkılmamak, konsantre olmak için çaba sarf etmemek gibi gerçekleştirilmesi gereken bazı öğeler belirlemiştir (Csikszentmihalyi, 1988: 195). O’Sullivan ve Spangler, (1998: 23) deneyimin üç adet bileşen olduğunu belirtmiştir ve bir deneyimin parametrelerinin, “katılım öncesinde, sırasında ve sonrasında meydana gelen vakaları veya hisleri” kapsayan üç aşaması olduğunu öne sürmektedir. Bu aşamalar Şekil 8’de gösterilmiştir.

Şekil 8: O’Sullivan ve Spangler’a Göre Deneyimin Bileşenleri

- Ön-deneyim: İlk aşama, deneyimin kendisine fiili katılımdan önce dâhil olan her şeyi belirtir.
- Katılım: İkinci aşama, deneyime reel katılımı ifade eder.
- Deneyim sonrası: Bir deneyimin son aşaması, katılımın ardından gelir; başka bir deyişle, “bittiğinde bitmez”

Kaynak: O’Sullivan ve Spangler, 1998: 28.

Marka deneyimi, bir markanın dizaynının ve kimliğinin, ambalajının, tüketicilerle kurduğu iletişimin ve çevrelerinin bir parçası olan markayla ilgili uyarıcıların uyandırdığı duyular, duygular, algılar ve davranışsal tepkiler olarak kavramsallaştırmaktadır (Brakus Schmitt ve Zarantonello, 2009: 52). Sürekli gelişim gösteren pazarlama stratejileri açısından, marka deneyiminin ürün ve hizmet sektörü için önemi oldukça dikkat çekmektedir (Kara ve Kimzan, 2015: 76). Brakus, Schmitt ve Zarantonello'nun (2009) marka deneyimi üstüne yaptıkları araştırmada, deneyim dört farklı boyut altında toplanmaktadır; duyuşsal, duygusal, entelektüel ve davranışsal. Schmitt (1999)'e göre Strategic Experiential Modules (SEMs) terimi, yöneticilerin müşterileri için farklı türde müşteri deneyimleri oluşturmak için kullanabilecekleri stratejik deneyimsel modüllerdir ve "modül" terimi, zihin ve davranışın sınırlandırılmış işlevsel alanlarına atıfta bulunmak için bilişsel bilim ve zihin felsefesindeki son çalışmalardan ödünç alınmıştır. Deneyimsel Pazarlamada yönetilecek deneyimsel modüller şöyledir; duyuşsal deneyimler (SENSE); duygusal deneyimler (FEEL); yaratıcı bilişsel deneyimler (THINK); fiziksel deneyimler, davranışlar ve yaşam tarzları (ACT); ve bir referans grup veya kültürle ilişkiden kaynaklanan sosyal kimlik deneyimleri (RELATE) (Schmitt, 1999: 60). Gentile, Spiller ve Noci (2007) mevcut literatürden yola çıkarak, Schmitt'e (1999) ek yaparak müşteri deneyiminin boyutları olarak kabul edilen (deneyimsel) bileşenleri şöyle sınıflandırmıştır; duyuşsal bileşen, duygusal bileşen, bilişsel bileşen, pragmatik bileşen, yaşam tarzı bileşeni, ilişkisel bileşen (Gentile, Spiller ve Noci, 2007: 398).

Tüketiciler, seçtikleri ürünü kullanırken bireysel olarak deneyimler edinmekte ve buna bağlı olarak deneyimsel değer elde etmektedirler. İşletmelerin rekabet ortamına uyum sağlaması ve başarılarının sürdürülebilir olması amacıyla faaliyet ve ürün niteliklerinde gelişim göstermelerinin yanı sıra değer yaratma konusundaki deneyim çabalarının tümü, deneyimsel değer yaklaşımını meydana getirmektedir (Papatya ve diğerleri, 2013: 87). Pine ve Gilmore (1999) deneyim ekonomisi üzerine yaptıkları çalışmada, deneyimsel alanı "aktif ve pasif katılım – güçlü ilişki ve zayıf ilişki" olarak iki eksen de ayırmaktadır ve bu iki eksen de "eğitim, eğlence, kaçış, estetik" olmak üzere 4 farklı boyut olarak ele almaktadır (Şekil 9).

Şekil 9: Pine ve Gilmore’a Göre Deneyim Boyutları



Kaynak: Pine ve Gilmore, 1999: 30.

Pozitif ve negatif duygu durumları ayrı ayrı ele alındığında, negatif duygu depresyon ve kaygı bozukluğu için ortak bir paydada buluşmaktayken, pozitif duygudaki düşüşün depresyona özgü bir etken olduğu düşünülmektedir (Gençöz, 2000: 25).

2.3.4. Mutluluk ve İyi Oluş

İnsanlık olarak iyi yaşamamanın nasıl olduğu her zaman merak edilen bir olgu olmuştur. Diener’e (2009: 11) göre insan, başkalarının nasıl gördüğüne bakmaksızın hayatının arzu edilir olduğunu hisseder ve düşünür. Bir insanın tarafsız ölçümler neticesinde iyi olduğunun bilinmesi ile kendini iyi hissetmesi arasındaki fark, kişinin mevcut gücünü farkına varıp en verimli şekilde değerlendirmesidir (Kuyumcu, 2012: 65). Yaşadığı hayatı mutlu bir biçimde devam ettirmek bireylerin önemli bir arzudur (Eryılmaz ve Ercan, 2011: 139).

Crisp’e göre (2001) mutluluk, sıradan yaşamda, memnuniyet hissini ifade etmek için sıklıkla kullanılsa da, felsefi olarak, kapsamı daha geniştir ve bütün bir yaşamı kapsar. Literatüre bakıldığında, mutluluk tanımının tek bir şey ile

açıklanamadığı ve bileşenlerine ayrıldığı görülmektedir. Wilson'a (1967: 294) göre mutlu insan genç, sağlıklı, iyi eğitilmiş, iyi maaş alan, dışa dönük, iyimser, kaygısız, dindar, evli, öz saygısı yüksek, iş ahlakı yüksek, mütevazı istekleri olan, her iki cinsiyetten ve geniş bir zekâ yelpazesine sahip kişidir. Sosyal bilim araştırmacıları tarafından mutsuzluk ile kıyaslandığında, mutluluğun gün ışığına çıkmamış bir kavram olduğu görülmektedir (Myers ve Diener, 1996: 70).

Mutluluk kavramı, psikoloji kaynaklarına bakıldığında öznel iyi oluş ile değerlendirilmektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2011: 139). Birey için, hayatı neyin iyi kılacağı kavramı tartışılırken, 'mutluluk' yerine 'iyi olma hali' teriminin kullanımı tercih edilmektedir (Crisp, 2001). Birbirlerini tamamlayan bu iki olgunun kullanımında farklı tanımlamalar mevcuttur. Deci ve Ryan'a (2015: 489) göre, hedonik yaklaşımda iyi oluş; pozitif etkilerin varlığı, negatif etkilerin yokluğu olan 'mutluluk' tanımı ile açıklanmaktadır.

Ryff (1989) tarafından geliştirilen psikolojik iyi oluş modelinde, iyi oluş, 'eu' (iyi) ve 'daimon' (ruh) kelimelerinin birleşmesi ile oluşturulmuş; mutluluk, refah, gelişme manasındaki 'eudaimonia' ile tanımlanmaktadır (Demirtaş, 2018: 491). Literatür'de 'well-being' olarak geçen iyi oluş terimi, sözlük anlamı olarak genel sağlık ve mutluluk olarak açıklanmaktadır (<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/well-being> Erişim tarihi: 17.11.2022). Ryan ve Deci'ye (2001) göre iyi oluş; bağımsızlık, kabiliyet ve ilişki kurma gibi psikolojik ihtiyaçların ana unsurlarının karşılanması ile olmaktadır. İyi olma terimi popüler olarak sağlık ile ilişkilendirilse de, sağlığın iyi oluşun bileşeni olduğu söylenebilir fakat iyi oluş için önemli olan tek şey sağlık değildir (Crisp, 2001).

İyi oluş genel anlamda ikiye ayrılmaktadır. Hedonik yaklaşım (Öznel İyi Oluş - ÖİÖ) iyi oluşu zevk alma ve acıdan kaçınmayla tanımlayarak mutluluğa odaklanmakta iken; eudaimonik yaklaşım (Psikolojik İyi Oluş - PİÖ) bireyi tam olarak işlevsellik derecesine göre tanımlayarak amaca ve kendini gerçekleştirmeye odaklanmaktadır (Ryan ve Deci, 2001: 41). PİÖ, insani gelişme formülasyonları ve yaşamın varoluşsal zorlukları olarak görülürken; ÖİÖ, genel yaşam doyumu ve mutluluk bakımından refah olarak açıklanmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff 2002, 1008). İnsanların henüz ortaya çıkmamış güçlerini ve kabiliyetlerini geliştirmesi,

psikolojik olarak tam anlamıyla faaliyette bulunabilmesi için gereklidir (Ryff, 1989: 1071).

Psikolojik iyi oluş kavramına göre insanlar değer taşıyan arzularını elde etseler dahi, iyi oluşu tam olarak elde edememektedirler çünkü PİÖ mutluluktan bağımsızdır (Yeşilyurt, 2019: 61). Ryff'in psikolojik iyi oluş modeline bakıldığında, insanların psikolojisinin sağlam olması hayattaki işlevselliği ile doğru orantılıdır (Osmanoğlu ve Kaya, 2013: 51). Kuyumcu'nun araştırmasına göre de psikolojik iyi oluş, aynı zamanda psikolojik sağlık ile de ilgilidir ve negatif duygular psikolojik iyi oluşun daha iyi ifade edilmesine yardımcı olmaktadır (2013: 73).

Hem olumlu hem olumsuz duygular, psikolojik iyi oluş için önem taşımaktadır. Ryff (1989) psikolojik iyi oluş modelini altı farklı bileşene ayırmıştır. PİÖ kuramını oluşturan bu altı madde; kendini kabul (öz-kabul), diğer bireylerle olumlu ilişkiler, otonomi (özerklik), çevreye hâkim olma, yaşam amacı, kişisel gelişim (Osmanoğlu ve Kaya, 2013: 51-52).

Öznel iyi oluş, insan hayatına olumlu katkı sağlamaktadır (Eryılmaz ve Ercan, 2011: 140). Deniz ve diğerlerine (2012: 430) göre öznel iyi oluş, kişilerin yaşadığı hayatı olumlu şekilde değerlendirmesiyle ilişkilidir. Diener (1984) öznel iyi oluşu, kişide neşeye yol açan duyguların ve ruh hallerinin sıklıkla yaşandığı, buna karşılık nahoş duygu ve ruh hallerinin daha ender görüldüğü deneyim ve yüksek yaşam doyumu olarak tanımlamaktadır (Demirtaş, 2018: 490).

Öznel iyi oluşun yüksek seviyede olması, kişinin hayatı hakkında olumlu düşünce ve duyguların baskınlığını göstermektedir (Myers ve Deiner, 1995: 11). ÖİÖ, hem bilişsel yargılar hem de duygusal tepkiler dâhil olmak üzere insanların yaşamlarını nasıl ve neden olumlu şekillerde deneyimledikleri ile ilgilenir (Diener, 2009: 11). Bilişsel düzeyde öznel iyi oluş, insanların işi, evliliği ve diğer alanlarıyla ilgili belirli doyumlarla beslenen, hayattan alınan memnuniyet duygusunu içermektedir (Myers ve Deiner, 1995: 11).

Politikacılar ve bilim insanlarının öznel iyi oluş kavramına 1980lerden beri gösterdikleri ilginin sebebi, mutluluk ve yaşam doyumunun insanların başlıca hedeflerinden bir olmasıdır (Rask ve diğerleri, 2002: 254). Pozitif iyi oluş, yalnızca olumsuz duyguların yokluğu değildir (Myers ve Deiner, 1995: 11). Öznel iyi oluşu

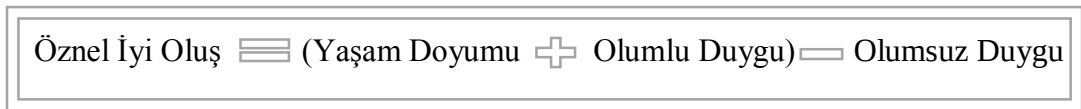
yüksek kişilerde yaşam doyumu yüksektir lakin bu onların negatif duygular hissetmediklerini belirtmez (Deniz ve diğerleri, 2012: 438).

İnsanın hayattan doyum alması, pozitif duyguları sıkça ve negatif duyguları nadiren yaşaması, onun öznel iyi oluş seviyesinin epey yüksek olduğunu göstermektedir (Eryılmaz ve Aypay, 2011: 168). Duygusal bağlamda, yüksek öznel iyi oluşa sahip kişiler, devam eden olaylara ilişkin olumlu değerlendirmeleri sayesinde, öncelikle hoş duygular hissederken, düşük öznel iyi oluşa sahip kişiler yaşam koşullarını ve olayları istenmeyen olarak değerlendirerek kaygı, depresyon ve öfke gibi nahoş duygular yaşarlar (Myers ve Deiner, 1995: 11). Diener'e (1984) göre öznel iyi oluş; pozitif duygulanım, negatif duygulanım ve yaşam doyumu olarak üç temel boyutta incelenmektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2011: 139).

2.3.5. Pozitif Duygu, Negatif Duygu ve Yaşam Doyumu

Yeşilyurt'a (2019: 66) göre obje ile olay değişkeninde, insanların deneyimleriyle sahip oldukları ve davranışlarını harekete geçiren hisler, duygu olarak tanımlanmaktadır. Güncel çalışmalarda öznel iyi oluş, farklı ölçek puanlarına göre belirlenmektedir (Şekil 10). Öznel iyi oluşun ölçülmesinde sıkça kullanılan ölçekler, Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ) ve Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği'dir (PNDÖ) (Eryılmaz ve Aypay, 2011: 172).

Şekil 10: Diener ve Fujita'ya (1995) Göre Öznel İyi Oluş Puanlaması



Kaynak: Eryılmaz ve Aypay, 2011: 172.

Literatürde pek çok kaynakta duygu durumu olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Bradburn ve Caplovitz (1965) yaptıkları araştırmalarda, "pozitif duygu" ve "negatif duygu" olarak iki tür duygulanımın ayrı boyutlar oluşturduğunu ve farklı etkenlerden kaynaklandığını bulmuşlardır (Diener, 2009: 2). Pozitif ve Negatif

Duygu Çizelgesi'ni (PANAS) geliştiren Watson, Clark ve Tellegen'e (1988) göre ise duygular kişilik boyutlarını yansıtmaktadır.

Pozitif duygular insanları iyi ve mutlu, negatif duygular ise hasta ve mutsuz yapar (Solomon ve Stone, 2002: 422). Pozitif ve negatif duyguların bireyleri doğrudan veya dolaylı olarak etkilemesi, iyi oluşun sağlanmasında önem taşıtmaktadır. Yüksek pozitif duygu durumu sevinç, yüksek enerji, tam odaklanmayla ilişkilendirilirken; yüksek negatif duygu hüzün ve uyuşuklukla bağdaştırılmaktadır (Yeşilyurt, 2019: 67). Yüksek zellikli pozitif duyguya sahip insanların, pozitif ruh hali durumlarını daha sık ve yoğun yaşama eğiliminde olmasına karşın, yüksek özellikli negatif duyguya sahip kişiler, daha fazla yoğunluk ve sıklıkta olumsuz ruh hali durumları yaşamaktadırlar (Yiend ve diğerleri, 2018, 81).

Pozitif duygular yüksek seviyede iyi oluş için yardım niteliği taşırken aynı zamanda yaşanan zamanı güzel kılmaktadır (Kuyumcu, 2012: 67). Pozitif duygulanım gurur, güven, heyecan, ilgi ve sevinç gibi duygular barındırmaktadır (Eryılmaz ve Aypay, 2011: 168). Hangi duyguların bir insanı iyi ya da mutlu, hasta ya da mutsuz yapabileceği, şartlara, yetiştirilme tarzına, tarihe, kültüre, dine ve daha birçok değişkene bağlı bireysel bir meseledir (Solomon ve Stone, 2002: 422). Kuyumcu'nun araştırmasına göre kişilerin haz, şefkat ve benzeri pozitif duygularının yoğunluğu, insanlarla olumlu ilişkiler kurmada başarılı olmalarını desteklemektedir (2013: 70).

Solomon ve Stone'a (2002: 419) göre, olumlu duygular memnuniyet ile ilgilidir ve sevgi bizi mutlu ettiği ve çok sayıda kişisel ve toplumsal beklentiyi karşıladığı için olumlu bir duygudur. Pozitif duygu bir bireyin evre ile ne kadar zevkli bir etkileşimi deneyimlediğini temsil ettiği için, coşku ve uyanıklık gibi duygular yüksek pozitif duygunun gstergesiyken, uyuşukluk ve üzüntü düşük pozitif duyguyu karakterize eder (Watson & Clark, 1984). Diamond ve Aspinwall'a göre (2003: 138) pozitif duygusallık; etkin karar alma yetisini geliştirerek esnekliği artırmakta, güven duyulan kaynağa olan etkiyi azaltmakta ve sorunlara çözüm bulma gibi metotlar kullanarak diğerlerinin fikirlerine saygılı bir şekilde mücadele etme yöntemlerini artırmaktadır.

Negatif duygulanım nefret, hiddet, suçluluk, üzüntü gibi duygular içermektedir (Eryılmaz ve Aypay, 2011: 168). Watson ve Clark'a (1984) göre yüksek negatif duygu öznel sıkıntı ve tatsız bağlılıkla özetlenirken düşük negatif duygu bu duyguların

yokluğudur. Bir treyt olarak bakıldığında, yüksek negatif duygulanımı olan bireylerin diğerlerine nazaran daha karamsar olduğu, benlik algılarının daha olumsuz ve genel yaşam tatminlerinin daha düşük olduğu görülmektedir (Özdemir, 2015a: 51).

Pozitif ve negatif duygulanımın baskın ve görece bağımsız iki boyut olarak ortaya çıkmasının ardından, bir dizi ruh hali ölçeği oluşturulmuştur; ancak, düşük güvenilirlik veya zayıf yakınsak veya ayırt edici geçerlilik gösteren bu ölçümler yetersiz kalmıştır (Watson ve diğerleri, 1988: 1063). Öznel iyi oluş, birbiriyle ilişkili ancak farklı üç faktörle tanımlanır: olumlu duygulanımın göreceli varlığı, olumsuz duygulanımın yokluğu ve yaşamdan memnuniyet (Myers ve Deiner, 1995: 11). Eryılmaz ve Aypay'a göre (2011: 168) yaşam doyumu öznel iyi oluşun bilişsel ögesidir.

Andrews ve Withey (1976) tarafından tanımlanan öznel iyi oluşun son boyutu yaşam doyumudur. Öznel iyi oluşun ölçülmesi ile ilgili çalışmalarda kullanılmak üzere, Diener ve diğerleri (1985) tarafından Yaşam Doyumu Ölçeği (YDO) geliştirilmiştir. Bu ölçekte geçen doyum kavramı 'istediğiniz bir şeyi elde ettiğinizde veya yapmak istediğiniz bir şeyi yaptığınızda hissettiğiniz hoş duygu' şeklinde tanımlanmaktadır (Cambridge University Press, 2022). Myers ve Diener'e (1995: 13) göre ise doyum, istediğinizi elde etmekten çok, sahip olduklarınızı istemek meselesidir.

Doyum, beklentilerin, ihtiyaç ve arzuların karşılanması iken; yaşam doyumu kişinin beklentilerinin elinde olanlara göre karşılaştırılmasıyla ortaya çıkan durum ya da sonuçtur (Kaba ve diğerleri, 2018: 2). Yaşam doyumu, insanın kendi hayatını bütünsel olarak nasıl değerlendirdiğinin göstergesidir (Diener, 2006: 401). Yaşam doyumu, insanların hayatlarından mutlu, memnun ve doyumlu olup olmadıkları ile ilgili öznel bir ölçümdür (Naseem, 2018: 8-9).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ŞEKLİ

Rekreatif amaçlı seyahat eden ve turizm faaliyetine katılan farklı gruplar bulunmaktadır. Bununla birlikte var olan sistem içerisinde pek fazla gelir getirmemelerinden ve/veya niş gruplar olmasından kaynaklı araştırmaların daha az yapıldığı benzersiz iki ayrı gruba odaklanılarak motosiklet ve karavan ile seyahat edenlerin, var olan Covid-19 pandemi sürecinde yaşadıkları belirsizliğin, bu kesimin duygusal iştah ve deneyim hazzına nasıl etki ettiğinin saptanması ve analiz edilmesi bu tezin temel amacını oluşturmaktadır.

Çalışma Türkiye’de yaşayan, rekreatif amaçlarla motosiklet ve karavan kullanan bireylerde belirsizliğe tahammülsüzlüğün, duygusal iştah ve pozitif-negatif duygu arasındaki ilişkisini belirlemek amacıyla; gözlemlenebilen, ölçülebilen, sonuçların kıyaslanabileceği nicel bir araştırma olarak yapılmıştır.

3.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Covid-19 pandemisinin yaşandığı tarihlerde değişen dünyanın değişen alışkanlıkları ve duygu durumlarını gözlemlemek amacıyla yapılmış, henüz fazla sayıda çalışma bulunmamaktadır. Aynı zamanda belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal iştah, pozitif-negatif deneyim ölçekleri ile yapılan mevcut çalışmalarda genelde sosyo-demografik özelliklere göre bulgular elde edildiği görülmektedir. Bu araştırmanın önemi, motosiklet ve karavan kullanıcıları gibi spesifik iki grubun, ölçekler aracılığıyla toplanan verilerini inceleyerek, belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin, duygusal iştah ve pozitif-negatif duygu durumlarıyla ilişkisini değerlendirilerek, alanyazına katkıda bulunmasıdır.

3.3. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Bu çalışmada örneklem grubu olarak, 93 karavan kullanıcısı ve 368 motosiklet kullanıcısı olma üzere 461 kişi ile gerçekleştirilmiş, internet ortamında Türkçe çevrimiçi anket olarak yapılmıştır. Çalışmanın evreni Türkiye’de yerleşik olarak yaşayan Türk vatandaşlarıdır. Ankete katılan bireylerin çoğunluğunu sosyal medya mecralarında bulunan motosiklet ve karavan gruplarının üyeleri oluşturmaktadır. Anket uygulaması Covid-19 pandemisi sebebi ile karantina döneminin yoğun yaşandığı Nisan 2020 – Ağustos 2020 tarihleri arasında yapılmıştır.

Araştırmanın örneklemine, uzun yol seyahatlerini motosiklet/karavan ile yapan, en az bir yıldır bir motosiklet/karavan kullanan, motosiklet/karavan ile uzun yol yapan, uzun yolda motosiklet/karavan gruplarıyla seyahat eden ve bu seyahatlerini iş amaçları dışında serbest zamanlarında gerçekleştiren bireyler oluşturmaktadır. Bu araştırmaya 478 birey katılmış olup katılımcılardan cinsiyetini, medeni durumunu, eğitim düzeyini ve yaşını belirtmeyen bireyler analiz dışında tutulmuştur. Buna göre analizler 461 katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiştir.

3.4. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal iştah ve deneyim gibi değişkenlerin incelenmesi sebebiyle amacına uygun şekilde geçerliliği ve güvenilirliği uygun olan ölçeklerden yararlanılmıştır. Araştırmanın yapılacağı örneklemin belirlenmesinde; karavan ve motosiklet kullanıcılarının üye olduğu mevcut sosyal medya grupları irdelenmiş, ulaşılabilirlik durumu ve üyelerin işbirliği gibi kriterler göz önünde bulundurulmuştur. Araştırmadaki veriler, karavan ve motosiklet ile seyahat eden bireylerden, tam yapılandırılmış soru formu aracılığıyla elde edilmiştir. Toplanan veriler, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Duygusal İştah Ölçeği, Pozitif ve Negatif Deneyim Ölçeği ve sosyo-demografik özellikleri içeren Demografik Bilgi Formu ile derlenmiştir.

3.5. ANKET FORMU

3.5.1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği Kısa Formu - BTÖ-12 (Intolerance Of Uncertainty - IUS-12)

Ölçeğin uzun versiyonu Buhr ve Dugas (2002) tarafından geliştirilmiş, Sarı ve Dağ (2009) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Uzun form 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 12 maddelik kısa formu, Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından yetişkinler için geliştirilmiş; Sarıçam ve diğerleri (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Kısa formun geliştirilmesinde, Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA), Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA), Cronbach Alfa, alt üst grup ve madde-toplam puan korelasyonu teknikleri işe koşulmuştur. AFA sonuçların göre orijinal ölçekte olduğu gibi ölçekte iki boyut yer almaktadır. DFA sonuçlarına göre veri iki boyutlu modelle uyum göstermektedir ($\chi^2 = 147.20$, $sd = 48$, $RMSEA = .073$, $CFI = .95$, $IFI = .95$, $GFI = .94$, $SRMR = .046$). Ölçeğin güvenirliği Cronbach Alfa ile hesaplanmış; Alfa ölçeğin tümü için 0.88; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için 0.84 ve engelleyici kaygı alt boyutu için 0.77 olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin test tekrar test güvenirliği de hesaplanmış olup tüm ölçek için 0.74, ileriye yönelik kaygı alt boyutu için 0.75 ve engelleyici kaygı alt boyutu için de 0.71 korelasyon katsayıları elde edilmiştir. Alt üst grup tekniğine ve madde-toplam korelasyonuna göre tüm maddelerin ayırt edicilikleri beklenen düzeyde çıkmıştır. Buna göre ölçeğin geçerli ve güvenirliği yüksek bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

3.5.2. Duygusal İştah Ölçeği – DİA (Emotional Appetite Questionnaire - EMAQ)

Nolan ve diğerleri (2010: 314) tarafından duygusal yemek yemeyi ölçmek üzere geliştirilen ölçek Demirel ve diğerleri (2014: 171) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin orijinal hali 1-9 puanlama sistemini temel almakta ve olumlu-olumsuz duygu-durumları ifade eden toplam 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçek puanları, olumlu duygusal iştah durumu ile olumsuz duygusal iştah durumu olmak üzere iki toplam puan şeklinde hesaplanmakta ve ölçeğe ilişkin herhangi bir kesme

puanı bulunmamaktadır. Ölçeğin Türkçe formunun uyarlanmasında, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.73 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin güvenilirliği bir diğer güvenilirlik belirleme yöntemi olan test tekrar test yöntemi ile incelenmiş ve hesaplanan korelasyon değerlerine göre ölçeğin test tekrar test güvenilirliğinin orta üstü düzeyde olduğu görülmüştür. Bununla birlikte madde-toplam puan korelasyonları ile madde düzeyinde geçerlikler test edilmiş ve maddelerin tümünün beklenen düzeyde korelasyona sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin geçerliği, varimax döndürme yöntemi işe koşularak faktör analizi ile incelenmiştir. Hesaplanan KMO değerine göre örneklemin yeterli olduğu; Bartlett testine göre ise faktörleşebilirliğin uygun olduğu ortaya koyulmuştur. Hesaplanan öz-değerlere göre ölçeğin iki boyuttan oluştuğu; bu boyutların olumlu duygu-durumlar ve olumsuz duygu-durumlar olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerlikleri ise Yeme Tutumu Testi ve Leahy Duygusal Şema Ölçeğinden elde edilen puanlarla Pearson korelasyon katsayısı yardımıyla hesaplanmış ve ölçeğin Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliğinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Covid-19 salgını dolayısıyla pandemi yaşanan günlerde, Nisan 2020 tarihinde Laurence Nolan'a e-posta ile ulaşıp kendisinden alınan izin ile soru formunun 'durum' kısmına soru eklemesi yapılmıştır. Anket cümlesi 'Koronadan dolayı evde bulunduğunuz günlerde' şeklinde olup pandemi sırasındaki olumlu-olumsuz yemek yeme durumunu belirlemek ve araştırmaya ışık tutmak amacıyla eklenmiştir.

3.5.3. Pozitif ve Negatif Deneyim Ölçeği (Positive and Negative Affect Schedule - PANAS)

Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen ve 5'li Likert tipinde puanlanan ölçek, Gençöz (2000) tarafından Türk kültürüne adapte edilmiştir. Ölçek, her boyutta 10'ar madde olmak üzere iki alt boyuttan ve 20 maddeden oluşmaktadır. Uyarlama aşamasında üniversite öğrencileri üzerinden veri toplanmış ve veri setine geçerliğe kanıt sunabilmek adına Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanmıştır. Varimax döndürme yöntemi kullanılarak ölçeğin iki boyutlu olduğuna; bu boyutların Pozitif Duygu (PD) ve Negatif Duygu (ND) alt boyutları olduğu belirlenmiştir. AFA sonucu hesaplanan madde faktör yükleri incelendiğinde PD alt boyutu için değerler

0.48 ile 0.74 aralığında değişirken; ND alt boyutu için 0.46 ile 0.76 arasında değiştii görülmüştür. Ölçeğin iki alt boyutu için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmış; PD alt boyutu için Alfa 0.86 ve ND alt boyutu için ise 0.83 şeklinde yüksek düzeyde elde edilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliğine göre PD alt boyutu 0.54 ve ND alt boyutu 0.40 korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Beck Depresyon Ölçeği ile ölçeğin dış geçerliği ele alınmış, elde edilen anlamlı korelasyon değerleri ve diğer analizler sonucu ölçeğin Türk kültüründe geçerliği ve güvenilirliğinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Negatif duygu (ND) değerlendirmelerinde öznel sıkıntı ve tatsız katılım ile yüksek ND ve bu duyguların yokluğu ile düşük ND gözlemlenirken, pozitif duygu (PD) değerlendirmelerinde, PD bir bireyin çevre ile zevkli bir ilişki kurma derecesine işaret etmektedir (Crawford ve Henry, 2010: 246).

3.5.4. Demografik Bilgi Formu

Bu form motosiklet ve karavan ile seyahat eden bireylerin sosyo-demografik özellikleri; eğitim durumu, cinsiyeti, medeni hali, yaşı, kullandığı araç tipi ile ilgili bilgileri içeren 5 anket sorusundan oluşmuş ve bazıları seçmeli bazıları açık uçlu cevap verilecek şekilde tasarlanmıştır.

3.6. HİPOTEZLER

Demografik ve tanımlayıcı bilgilerden hareketle, tezde bu kapsamdaki hipotezler anlam karışıklığını önlemek için gruplandırılarak ele alınmaktadır. Motosiklet kullanıcılarının yaş ortalamasının karavan kullanıcılarına göre görece daha düşük olmasından kaynaklı, motosiklet kullanıcılarının araç kullanım amacındaki heyecan, fiziksel enerji fazlalığı ve adrenalin tutkusu, karavan kullanıcılarının dinginlik odaklı yaşam standartları ve fizyolojik sakinlik arayışları dolayısıyla oluşan bir takım farklılıklar sebebiyle, belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarında oluşabilecek farklılıklar ele alınmak istenmiştir. Buradan hareket ile aşağıdaki hipotez grubu oluşturulmuştur:

H1) Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

H1a) Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

H1b) Kişilerin negatif duygu durumları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

H1c) Kişilerin pozitif duygu durumları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

H1d) Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

H1e) Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermektedir.

Bugüne kadar yapılan araştırmalarda kadınların belirsizliğe karşı gösterdikleri duygu durumlarının erkeklerden farklı olduğunu ortaya çıkaran bulgular elde edilmiştir. Kadın haklarının uygulamada eksik kalması ve gelecek kaygısı, kadınların belirsizlikten kaçınma eğiliminin yüksek olmasına sebebiyet vermektedir (Macit, 2010: 87). Kadınlar erkeklere göre daha duygusal olabilmekte ve olumsuz duygu ve durumlardan erkeklere oranla daha çok etkilenmekte ve bu sebeple duygusal iştahları da daha çok artmaktadır (Aydın E., 2022: 77). Kadınların toplumsal algıdaki bu eğilimlerinden kaynaklı olarak, erkeklere göre belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarının pozitif yönde farklılık göstermesi beklenmektedir. Covid-19 döneminde Türkiye’de yaşayan bireyler üzerinde yapılan bu araştırmada bu duygu durumlarının cinsiyete göre gösterdiği farklılıklara ilişkin aşağıdaki hipotez grubu oluşturulmuştur:

H2) Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H2a) Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H2b) Kişilerin negatif duygu durumları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H2c) Kişilerin pozitif duygu durumları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H2d) Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H2e) Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

Sosyal hayatın oldukça yavaşlama gösterdiği Covid-19 döneminde işten çıkarılmaların artması ile birlikte geçim sıkıntılarının ve pandemi kaynaklı gelecek kaygılarının artışı gözlemlendiğinde evli ve bekâr bireylerin olay ve durumlara farklı tepkiler verdiği ortaya çıkmaktadır. Covid-19 pandemisi, evli bireylerde aile yaşantısında dönüm noktası olabilmekte ve oluşturduğu değişiklikler ile evlilikte birlik ve bütünlük açısından endişe verici olmaktadır (Ünver ve Günoğlu, 2021: 18). Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarının evli ve bekâr bireylerin birbirlerine göre farklılık oluşturacağı varsayılarak bu hipotez grubu oluşturulmuştur:

H3) Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

H3a) Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

H3b) Kişilerin negatif duygu durumları medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

H3c) Kişilerin pozitif duygu durumları medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

H3d) Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

H3e) Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımları medeni duruma göre farklılık göstermektedir.

Tüm dünyayı saran Covid-19 pandemisi yaşamı olumsuz yönde etkilemiş ve hayatın olağan akışına sekteler vurmuştur. Bireylerin korku ve kaygı düzeylerinin artışı, düzgün ve realist düşünme kabiliyetlerini olumsuz yönde etkilerken, Covid-19 pandemisi sürecinde kayda değer bir duygusal zorluk ve sosyal fonksiyon bozuklukları ile karşı karşıya kalabilmektedirler (Çelik ve Çak, 2021, 44). Eğitim seviyesinin dünyaya bakış açısını değiştirdiği ve durum ve olaylara verilen tepkilerin değişiklik

gösterdiği göz önüne alınarak, eğitim düzeyine göre belirsizliğe tahammülsüzlük durumunda, olumsuz duygusal iştah ve olumlu duygusal iştah durumlarında, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarında farklılık olacağı varsayılarak bu hipotez grubu öne sürülmüştür:

H4) Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H4a) Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H4b) Kişilerin negatif duygu durumları eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H4c) Kişilerin pozitif duygu durumları eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H4d) Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H4e) Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımları eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

Bireylerin yaşam şeklinin, gündelik alışkanlıklarının, beslenme ritüellerinin yaşa göre değişkenlik göstermesi, belirsizliğe tahammülsüzlüğün olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumları üzerinde de değişkenliğe sahip olacağı düşüncesinden yola çıkılarak aşağıdaki hipotez grubu oluşturulmuştur. Bu hipotez grubunda Covid-19 pandemi günlerinde bireylerin yaşları arttıkça, kendilerinden yaşça küçük olanlara kıyasla daha fazla gelecek kaygısı duyacağı, belirsizlik durumlarına daha yüksek düzeyde tepki vereceği düşünülmüştür.

H5) Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları yaşa göre farklılık göstermektedir.

H5a) Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri yaşa göre farklılık göstermektedir.

H5b) Kişilerin negatif duygu durumları yaşa göre farklılık göstermektedir.

H5c) Kişilerin pozitif duygu durumları yaşa göre farklılık göstermektedir.

H5d) Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları yaşa göre farklılık göstermektedir.

H5e) Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımları yaşa göre farklılık göstermektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin, olumsuz duygusal iştahın ve olumlu duygusal iştahın pozitif duygu ve negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olup olmadığının saptanması ve bu ilişkilerin motosiklet kullanıcıları ile karavan kullanıcıları açısından bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için, aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur:

H6) Belirsizliğe tahammülsüzlüğün negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H7) Belirsizliğe tahammülsüzlüğün duygusal iştah üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H8) Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H9) Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın pozitif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H10) Karavancılarının belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H11) Motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H12) Motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

H13) Karavancılarının belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi vardır.

3.7. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırmanın yapılması için çevrimiçi platform kullanılarak herkesin erişimine açık biçimde anket soruları internet ortamına çevrimiçi olarak aktarılmıştır, araştırmanın amacı açıklanmış ve katılımcılardan kendi istekleri ile doldurmaları rica edilmiştir. Anket verilerinin kullanımına onay veren bireyler, belirlenen link üzerinden çevrimiçi anketlere katılım sağlamış ve kendi seçimlerini kodlamıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin sahiplerinden gerekli izinler alınmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılar, anket sorularına gönüllülük esasına dayalı olarak cevap vermişlerdir.

Araştırmaya kişisel mesajlaşma platformlarında oluşturulmuş gruplardan, Ankara motosiklet grubu, karavancılar grubu, vb. gruplara üye bireyler katılım göstermiştir. Ayrıca facebook üzerinden Motosiklet.net (<https://www.facebook.com/motosiklet.net>), motosikletim.com.tr (<https://www.facebook.com/motosikletim.com.tr>), motosiklet dünyası (<https://www.facebook.com/motosikletdunyasi>), motosiklet televizyonu (<https://www.facebook.com/MotosikletTelevizyonu>), Türk chopper MK (<https://www.facebook.com/T%C3%BCrk-Chopper-MK-141147552577713>), lady riders (<https://www.facebook.com/ladyriderss>) gibi sayfalara üye bireyler ile karavanda hayat var (<https://www.facebook.com/groups/1415974451831776>), bir utkudur karavan (<https://www.facebook.com/groups/1687757298178450>), kamp karavan ailesi (<https://www.facebook.com/groups/225121161429597>), İzmir kamp ve karavan derneği (<https://www.facebook.com/groups/103804209751632>) gibi gruplara üye motosiklet ve karavan kullanıcıları katılım göstermiştir.

3.8. VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Veri analizine geçmeden katılımcıların ölçek maddelerine vermiş olduğu cevaplar üzerinden kayıp veriler incelenmiş; görülen kayıp verinin, katılımcı sayısının %5'inden az olması sebebiyle ve veri kaybetmemek adına kayıp verilere ölçeklerin ortalama değerleri atanarak veri seti tamamlanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2007: 63). Bununla birlikte araştırmanın bağımsız değişkenleri olan cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, yaş ve taşıt değişkenlerinde eksik veriye sahip katılımcılar veri

analizine dâhil edilmemiş; analizlerin tümü 461 katılımcı üzerinden istatistik paket programlar aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Oluşturulmuş tüm hipotezler için taşıt türü, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, yaş değişkenlerine göre ölçek puanlarının dağılımları incelenerek normal dağılım özelliği gösteren durumlarda parametrik yöntemlerden t testi ve varyans analizi; normal dağılım özelliği göstermeyen durumlarda ise parametrik olmayan yöntemlerden Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2010). Değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın, pozitif duygu ve negatif duygu üzerindeki etkisinin belirlenmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

3.9. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma, amaca bağlı olarak motosiklet ve karavan kullanıcıları ile sınırlı tutulmuştur. Hem motosiklet hem de karavan kullanıcılarının en az 1 yıl süre ile bu araçları kullanmış olmaları şartı aranmıştır. Çalışma, Covid-19 pandemisi dolayısıyla sadece çevrimiçi olarak sosyal medyadan ulaşılabilen ve gönüllü olan katılımcılar ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılarda en az ilköğretim seviyesinde eğitim düzeyi aranmıştır. Ülkemizde ehliyet alma yaşı 18 olduğu için, karavan ve motosiklet kullanıcılarında yaş sınırının minimum 18 olması dikkate alınmıştır.

Sadece belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği, duygusal iştah ölçeği ve pozitif-negatif deneyim ölçeği ile sınırlandırılmıştır. Aynı çalışma aynı örneklem grubu ile Covid-19 pandemisi öncesi yapılmadığı için çıkan sonuçlar, şu anki mevcut durumu ortaya koymaktadır, karşılaştırma yapılamamaktadır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. BETİMLEYİCİ İSTATİSTİKLER

Araştırmaya katılan 461 kişinin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde değerleri Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Çalışma Grubuna İlişkin Betimsel İstatistikler (N=461)

		Frekans	Yüzde
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	11	2,4
	Lise	85	18,4
	Ön lisans	76	16,5
	Lisans	211	45,8
	Lisansüstü	78	16,9
Cinsiyet	Kadın	40	8,7
	Erkek	421	91,3
Medeni Durum	Evli	160	34,7
	Bekâr	301	65,3
Taşıt Türü	Karavan	93	20,2
	Motosiklet	368	79,8
Yaş	19-29 yaş	67	14,5
	30-40 yaş	128	27,8
	41-50 yaş	112	24,3
	51-60 yaş	117	25,4
	60 yaş üstü	37	8,0

Araştırmanın örneklemini, uzun yol seyahatlerini motosiklet/karavan ile yapan, en az bir yıldır bir motosiklet/karavan kullanan, motosiklet/karavan ile uzun yol yapan, uzun yolda motosiklet/karavan gruplarıyla seyahat eden ve bu seyahatlerini iş amaçları dışında serbest zamanlarında gerçekleştiren bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin betimleyici istatistikleri incelendiğinde şu bulgular elde edilmiştir:

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %2,4'ü ilköğretim mezunu, %18,4'ü lise mezunu, %16,5'i ön lisans

mezunu, %45,8'i lisans mezunu ve %16,9'u lisansüstü mezunudur. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %91,3'ü erkek, %8,7'si kadındır. Katılımcıların medeni durumlarına göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %34,7'si evli, %65,3'ü bekârdır. Katılımcıların seyahat ettikleri taşıt türlerine göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %20,2'si karavan ile seyahat ederken, %79,8'i motosiklet ile seyahat etmektedir. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları incelendiğinde; katılımcıların %14,5'i 19-29 yaş, %27,8'i 30-40 yaş, %24,3'ü 41-50 yaş, %25,4'ü 51-60 yaş aralığında ve %8'i 61 yaşın üzerindedir.

4.2. AÇIKLAYICI FAKTÖR ANALİZİ (AFA)

Araştırmada kullanılan ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğinin belirlenmesi amacıyla ölçeğe açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizinde verilerin faktör analizine uygunluğunun belirlenmesinde KMO ve Barlett testi, ölçeğin alt boyutlarının belirlenmesinde ise Rotasyona Tabi Tutulmuş Bileşen Matrisi Quartimin metodu kullanılmıştır. KMO ve Barlett testi sonuçları ve Rotasyona tabi tutulmuş bileşen matrisi sonucunda oluşan ölçek alt boyutları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Faktörler	Faktör Ağırlıkları	Faktörün Açıklayıcılığı (%)	α
Faktör 1: Pozitif Duygu		9,65	,870
Kararlı	0.808		
Hevesli	0.790		
Gururlu	0.760		
Aktif	0.756		
Güçlü	0.732		
İlhamlı	0.663		
Dikkatli	0.660		
Heyecanlı	0.649		
Uyanık	0.576		
İlgili	0.563		
Faktör 2: Olumsuz Duygusal İştah		9,09	,802

Karamsar (olduğunuzda)	0.719		
Baskı altında iken	0.708		
Yılgın (olduğunuzda)	0.655		
Para veya bir eşyanızı kaybettikten sonra	0.648		
Size yakın olan biri felakete uğradıktan sonra	0.648		
Hararetli bir tartışmadan sonra	0.632		
Korkmuş (olduğunuzda)	0.631		
Kızgın (olduğunuzda)	0.630		
Üzgün (olduğunuzda)	0.603		
Bir ilişkiyi bitirdikten sonra	0.573		
Sıkılmış (olduğunuzda)	0.472		
Yorgun (olduğunuzda)	0.463		
Yalnız (olduğunuzda)	0.350		
Faktör 3: Olumlu Duygusal İştah		8,96	,868
Neşeli (olduğunuzda)	0.898		
Mutlu (olduğunuzda)	0.859		
Rahat (olduğunuzda)	0.838		
İyi haberler aldıktan sonra	0.796		
Güvenli (olduğunuzda)	0.731		
Hevesli (olduğunuzda)	0.720		
Keyif veren bir hobi ile meşgul olduğunuz sırada	0.594		
Âşık olduğunuzda	0.410		
Faktör 4: Belirsizliğe Tahammülsüzlük		8,73	,847
Belirsizlik yaşadığımda pek iyi çalışmam.	0.736		
Belirsizlik beni hayatı dolu dolu yaşamaktan alıkoyar.	0.710		
Bir duruma hazırlıksız yakalanmaya katlanamam.	0.693		
Tüm belirsiz durumlardan uzak durmak zorundayım.	0.691		
Harekete geçme zamanı geldiğinde, belirsizlik elimi kolumu bağlar.	0.644		
En küçük bir şüphe bile hareket etmemi engeller.	0.617		
Her şeyi önceden ayrıntılı bir şekilde organize edebilmeliyim.	0.564		
Beklenmedik olaylar çok canımı sıkar.	0.564		
Geleceğin bana neler getireceğini her zaman bilmek isterim.	0.556		

En iyi planlamayı yapsam bile beklenmedik küçük bir olay her şeyi mahvedebilir.	0.543		
Bir durumda ihtiyacım olan tüm bilgilere sahip değilsem sinirlerim bozulur.	0.496		
İnsan sürprizlerden kaçınmak için daima ileriye bakmalıdır.	0.388		
Faktör 5: Negatif Duygu		8,57	,836
Korkmuş	0.745		
Sinirli	0.718		
Ürkmüş	0.716		
Düşmanca	0.678		
Suçlu	0.668		
Asabi	0.668		
Utanmış	0.634		
Mutsuz	0.599		
Tedirgin	0.594		
Sıkıntılı	0.532		
Toplam		45,00	
Kaiser Meyer Olkin Ölçek Geçerliliği: ,861			
Bartlett Küresellik Testi Ki Kare: 11412,00	Sd: 1431		p değeri: ,000

Araştırmada kullanılan ölçeğe uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre; Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) (Örneklem Yeterlilik Ölçütü) ve Barlett testi ölçeğin faktör analizine uygunluğunun ölçülmesi amacıyla uygulanmıştır. KMO testi ölçekte kullanılan örneklem büyüklüğünün uygunluğunu, Barlett testi ise ölçekteki verilerin korelasyon matrisinin birim matrise eşitliğinin sınamak amacıyla yapılmıştır. KMO testinin 0,50'den yüksek olması ve Barlett testinin 0,05'in altında olması beklenmektedir. KMO testi için elde edilen değer 0,861 olması; araştırmada kullanılan örneklem büyüklüğünün iyi düzeyde olduğu anlamına gelmektedir. Barlett testi için elde edilen anlamlılık değeri (p değeri) %5'den küçük olması (0.000) verilerin faktör analizine uygunluğunu göstermektedir. "KMO ve Bartlett" testi ölçekteki verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

Araştırmadaki ölçeğe uygulanan açıklayıcı faktör analizi çerçevesinde ölçeğin alt boyutlarının belirlenmesi amacıyla "Minimum Artık Değerler Yöntemi" kullanılmış ve "Quartimin Döndürmesi" uygulanmış ve ölçeğin faktör yapısı belirlenmiştir. Analiz sonucunda ölçek maddelerinin 5 alt boyutta toplandığı, ölçeğin

varyansın %45'ini açıkladığı görülmüştür. Elde edilen alt boyutlar “Pozitif Duygu” (10 madde, $\alpha = ,870$), “Olumsuz Duygusal İştah” (13 madde, $\alpha = ,802$), “Olumlu Duygusal İştah” (8 madde, $\alpha = ,868$), “Belirsizliğe Tahammülsüzlük” (12 madde, $\alpha = ,847$) ve “Negatif Duygu” (10 madde, $\alpha = ,836$) olarak adlandırılmıştır.

Veri seti üzerinden ölçeklerin iç tutarlılık anlamındaki güvenilirlikleri Cronbach Alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Cronbach Alfa katsayısı, Belirsizlik Ölçeği için 0.82; Duygusal İştah Ölçeği için 0.85; Negatif Duygu Alt Ölçeği için 0.89 ve Pozitif Duygu Alt Ölçeği için ise 0.91 şeklinde elde edilmiştir. Buna göre veri setinin güvenilirliğinin tüm ölçekler için oldukça yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.3. ÖLÇEK GÜVENİLİRLİĞİ

Araştırmada kullanılan ölçeğe ilişkin Cronbach's Alpha güvenilirlik test sonuçları tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Ölçeğe İlişkin Cronbach's Alpha Güvenilirlik İndeks Değerleri

Ölçek	Cronbach's Alpha
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	0,847
Olumlu Duygusal İştah	0,868
Olumsuz Duygusal İştah	0,802
Pozitif Duygu	0,870
Negatif Duygu	0,836

Araştırmada kullanılan ölçeğin Cronbach's Alpha güvenilirlik indeksi değerleri incelendiğinde; belirsizliğe tahammülsüzlük için $\alpha=0,847$, olumlu duygusal iştah için $\alpha=0,868$, olumsuz duygusal iştah için $\alpha=0,802$, pozitif duygu için $\alpha=0,870$ ve negatif duygu için $\alpha=0,836$ olarak elde edilmiştir. Bu değerler; ölçeğin güvenilirlik düzeylerinin iyi düzeyde olduğunu göstermektedir.

4.4. NORMALLİK SINAMASI

Belirsizliğe tahammülsüzlük, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah durumu ve olumsuz duygusal iştah durumu değişkenlerinin normal dağılıp

dağılmadığının belirlenmesi amacıyla normallik testi yapılmıştır. Normallik testi sonuçlarına göre; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah durumu ve olumsuz duygusal iştah durumu değişkenlerinin gruplar arası karşılaştırmaların yapılmasında parametrik veya nonparametrik testlerden hangisinin yapılacağı belirlenecektir. Değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 6’da, Shapiro-Wilk normallik testi sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 6: Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	Pozitif Duygu	Negatif Duygu	Olumlu Duygusal İştah	Olumsuz Duygusal İştah
Ort.	35,0264	40,6188	19,4683	47,6841	49,8338
Medyan.	35,0000	40,2095	19,0000	46,0000	50,0000
Mod	28,00	40,21	18,00a	40,00	65,00
SS.	8,85254	6,20315	6,17373	10,25879	13,47372
Minimum	16,00	26,00	10,00	14,00	18,00
Maximum	55,00	50,00	35,00	72,00	91,00
Skewness (Çarpıklık)	,056	-,327	,432	,273	,206
Kurtosis (Basıklık)	-,538	-,629	-,501	-,107	-,252

Tablo 7: Shapiro-Wilk Normallik Testi

	Shapiro-Wilk		
	İstatistik	sd	p
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	,989	478	,008
Pozitif Duygu	,961	478	,000
Negatif Duygu	,961	478	,000
Olumlu Duygusal İştah	,974	478	,000
Olumsuz Duygusal İştah	,991	478	,019

Değişkenlere uygulanan Shapiro-Wilk normallik testi sonuçlarına göre; Belirsizliğe tahammülsüzlük, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah değişkenleri için hesaplanan olasılık (p) değerlerinin 0,05'in altında olması verilerin normal dağılıma sahip olmadığını gösterirken, verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesinde sadece Shapiro-Wilk testi yeterli değildir. "Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerlerinin +1.5 ile -1.5 arasında olması ve aritmetik ortalama, mod, medyan değerlerinin birbirine yakın değerler olması verilerin normal dağılıma sahip olduğunu göstermektedir." Bu duruma göre; belirsizliğe tahammülsüzlük, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah değişkenleri için tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde; bu değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında olduğu ve aritmetik ortalama, mod, medyan değerlerinin birbirine yakın değerler olduğu görülmektedir. Bu sebeple belirsizliğe tahammülsüzlük, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah değişkenlerinin normal dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir.

4.5. BELİRSİZLİK, POZİTİF DUYGU, NEGATİF DUYGU, OLUMLU DUYGUSAL İŞTAH VE OLUMSUZ DUYGUSAL İŞTAHIN SOSYO-DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERE GÖRE FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ

Kişilerin belirsizlik, pozitif duygu, negatif duygu, pozitif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının sosyo-demografik özelliklere göre farklılıkların incelenmesinde; iki grup arasındaki farklılıkların incelenmesinde, normal dağılıma sahip ise bağımsız örneklem t testi, normal dağılıma sahip değil ise Mann Whitney U testi, ikiden fazla grup arasındaki farklılıkların incelenmesinde, normal dağılıma sahip ise tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA), normal dağılıma sahip değil ise Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Kişilerin belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının taşıt türüne göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesine yönelik oluşturulan H1 hipotezi için veriler analiz edilmiştir. Grupların puanlarının normal dağılımdan aşırı sapma göstermemesi

sebebiyle karşılaştırmada bağımsız gruplar t testi kullanılmış; analiz sonuçları Tablo 8’de özetlenmiştir. Tablo 8’e göre karavan ve motosiklet kullanan katılımcıların belirsizlik, negatif duygu, pozitif duygu ve olumsuz duygusal iştahtan aldıkları puanlar arasında istatistiksel düzeyde farklılık olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). Karavan ve motosiklet kullanan katılımcıların olumlu duygusal iştahtan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$). Motosiklet kullanan kişilerin olumlu duygusal iştahları karavan kullanan kişilerden daha yüksektir.

Tablo 8: Ölçek Puan Ortalamalarının T Testi Sonuçları

	Taşıt türü	N	Ortalama	sd	t	p
Belirsizlik	Karavan	93	34.13	9.752	-1.12	0.27
	Motosiklet	368	35.26	8.501		
Negatif Duygu	Karavan	93	20.42	7.582	-0.09	0.93
	Motosiklet	368	20.50	7.877		
Pozitif Duygu	Karavan	93	38.43	7.336	-1.93	0.06
	Motosiklet	368	40.15	7.770		
Olumlu Duygusal İştah	Karavan	93	45,39	10,07	-2,15	0,03
	Motosiklet	368	48,23	10,24		
Olumsuz Duygusal İştah	Karavan	93	52,38	15,10	1,83	0,07
	Motosiklet	368	49,20	12,99		

Kişilerin belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesine yönelik oluşturulan H2 hipotezi için veriler analiz edilmiştir. Veri setindeki değişkenlerin her bir cinsiyet kategorisinde normal dağılım göstermesi sebebiyle, cinsiyete göre farklılığın testinde bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2010). Tablo 9’a göre kişilerin belirsizlik, pozitif duygu durumları, negatif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p > 0.05$).

Tablo 9: Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ortalama	Sd	t	p
Belirsizlik	Kadın	40	33.17	9.15	-1.41	0.61
	Erkek	421	35.21	8.72		
Negatif Duygu	Kadın	40	21.73	6.74	1.05	0.29
	Erkek	421	20.37	7.90		
Pozitif Duygu	Kadın	40	37.78	7.65	-1.74	0.08
	Erkek	421	39.99	7.69		
Olumlu Duygusal İştah	Kadın	40	45,76	8,44	-1,05	0.29
	Erkek	421	47,81	10,38		
Olumsuz Duygusal İştah	Kadın	40	47,73	15,99	-1.91	0.46
	Erkek	421	49,97	13,25		

Kişilerin belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesine yönelik oluşturulan H3 hipotezi için veriler analiz edilmiştir. Veri setindeki değişkenlerin evli ve bekâr katılımcılar temelinde normal dağılım göstermesi sebebiyle, medeni duruma göre farklılığın testinde bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2010). Analiz sonuçları Tablo 10’da özetlenmiştir. Tablo 10’a göre kişilerin belirsizlik düzeyi ve olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p < 0.05$). Evli bireylerin belirsizlik düzeyi ve olumlu duygusal iştah yaklaşımları bekâr bireylerden daha yüksektir. Kişilerin pozitif duygu durumları, negatif duygu durumları ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p > 0.05$).

Tablo 10: Medeni Duruma Göre T Testi Sonuçları

	Medeni Durum	N	Ortalama	Sd	t	p
Belirsizlik	Evli	160	36.30	8.70	2.27	0.02
	Bekâr	301	34.36	8.74		
Negatif Duygu	Evli	160	21.23	8.11	1.50	0.13
	Bekâr	301	20.09	7.63		
Pozitif Duygu	Evli	160	40.13	7.66	0.66	0.51
	Bekâr	301	39.63	7.74		
Olumlu Duygusal İştah	Evli	160	49,54	10,22778	2.49	0.01
	Bekâr	301	46,76	10,17935		
Olumsuz Duygusal İştah	Evli	160	50,19	13,02169	0,41	0.68
	Bekâr	301	49,58	13,72304		

Kişilerin belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesine yönelik oluşturulan H4 hipotezine ilişkin bulgular incelenmiştir. Veri setindeki değişkenlerin eğitim düzeyi kategorilerinde normal dağılım göstermemesi ve gözlem sayısının 30'dan az olan kategoriye sahip olunması sebebiyle, eğitim düzeyine göre farklılığın testinde Kruskal Wallis testi uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2010). Kruskal Wallis testi sonucunda anlamlı farklılığın belirlendiği değişkenlerde; varyansın homojen olup olmadığı belirlenerek, varyans homojen ise Post-Hoc LSD testi, varyans homojen değil ise Post-Hoc Games Howell testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 11'de sunulmuştur. Tablo 11'e göre kişilerin belirsizlik düzeyleri, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0.05$). Kişilerin olumlu duygusal iştahları eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p>0.05$). Kişilerin olumlu duygusal iştahlarının eğitim düzeylerine göre ortalama farklılıkların incelenmesine yönelik yapılan Post-Hoc analizi sonuçlarına göre; ön lisans

mezunlarının olumlu duygusal iştah yaklaşımları lisans ve lisansüstü mezunu olan kişilerden daha yüksektir.

Tablo 11: Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Kikare	sd	p	Post-Hoc
Belirsizlik	a) İlköğretim	11	258,55	7.40	4	0.12	
	b) Lise	85	196,78				
	c) Ön lisans	76	243,91				
	d) Lisans	211	235,30				
	e) Lisansüstü	78	240,19				
Negatif Duygu	a) İlköğretim	11	276,09	5.17	4	0.27	
	b) Lise	85	244,43				
	c) Ön lisans	76	247,24				
	d) Lisans	211	223,64				
	e) Lisansüstü	78	214,10				
Pozitif Duygu	a) İlköğretim	11	229,23	3.16	4	0.53	
	b) Lise	85	223,22				
	c) Ön lisans	76	243,18				
	d) Lisans	211	237,23				
	e) Lisansüstü	78	210,99				
Olumlu Duygusal İştah	a) İlköğretim	11	224,33	9,59	4	0.04	c>d, e
	b) Lise	85	201,22				
	c) Ön lisans	76	225,08				
	d) Lisans	211	181,78				
	e) Lisansüstü	78	173,70				
Olumsuz Duygusal İştah	a) İlköğretim	11	213,50	3.29	4	0.51	
	b) Lise	85	173,27				
	c) Ön lisans	76	188,08				
	d) Lisans	211	187,09				
	e) Lisansüstü	78	206,02				

Belirsizlik, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah ölçek puanları yaşa göre nasıl bir farklılık gösterdiğine ilişkin oluşturulan H5 hipotezine göre, incelenen veri setindeki değişkenlerin, yaş değişkeni temelinde normal dağılım göstermesi sebebiyle, yaşa göre farklılığın testinde varyans analizi uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2010). Varyans analizi sonucunda anlamlı farklılığın belirlendiği değişkenlerde; varyansın homojen olup olmadığı belirlenerek, varyans homojen ise Post-Hoc LSD testi, varyans homojen değil ise Post-Hoc Games Howell testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 12’de sunulmuştur. Tablo 12’ye göre katılımcıların ölçek puanlarının ortalamaları katılımcıların yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 12: Katılımcıların Yaşlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

	Yaş	N	Ortalama	sd	F	p
Belirsizlik	19-29 Yaş	67	37.52	8.22	1.72	0.14
	30-40 Yaş	128	34.41	7.88		
	41-50 Yaş	112	35.10	9.03		
	51-60 Yaş	117	34.51	9.14		
	61 Yaş ve zeri	37	34.14	10.14		
Negatif Duygu	19-29 Yaş	67	21.87	7.91	1.53	0.19
	30-40 Yaş	128	19.65	7.31		
	41-50 Yaş	112	19.65	7.64		
	51-60 Yaş	117	21.23	8.49		
	61 Yaş ve zeri	37	21.03	7.27		
Pozitif Duygu	19-29 Yaş	67	40.93	7.77	1.20	0.31
	30-40 Yaş	128	39.74	8.20		
	41-50 Yaş	112	40.06	7.55		
	51-60 Yaş	117	39.68	7.52		
	61 Yaş ve zeri	37	37.54	6.68		
Olumlu Duygusal İştah	19-29 Yaş	67	50,43	9,87	1.28	0.12
	30-40 Yaş	128	48,00	9,61		
	41-50 Yaş	112	46,76	11,32		
	51-60 Yaş	117	47,48	9,93		

	61 Yaş ve Üzeri	37	44,87	10,36		
	19-29 Yaş	67	47,66	10,29		
	30-40 Yaş	128	49,34	13,96	0.34	0.84
Olumsuz	41-50 Yaş	112	50,01	13,40		
Duygusal İştah	51-60 Yaş	117	48,98	12,07		
	61 Yaş ve Üzeri	37	50,36	13,75		

4.6. KORELASYON ANALİZİ

Belirsizliğe tahammülsüzlük, pozitif duygu, negatif duygu, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah değişkenlerinin birbirleri ile arasındaki ilişkilerin belirlenmesine yönelik korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonuçları Tablo 13'te verilmiştir.

Tablo 13: Pearson Korelasyon Analizi

		1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük	r	1					
	p						
2. Duygusal İştah (Genel Toplam)	r	,101*	1				
	p	0,044					
3. Pozitif Duygu	r	-0,050	0,031	1			
	p	0,322	0,536				
4. Negatif Duygu	r	,135**	0,044	-,392**	1		
	p	0,007	0,384	0,000			
5. Olumlu Duygusal İştah	r	,249**	,468**	,201**	0,066	1	
	p	0,000	0,000	0,000	0,197		
6. Olumsuz Duygusal İştah	r	-,114*	,692**	-,117*	-0,005	-,253**	1
	p	0,026	0,000	0,023	0,924	0,000	

*, Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**, Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi; duygusal iştah ($r = ,123$), negatif duygu ($r = ,242$) ve olumlu duygusal iştah ($r = ,249$) değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki gösterirken, olumsuz duygusal iştah ($r = -,114$) değişkeni ile negatif yönde

anlamli bir iliski göstermis ve pozitif duygu değişkeni ile istatistiksel olarak anlamli bir iliski göstermemiştir.

Duygusal iştah; olumlu duygusal iştah ($r = ,468$) ve olumsuz duygusal iştah ($r = ,692$) değişkenleri ile pozitif yönde anlamli bir iliski gösterirken, pozitif duygu ve negatif duygu değişkenleri ile istatistiksel olarak anlamli bir iliski göstermemiştir. Pozitif duygu; negatif duygu ($r = -,219$) ve olumsuz duygusal iştah ($r = ,117$) değişkenleri ile negatif yönlü anlamli bir iliski gösterirken, olumlu duygusal iştah ($r = ,201$) değişkeni ile pozitif yönde anlamli bir iliski göstermiştir. Olumlu duygusal iştah; olumsuz duygusal iştah ($r = -,253$) değişkeni ile negatif yönde istatistiksel olarak anlamli bir iliski göstermiştir.

4.7. REGRESYON ANALİZİ

4.7.1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Duygusal İştahın Pozitif ve Negatif Duyguya Etkisinin İncelenmesi

Araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin ve duygusal iştahın pozitif ve negatif duygu düzeylerine etkisinin belirlenmesi amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin, olumlu duygusal iştahın ve olumsuz duygusal iştahın pozitif duygu ve negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamli bir etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmada sınanan modeller Tablo 14’te belirtilmiştir.

Tablo 14: Araştırma Modelleri

Model	Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken
Model 3	Negatif Duygu	Belirsizliğe Tahammülsüzlük
		Olumsuz Duygusal İştah
		Olumlu Duygusal İştah
Model 4	Pozitif Duygu	Belirsizliğe Tahammülsüzlük
		Olumsuz Duygusal İştah
		Olumlu Duygusal İştah
Model 5 (Karavancılar)	Negatif Duygu	Belirsizliğe Tahammülsüzlük
		Olumsuz Duygusal İştah

		Olumlu Duygusal İştah
		Belirsizliğe Tahammülsüzlük
Model 6 (Karavancılar)	Pozitif Duygu	Olumsuz Duygusal İştah
		Olumlu Duygusal İştah
		Belirsizliğe Tahammülsüzlük
Model 7 (Motosikletçiler)	Negatif Duygu	Olumsuz Duygusal İştah
		Olumlu Duygusal İştah
		Belirsizliğe Tahammülsüzlük
Model 8 (Motosikletçiler)	Pozitif Duygu	Olumsuz Duygusal İştah
		Olumlu Duygusal İştah

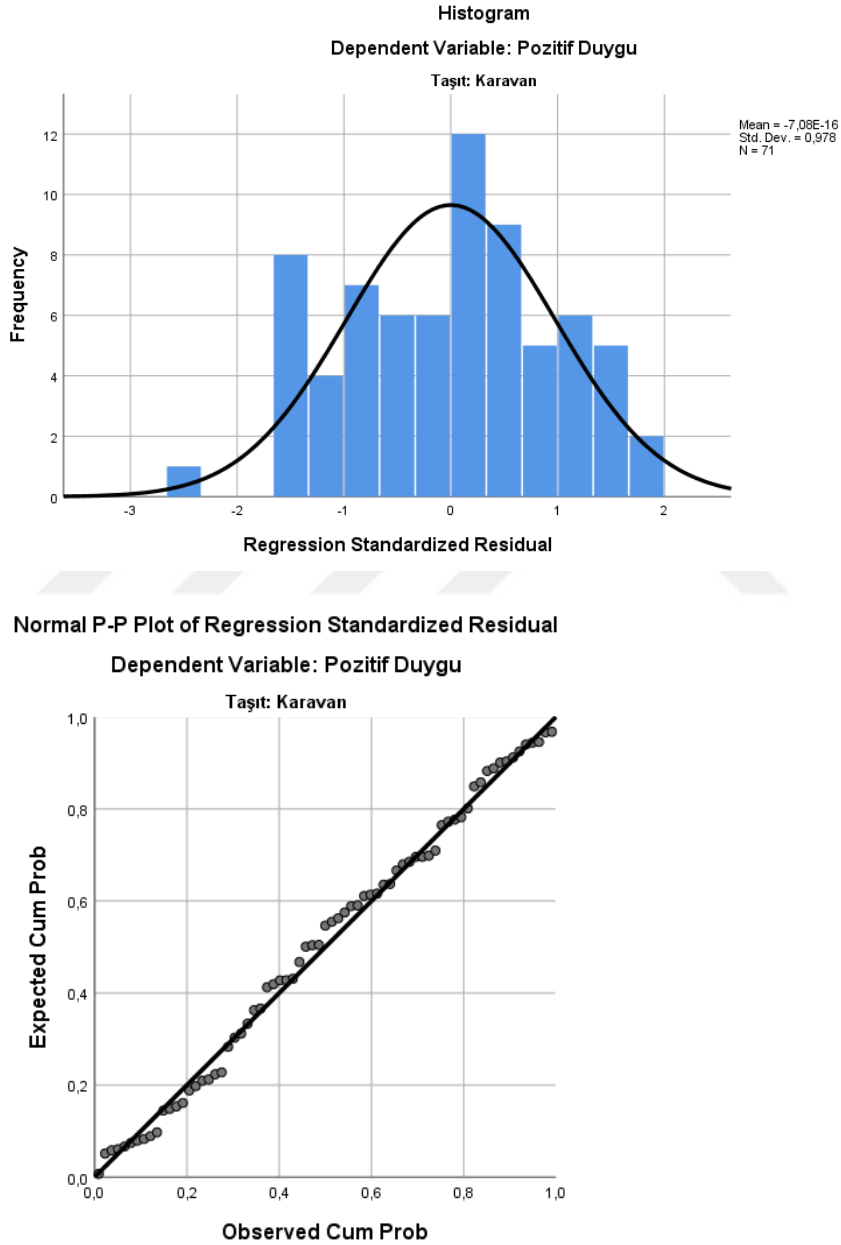
Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duygu üzerindeki etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri sonucunda kurulan model (Model 3) temel varsayımları karşılamadığından istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Benzer şekilde kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duygu üzerindeki etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri sonucunda kurulan model (Model 4) temel varsayımları karşılamadığından istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır.

Karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duygu üzerindeki etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri sonucunda kurulan model (Model 5) temel varsayımları karşılamadığından istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Aynı zamanda motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duygu üzerindeki etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri sonucunda kurulan model (Model 7) temel varsayımları karşılamadığından istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır.

Motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, olumlu duygusal iştahları ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duygu üzerindeki etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizleri sonucunda kurulan model (Model 8) temel varsayımları karşılamadığından istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Benzer biçimde karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük

düzeyleri, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde etkisinin incelenmesine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları (Model 6) Tablo 15’te, artıklara ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 16’da, artıkların dağılımına ilişkin grafik Şekil 11’de verilmiştir.

Şekil 11: Artık Değerlerin Dağılımı (Model 6)



Modeldeki hata terimlerine ilişkin histogram grafiği ve P-P Plot grafiği incelendiğinde; histogram grafiğinin çan eğrisi şeklinde olması ve P-P Plot grafiğinin doğrusala yakın noktalarda oluşması hataların normal dağıldığını göstermektedir.

Model 3, mdoel 4, model 5, model 7 ve model 8'in anlamsız çıkmasından dolayı istatistiksel testlerinin detayları burada verilmemiştir. (Gerektiğinde tezin yazarından istenilebilir).

Tablo 15: Artık Değer İstatistikleri (Model 6)

Residuals Statistics^a					
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	35,4699	44,1704	39,3957	2,22801	71
Std. Predicted Value	-1,762	2,143	,000	1,000	71
Standard Error of Predicted Value	,680	2,223	1,225	,352	71
Adjusted Predicted Value	33,7836	45,4798	39,3407	2,31980	71
Residual	-13,17038	9,92303	,00000	5,25089	71
Std. Residual	-2,454	1,849	,000	,978	71
Stud. Residual	-2,573	1,868	,005	1,011	71
Deleted Residual	-14,47979	10,21641	,05501	5,61075	71
Stud. Deleted Residual	-2,690	1,905	,004	1,022	71
Mahal. Distance	,138	11,018	2,958	2,306	71
Cook's Distance	,000	,165	,017	,029	71
Centered Leverage Value	,002	,157	,042	,033	71
a. Dependent Variable: Karavancılar Pozitif Duygu					

Araştırma modelindeki hesaplanan “Cook Distance” değerinin maksimum değerinin 1’in altında olması modelde anlamlı bir uç değer (outlier) bulunmadığını göstermektedir.

Tablo 16: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları (Model 6)

Bağımsız Değişken	B	SH.	ß	t	p	%95 LCI	%95 UCI	Tolerance	VIF
Sabit Terim	47,849	4,460		10,728	,000	38,946	56,751		

Belirsizliğe Tahammülsüzlük	-,202	,072	-,327	-2,813	,006	-,345	-,059	,934	1,071
Olumlu Duygusal İştah	,037	,066	,067	,559	,578	-,095	,169	,888	1,127
Olumsuz Duygusal İştah	-,066	,047	-,166	-1,403	,165	-,160	,028	,898	1,114
R= 0,391 R²=0,115 F_(3,67)=4,021 p=,011 Durbin Watson=1,582									

* Bağımlı Değişken: Pozitif Duygu

Karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin, olumlu duygusal iştahlarının ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duygu üzerindeki etkisinin belirlenmesi amacıyla kurulan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre: Model için hesaplanan R² değerinin 0,11 olması belirsizliğe tahammülsüzlüğün, olumlu duygusal iştahın ve olumsuz duygusal iştahın pozitif duygu üzerindeki değişimin %11'ini açıkladığı anlamına gelmektedir. Model için hesaplanan F istatistik değerinin olasılık p<0,001 olması modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir. Modelde artıklar arasında otokorelasyon olmaması artıkların birbirinden bağımsız olması gerekmektedir. Artıkların birbirinden bağımsız olması için modelde Durbin Watson istatistik değerinin 1,5 ile 2,5 arasında olması gerekmektedir. Model için hesaplanan Durbin Watson istatistik değeri 1,5 ile 2,5 arasında olduğundan modelde artıklar arasında otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir. Modelde otokorelasyon sorunu olmaması için VIF değerlerinin 5'in altında, Tolerans değerinin 0,2'nin üzerinde olması gerekmektedir. Her bir bağımsız değişken için elde edilen VIF değeri 5'in altında ve tolerans değeri 0,2'nin üzerinde olduğundan modelde otokorelasyon sorunu olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Modeldeki sabit terim ve bağımsız değişkenin katsayıları incelendiğinde; sabit terim için hesaplanan olasılık (p<0,001) değerinin 0,05'in altında olması sabit terimin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük için hesaplanan olasılık (p=0,006) değerinin 0,05'in altında olması ve katsayısının $\beta=-0,327$ olması; belirsizliğe tahammülsüzlüğün pozitif duygu üzerinde negatif ve anlamlı bir yordayıcı etkisi olduğunu göstermektedir. Olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah için hesaplanan olasılık değerinin 0,05'in üzerinde olması; olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın pozitif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre; karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri pozitif duygularını negatif yönde etkilerken, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahları pozitif duygularını etkilememektedir. Karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arttıkça pozitif duyguları azalmaktadır. Bununla birlikte çalışmaya katılan karavancı sayısının 71 kişi ve regresyon analizi için en az her bir değişken için 20 verinin olması gerekliliği, bu analizin sınırda gerçekleştirildiğini ortaya koymaktadır.

TARTIŞMA

H1 hipotezinin çözümünde motosiklet ve karavan kullanıcılarının belirsizlik, olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu ölçek puanları karşılaştırılmıştır ve grup puanlarının normal dağılımdan aşırı sapma göstermediği gözlemlenmiştir. Karavan ve motosiklet kullanıcılarının belirsizlik puanları arasında istatistiksel düzeyde farklılık saptanmadığından, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin kullanılan taşıt türüne göre farklılık gösterdiğini savunan H1a hipotezi desteklenmemektedir. Her iki araç türünün de kara aracı olması ve gidilen güzergâhın karayolu olması, belirsizlik durumlarında birbirlerine göre bir fark oluşmamasının gerekçesi olarak gösterilebilir.

Karavan ve motosiklet kullanıcılarının negatif duygu puanları arasında istatistiksel düzeyde farklılık olmadığından, kişilerin negatif duygu durumlarının kullanılan taşıt türüne göre farklılık gösterdiğini savunan H1b hipotezi desteklenmemektedir. Motosiklet ve karavan kullanıcılarının pozitif duygu puanları arasında istatistiksel düzeyde bir fark elde edilemediğinden, kişilerin pozitif duygu durumlarının kullanılan taşıt türüne göre farklılık gösterdiğini savunan H1c hipotezi desteklenmemektedir. Rekreatif amaçlı motosiklet ve karavan sürüşlerinde, araç kullanıcılarının duygu durumlarının aktivitenin gerçekleşmesiyle ilişkili olduğu anımsandığında, her iki grubun da duygusal olarak benzer oranda etkilendikleri düşünülebilmektedir.

Bu araştırmanın verilerine göre, motosiklet ve karavan kullanıcılarının olumlu duygusal iştah puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ve kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının kullanılan taşıt türüne göre farklılık

gösterdiğini savunan H1d hipotezi desteklenmektedir. Elde edilen verilere göre motosiklet kullanıcılarının olumlu duygusal iştahları karavan kullanıcılarından daha yüksektir. Bu sonuçlar; motosiklet kullanımında adrenalin salgılanması ve daha fazla enerji sarf edilmesi gerekliliği göz önünde bulundurularak, olumlu duygusal iştah durumlarında bu sarfıyatın daha da artması ve motosiklet kullanıcılarının yemek yemeye karavancılarda olduğundan daha fazla ihtiyaç duyması ile açıklanabilir.

Motosiklet ve karavan kullanıcılarının olumsuz duygusal iştah puanları arasında istatistiksel düzeyde farklılık olmadığından, kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının kullanılan taşıt türüne göre farklılık gösterdiğini savunan H1e hipotezi desteklenmemektedir. Bu araştırmanın da yapıldığı dönem olan Covid-19 günlerinde, bireylerin olumsuz duygusal iştah durumları taşıt fark etmeksizin araç kullanan her bireyi benzer düzeyde etkilemektedir. Literatüre bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük, olumsuz duygusal iştah, olumlu duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarında, motosiklet ve karavan kullanıcılarının birbirlerine göre karşılaştırmaları daha önce başka bir çalışmada yapılmamıştır.

Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2 hipotezi ile ilgili yapılan analize göre, kadın ve erkek arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu çalışma sonuçlarına göre, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2a hipotezi desteklenmemektedir. Duman (2020: 431) tarafından 100 kişiden oluşan üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen bir araştırmada, Covid-19 pandemi döneminde yaşanan belirsizliğe tahammülsüzlüğün cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Duman'ın ulaştığı sonuç, Covid-19 pandemi döneminde yapılan bu araştırma ile benzer sonuçlar taşısa da örneklem grubunun sadece %14'ünün erkek katılımcılardan oluşması göz ardı edilmemelidir. 575 yetişkin birey ile yine Covid-19 pandemisinde yapılan benzer bir çalışmada, belirsizliğe tahammülsüzlük ile cinsiyet arasında istatistiksel bir farklılık saptanmamıştır (Salihoğlu, 2021: 65). Ersöz ve diğerleri (2016: 223), Boelen ve diğerleri (2014: 141), Coşkun E. (2019: 96), Gümüşoğlu ve Aşçı (2020: 105), Geçgin ve Sahranç (2017: 747) ve Özkan (2020: 84) da yaptıkları çalışmalarda belirsizliğe tahammülsüzlüğün cinsiyet ile ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Diğer demografik özelliklerden

bağımsız olarak elde edilen bulgular genel olarak cinsiyet ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün bağlantılı olmadığını göstermektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile cinsiyet arasında anlamlı farklılıklar bulup, erkeklerin belirsizliğe tahammülsüzlüğünün kadınlara göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar (Olson ve diğerleri, 2016: 64; Barahmand ve Haji, 2008: 1339) olmasına karşılık, kadınların belirsizliğe tahammülsüzlüğünün daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar (Kilit ve diğerleri, 2020: 267) da mevcuttur. Bu bağlamda, Karataş ve Uzun'un (2018: 1273) çoğunluğu kadın olan 175 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırma ile Aka'nın (2021: 77) 709'u kadın, toplam 845 kişinin katıldığı araştırmanın bulguları dikkate alındığında da kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük oranının erkeklere göre daha yüksek çıktığı görülmektedir. Kadın katılımcıların çoğunluk gösterdiği çalışmaların genelinde belirsizliğe tahammülsüzlükte kadınların puanlarının daha yüksek çıkmasının sebebinin, katılımcı yüzdelerinde orantısızlık olduğu düşünülebilir.

Kişilerin negatif duygu durumlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2b hipotezi desteklenmemektedir. Vera-Villarroel ve diğerlerinin (2017: 16) 18-60 yaş arası 1548 katılımcı ile yaptığı araştırmada kadın-erkek oranı birbirine yakın tutularak eşitlik sağlanması dikkate alınmıştır ve negatif duygu durumlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Hem 875 eğitim fakültesi öğrencisi ile (Öztürk ve Çetinkaya, 2015: 350) hem de 685 üniversite öğrencisi ile yapılan diğer bir çalışma (Topal, 2011: 53), negatif duygunun cinsiyet ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) 705 sağlık çalışanı ile yaptığı çalışmada da cinsiyet ile negatif duygu arasında anlamlı bir fark bulunmadığı gözlemlenmiştir. Takip çalışması şeklinde tekrarlanan ve 160 katılımcı ile yapılan bir araştırma, kadınların erkeklere göre negatif duygu durumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (Langvik ve diğerleri, 2016: 148). Can ve diğerleri (2011: 172) tarafından 104 hakem katılımcı ile yapılan bir araştırma ile Özdoğan ve diğerlerinin (2022: 237) 3121 katılımcı ile Covid-19 pandemisi sırasında yaptığı çalışmasında da kadınların erkeklere göre negatif duygusallık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. 2651 Avustralyalı'nın katıldığı bir araştırmada olduğu gibi (Mackinnon ve diğerleri, 1999: 410), Kowal ve diğerlerinin (2020: 959) 26 ülkeden 53.524 katılımcı ile Covid-19 pandemisinde yaptığı bir çalışma, karantina

sırasında kadınların erkeklerden önemli ölçüde daha yüksek stres seviyeleri yaşadıkları sonucuna varmıştır. Bu bulguların aksine, 493 tıp fakültesi öğrencisi ile yapılan çalışma, negatif duygu durumlarında erkeklerin kadınlara göre anlamlı derecede yüksek puan aldığını ortaya koymaktadır (Karaoğlu ve Açar, 2021: 7). Bu görüşü destekler nitelikteki, 86 beyaz yakalı personelin katıldığı farklı bir çalışmada da cinsiyet değişkeninde sadece negatif duygulanımda farklılık olduğu ve erkeklerde negatif duygu durumunun kadınlarınkine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Korkmaz ve diğerleri, 2018: 216). 403 katılımcıdan oluşan farklı bir çalışma da göstermiştir ki, kadınların negatif duygusallıkları erkeklere göre daha düşük düzeydedir (Yıldırım ve Akın, 2018: 442-443).

Kişilerin pozitif duygu durumlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2c hipotezi desteklenmemektedir. 2651 Avustralyalı'nın katıldığı bir araştırmada olduğu gibi (Mackinnon ve diğerleri, 1999: 410), Özdoğan ve diğerlerinin (2022: 237) 3121 katılımcı ile Covid-19 pandemisi sırasında yaptığı çalışmasında ve Korkmaz ve diğerlerinin (2018: 216) araştırmasında, kadınların erkeklere göre pozitif duygusallık düzeylerinde anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Vera-Villarreal ve diğerlerinin (2017: 16) 1548 katılımcı ile yaptığı araştırmada da pozitif duygu durumlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. 403 katılımcıdan oluşan bir çalışmada, kadınların pozitif duygusallıkları erkeklere göre daha yüksek düzeyde bulunmuştur (Yıldırım ve Akın, 2018: 442-443). 160 katılımcı ile takip çalışması şeklinde tekrarlanan ve yapılan Langvik ve diğerleri'nin (2016: 148) çalışması ile Aslan ve Uyar'ın (2020: 35), 705 sağlık çalışanı ile yaptıkları çalışma kadınların erkeklere göre pozitif duygu durumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Karaoğlu ve Açar'ın (2021: 7), 493 tıp fakültesi öğrencisi ile yürüttükleri çalışma sonuçlarına göre, pozitif duygu durumlarında erkekler kadınlara göre anlamlı derecede yüksek puan almıştır. Benzer biçimde, 875 eğitim fakültesi öğrencisi ile yapılan çalışma (Öztürk ve Çetinkaya, 2015: 350) ve 685 üniversite öğrencisi ile yapılan diğer bir çalışma (Topal, 2011: 53), erkeklerin pozitif duygu puanlarının kadınlara göre yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2d hipotezi desteklenmemektedir. Aydın E.'nin (2021:53) araştırmasına göre, pozitif duygu puanlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık

bulunmamaktayken, erkeklerin pozitif olaylardaki duygusal iştah puanı, kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Altuner (2021: 51) tarafından, Tip 2 diyabet hastası olan 101 kişinin katılım sağladığı araştırma sonuçlarına göre, erkeklerin olumlu duygu ve durum toplam puanları kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Bektaşoğlu'nun (2021: 69) araştırmasında ve Altuntaş'ın 339 öğrencinin katılım gösterdiği çalışmasında, erkeklerde olumlu duygusal iştah puan ortalamaları kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Aydın'ın (2015:39) 273 katılımcı ile yaptığı çalışmasında da olumlu duygu ve durumlarda ortaya çıkan duygusal iştah puanları kadınlarda erkeklere göre daha düşüktür. Diyet polikliniğine başvuran 19-65 yaş arası 100 katılımcı ile yapılan bir çalışmada, kadınların olumlu duygu durumlarından erkeklere göre daha fazla etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır (Bekiroğlu, 2018: 43). 502 ğrencinin katıldığı araştırmada, bireyler olumlu ve olumsuz duygu veya durumlarda daha az yemek yeme eğilimi gösterirken, yemek yemeleri en fazla olumlu duygular yaşarken azalma göstermektedir (Koçhan ve Arslan, 2021: 214).

Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini savunan H2e hipotezi desteklenmemektedir. Altuner (2021: 51) tarafından, Tip 2 diyabet hastası olan 101 kişinin katılım sağladığı araştırma sonuçlarına göre, olumsuz duygu ve durum toplam puanları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Benzer biçimde, Altuntaş'ın (2021: 43) 339 öğrencinin katılım gösterdiği araştırmasına göre, olumsuz duygular ve olumsuz durumlarda cinsiyet arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır. Neredeyse aynı sayılarda kadın ve erkekten oluşan 516 sağlık çalışanı üzerinde yapılmış bir çalışmanın sonuçlarına göre; kadınlar, olumsuz duygu ve olumsuz durumlarda duygusal iştah yönünden, erkeklere göre daha fazla etkilenebilmektedir (Aydın E., 2022: 45). Lazarevich ve diğerlerinin (2016: 641) 1453 niversite ğrencisi ile yaptığı çalışmasında kadınların olumsuz duygu ve olumsuz durumlarda erkeklere oranla daha çok etkilendiği bulguları elde edilmiştir. Aydın E.'nin (2021: 53) diğer bir araştırmasına göre, kadınların olumsuz durum iştah puanı erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Diyet polikliniğine başvuran katılımcılar ile yapılan bir araştırma da kadınların olumsuz duygu durumlarından erkeklere göre daha fazla etkilendiğini göstermiştir (Bekiroğlu, 2018: 43). Aykut (2018: 82) 331 ğrenci ile yaptığı çalışmasında erkeklerin olumsuz duygusal iştah puanlarının kadınlarınkine göre daha yüksek olduğu sonucuna

ulaşmıştır. Aydın'ın (2015: 39) araştırmasında olumsuz duygu ve durumlarda görülen duygusal iştah puanı erkeklerde kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Çoğunluğu kadın olan 385 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışma sonuçlarına göre, kadınlar baskı altındayken erkeklere göre duygusal iştahları azalmaktadır ve erkekler kadınlara göre günlük yeme haline daha yakın yeme davranışı göstermektedir (Turanlı, 2022: 29). Aykut (2018: 82) ve Aydın E.'nin (2022: 76) araştırmalarında, kadın ve erkeklerin olumsuz duygularda ve olumsuz durumlarda iştahlarının, olumlu durumlara göre daha çok etkilendiği sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlar kişilerin kendini negatif yönde etkileyecek olumsuz duygu durumlarıyla başa çıkmak için yeme davranışına yönelmelerini göstermektedir (Aydın E., 2022: 76).

419 öğretmen katılımcı ile yapılmış Durmuş'un (2022: 81) çalışması, duygusal iştahın cinsiyete göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Alanyazına bakıldığında, Aydın T. (2018: 38), Aslan (2020: 63), Aydın ve Özcan (2021: 1195) ve Erman (2020: 56) tarafından yapılan çalışmalar da duygusal iştah ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Aynı bağlamda Demirel ve diğerlerinin (2014: 176) çalışmasında cinsiyet, DİA toplam puanı ve alt boyutlardan alınan puanlar üzerinde herhangi bir etki göstermemektedir. Tan ve Chow (2014), kadınlara nazaran erkeklerin daha yüksek duygusal yeme ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı bağlamda, duyguya ve duruma göre ortaya çıkan duygusal iştah puanları kadınlarda erkeklere göre daha düşük tespit edilmiştir (Aydın, 2015: 39). Özdemir'in (2015b: 52) 785 katılımcıdan oluşan çalışması ile Tak ve diğerleri (2015: 292) tarafından 634 diyabetli hasta ile yapılan çalışma, duygusal yemenin kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3 hipotezi ile ilgili yapılan analizde değişken sonuçlar elde edilmiştir. Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3a hipotezi desteklenmektedir. Evli ve bekâr katılımcıların Belirsizlik ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın, evli katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür.

Bu çalışma sonuçlarına göre, bekâr katılımcıların belirsizliğe

tahammülsüzlüğü daha düşük, evlilerin ise daha yüksektir. Evlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin bekârlara göre daha yüksek çıkması; evli bireylerin Covid-19 pandemi şartları altında belirsizliğe karşı gösterdikleri tepkilerin fazlalığının, aldıkları aile sorumluluğundan kaynaklı olduğu; gelecek kaygısının kişide baskıya neden olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmadaki bulgularının aksine, Salihoğlu (2021: 66) tarafından yapılan çalışmaya göre, evli bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin bekârlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Durmuş (2022: 84) tarafından 419 öğretmen ile yapılan bir çalışmada, belirsizliğe tahammülsüzlük puanları, dul ve boşanmış katılımcılarda diğerlerine nazaran daha yüksek bulunmuştur ve bulgulara bakıldığında, bekâr bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük oranının evlilere oranla daha yüksek olduğu sonucu çıkmıştır. %95'ten fazlası bekâr katılımcılardan oluşan 349 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırma, medeni duruma göre belirsizliğe tahammülsüzlükte anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur (Coşkun E., 2019: 43). Fakat bu çalışmadaki düzensiz dağılımın, doğru sonuçlara ulaşmaya engel olduğu düşünülmektedir. 389 üniversite öğrencisi ile yapılan Ersöz, Ersöz ve Konuşkan'ın (2016: 223) çalışması belirsizliğe tahammülsüzlüğün medeni durum ile ilişkisi olmadığını sonucuna ulaşılmıştır. Fakat katılımcılardan sadece 8 kişinin evli, 381'inin bekâr olduğu dikkate alındığında, çıkan sonuçlar beklenir şekildedir. 393 katılımcının gönüllü olduğu Parmaksız'ın (2021: 6) çalışması da medeni durumun belirsizliğe tahammülsüzlük üzerinde bir etkisi olmadığını göstermiştir. Literatür incelendiğinde bu veriler ile örtüşen farklı çalışmalara da (Aka 2021: 79; Belge, 2019: 42; Güdük ve diğerleri, 2021: 144; Boelen ve diğerleri, 2014: 141) ulaşmak mümkündür.

Kişilerin negatif duygu durumlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3b hipotezi desteklenmemektedir. 86 beyaz yakalı personelin katıldığı bir çalışmada, medeni durumun negatif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Korkmaz ve diğerleri, 2018: 216). Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) çalışmasında medeni durum ile negatif duygu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. %65,5'inin evli olduğu 403 katılımcı ile yapılan Yıldırım ve Akın'ın (2018: 443) araştırması sonucunda, evlilerin negatif duygusallıklarının bekârlara göre daha yüksek çıktığı sonucu elde edilmiştir. Can ve diğerleri (2011: 172) tarafından 104

hakem katılımcı ile yapılan bir araştırmada medeni durum ile negatif duygusallık arasında sınırdan bir anlamlı farklılık bularak, bekâr bireylerin evli bireylere göre negatif duygusallık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kowal ve diğerlerinin (2020: 958) 26 ülkeden 53.524 katılımcı ile yaptığı bir araştırmada Covid-19 pandemisi sürecinde evli (veya birlikte yaşayan) kişilerin bekârlara göre daha düşük düzeyde stres yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. 3121 katılımcı ile Covid-19 pandemisi sırasında yapılan bir çalışmada, bekâr bireyler diğer gruplara göre daha fazla negatif duygu yaşamaktadır (Özdoğan ve diğerleri, 2022: 237).

Kişilerin pozitif duygu durumlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3c hipotezi desteklenmemektedir. 86 beyaz yakalı personelin katıldığı Korkmaz ve diğerlerinin (2018: 216) çalışmasında, medeni durumun pozitif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. %65,5'inin evli olduğu 403 katılımcı ile yapılan Yıldırım ve Akın'ın (2018: 443) araştırması sonucunda da pozitif duygusallıkta medeni duruma göre bir farklılık bulunamamıştır. Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) çalışmasında bekâr katılımcıların evlilere göre pozitif duygu puan ortalamaları yüksek çıkmıştır. Özdoğan ve diğerlerinin (2022: 237) Covid-19 pandemisi sırasında yaptıkları bir çalışmada, 3121 katılımcı ile elde edilen sonuçlara göre evli bireyler diğer gruplara göre daha fazla pozitif duygulanım yaşamaktadır. Literatür taraması sonucu, pozitif duygu ve negatif duygu değişkenleri incelendiğinde, medeni duruma göre tutarlılık olmadığı görülmektedir.

Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3d hipotezi desteklenmektedir. Bu çalışmada evli bireylerin olumlu duygusal iştah yaklaşımları bekâr bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Bektaşoğlu (2021: 70), medeni duruma göre olumlu duygusal iştah arasında bir ilişki tespit etmiş ve bekâr bireylerin olumlu duygusal iştah puanlarının evlilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. 140 kadın katılımcı ile yapılan diğer bir çalışmada olumlu duygusal iştah ile medeni durum arasında bir ilişki saptanamamıştır (Yetkin, 2021: 56). 101 Tip 2 diyabet hastasının katıldığı bir araştırmada medeni durumun, duygusal iştah anketi olumlu duygu ve durum ile istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya konmuştur (Altuner, 2021: 42).

Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının medeni duruma göre farklılık gösterdiğini savunan H3e hipotezi desteklenmemektedir. Yetkin (2021: 56) tarafından

140 kadın katılımcı ile yapılan araştırmada olumlu duygusal iştah ile medeni durum arasında bir ilişki saptanmamıştır. Altuner (2021: 41) tarafından 101 Tip 2 diyabet hastasının katıldığı bir araştırmada medeni durumun, duygusal iştah anketi olumsuz duygu ve durum ile istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya konmuştur. %30,5'inin evli bireylerden oluştuğu 315 kişilik bir çalışmada duygusal yemenin medeni duruma göre değişiklik göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Gürel, 2022: 70). 180 kadın katılımcı ile yapılan bir araştırmada ise, bekâr katılımcıların duygusal iştah ölçeği negatif skorlarının, boşanmış veya dul katılımcılardan istatistiksel olarak daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir (Kalabaş, 2021: 47). 18-65 yaş arasındaki 210 kişi ile yapılan çalışmada evlilerin bekârlara göre, negatif olaylar karşısında iştahlarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Aydın E., 2021: 67). Özdemir'in (2015b: 52) 785 katılımcı ile yaptığı çalışma, duygusal yemenin bekâr ve boşanmış bireylerde evlilere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah, olumsuz duygusal iştah, pozitif duygu ve negatif duygu durumlarının eğitim düzeyine göre farklılığının araştırıldığı H4 hipotezinin analizinde, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini savunan H4a hipotezi desteklenmemektedir. Bu çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir. Literatür tarandığında, Belge (2019: 57), 269 katılımcı ile yaptığı çalışma sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlüğün eğitim düzeyi ile ilgisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aka'nın (2021: 78) bulgularına göre; ilköğretim ve orta öğretim mezunu kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlükleri, yüksek lisans ve üstü eğitim görmüş bireylerden daha yüksek olarak belirlenmiştir. Eğitim düzeyi arttıkça belirsizliğe tahammülsüzlüğün azaldığı, Salihoğlu'nun (2021: 66) 575 yetişkin birey ile yaptığı araştırma bulgularında görülmektedir. Alanyazın taraması sonucu, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği incelendiğinde, eğitim düzeyine göre tutarlılık olmadığı görülmektedir.

Kişilerin negatif duygu durumlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini savunan H4b hipotezi desteklenmemektedir. 86 beyaz yakalı personelin katıldığı bir çalışmada, eğitim durumunun negatif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Korkmaz ve diğerleri, 2018: 216). Can ve diğerleri (2011: 173) tarafından 104 hakem katılımcı ile yapılan bir araştırmada negatif

duygusallık düzeyinde eğitime göre farklılık bulunamamıştır. Mackinnon ve diğerlerinin (1999: 413) 2651 Avustralyalı katılımcı ile yaptığı bir araştırmada, eğitim düzeyi azaldıkça negatif duygu durumu artmaktadır. Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) 705 sağlık çalışanı ile yaptığı çalışmada negatif duygu değişkeninde lise ve altı mezunların lisans mezunlarına göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde, Özdoğan ve diğerlerinin (2022: 237) çalışmasında, Covid-19 pandemisinde, 3121 katılımcı ile elde edilen sonuçlara göre lise ve altı eğitim seviyesindeki bireylerin diğerlerine nazaran daha fazla negatif duygulanım yaşadıkları sonucu elde edilmiştir. Yıldırım ve Akın (2018: 443) tarafından 403 katılımcı ile yapılan bir araştırmada, eğitim durumu açısından incelemeler sonucu, ilköğretim (ilkokul-ortaokul) mezunlarının negatif duygusallıkları en yüksek düzeyde bulunmuştur. Literatür incelendiğinde çoğunlukla, eğitim seviyesi azaldıkça negatif duygu durumunun arttığı gözlemlenmektedir.

Kişilerin pozitif duygu durumlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini savunan H4c hipotezi desteklenmemektedir. Korkmaz ve diğerleri tarafından (2018: 216) 86 beyaz yakalı personelin katıldığı bir çalışma, eğitim durumunun pozitif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını göstermiştir. 403 katılımcı ile gerçekleştiren bir araştırmada, pozitif duygusallıkta eğitime göre fark bulunamamıştır (Yıldırım ve Akın, 2018: 443). Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) 705 sağlık çalışanı ile yaptığı çalışmada pozitif duygu durumu ele alındığında, lisans mezunlarının ortalaması, yüksekokul ile lise ve altından mezun olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. 2651 Avustralyalı'nın katıldığı bir araştırmada eğitime göre değerlendirme yapıldığında, eğitim düzeyi arttıkça pozitif duygu puanları artış göstermektedir (Mackinnon ve diğerleri, 1999: 413).

Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini savunan H4d hipotezi desteklenmektedir. Bu araştırmada bireylerin olumlu duygusal iştahları incelendiğinde, ön lisans mezunlarının olumlu duygusal iştah yaklaşımları, lisans ve lisansüstü bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Bektaşoğlu (2021: 70), eğitim düzeyi ile olumlu duygusal iştah arasında bir ilişki olduğu; üniversite mezunlarının olumlu duygusal iştah puan ortalamasının lise mezunu bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. 101 Tip 2 diyabet hastasının katıldığı bir araştırmada eğitim durumunun, duygusal iştah anketi olumlu duygu ve

durum ile istatistiksel olarak anlamlı bir farkı olmadığı ortaya konmuştur (Altuner, 2021: 42). 18-65 yaş arasındaki 210 kişi ile yapılan çalışmada olumlu duygusal iştah puan ortalamalarının eğitime göre anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Aydın E., 2021: 34).

Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini savunan H4e hipotezi desteklenmemektedir. Bu araştırmaya göre eğitim düzeyi ile olumsuz duygusal iştah arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Aydın E. (2021: 34) tarafından 18-65 yaş arasındaki 210 kişi ile yapılan çalışmada, olumsuz duygusal iştah puan ortalamalarının eğitime göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bektaşoğlu (2021: 70) da eğitim düzeyi ile olumsuz duygusal iştah arasında bir ilişki bulamamıştır. 101 Tip 2 diyabet hastasının katıldığı bir araştırmada, üniversite mezunu katılımcıların duygusal iştah anketi olumsuz duygu ve durum toplam puanları, okuryazar olmayan katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur (Altuner, 2021: 41).

Tak ve diğerleri (2015: 292) 634 diyabetli hasta ile yaptıkları araştırmada, düşük eğitim düzeyine sahip olmakla karşılaştırıldığında yüksek eğitilmiş bireyleri daha fazla duygusal yeme ile ilişkilendirmiştir. Özdemir'in (2015: 43) 785 katılımcı ile yaptığı çalışma, duygusal yemenin eğitim durumu ile ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır. %14,6'sının lise ve altı, %85,4'ünün lisans ve üst olduğu 315 kişilik bir çalışma da benzer biçimde, duygusal iştahın eğitime göre anlamlı bir farkı olmadığını göstermiştir (Gürel, 2022: 71).

Belirsizlik, negatif duygu durumları, pozitif duygu durumları, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5 hipotezine ilişkin veriler incelendiğinde, katılımcıların ölçek puanlarının ortalamalarının, katılımcıların yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5a hipotezi desteklenmemektedir. Bu araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaşa göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Aydın ve Özcan (2021: 1197) tarafından 310 kişinin katılımı ile yapılan çalışmada, Durmuş'un (2022: 83) 419 öğretmenin katıldığı çalışmasında, Boelen ve diğerleri (2014: 141) ile Kilit ve diğerlerinin (2020: 265) yaptıkları çalışmalarda da belirsizliğe tahammülsüzlük ile yaş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazın incelendiğinde, Salihoğlu (2021: 66) tarafından 575 yetişkin birey ile yapılan çalışma sonuçları yaş arttıkça belirsizliğe tahammülsüzlüğün azaldığını göstermekteyken, Aka'nın (2021: 78) 845 birey ile yaptığı çalışmanın bulgularına göre belirsizliğe tahammülsüzlüğün 18-25 yaş arasındaki bireylerde, 41 yaş ve üzeri bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Diğer bir araştırmaya göre ise, 18,5 yaş altı bireylerin, yaşça daha büyük olanlara göre belirsizliğe daha çok tepki verdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Ersöz ve diğerleri, 2016: 223). Literatür taraması sonucu, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği ve yaş değişkenleri incelendiğinde, bu konuda bir tutarlılık olmadığı görülmektedir.

Kişilerin negatif duygu durumlarının yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5b hipotezi desteklenmemektedir. Negatif duygu durumunun yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği bu araştırmanın sonuçlarındandır. Korkmaz ve diğerleri (2018: 216) tarafından 86 beyaz yakalı personelin katıldığı bir çalışma ve Vera-Villarroel ve diğerlerinin (2017: 16) 18-60 yaş arası 1548 katılımcı ile yaptığı bir araştırma, yaş etkeninin negatif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. 31-40 yaşında olanların çoğunluğu oluşturduğu 403 katılımcı ile yapılan bir çalışmada bireylerin, negatif duyguları ile yaşları arasında bir fark olmadığı gözlemlenmektedir (Yıldırım ve Akın, 2018: 442). Aslan ve Uyar'ın (2020: 35) 705 sağlık çalışanının katıldığı bir araştırmada, benzer biçimde yaş ile negatif duygu arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Mackinnon ve diğerlerinin (1999: 410) 2651 Avustralyalı katılımcı ile yaptıkları araştırma sonuçlarına göre, yaş küçüldükçe negatif duygu durumu artmaktadır. Covid-19 pandemisi sürecinde 26 ülkeden 53.524 katılımcı ile yapılan bir araştırma da yaş ve stres düzeyleri arasında negatif doğrusal bir ilişki olduğunu öne sürmüş ve gençlerin yaşlılardan daha fazla stres yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır (Kowal ve diğerleri, 2020: 959). Can ve diğerleri (2011: 173) tarafından 104 hakem katılımcı ile yapılan bir araştırmada yaş ile negatif duygusallık arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Kişilerin pozitif duygu durumlarının yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5c hipotezi desteklenmemektedir. Bu çalışmada pozitif duygu durumunun yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Korkmaz ve diğerleri (2018: 216) tarafından 86 beyaz yakalı personelin katıldığı bir çalışma ve benzer biçimde Vera-Villarroel ve diğerlerinin (2017: 16) 18-60 yaş arası 1548 katılımcı ile yaptığı bir

araştırma, yaş etkeninin pozitif duygu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. 2651 Avustralyalı'nın katıldığı bir araştırmada yaş küçüldükçe pozitif duygu durumunun arttığı gözlemlenmektedir (Mackinnon ve diğerleri, 1999: 410). 705 sağlık çalışanının katıldığı bir araştırmada örneklemin %85'ini oluşturan 18-38 yaşındaki katılımcıların pozitif duygu ortalaması 39 yaş ve üzeri katılımcıların puan ortalamasından yüksektir (Aslan ve Uyar, 2020: 35). 31-40 yaşında olanların çoğunluğu oluşturduğu 403 katılımcı ile yapılan bir çalışmada 41 yaş ve üstü bireylerin pozitif duygusallıklarının diğerlerine göre yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yıldırım ve Akın, 2018: 442). Literatür incelemesinde pozitif duygu ve negatif duygu ile yaş arasındaki ilişki bulguları tutarlılık göstermemektedir.

Kişilerin olumlu duygusal iştah yaklaşımlarının yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5d hipotezi desteklenmemektedir. Bu araştırmada katılımcıların yaşları ile olumlu duygusal iştahları arasında bir ilişki olmadığı saptanmıştır. İşler (2021: 74) tarafından 631 kişinin katılımı ile yapılan çalışma göstermiştir ki, yaş faktörünün olumlu duygusal iştah üzerinde bir etkisi yoktur. 140 kadın katılımcı ile Yetkin (2021: 55) tarafından yapılan bir çalışma da benzer biçimde, olumlu duygusal yeme ile yaş grupları arasında önemli bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Farklı bir araştırma da yaş ile olumlu duygusal iştah arasında istatistiksel bir ilişki olmadığını göstermiştir (Bektaşoğlu, 2021: 69). 18-65 yaş arasındaki 210 kişi ile yapılan çalışmada da olumlu duygusal iştah puan ortalamalarının yaşa göre anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Aydın E., 2021: 54). Alanyazın taraması sonuçlarına göre, yaş ile olumlu duygusal iştah arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Kişilerin olumsuz duygusal iştah yaklaşımlarının yaşa göre farklılık gösterdiğini savunan H5e hipotezi desteklenmemektedir. Bu araştırma sonuçlarına göre olumsuz duygusal iştah ile yaş arasında bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bektaşoğlu (2021: 69) yaptığı çalışmasında, yaş ile olumsuz duygusal iştah arasında istatistiksel bir ilişki saptamamıştır. Aydın E. (2021: 54) tarafından 18-65 yaş aralığında olan 210 kişi ile yapılan bir araştırma sonuçlarına göre, olumsuz duygusal iştah puan ortalamalarının yaşa göre anlamlı bir farklılığı yoktur. Yaş ortalamasının 29,75 olduğu 18-65 yaş arasındaki 631 katılımcı ile İşler (2021: 74) ve 140 kadın katılımcı ile Yetkin (2021: 55) yaptıkları araştırmalarda, olumsuz duygusal yemenin yaş grupları arasında bir fark olmadığını ortaya koymuştur.

Birbirine yakın oranlarla iki grupta toplanmış 315 kişiden oluşan bir çalışma sonucunda, 18-25 yaşlarında olan katılımcıların puanları, 26-30 yaşlarında olan katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır (Gürel, 2022: 37). Benzer şekilde Tak ve diğerleri (2015: 292) tarafından 634 diyabetli hasta ile yapılan çalışma, genç hastaların yaşlı hastalara göre daha fazla duygusal yeme davranışı gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Aynı bağlamda, diyet polikliniğine başvuran 19-65 yaş arası 100 katılımcı ile yapılan diğer bir çalışmada yaş ile duygusal beslenme arasında negatif bir korelasyon elde edilmiş ve insanların yaşları arttıkça duygusal beslenme puanlarında anlamlı bir azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bekiroğlu, 2018: 44). Özdemir'in (2015b: 52) yaş ortalaması 29,29 olan 785 katılımcı ile yapılan çalışması, 18-24 yaş arasındaki bireylerin duygusal yeme puanlarının kendilerinden büyüklere göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. 385 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada bireylerin yaşı ile üzgünlük halindeki duygusal iştahları arasında negatif yönlü ve zayıf düzeyli bir ilişki saptanmıştır (Turanlı, 2022: 29).

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H6 hipotezi desteklenmektedir. Bu araştırma sonuçlarına göre, belirsizliğe tahammülsüzlüğün negatif duygu üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğunu görülmektedir. Duman (2020: 434) tarafından 100 katılımcı ile yapılmış bir çalışmada Covid-19 pandemi döneminde yaşanan korku ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün arasında korelasyonel bir ilişki olduğu görülmektedir. Duman'ın ulaştığı sonuç, Covid-19 pandemi döneminde yaşanan belirsizlik durumlarında ortaya çıkan negatif duygu ve davranışlara dikkat çekmektedir. 240 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada Yüksel (2014: 83) belirsizliğe tahammülsüzlüğün artmasıyla kaygı düzeyinin de arttığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde Buhr ve Dugas (2002) da belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan bireylerde belirsizlik anlarında kaygının, tedirginliğin ve negatif duygulanımın görüldüğünü öne sürmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün duygusal iştah üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H7 hipotezi desteklenmektedir. Bu araştırmaya göre, belirsizliğe tahammülsüzlüğün duygusal iştah üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Belirsizlik durumlarında insanların streslerine bağlı olarak iştah artışı normal bir sonuç olarak

görülmektedir. Pak ve diğerlerine (2022: 1891) göre belirsizliğe tahammülsüzlük daha yüksek Covid-19 korkusuna sebebiyet vermekte, bu da depresif belirti düzeylerini arttırmakta ve artan depresif semptomlar duygusal yeme düzeyini artırmaktadır. Benzer sonuçlara dayanarak Brown ve diğerleri (2017: 340) yaptıkları çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün hem anoreksiya nevroza hem de bulumiya nevroza hastalarında diğerlerine göre anlamlı olarak daha yüksek sonuçlar elde etmiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H8 hipotezi desteklenmemektedir. Analiz sonucu kurulan model, temel varsayımları karşılamadığından, istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Benzer biçimde belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın pozitif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H9 hipotezi desteklenmemektedir. Analiz sonucu kurulan model, temel varsayımları karşılamadığından, istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Van Strien'e (2013: 24) göre duygusal yemesi düşük olan bireyler üzgün ve neşeli ruh halinden sonra eskiye göre benzer yeme biçimi gösterirken, yüksek duygusal yiyecekler üzgün ruh halinden sonra, mutlu ruh halindeki durumdan daha fazla yeme eğilimi göstermektedirler.

Karavancılarının belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H10 hipotezi desteklenmemektedir. Analiz sonucu kurulan model, temel varsayımları karşılamadığından, istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Benzer olarak, motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının negatif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H11 hipotezi desteklenmemektedir. Analiz sonucu kurulan model, temel varsayımları karşılamadığından, istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Demirel ve diğerlerine (2014: 179) göre duygularına yenik düşecek kadar hassas olduğunu düşünen ve bu hislerden kaçma eğilimi gösteren kişilerin negatif duygu ve durumlarında normale göre daha az yeme eğiliminde oldukları görülmektedir. Bu kişilerin içinde bulundukları negatif duyguları kabullenmeleri, yeme alışkanlıklarını düzene koymak açısından önem taşımaktadır. Elde edilen

sonuçlar Covid-19 pandemi döneminde olmasın rağmen, sürekli yolda olmayı seven maceraperest olduğu düşünülen iki farklı grup üzerinden yapıldığı için bu grupların duygusal iştahında değişime rastlanmamış olabilir. Farklı zamanlarda farklı gruplar ile yapılan araştırmalarda anlamlı ilişki bulunma olasılığı vardır.

Motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H12 hipotezi desteklenmektedir. Bundan farklı olarak karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu savunan H13 hipotezi desteklenmemektedir. Analiz sonucu kurulan model, temel varsayımları karşılamadığından, istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır. Yüksel (2014: 80) araştırmasında, pozitif duyguları artırma değerindeki düşüş üzerinde belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninin etkisinin olmadığını görmüştür. Kennedy ve diğerlerinin (2021: 53) çalışması belirsizliğe tahammülsüzlüğün artmasının duygu düzenleme gücü düzeyi ile paralellik gösterecek arttığı sonucuna ulaşmıştır.

SONUÇ

Hastalıkların ortaya çıktığı, farklı virüsler ile insanlığın tehdit altına girdiği zamanlar geçmişten beri daima vardır ve olmaya devam edecektir. Günden güne değişen dünyanın ritmine adapte olmak tüm insanlığın kaçınılmaz sürecidir. Covid-19 pandemisi gibi salgın hastalıklar dönem dönem hayatımızı farklı seçeneklere yöneltmektedir. Turizm alanında bireylerin alternatif seyahatlere yönelmesi de bu gibi durumlarda kaçınılmaz olmaktadır. Özellikle kişilerin kendi tercihlerini ön plana koydukları rekreatif faaliyetler turizmin her koşulda devamlılık sağlamasına yardımcı olmaktadır. Bu çalışmada da, salgın döneminde alternatif olarak seçilebilecek seyahat türü olan karavan ve motosiklet ile seyahat eden bireyler ile çalışılmış, onların belirsizliğe tahammülsüzlük, duygusal iştah ve duygu durumları ele alınmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri, negatif duygu ve pozitif duygu durumları ile olumsuz duygusal iştahları kullanılan taşıt türüne göre farklılık göstermezken, motosiklet kullanan kişilerin olumlu duygusal

iştahları karavan kullanan kişilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu durum motosiklet kullanan bireylerin karavancılara göre pozitif duygusallıkta yemek yeme durumlarının daha fazla olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle motosiklet kullanan bireyler kendilerini iyi hissettiklerinde yemek yemeye daha fazla yönelmektedirler.

Elde edilen veriler cinsiyet açısından incelendiğinde, belirsizliğe tahammülsüzlük, negatif ve pozitif duygu durumları, olumlu ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Bu araştırmada Covid-19 pandemisinin kadın erkek fark etmeksizin her insanın iştahını ve duygu durumunu aynı düzeyde etkilediği görülmektedir. Covid-19 pandemisinde yapılan bu araştırma verilerine göre; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri negatif ve pozitif duygu durumları ile olumlu ve olumsuz duygusal iştah yaklaşımları yaşa göre farklılık göstermemektedir. Araştırmaya katılan 18-61 yaş arasındaki tüm katılımcılar duygularını benzer biçimde yaşamaktadırlar. Sonuçlara bakıldığında salgının, yaşa bakmadan her bireyi mental olarak aynı şekilde etkilediği görülmektedir.

Bu çalışmada medeni durumun belirsizlik ve duygusal iştah boyutlarında etken olduğu görülmektedir. Evli bireylerin belirsizlik düzeyi ve olumlu duygusal iştah yaklaşımları bekâr bireylerden daha yüksektir. Evlilerin sorumluluk alanları ve aile kavramının taşıdığı anlam açısından, Covid-19 pandemisinde içinde bulundukları durumun bekâr bireylere göre daha zor olduğu düşünülmektedir. Bekâr bireylerin aldıkları kararların bireysel olarak yalnızca kendilerini etkileyeceği varsayıldığında, salgın şartlarında duygularını daha hafif düzeyde yaşadıkları düşünülmektedir.

Araştırmada bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arttıkça; olumlu ve olumsuz duygusal iştah ve negatif duygu değişkeninde de artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna karşın belirsizliğin pozitif duygu değişkeni ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi olmadığı görülmüştür. Bu bulgulara göre insanların belirsizlik anlarında genel olarak olumsuz hissettikleri ve her şekilde daha fazla yemek yedikleri sonucuna ulaşılmaktadır.

Araştırma sonuçlarında olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahın olumlu ve olumsuz duygu üzerinde belirsizlik durumlarında farklılık göstermediği sonuçlarına dayanarak, bireylerin belirsizlik durumlarında duygusal iştah ve duygu durumu açısından değişmediği söylenebilmektedir. Diğer bir deyişle, duygularda

belirsizliğin insanlar üzerinde bir önemi olmadığı söylenebilir. Elde edilen diğer veriler, belirsizliğe tahammülsüzlüğün pozitif ve negatif duygu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu sonucunu göstermektedir. Bireyler belirsizlik durumlarında hayatlarındaki değişimlere paralel olarak duygu durumlarında da değişimlere maruz kalmaktadır. Covid-19 pandemisinin ilk aylarında yapılan bu çalışma, bireylerin öngöremedikleri durumlarda duygularındaki değişimlere engel olamadıklarını ortaya koymaktadır.

Araştırmanın çıktılarına bakıldığında; motosikletlilerin belirsizliğe tahammülsüzlük, olumlu duygusal iştah ve olumsuz duygusal iştahlarının pozitif duyguları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmamasına karşın, karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri pozitif duygularını negatif yönde etkilemektedir. Diğer bir deyişle karavancıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arttıkça pozitif duyguları azalmaktadır. Karavan kullanıcılarının genelde aileleri ile birlikte seyahat ettikleri düşünüldüğünde, belirsizlik durumlarında diğer aile üyelerinin de negatif yönde etkileneceğini düşündüklerinden, olumlu duygularının azalma eğilimi göstermesi anlaşılır olmaktadır.

Bu araştırmada katılımcıların %20,2'si karavan ile seyahat ederken, %79,8'i motosiklet ile seyahat etmektedir. Bu araştırmadaki toplam katılımcı sayısı 461 iken karavan kullanıcıları yalnızca 71 kişiden oluşmaktadır. Toplanan veri sayısına bakıldığında motosikletçiler ve karavancıların dengeli dağılım göstermediği görülmektedir. Covid-19 pandemisindeki kısıtlamalardan dolayı bu çalışmanın ölçek soruları bireylere yalnızca sosyal platformlardan çevrimiçi anket olarak yollanmıştır. Motosikletçilerin sosyal medya platformlarını karavancılara göre daha çok kullanması, bu dengesiz dağılımın sebebi olarak düşünülebilir.

Araştırmanın yapıldığı tarih olan Nisan 2020 – Ağustos 2020 tarihlerinde Covid-19 pandemisinden dolayı karantina uygulamaları tüm ülkede insanların evlerinden dışarı çıkmalarını kısıtlamıştır. Bu çalışma için yalnızca 461 kişiye ulaşılmış, katılımcılara sadece sosyal platformlardan ulaşıp çevrimiçi anketleri cevaplamaları istenmiştir. Kısıtlamalar sonrasında gerçekleştirilecek çalışmalarda katılımcılara bireysel olarak ulaşıp, yüz yüze anketlerde daha fazla sayıya ve daha güvenilir verilere ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların %91,3'ü erkek, %8,7'si kadındır. Araştırmada cinsiyet bazında bakıldığında elde edilen veri sayısında dengeli dağılım olmadığı, kadın katılımcı oranının oldukça az olduğu görülmektedir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda daha güvenilir sonuçlar için cinsiyet eşitliğine dikkat edilmesi önerilir.

Araştırma 18-61 yaş arasındaki katılımcılar ile gerçekleştirilmiştir. Anket sorularındaki karavan ve motosiklet kullanma yılının belirtilmesi istendiğinden, etik olarak ehliyet alma yaşı olan 18 yaş alt sınır olarak kabul edilmiştir. Karavan ve motosiklet kullanıcısı olma şartı aranmayan, sadece seyahat ederken bu taşıtları kullanan bireyler ile yapılacak diğer çalışmalarda alt yaş sınırı kaldırılabilir.

Bu çalışmada yapılan regresyon analizi anlamsız çıkmıştır. Katılımcılar açısından bakıldığında, çoğunluğun motosikletçilerden oluşması örneklemin eşitliğini bozabilmektedir. Sadece motosikletçiler veya sadece karavancılar üzerinden yapılacak çalışmalarda anlamlı sonuçlar çıkabileceği düşünülmektedir. Örneklemin çoğunu oluşturan motosiklet kullanıcıları, daha maceracı olabildikleri için belirsizlikten etkilenmemiş olabilirler. Bu nedenle benzer bir çalışma sadece karavan kullanan katılımcılar üzerinden yeniden yapılabilir.

Araştırma var olan durumu olduğu gibi ortaya koyması bakımından betimsel türdedir. Ayrıca bu araştırmada bahsedilen değişkenler arasındaki ilişki de irdelendiğinden çalışmanın korelasyonel (ilişkisel) türde olduğu da söylenebilir. Bu çalışma nicel araştırma yöntemlerine dayanarak yapılmıştır. Benzer çalışmalarda nitel araştırma yöntemleri kullanılarak farklı sonuçlar elde edilebilir.

Salgın dönemlerinde seçilebilecek alternatif turizm türü düşünüldüğünde akla sadece karavancılar ve motosikletçiler gelmemektedir. Mobilite araştırmaları üzerine çalışılmak istendiğinde kamping alanlarına da odaklanılabilir. Farklı taşıtlar ile yolculuk edilip çadır konaklaması yapan bireyler veya karavanını uzun süreli park ederek aylarını karavanda yaşayarak geçiren bireyler ile de farklı çalışmalar yapılabilir. Ayrıca uzun yola çıkıp aylarca eve dönmeyen karavan kullanıcıları ve sadece hafta sonu hava değişimi için çıkıp birkaç gün içinde eve dönen karavancılar ile farklı gruplar oluşturulması da araştırma sonuçlarını değiştirebilir.

İleride yapılacak çalışmalarda motosiklet grupları sadece kullanıcılar olarak değil, motosiklet türüne göre sınıflandırılabilir. Ulaşım amaçlı kullanılan Commuter, Street, Scooter gibi nispeten küçük motosikletler şehir içi kullanımda tercih

edilmektedir; Touring, Enduro, Cruiser gibi tur amaçlı kullanılan uzun yola uyumlu motosikletler farklı kategorilere ayrılarak incelenebilir. Seyahat etme alışkanlıkları farklılık barındıran bu gruplar arasındaki değişkenler, yapılacak çalışmayı farklı sonuçlara taşıyabilir.

Bu araştırma kamping ve benzeri tesisler kuran girişimcilere yol gösterebilir niteliktedir. Bu kişiler özellikle karavan ile seyahat edenlerin hangi durumlardan nasıl etkilendiğine ilişkin bilgi sahibi olabilirler. Benzer biçimde mobilite temelli işletme sahiplerinin sürücülerin davranış biçimlerini anlamasında bu araştırma verileri aydınlatıcı olabilir. Özellikle motosiklet kullanıcılarının seyahatlerinde nelere önem verdiği araştırma verilerinden öğrenilebilir.



KAYNAKÇA

Abutalıbov, N. (2019). Motosikletle Seyahat Eden Turistlerin Motivasyon Unsurlarının Belirlenmesi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Advani, S., Kochhar, G., Chachra, S., & Dhawan, P. (2014). Eating Everything Except Food (PICA): A Rare Case Report and Review. Journal of International Society of Preventive & Community Dentistry, 4(1): 1-4.

Aka, B. (2021). Yetişkinlerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Kişilik Özelliklerinin Kovid-19 Korkusu Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Akkuş, G. (2017). Kış Turizmi Destinasyonunda Yaşanan Unutulmaz Turizm Deneyimleri: Kùltürlerarası Karşılaştırma. Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi, 14(3): 223-236.

Akkuzu, İ. (2021). Transition From Temporary To Permanent Habitation: A Qualitative Exploration Of Socio-Spatial Practices In Sılvırı Caravan Park. Istanbul Technical University Graduate School Urban Design Programme M.Sc. Thesis.

Akpur, A., & Zengin, B. (2019). İznik Gölü İle Çevresinin Kamp Ve Karavan Turizm Potansiyelinin Değerlendirilmesi. Turar Turizm ve Araştırma Dergisi, 8(2): 4-20.

Alada, A. D. (2000). İktisat Felsefesi ve Belirsizlik. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.

Alaeddinoğlu, F., & Roİ, S. (2020). Covid-19 Pandemisi ve Turizm Üzerindeki Etkileri. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Salgın Hastalıklar Özel Sayısı, 233-258.

Alim, N. E., Fidan, Ö. P. T., Barlas, Ş. N., Başpınar, E., Biçer, G., Cengiz, N., & Ertoý, E. H. (2021). Pandemi Sürecinde Bireylerin Uyku Kalitesi Ve Duygusal İştah Durumu İle Besin Tüketiminin Değerlendirilmesi. Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi, 40: 83-98.

Alivand, M., Hochmair, H., & Srinivasan, S. (2015). Analyzing How Travelers Choose Scenic Routes Using Route Choice Models . Computers, Environment and Urban Systems, 50: 41-52.

Altuner, A. D. (2021). Tip 2 Diyabet Tanısı Almış Yetişkin Bireylerde Akdeniz Diyetine Uyum, Duygusal İştah Ve Metabolik Kontrol Parametreleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Altuntaş, Gözde (2021). The Effect Of Physical Activity On Emotional Appetite In University Students. Yeditepe University Institute Of Health Sciences Department Of Nutrition And Dietetics Master Thesis.

American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Washington DC, American Psychiatric Press, 2013.

Annagür, B. B., Orhan, F. Ö., Özer, A., Tamam, L., & Erhan, Ç. (2012). Obezitede Dürtüsellik ve Emosyonel Faktörler: Bir Ön Çalışma. Nöropsikiyatri Arşivi, 49(1): 14-19.

Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). Social Indicators Of Well-Being: America's Perception Of Life Quality. New York: Plenum Press.

Ap, John (1986). Recreation Trends and Implications For Government. Work, Leisure and Technology. Melbourne, Longman Cheshire, 167: 37-56.

Arbaş, R. (2013). Motosiklet Teorisi. İstanbul: MVT.

Ardahan, F., & Güleç, S. (2020). Bireyleri Motosiklet Kullanmaya Motive Eden Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 237-253.

Ardahan, F., & Güleç, S. (2020). Rekreatif Amaçlı Motor Kullanıcılarının Profilleri: Türkiye Örneği. *ISPEC Journal of Social Science & Humanities*, 4 (3): 212-240.

Arı, E. (2019). Mobil Mekân Kavramı Kapsamında Taşınabilir Mekân Organizasyonu. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Aslan, Belmen (2020). Beden Kütle İndeksine Göre Normal Ve Obez Bireylerin Duygusal Açlık Durumlarının, Umutsuzluk Düzeylerinin Ve Besin Tüketimlerinin Değerlendirilmesi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Aslan, Neşe (2005). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi. İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları.

Aslan, Şebnem, & Uyar, Seda (2020). Bireysel ve Kurumsal Değişkenlerin Sosyo-Demografik Açısından Farklılıkları. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(2): 380-402.

Atay, Lütfi (2020). KOVID-19 Salgını ve Turizme Etkileri. *Seyahat Ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 17(1): 168-172.

Aydın, A., & Özcan, B. E. (2021). yaş-19 Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanlarında Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Ruminatif Düşünme Biçimi Ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri. *Cukurova Medical Journal*, 46(3): 1191-1200.

Aydın, Edanur (2021). Sağlıklı Yaşam Merkezine Başvuran Kişilerde Duygusal İştah, Uyku Kalitesi ve Depresyon Durumunun Araştırılması. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Aydın, E. (2022). Sağlık Çalışanlarının Hedonik Açlık Ve Duygusal İştah Durumları İle BKİ İlişkisinin İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Aydın, İ. N. (2015). Emosyonel Şemalar, Psikolojik Dayanıklılık Ve Duygusal Tepkiselliğin Duygusal İştah İle İlişkisinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Aydın, T. (2018). Sleeve Gastrektomi Geçiren Hastalarda Erken Postoperatif Dönemde Kan Lipit Parametreleri Ve Duygusal İştah Durumunun İncelenmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Aykut, Memnune Kabakuş (2018). Duygusal Yeme Davranışlarının Yeme Bozukluğu ve Beslenme Durumu ile İlişkisi. Gazi Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Bakımlı, E. (2004, Ağustos). İktisatta Belirsizlik Kavramı ve Enflasyon Belirsizliğinin İç Borçlanma Faizlerindeki Risk Primine Etkisi: Türkiye Örneği (1990-2003). Muğla: Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İktisat Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Bal, F. (2018). Psikolojik Açıdan Normal Ve Otistik Çocuklarda Beslenme Bozukluğu. Sosyal ve Beşeri Bilimlere Dair Araştırma Örnekleri.

Barahmand, U., & Haji, A. (2014). The Impact Of Intolerance Of Uncertainty, Worry And Irritability On Quality Of Life In Persons With Epilepsy: Irritability As Mediator. Epilepsy Research, 108(8): 1335-1344.

Barutçu, R. (2015). Motosiklet El Kitabı. Türkiye Turing ve Otomobil Kurumu. Ajans Es.

Baysal, A. (1981). Beslenme Sorunları. Gıda, 6(5).

Baysal, A. (2020). Beslenme. Ankara: Hatiboğlu.

Bekiroğlu, Kübracan (2018). Ağırlık Kontrolü Yapan Bireylerde Yeme Tutum Davranışı Ve Duygusal İştahın Değerlendirilmesi. İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Bekker, M. H., Meerendonk, C. v., & Mollerus, J. (2004). Effects of Negative Mood Induction and Impulsivity on Self-Perceived Emotional Eating. *International Journal of Eating Disorders*, 36(4): 461-469.

Bektaşoğlu, Melike (2021). İnsülin Direnci Olan Yetişkin Bireylerin Duygusal İştah, Gece Yeme, Beslenme Alışkanları Ve Antropometrik Ölçümleri İle Akdeniz Diyetine Uyumun İrdelenmesi. Ankara Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Belge, J. (2019). Bir Grup Yetişkinde Depresif Semptomlar, Anksiyete Semptomları ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Berenbaum, H., Bredemeier, K., & Thompson, R. J. (2008). Intolerance Of Uncertainty: Exploring Its Dimensionality And Associations With Need For Cognitive Closure, Psychopathology, And Personality. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 117-125.

Blair, A. J., Lewis, V. J., & Booth, D. A. (1990). Does Emotional Eating Interfere With Success In Attempts At Weight Control? *Appetite*, 15(2): 151-157.

Blichfeldt, B. S. (2009). Innovation and Entrepreneurship in Tourism: The Case of a Danish Caravan Cite. *PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio*, 7(3): 415-431.

Boelen, P. A., Reijntjes, A., & Carleton, R. N. (2014). Intolerance of Uncertainty and Adult Separation Anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43(2): 133-144.

Bozan, N. (2009). Hollanda Yeme Davranışı Anketinin (DEBQ) Türk Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik Ve Güvenirliğinin Sınanması. Ankara: Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Bradburn, N. M., & Caplovitz, D. (1965). Report on Happiness. Chicago: Aldine.

Bradley, R., & Drechsler, M. (2014). Types of Uncertainty. *Erkenntnis*, 79: 1225-1248.

Brakus, J. J., Schmitt, B. H., & Zarantonello, L. (2009). Brand Experience: What Is It? How Is It Measured? Does It Affect Loyalty? *Journal of Marketing*, 73(3): 52-68.

Broughton, P., & Walker, L. (2009). Motorcycling and Leisure Understanding the Recreational PTW Rider. London: CRC Press.

Brown, M., Robinson, L., Campione, G. C., Wuensch, K., Hildebrandt, T., & Micali, N. (2017). Intolerance of Uncertainty in eating Disorders: A Systematic Review And Meta-Analysis. *European Eating Disorders Review*, 25(5): 329-343.

Bruch, H. (1964). Psychological Aspects of Overeating And Obesity. *Psychosomatics*, 5(5): 269-274.

Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric Properties Of The English Version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8): 931-945.

Buzlu, M. Ö. (2015). Rekreasyon Araştırmaları Ve Rekreasyon Bölümleri İçin Araştırma Ve Müfredat Kapsamı Önerisi: Bilimetric Bir Çalışma. Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Büyüköztürk, Ş. (2010). Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Yayınevi.

Cambridge University Press. (2022). Cambridge Dictionary. <https://dictionary.cambridge.org/tr/>, 13.07.2022

Can, E. (2015). Boş Zaman, Rekreasyon Ve Etkinlik Turizmi ilişkisi. İstanbul Sosyal Bilimler Dergisi, 10: 1-17.

Can, Y., Çoban, Ü., & Soyer, F. (2011). Negatif Duygusallığın Stres Üzerindeki Etkisi: Faal Futbol Hakemleri Üzerinde Bir Araştırma. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5(2): 165-174.

Canetti, L., Bachar, E., & Berry, E. M. (2002). Food And Emotion. Behavioural Processes, 60(2): 157-164.

Carleton, R. N., Norton, M. P., & Asmundson, G. J. (2007). Fearing The Unknown: A Short Version Of The Intolerance Of Uncertainty Scale. Journal of Anxiety Disorders, 21: 105-117.

Cater, C. (2017). Tourism on two wheels: Patterns of motorcycle leisure in Wales. Tourism Management, 61: 180-189.

Cecchetto, C., Aiello, M., Gentili, C., Ionta, S., & Osimo, S. A. (2021). Increased Emotional Eating During COVID-19 Associated With Lockdown, Psychological And Social Distress. Appetite, 160: 105122.

Chang, H.-L., & Lai, C.-Y. (2015). Using Travel Socialization And Underlying Motivations To Better Understand Motorcycle Usage In Taiwan. Accident Analysis and Prevention, 79: 212-220.

Coşkun, E. (2019). Duygusal Zeka Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Stresle Başa Çıkma Tarzlarına Etkisinin İncelenmesi. Fatih Sultan Mehmet Vakfı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Programı Yüksek Lisans Tezi.

Coşkun, O. (2021). Covid-19 Pandemisinin Profesyonel Turist Rehberlerine Ve Kültür Turlarına Etkisi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı Turizm İşletmeciliği Programı Yüksek Lisans Tezi.

Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2010). the Positive And Negative Affect Schedule (PANAS): Construct Validity, Measurement Properties And Normative Data In A Large Non-Clinical Sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(3): 245-265.

Creighton-Smith, B. A., Cook, M., & Edginton, C. R. (2017). Leisure, Ethics, And Spirituality. *Annals of Leisure Research*, 20(5): 546-562.

Crichton, P. (1996). Were the Roman Emperors Claudius and Vitellius Bulimic?. *International Journal of Eating Disorders*, 19(2): 203-207.

Crigger, N. J. (1996). Testing an Uncertainty Model for Women with Multiple Sclerosis. *Advances in Nursing Science*, 18(3): 37-47.

Crisp, R. (2001). Well-Being. *Stanford Encyclopedia of Philosophy*.

Csikszentmihalyi, M. (1988). *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness*. Cambridge University Press.

Çaka, S. Y., Çınar, N., & Altınkaynak, S. (2018). Adolesanlarda Yeme Bozuklukları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1): 203-209.

Çavuşoğlu, S., Demirağ, B., & Durmaz, Y. Moda Malları Satın Almış Olan Tüketicilerin Pişmanlıklarının ve Pişmanlık Çözme Çabalarının Tatminsizlik ve Tekrar Satın Alma Niyetleri Üzerindeki Etkisi. *Alanya Akademik Bakış*, 6(2): 2191-2215.

Çekiç, S. (2016). Davranışsal iktisat bağlamında cinsiyet farkının tüketici tercihlerine etkisi: Bartın örneği. *Bartın Üniversitesi, Sosyal bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi*.

Çelik, Şeymanur, & Çak, Edanur (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinin Aile Üzerine Etkisi/The Effect Of The Covid-19 Pandemia Process On The Family. *Gevher Nesibe Journal Of Medical & Health Sciences*, 6(11): 43-49.

Çeltek, E. (2010). Deneyimsel Pazarlama Unsurlarının Otellerin Bakış Açısı İle Değerlendirilmesi: Türkiye'deki 4 Ve 5 Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Uygulama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi*.

Dakanalis, A., Zanetti, M. A., Clerici, M., Madeddu, F., Riva, G., & Caccialanza, R. (2013). Italian version of the Dutch Eating Behavior Questionnaire. Psychometric Properties And Measurement Invariance Across Sex, BMI-Status And Age. *Appetite*, 71: 187-195.

Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2015). Self-Determination Theory. *International Encyclopedia of the Social ve Behavioral Sciences*. 21(2): 486-491.

Demir, S., & Demirel, E. Ü. (2019). Bir Deneyimi Unutulmaz Kılan Unsurlar Nedir? Unutulmaz Turizm Deneyimi Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(2): 662-663.

Demirel, B., Yavuz, K. F., Karadere, M. E., Şafak, Y., & Türkçapar, M. H. (2014). Duygusal İştah Anketi'nin Türkçe Geçerlik ve Güvenilirliği, Beden Kitle İndeksi ve Duygusal Şemalarla İlişkisi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3: 171-181.

Demirtaş, A.S., (2018). Duygu Düzenleme Stratejileri ve Benlik Saygısının Mutluluğu Yordayıcılığı. *Electronic Turkish Studies*. 13(11): 487-503.

Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif Ve Pozitif Duygu: Türk Ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23): 428-446.

Denstadli, J. M., & Jacobsen, J. K. (2010). The Long And Winding Roads: Perceived Quality Of Scenic Tourism Routes. *Tourism Management*, 32 (4): 780-789.

Diamond, Lisa M.; Lisa G. Aspinwall (2003). Emotion Regulation Across the Life Span: An integrative Perspective Emphasizing Self-Regulation, Positive Affect, and Dyadic Processes. *Motivation and Emotion*, 27(2): 125-156.

Diener, E. D. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. 95(3): 542-575.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. 49(1): 71-75.

Diener, E. D. (2006). Guidelines for National Indicators of Subjective Wellbeing. *Journal of Happiness Studies*. 7(4): 397-404.

Diener, E. (2009). Subjective well-being. *The science of well-being*, 37: 11-58.

Dosi, G., & Edigi, M. (1991). Substantive and Procedural Uncertainty: An Exploration of Economic Behaviours in Changing Environments. *Journal of Evolutionary Economics*, 1(2): 145-168.

Dovey, T. M. (2010). *Eating Behaviour*. New York: Open University Press.

Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of Uncertainty and Problem Orientation in Worry. *Cognitive Therapy and Research*, 21(6): 593-606.

Duman, N. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Covid-19 Korkusu Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük. *The Journal of Social Science*, 4(8): 426-437.

Durmuş, B. (2022). Covid-19 Pandemi Döneminde Öğretmenlerde Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Anksiyete Ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Adana: Türkiye Cumhuriyeti Çığ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Edginton, C. R., Dieser, R. B., Lankford, S. V., & Kowalski, C. L. (2018). Recreation & Leisure Programming. Sagamore-Veenture Publishing LLC.

Erbay, L. G., & Seçkin, Y. (2016). Yeme Bozuklukları. Güncel Gastroenteroloji, 20(4): 473-477.

Ercoşkun, M. H., & Nalçacı, A. (2005). Öğretimde Psikolojik İhtiyaçların Yeri ve Önemi. Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi 11: 353-370.

Erdut, T. (1992). İş Süresinin Yeniden Düzenlenmesi. Çimento İşveren Dergisi, 6(5): 13-24.

Erman, Zehra Betül (2020). Bir Sağlık Meslek Yüksekokulundaki Öğrencilerde Duygusal İştah İle Obezite Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Erol, A., & Yazıcı, F. (1999). Bulimia Nervozada Tedavi. Klinik Psikiyatri Dergisi, 2(3): 172-178.

Erol, Ö. (2018). İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Ortoreksiya Nervozaya Belirtilerinin Ve Yeme Tutumlarının Saptanması. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Ersöz, F., Ersöz, T., & Konuşkan, Ö. (2016). Belirsizlikle Başa Çıkma Etkili Olan Kriterlerin Araştırılması: Bir Üniversite Uygulaması. Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 25(3): 215-232.

Eryılmaz, A., & Aypay, A., (2011). Ergen Öznel İyi Oluşu İle Kimlik Statüsü İlişkisinin İncelenmesi. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 16: 167-179.

Eryilmaz, A., & Ercan, L., (2011). Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. Türk psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(36): 139-151.

Fawcett, E. J., Fawcett, J. M., & Mazmanian, D. (2016). A Meta-Analysis Of The Worldwide Prevalence Of Pica During Pregnancy And The Postpartum Period. International Journal of Gynecology and Obstetrics, 133: 277-283.

Ferrándiz, R. R., & Fidan, S., 2020. Post-Endüstriyel Bir Çağda Kültür Endüstrileri Eğlence, Boş Zaman, Yaratıcılık, Tasarım. Uluslararası Halkbilimi Araştırmaları Dergisi, 3(5): 281-293.

Fonseca, H., Ireland, M., & Resnick, M. D. (2002). Familial Correlates of Extreme Weight Control Behaviors Among Adolescents. International Journal of Eating Disorders, 32(4): 441-448.

Gahagan, S. (2012). The Development of Eating Behavior - Biology and Context. National Library of Medicine, 33(3): 261-271.

Ganley, R. M. (1989). Emotion and Eating in Obesity: A Review of the Literature. International Journal of Eating Disorders, 8(3): 343-361.

Geçgin, F. M., & Sahranç, Ü. (2017). Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki. Sakarya University Journal of Education, 7(4): 739-755.

Geliebter, A., & Aversa, A. (2003). Emotional Eating in Overweight, Normal Weight, and Underweight Individuals. Eating Behaviors, 3(4): 341-347.

Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. Türk Psikoloji Dergisi, 15(46): 19-26.

Gentile, C., Spiller, N., & Noci, G. (2007). How to Sustain the Customer Experience: An Overview of Experience Components that Co-create Value With the Customer. European Management Journal, 25(5): 396-398.

Green, A. D., Alioto, A., Mousa, H., & Di Lorenzo, C. (2011). Severe Pediatric Rumination Syndrome: Successful Interdisciplinary Inpatient Management. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 52(4): 414-418.

Grimm, E. R., & Steinle, N. I. (2011). Genetics Of Eating Behavior: Established And Emerging Concepts. *Nutrition Reviews*, 69(1): 52-60.

Gümüşoğlu, Ö., & Aşçı, H. (2020). Yetişkin Sporcularda Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Yordanmasında Mükemmeliyetçilik Ve Zihinsel Dayanıklılığın Rolü. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1): 96-110.

Gün, S., & Tutcu, A. (2021). Cov id-19 Sürecinde Turizm Sektörü ve Türkiye Açısından Bir Değerlendirme. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(6): 530-543.

Güneş, S. G., Varol, F., & Aksu, H. S. (2021). TR Dizinde Taranan Dergilerde Yayınlanan Rekreasyon Konulu Makalelerin Bibliyometrik Analizi. *Daha İyi Bir Dünya İçin Turizm*. University of South Florida M3 Center Publishing.

Gürbüz, M., & Aydın, A. H. (2012). Zaman Kavramı ve Yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2): 1-20.

Gürel, Simay (2022). Duygusal Yememin Kontrol Odağıyla İlişkinde Negatif Otomatik Düşüncelerin Aracı Rolünün İncelenmesi. *Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi*.

Güzel, F. Ö. (2012). Deneyim Tabanlı Pazarlama Faaliyetlerinin İşletme Performansı Üzerindeki Etkisi: Muğla Bölgesinde Konaklama İşletmeleri Üzerine Bir Uygulama. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı Doktora Tezi*.

Güzel, Ö. (2014). Deneyimsel Kritik Değer Sürücülerinin Elektronik Ağızdan Ağıza İletişimle Seyahat 2.0 Bilgi Kanallarına Yansıması: Tripadvisor.Com Üzerinde Bir İçerik Analizi. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 10(22): 193-210.

Güzey, M. (2014). Kadınlarda Ağırlık Yönetiminin Yeme Tutum Davranışı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi. Ankara: Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., & Dinç, Y. (2009). Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi. Ankara: Detay Yayıncılık.

Harman, S., & Akgündüz, Y. (2014). Efes Örenyeri Ziyaretçilerinin Müze Deneyimi Beklentilerini Belirlemeye Dönük Bir Araştırma. Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 16(2): 113-133.

Harrold, J. A., Dovey, T. M., Blundell, J. E., & Halford, J. C. (2012). CNS Regulation of Appetite. Neuropharmacology, 63(1): 3-17.

Harvard Business School Publishing Corporation. (2006). Zaman Yönetimi. Optimist Yayınları.

Haworth, N. (2012). Powered Two Wheelers In A Changing World—Challenges And Opportunities. Accident Analysis & Prevention, 12-18.

Hay, P. J., & Claudino, A. M. (2010). Bulimia Nervosa. BMJ Clinical Evidence.

Hazar, A. (2003). Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayıncılık.

Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge Eating as Escape From Self-Awareness. Psychological Bulletin, 110(1): 86-108.

Hofstede, G. (1984). Cultural Dimensions In Management And Planning. Asia Pacific Journal of Management.1(2), 81-99.

Holbrook, M. B., & Hirschman, E. C. (1982). The Experiential Aspects of Consumption: Consumer Fantasies, Feelings, and Fun. Journal of Consumer Research, 9(2): 132-140.

İbiş, Salim (2020). Covid-19 Salgınının Seyahat Acentaları Üzerine Etkisi. Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi, 3(1): 85-98

İkiz, A. N., & Yeşiltaş, M. (2018). Yerli Turistlerin Satın Alma Davranışlarının Beş Faktör Kişilik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması. Turizm Akademik Dergisi, 5(1): 177-188.

İnalkaç, S., & Arslantaş, H. (2018). Duygusal Yeme. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 27(1): 70-82.

İşler, Aysel (2021). Covid-19 Salgın Sürecinde Duygusal Yeme İle Metakognisyonlar, Anksiyete Ve Obsesif İnançlar Arasında İlişkinin İncelenmesi. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Jurowski, C. (2009). An Examination of the Four Realms of Tourism Experience Theory. International CHRIE Conference-Refereed Track, 1-8.

Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K. (2018). Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18(1): 1-14.

Kaçar, M., & Hocaoglu, Ç. (2019). Pika, geri çıkarma bozukluğu nedir? Tanı ve tedavi yaklaşımları. Klinik Psikiyatri Dergisi, 22(3): 347-354.

Kalabaş, Selin (2021). Kadınlarda Duygusal Yeme Davranışının, Kaygı Ve Öz-Denetim İle İlişkisinin İncelenmesi. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Kara G., & Kimzan, H. S. (2015). Marka Deneyimi Ve Tekrar Satın Alma Niyeti Arasındaki İlişkide Müşteri Tatmininin Rolü. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17(4): 73-90.

Karadere, M. E., & Hocaoglu, C. (2018). Kaçınan/Kısıtlı Yiyecek Alımı Bozukluğu Nedir? Tanı ve Tedavi Yaklaşımları. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 7(4): 110-118.

Karaküçük, S. (2001). Rekreasyon. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaoğlu, Nazan, & Açar, Gülay. (2021). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin 2P: 4P El Parmak Uzunluk Oranları İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Antropoloji, 41: 1-10.

Kasapoğlu, F. (2020). COVID-19 Salgını Sürecinde Kaygı ile Maneviyat, Psikolojik Sağlamlık ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Turkish Studies, 15(4): 599-614.

Katkak, T. (2019). Motorcycle Travel Guidebook. İstanbul: Touring and Automobile Association of Turkey.

Kaya, A., Demirel, M., & Harmandar Demirel, D. (2021). Ciddi Serbest Zaman ve Rekreasyon Uzmanlığı Arasındaki İlişkinin Kavramsal Açidan İncelenmesi. Akademik Serbest Zaman ve Rekreasyon Araştırmaları. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Yayınları.

Kennedy, C., Deane, F. P., & Chan, A. Y. (2021). Intolerance Of Uncertainty And Psychological Symptoms Among People With A Missing Loved One: Emotion Regulation Difficulties And Psychological Inflexibility As Mediators. Journal Of Contextual Behavioral Science, 21: 48-56.

Kessler, R. C., Berglund, P. A., Chiu, W. T., Deitz, A. C., Hudson, J. I., Shahly, V., . . . Xavier, M. (2013). The prevalence and correlates of binge eating disorder in the WHO World Mental Health Surveys. Biol Psychiatry, 73(9): 904-914.

Keyes, C. L., Shmotkin, D., ve Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. Journal of Personality and Social Psychology. 82(6): 1007-1022.

Kılbaş, Ş. (2001). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*. Adana: Anaca.

Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın Alfa Güvenirlik Katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1): 47-48.

Kılınç, A. İ. (2021). *Konaklama Model Önerisi Olarak: “Ad Hoc” Glamping*. Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi.

Kilit, Z., Dönmezler, S., Erensoy, H., & Berkol, T. D. (2020). Üniversite Öğrencilerindebelirsizliğe Tahammülsüzlük, Endişe Vebilişsel Sınav Kaygısı İlişkisi. *Ortadoğu Tıp Dergisi*, 12(2): 262-268.

Knutson, B., & Beck, J. A. (2004). Identifying the Dimensions of the Experience Construct: Development of the Model. *Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism*, 4(3-4): 23-35.

Koçhan, N. Z., & Arslan, M. (2021). Mevsimsel Değişimin Duygusal İştah Ve Yeme Tutumu Üzerine İlişkisinin İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma. *Batı Karadeniz Tıp Dergisi*, 5(2): 210-217.

Korkmaz, O., Uysal, H. T., & Çelik, K. (2019). İzleyicilerin Pozitif Ve Negatif Duygularının Liderin Hız Ve Etkililiği Üzerindeki Etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (34): 201-217.

Konttinen, H., Männistö, S., Sarlio-Lähteenkorva, S., Silventoinen, K., & Haukkala, A. (2010). Emotional Eating, Depressive Symptoms And Self-Reported Food Consumption. A Population-Based Study. *Appetite*, 54(3): 473-479.

Kowal, M., Coll-Martín, T., Ikizer, G., Rasmussen, J., Eichel, K., Studzińska, A., ... & Ahmed, O. (2020). Who Is The Most Stressed During The COVID-19 Pandemic? Data From 26 Countries And Areas. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(4): 946-966.

Kozak, N., Kozak, M. A., & Kozak, M. (2017). Genel Turizm. Ankara: Detay Yayıncılık.

Köroğlu, E. (2014). DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı. HYB Basım Yayın.

Kuyumcu, B. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Pozitif Ve Negatif Duygu Durumlarının Psikolojik İyi Oluşlarını Yordama Gücü. Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi, 6(1): 62-76.

Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A Cognitive-Developmental Measure Of Emotion. Journal Of Personality Assessment, 55(1-2): 124-134.

Langvik, E., Hjemdal, O. & Nordahl, H. M. (2016). Personality Traits, Gender Differences And Symptoms Of Anhedonia: What Does The Hospital Anxiety And Depression Scale (HADS) Measure In Nonclinical Settings? Scandinavian Journal of Psychology, 57: 144–151.

Lazarevich, I., Camacho, M. E. I., del Consuelo Velázquez-Alva, M., & Zepeda, M. Z. (2016). Relationship Among Obesity, Depression, And Emotional Eating In Young Adults. Appetite, 107: 639-644.

Lewis, B., & Nicholls, D. (2016). Behavioural Eating Disorders. Paediatrics and Child Health, 26(12): 519-526.

Loo, W., Brandmaier, J. A., & Ramirez, P. P. (2015). Patent No. 9,141,112. Washington, DC:U.S.

Lutter, M., & Nestler, E. J. (2009). Homeostatic And Hedonistic Signals Interact In The Regulation of Food Intake. The Journal of Nutrition, 139(3): 629–632.

Macit, Gamze (2010). İletişim Tarzları Üzerinde Kültürel Değerlerin Etkisi: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Mackinnon, A., Jorm, A. F., Christensen, H., Korten, A. E., Jacomb, P. A., & Rodgers, B. (1999). A Short Form Of The Positive And Negative Affect Schedule: Evaluation Of Factorial Validity And Invariance Across Demographic Variables In A Community Sample. *Personality And Individual Differences*, 27(3): 405-416.

Macmillan Education Ltd. (1996). *Macmillan Student's Dictionary*. Macmillan.

Mathwick, C., Malhotra, N. K., & Rigdon, E. (2002). The Effect Of Dynamic Retail Experiences On Experiential Perceptions Of Value: An Internet And Catalog Comparison. *Journal of Retailing*, 78(1): 51-60.

Moreno, C., & Tandon, R. (2011). Should Overeating and Obesity be Classified as an Addictive Disorder in DSM-5? *Current Pharmaceutical Design*, 17(12): 1128-1131.

Mossberg, L. (2007). A Marketing Approach to the Tourist Experience. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 7(1): 59-74.

Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who Is Happy?. *Psychological Science*, 6(1): 10-19.

Myers, D. G. ve Diener, E. (1996). The Pursuit of Happiness. *Scientific American*. 274(5): 70-72.

Nolan, L. J., Halperin, L. B., & Geliebter, A. (2010). Emotional Appetite Questionnaire. Construct validity and relationship with BMI. *Appetite*, 54(2): 314-319.

Oh, H., Fiore, A. M., & Jeoung, M. (2007). Measuring Experience Economy Concepts: Tourism Applications. *Journal of Travel Research*, 46(2): 119-132.

Oliver, G., Wardle, J., & Gibson, E. L. (2000). Stress and Food Choice: A Laboratory. *Psychosomatic Medicine*, 62(6): 853-865.

Olson, E. A., Rosso, I. M., Demers, L. A., Divatia, S., & Killgore, W. D. (2015). Sex Differences in Psychological Factors Associated with Social Discounting. *Journal of Behavioral Decision Making*, 29(1): 60-66.

Oral, S., & Çelik, A. (2013). Türkiye’yi Ziyaret Eden Turistlerin Estetik Deneyimleri Üzerine Bir Araştırma. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 5(4): 170-190.

Oral, S., & Yetim, A. Ç. (2014). Deneyimsel Değer, Tüketici Tatmini Ve Tüketici Sadakati Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(3): 469-497.

Osmanoğlu, D. E. & Kaya, H. İ., (2013). Öğretmen Adaylarının Yüksek Öğretime Dair Memnuniyet Durumları ile Öznel İyi Oluş Durumlarının Değerlendirilmesi: Kafkas Üniversitesi Örneği. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitü Dergisi*. 1(12): 45-70.

O'Sullivan, E. L., & Spangler, K. J. (1998). *Experience Marketing: Strategies For The New Millennium*. USA: Venture Publishing Inc.

Owen, F. K. (2021). Belirsizlik Ve Kariyer Davranışları. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 4(2): 36-60.

Ören, Kenan & Yüksel, Hasan (2012). Geçmişten Günümüze Çalışma Hayatı. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 1(1).

Özalp, Y. Ö. (2015). *Karavan*. Ankara: İtalik Kitapları.

Özdemir, A. A. (2015). İş Tatmini, Pozitif/Negatif Duygulanım ve Yaşam Tatmininin Etkisi. *Çalışma ve Toplum*, 46(3): 47-61.

Özdemir, G. S. (2015b). Duygusal Yemenin Depresyon, Anksiyete Ve Stres Belirtileri İle Olan İlişkisi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.

Özdoğan, B., Sayar, G. H., & Ünübol, H. (2022). COVID-19 Bağlantılı Kaygının Bireylerin Pozitif ve Negatif Duyguları ile İlişkisi. Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 4(3): 231-241.

Özkan, N., & Bilici, S. (2018). Yeme Davranışında Yeni Yaklaşımlar: Sezgisel Yeme Ve Yeme Farkındalığı. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(2): 16-24

Özkan, S. (2020). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracılık Rolü. Bolu: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Eğitimi Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.

Öztürk, A., & Çetinkaya, R. S. (2015). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Tinsellik, İyimserlik, Kaygı Ve Olumsuz Duygu Düzeyleri Arasındaki İlişki. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 42(42): 335-356.

Papatya, N., Papatya, G., & Güzel, Ö. (2013). Deneyimsel Değer Yaklaşımında Kritik Değer Sürücüler: Muğla Bölgesinde Faaliyet Gösteren Dört Ve Beş Yıldızlı Konaklama İşletmelerinde Bir Araştırma. Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi, 9(19): 87-105.

Pak, H., Süsen, Y., Denizci Nazlıgöl, M., & Griffiths, M. (2022). The Mediating Effects Of Fear Of COVID-19 And Depression On The Association Between İntolerance Of Uncertainty And Emotional Eating During The COVID-19 Pandemic In Turkey. International Journal Of Mental Health And Addiction, 20(3): 1882-1896.

Parmaksız, İ. (2021). Erişkin Dönemde Belirsizliğe Tahammülsüzlük Üzerinde Otomatik Düşünceler ve Stresle Başa Çıkma Mekanizmalarının Etkisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1: 1-11.

Paslı, M. M., & Çelikkanat Paslı, N. (2019). Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Kitabı 2: Rekreasyon ve Turizm. Çizgi Kitabevi.

Pine II, B. J., & Gilmore, J. H. (1999). The Experience Economy: Work Is Theatre & Every Business A Stage. Boston: Harvard Business School Press.

Polivy, J., & Herman, C. P. (2005). Mental Health and Eating Behaviours: A Bidirectional Relation. Canadian Journal of Public Health, 96: 43-46.

Prideaux, B., & Carson, D. (2010). Drive Tourism: Trends and Emerging Markets. London: Taylor & Francis Group.

Rask, K. Kurki, P. A. ve Laippala, P. (2002). Adolescent Subjective Well-Being and Realized Values. Journal of Advanced Nursing. 38(3): 254-263.

Reeder, R. J., & Brown, D. M. (2005). Recreation, Tourism and Rural Well-Being. United States Department of Agriculture.

Rızaoğlu, B. (2012). Turizm Davranışı. Ankara: Detay Yayıncılık.

Rojek, C. (1995). Decentring Leisure: Rethinking Leisure Theory. London.

Runde, J. (1998). Clarifying Frank Knight's Discussion Of The Meaning Of Risk And Uncertainty. Cambridge Journal of Economics, 22(5): 539-546.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness And Human Potentials: A Review Of Research On Hedonic And Eudaimonic Well-Being. Annual Review Of Psychology, 52: 141-166.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychology. 57(6): 1069-1081.

Saatcı, G., & Demirbulat, G. (2019). Ekoturizm Aktivitelerinin Tanıtım Broşürleri Perspektifiyle Değerlendirilmesi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(3): 322-337.

Salihoğlu, H. N. (2021). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tezi. Başa Çıkma Tutumları, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Covid-19 Sürecine Özgü Bir Çalışma.

Sarı, S., & Dağ, İ. (2009). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması, Geçerliliği ve Güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(4): 261-270.

Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Mutluluğa Etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(8): 1-12.

Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A., & Akça, M. Ş. (2014). The Turkish Short Version of the Intolerance of Uncertainty (IUS-12) Scale: The Study Of Validity And Reliability. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3): 148-157.

Schachter, S. (1968). Obesity and Eating: Internal and external cues differentially affect the eating behavior of obese and normal subjects. *Science*, 161(3843): 751-756.

Schmitt, B. (1999). Experiential Marketing. *Journal of Marketing Management*, 15(1-3): 53-67.

Serin, Y., & Şanlıer, N. (2018). Duygusal Yeme, Besin Alımını Etkileyen Faktörler ve Temel Hemşirelik Yaklaşımları. *Psikiyatri Hemşireliği*, 9(2): 135-146.

Sevinçer, G. M., & Konuk, N. (2013). Emosyonel Yeme. *Journal of Mood Disorders*, 3(4): 171-178.

Shaw, C. (2005). *Revolutionize Your Customer Experience*. Palgrave Macmillan.

Shaw, C., & Ivens, J. (2002). *Building Great Customer Experiences*. London: Palgrave.

Smolak, L., & Levine, M. P. (2015). *The Wiley Handbook of Eating Disorders*. John Wiley & Sons.

Solomon, R. C., & Stone, L. D. (2002). On "Positive" And "Negative" Emotions. *Journal For The Theory Of Social Behaviour*, 32(4): 417-435.

Sönmez, A. Ö. (2017). Çocuk ve Ergenlerde Yeme Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3): 301-316.

Stiegler, L. N. (2005). Understanding Pica Behavior: A Review For Clinical And Education Professionals. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 20(1): 27-38.

Stigler, G. (1961). The Economics Of Information. *The Journal Of Political Economy*, 69(3): 213-225.

Sultson, H., Kukk, K., & Akkermann, K. (2017). Positive And Negative Emotional Eating Have Different Associations With Overeating And Binge Eating: Construction And Validation Of The Positive-Negative Emotional Eating Scale. *Appetite*, 116: 423-430.

Swanson, S. A., Crow, S. J., Grande, D. L., Swendsen, J., & Merikangas, K. R. (2011). Prevalence and Correlates of Eating Disorders in Adolescents: Results From the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement. *Arch Gen Psychiatry*, 68(7): 714-723.

Şahin, S., Şahin, E. S., Öz, N. S., Atav, P. Ü., & Kıvanç, R. (2019). Pediatrik Yeme veya Yutma Bozukluğu ve Beslenme. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 6(2): 200-214.

Şengel, Ü., Genç, K., Işkın, M., Ulema, Ş., & Uzut, İ. (2020). Turizmde "Sosyal Mesafe" Mümkün Mü? Kamp ve Karavan Turizmi Bağlamında Bir Değerlendirme. *Turkish Studies (Elektronik)*, 15(4): 1429-1441. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.44177>, (13.07.2022).

Şengül, R., & Hocaoglu, Ç. (2019). Ortoreksiya Nervoza nedir? Tanı ve Tedavi Yaklaşımları. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 14(2): 102.

T. C. Sağlık Bakanlığı. (2020). COVID-19 (SARS-CoV2 Enfeksiyonu) Rehberi.

T.C. Sağlık Bakanlığı COVID-19 Bilgilendirme Platformu. <https://covid19.saglik.gov.tr/>, (05.07.2022).

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S., (2013) B.G. Tabachnick, L.S. Fidell Using Multivariate Statistics (sixth ed.) Pearson, Boston.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). Using Multivariate Statistics 5. Boston: Allyn and Bacon.

Tak S.R., Hendrieckx C., Nefs G., Nyklíček I., Speight J., Pouwer F. (2015). The Association Between Types Of Eating Behaviour And Dispositional Mindfulness In Adults With Diabetes. Results from Diabetes MILES. The Netherlands. Appetite. 87: 288-295.

Tan, C. C., & Chow, C. M. (2014). Stress And Emotional Eating: The Mediating Role Of Eating Dysregulation. Personality and Individual Differences, 66: 1-4.

Taştan, K., Demiröz, H. P., Öztekin, C., & Sincan, S. (2017). Bulimia Nervoza Tedavisinde Hipnoterapi: Olgu Sunumu. Causapedia, 6(2): 94-97.

Tezcan, M. (1982). Boş Zamanların Değerlendirilmesi. Ankara: Ankara üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.

Toffler, A. (1970). Future Shock. USA: Pan American Copyright.

Topal, Mustafa (2011). Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stilleri İle Pozitif Ve Negatif Duygu Arasındaki İlişki. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Tuncel, A. (2007). Mobil Konutlarda İç Mekân Organizasyonu Ve Mobil Mekânların Tarihsel Gelişim Süreci (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi.

Turanlı, Fidan Nur (2022). Covid-19'a Bağlı Yaşanan Korkunun Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İştah Ve Yeme Davranışlarına Etkisinin Değerlendirilmesi. İstanbul Okan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

Türk Dil Kurumu. (2022). Güncel Türkçe Sözlük.

Türker, G. Ö., & Ertürk, N. (2020). Covid-19'un Konaklama İşletmelerine Etkileri: Yöneticiler Perspektifinden Bir Değerlendirme. Turizm Ekonomi ve İşletme Araştırmaları Dergisi, 2(2): 89-101.

Türkiye İstatistik Kurumu. (2022). Motorlu Kara Taşıtları, Mart 2022. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Motorlu-Kara-Tasitlari-Mart-2022-45706>. (08.07.2022).

Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü. Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi, 23(2): 248-252.

Urbany, J. E., Dickson, P. R., & Wilkie, W. L. (1989). Buyer Uncertainty and Information Search. Journal of Consumer Research, 16(2): 208-215.

Ünal, S. G. (2018). Duygusal Beslenme ve Obezite. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜSBİD, 2(2): 30-47.

Ünsal, A., Tozun, M., Ayrancı, Ü., & Arslantaş, D. (2010). Türkiye'nin Batısındaki Bir İlçede Lise Öğrencilerinde Olası Yeme Bozukluğu Görülme Sıklığı ve İlişkili Faktörler. Dirim Tıp Gazetesi, 85(3): 100-112.

Ünver, D., & Güloğlu, B. (2021). Covid-19 Pandemisinde Evli Bireylerde Depresyon, Anksiyete Ve Stresin İlişkisel Yılmazlık Bağlamında İncelenmesi. Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 8(2): 517-531.

van Strien, T. (1996). On The Relationship Between Dieting And “Obese” And Bulimic Eating Patterns. *International Journal of Eating Disorders*, 19(1): 83-92.

van Strien, T., Cebolla, A., Etchemendy, E., Gutierrez-Maldonado, J., Ferrer-Garcia, M., Botella, C., & Baños, R. (2013). Emotional Eating And Food Intake After Sadness And Joy. *Appetite*, 66: 20-25.

van Strien, T., Frijters, J. E., Bergers, G. P., & Defares, P. B. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for Assessment of Restrained, Emotional, and External Eating Behavior. *International Journal of Eating Disorders*.

van Strien, T., Herman, C. P., & Verheijden, M. W. (2012). Eating style, overeating and weight gain. A prospective 2-year follow-up study in a representative Dutch sample. *Appetite*, 59(3): 782-789.

Vera-Villaruel, P., Urzúa, A., Jaime, D., Contreras, D., Zych, I., Celis-Atenas, K., ... & Lillo, S. (2019). Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Psychometric Properties And Discriminative Capacity In Several Chilean Samples. *Evaluation & The Health Professions*, 42(4): 473-497.

Walker, L. (2010). *Tourism and Leisure Motorcycle Riding. Drive Tourism* (ss. 160-172). Routledge.

Wardle, J. (1990). Conditioning Processes And Cue Exposure In The Modification Of Excessive Eating. *Addictive Behaviors*, 15(4): 387-393.

Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative Affectivity: The Disposition To Experience Aversiveemotional States. *Psychological Bulletin*, 96: 465–490.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6): 1063–1070.

Wilson, W. R. (1967). Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4): 294-306.

Yeşilyurt Cem, (2019). Rekreatif Bisikletçilerde Motivasyon, Öznel İyi Oluş Ve Temel Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkinin Analizi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Doktora Tezi.

Yetkin, Sevdenur (2021). Covid-19'a Bağlı Yaşanan Korkunun Kadınlardaki Duygusal İştah Ve Yeme Davranışlarına Etkisinin Değerlendirilmesi. Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beslenme Ve Diyetetik Anabilim Dalı Beslenme Ve Diyetetik Yüksek Lisans Tezi.

Yığman, F., & Fidan, S. (2021). Transdiagnostik Faktör Olarak Belirsizliğe Tahammülsüzlük. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(3): 573-587.

Yıldırım, Eşe, & Akın, Mahmut (2018). Örgütlerde Dışlanma, Sinizm Ve Pozitif-Negatif Duygusalılık Arasındaki İlişkiler: Pozitif Ve Negatif Duygusalılığın Aracılık Rolü. *Uluslararası Yönetim, İktisat Ve İşletme Dergisi*, 14(2): 427-449.

Yılmaz, H. Ö. (2019). Yeme ve Beslenme Bozuklukları. G. Hazer, & M. Özdemir içinde, *Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı*. İstanbul: Güven Plus A.Ş. Yayınları.

Yiend, J., Barnicot, K., Williams, M., & Fox, E. (2018). The Influence Of Positive And Negative Affect On Emotional Attention. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 61: 80-86.

Yook, K., Kim, K.-H., Suh, S. Y., & Lee, K. S. (2010). 1 Intolerance Of Uncertainty, Worry, And Rumination İn Major Depressive Disorder And Generalized Anxiety Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(6): 623-628.

Yüksel, A. (2021). Gonadal Hastalıklar ve Beslenme. *Çocuk Kronik Hastalıklarında Beslenme 5*. Orient Yayınları.

Yüksel, B. (2014). Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif Ve Negatif Duygu Düzenleme Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.



EKLER

Ek 1: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 1

BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ÖLÇEĞİ

Aşağıda hayatın belirsizliklerine insanların nasıl tepki gösterdiklerini tanımlayan bir dizi ifade yer almaktadır. Bu ifadelerin sizi ne derece doğru yansıttığını, yanındaki rakamlardan size uygun olanı daire içine alarak belirtiniz.

1. Bana hiç uygun değil 2. Bana çok az uygun 3. Bana biraz uygun 4. Bana çok uygun 5. Bana tamamen uygun.

Beklenmedik olaylar çok canımı sıkar.
Bir durumda ihtiyacım olan tüm bilgilere sahip değilsem sinirlerim bozulur.
İnsan sürprizlerden kaçınmak için daima ileriye bakmalıdır.
En iyi planlamayı yapsam bile beklenmedik küçük bir olay her şeyi mahvedebilir.
Geleceğin bana neler getireceğini her zaman bilmek isterim.
Bir duruma hazırlıksız yakalanmaya katlanamam.
Her şeyi önceden ayrıntılı bir şekilde organize edebilmeliyim.
Belirsizlik beni hayatı dolu dolu yaşamaktan alıkoyar.
Harekete geçme zamanı geldiğinde, belirsizlik elimi kolumu bağlar.
Belirsizlik yaşadığımda pek iyi çalışmam.
En küçük bir şüphe bile hareket etmemi engeller.
Tüm belirsiz durumlardan uzak durmak zorundayım.

Ek 2: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 2

DUYGUSAL İŞTAH ANKETİ

Lütfen yemek yeme davranışınızın belirli duygular, durumlar ve şartlar ile nasıl etkilendiğini aşağıdaki tablodan bir numarayı işaretleyerek belirtiniz. Tablo 1 ile 9 arasında değişmektedir, 1 normalden çok daha az yemek yediğinizi, 9 normalden çok daha fazla yemek yediğinizi, 5 ise yemek yemenizde bir değişiklik olmadığını belirlemektedir. Eğer soru sizin için uygun değilse lütfen o soruyu atlayınız.

Aşağıdakiler sizin **DUYGULARINIZI** ifade ediyor.

Normal ile kıyaslandığında, yemek yemeniz:										
SİZ:										
Üzgün (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Sıkılmış (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Güvenli (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Kızgın (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Mutlu (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Yılgın (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Yorgun (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Karamsar (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Korkmuş (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Rahat (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Neşeli (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Yalnız (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Hevesli (olduğunuzda)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

Aşağıdakiler sizin içinde bulunduğunuz **ŞARTLARI** ifade ediyor.

Normal ile kıyaslandığında, yemek yemeniz:										
SİZ:										
Baskı altında iken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Hararetli bir tartışmadan sonra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Size yakın olan biri felakete uğradıktan sonra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Aşık olduğunuzda	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Bir ilişkiyi bitirdikten sonra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Keyif veren bir hobi ile meşgul olduğunuz sırada	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Para veya bir eşyanızı kaybettikten sonra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
İyi haberler aldıktan sonra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Koronadan dolayı evde bulunduğunuz günlerde	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

Ek 3: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 3

POZİTİF VE NEGATİF DENEYİM ÖLÇEĞİ

Lütfen, son bir ay içinde rekreasyonel amaçlı motosiklet/karavan sürüşlerinizi düşünerek aşağıdaki duyguların her birini ne kadar hissettiğinizi 1 ile 5 arasında değerlendiriniz. Her bir ifade için seçtiğiniz puanı ifadenin sol tarafına belirtiniz.

1 = Asla	2 = Nadiren	3 = Bazen	4 = Sık sık	5 = Her zaman
İlgili	Suçlu	Asabi	Kararlı	
Sıkıntılı	Ürkmüş	Uyanık	Dikkatli	
Heyecanlı	Düşmanca	Utanmış	Tedirgin	
Mutsuz	Hevesli	İlhamlı	Aktif	
Güçlü	Gururlu	Sinirli	Korkmuş	

Ek 4: Araştırmada Kullanılan Anket Formu 4

DEMOGRAFİK SORULAR

Eğitim durumunuz aşağıdakilerden hangisidir? a) İlköğretim b) Lise c) Üniversite d) Lisansüstü e) Diğer: lütfen yan tarafa belirtiniz.
Cinsiyetiniz hangisidir? a) Kadın b) Erkek
Medeni haliniz hangisidir? a) Evli b) Bekâr
Yaşınızı lütfen yan tarafa yazınız.
Bir işte çalışmakta mısınız? a) Tam zamanlı çalışıyorum b) Çalışıyorum, ücretsiz izindeyim c) İşten çıkarıldım d) Emekli e) Yarı zamanlı f) Çalışmıyorum g) Diğer: lütfen yan tarafa yazınız.
Kaç yıldır motosiklet/karavan ile seyahat ediyorsunuz?
Yılda ortalama kaç km motosiklet sürüyorsunuz / yılda ortalama kaç km karavan kullanıyorsunuz?
Ortalama aylık net geliriniz?