

**Kaya Tırmanıcıların Kişilik Özellikleri, Öz yeterlilikleri ve Heyecan Arama Davranışları**

Burak Kural 

ORJİNAL ARAŞTIRMA

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1203031>

Trabzon Üniversitesi,  
Spor Bilimleri  
Fakültesi,  
Trabzon/Türkiye<sup>1</sup>

**Özet**

Araştırmanın amacı, Türkiye’de aktif kaya tırmanışı yapan tırmanıcıların kişilik özellikleri, öz yeterlilikleri ve heyecan arama davranışları arasında ilişki olup olmadığını ortaya koymaktır. Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubu Türkiye Dağcılık Federasyonu bünyesindeki spor kulüpleri ve üniversite dağcılık topluluklarında aktif olarak kaya tırmanışı yapan kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 113’ü erkek, 62’si kadın toplam 175 tırmanıcıdan oluşmaktadır. Araştırmanın verileri, heyecan arama, beş faktör kişilik özellikleri ve kaya tırmanışı öz-yeterlilik ölçekleri ile toplanmıştır. Verilerin analizinde yüzde frekans, t-Testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Kaya tırmanıcılar, en fazla gelişime açıklık, dışa dönüklük kişilik özelliği ve heyecan macera arama, deneyim arama davranışı; en az ise nevroitiklik kişilik özelliği ve sıkılmaya yatkınlık davranışı göstermişlerdir. Dışa dönük ve gelişime açık olma kişilik özellikleri, deneyim, heyecan ve macera arama davranışları öz yeterlilik ile pozitif yönde; şartlı refleks yitimi ile negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilik özelliklerinin öz yeterlilik üzerindeki etkisi %36,6 olduğu, heyecan arama davranışlarının öz yeterlilik üzerindeki etkisi ise %37,1 olduğu görülmüştür. Sonuç olarak kaya tırmanıcıların meraklı, yeni tecrübe ve fikirleri keşfetmeyi seven, yaratıcı, duyarlı, fakat az da olsa endişeli, sinirli ve kaygı yüklü bireyler oldukları, kendilerini daha çok heyecan ve macera arama davranışına sürükledikleri belirlenmiştir. Kaya tırmanıcıların dışa dönük ve gelişme kişilik özelliklerinin artması başarılı olma yolunda kendine olan inancı da artmasını sağlamıştır. Öz yeterliliğin hem sorumluluk hem de nevroitiklik arasındaki ilişki üzerindeki önemli aracılık etkisi olduğunu belirlemiştir. Heyecan arayışı yüksek olan tırmanıcıların daha fazla uyarıcı duyumlara maruz kalacakları için öz yeterlilik durumları daha da yüksek olacağı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Kaya tırmanışı, Kişilik Özellikleri, Öz yeterlilik, Heyecan Arama Davranışı

**Sorumlu Yazar:**

Burak KURAL  
burakkural@gmail.com

**Personality Characteristics, Self-Efficacy and Excitement Search Behaviors of Rock Climbers**

**Yayın Bilgisi**

Gönderi Tarihi:  
11.11.2022

Kabul Tarihi:  
13.12.2022

Online Yayın Tarihi:  
19.12.2022

**Abstract**

The aim of the research is to reveal whether there is a relationship between personality traits, self-efficacy and excitement seeking behaviors of climbers who are active rock climbers in Turkey. The research was prepared with the screening design, which is one of the quantitative research methods. The research group consists of a total of 175 climbers, 113 male and 62 female, selected by convenience sampling method, who actively climb rock in sports clubs and university mountaineering communities within the Turkish Mountaineering Federation. The data of the study were collected with excitement seeking, five factor personality traits and rock-climbing self-efficacy scales. Percentage frequency, t-Test, one-way analysis of variance and Pearson correlation tests were used in the analysis of the data. Rock climbers showed the most openness to development, extroversion personality trait and excitement adventure seeking, experience seeking behavior, and the least neurotic personality trait and boredom tendency behavior. Extroverted and open to development personality traits, experience, excitement, and adventure-seeking behaviors were found to be positively correlated with self-efficacy and negatively correlated with conditional reflex loss. It was observed that the effect of personality traits on self-efficacy was 36.6%, and the effect of excitement seeking behaviors on self-efficacy was 37.1%. As a result, it was determined that rock climbers were curious, loving to discover new experiences and ideas, creative, sensitive, but slightly anxious, nervous, and anxious individuals, and led themselves to more excitement and adventure-seeking behavior. The increase in the extroverted and developmental personality traits of rock climbers has also increased their self-confidence towards success. He determined that self-efficacy had a significant mediating effect on the relationship between both responsibility and neuroticism. It has been determined that climbers with high excitement seeking will have higher self-efficacy since they will be exposed to more stimulating sensations.

**Keywords:** Rock climbing Personality Characteristics, Self-efficacy, Excitement Search Behavior

## Giriş

Kaya tırmanışı, doğal ve yapay tırmanma yüzeylerinde çeşitli tırmanma stillerini kapsayan çok disiplinli bir spordur (Steele, 2006). Geleneksel tırmanış, spor tırmanış, yapay tırmanış ve bouldering şeklinde adlandırılan bu stilleri tırmanıcılar farklı duygu ve deneyim elde etmek için tercih ederler. Kaya tırmanış stilleri tırmanma alanı özellikleri tarafından belirlenir (Graydon ve Hanson, 1997). Kaya tırmanışı, bazıları için sadece bir yaşam tarzı sporu iken, bazıları için yoğun özveri ve fedakârlıkla birlikte artan hareketliliğe geçiş sağlayan bir spordur (Rickly-Boyd, 2012). Tırmanıcılar, deneyimler kazanmak için çevre ile etkileşime girerler ve bu deneyimler kültür, tırmanış ve çevre algılarını etkiler (Rossiter, 2007). Kaya tırmanışında fizyolojik özellikler kadar psikolojik özellikler de ön plandadır (Aras ve Ewert, 2016). Kaya tırmanışında, kişilik özellikleri, karar verme, hızlı davranma, takım çalışması, özgüven ve liderlik gibi unsurlar etkili olmaktadır (Gürer vd., 2015).

Sporun en önemli psikolojik etkilerinden biri olan kişilik özellikleri; bireyin eğilimleri, yönelimleri, becerileri ve içerisinde bulunduğu ortama uyum sağlamak üzere geliştirdiği davranış özellikler olarak ifade edilmektedir (Kulaksızoğlu, 2000). Literatürde kişiliğin çeşitli tanımları olmasına rağmen; çoğu tanım, kişilik özelliklerinin istikrarlı, tutarlı düşünceler, duygular ve davranışlar gösterme eğiliminde olduğu fikrini içerir. Kişilik üzerine uzun zamandır yapılan araştırmalar doğrultusunda çok önemli bir çok teori ve kişilik modelleri ortaya çıkmasına rağmen beş faktörlü kişilik modelinin kişilik yapasının daha iyi anlaşılmasını sağladığı belirlenmiştir (Allen, Greenlees ve Jones, 2013; Wilson ve Dishman, 2015). Bu beş faktörlü kişilik modelleri; dışadönüklük (sosyal, dışa dönük, eylem odaklı olma), nevrotilik (güvensiz, endişeli olma), gelişime açıklık (açık fikirli, meraklı), uyumluluk (işbirlikçi, cana yakın, uzlaşmacı) ve sorumluluk (organize, sorumlu, çalışkan) boyutlarını içerir. Kişiliğin sportif başarı üzerindeki etkisi düşünüldüğünde spor, doğa sporları ve ekstrem sporlar alanında çok sayıda kişilik araştırması mevcuttur (Allen vd., 2013; McEwan vd., 2019). Dağcılık, base jumping ve paraşütle atlama gibi macera spor katılımcıların kişilik profillerini açıklayan çalışmalarda; dağcıların kesin olarak tanımlanmış bir kişilik profili olmadığı (Monasterio, Alamri ve Mei-Dan, 2014) ancak paraşütçülerin benzer kişilik özelliklerine ve heyecan arama seviyelerine sahip olduğu belirlenmiştir (Brymer vd., 2020).

Kaya tırmanıcıların kişilik profillerini belirlemek, onların heyecan arama eğilimlerindeki farklılıklarını da ayırt etmeyi sağlar. Çünkü spor ve egzersiz psikolojisinde yakın zamanda yayınlanan kişilik çalışmalarında, heyecan arama ile ilgili özelliklerin kişilik yönleriyle yakından ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Laborde vd., 2020). Kişilik, çeşitli risk alma davranışlarının önemli bir yordayıcısıdır ve heyecan arama bu alanda en çok araştırılan faktörlerden biridir. Heyecan arama; çeşitli, yeni ve karmaşık duymalara, deneyimlere duyulan ihtiyaç ve bu deneyim uğruna fiziksel ve sosyal riskler almaya istekli olma olarak tanımlanmaktadır (Zuckerman, 2007). Heyecan arama

hiperaktif yaklaşım veya hipoaktif kaçınma beyin sistemleri tarafından yönlendirilebilmektedir (Joseph vd., 2009; Zheng vd., 2019). Bu bağlamda, yüksek heyecan arayanlar, potansiyel olarak tehlikeli ancak ödüllendirici faaliyetlerde (hiperaktif bir yaklaşım) olumsuz sonuçlar yaşamaya karşı daha düşük bir hassasiyet gösterebilirler. Düşük heyecan arayanlar ise risk veya potansiyel kayıp (hipoaktif bir kaçınma) varlığında arzu edilen sonuçlara ulaşma konusunda gelişmiş bir hassasiyet gösterebilirler. Bu durum yapılan çalışmalarda ortaya çıktığı görülmektedir. Ekstrem spor katılımcıların (örneğin dağcılar) heyecan arayışı, daha az riskli sporlara kıyasla daha yüksek ortalama eğiliminde olduğu belirlenmiştir (Gomà-i-Freixanet, 2004). Sporun psikolojik etkilerinden bir diğeri de öz yeterlidir. Öz-yeterlik, bireyin “belirli kazanımları üretmek için gerekli eylemleri organize etme ve yürütme yeteneklerine olan inancı” anlamına gelir. Öz yeterliliği yüksek olanlar, kendilerine zorlu hedefler belirleme, çaba harcama ve zorluklar karşısında daha uzun süre direnme olasılıkları daha yüksektir (Bandura, 1997). Bu nedenle, öz yeterliliği yüksek olan spor katılımcılarının başarısızlıktan korkma olasılıkları daha düşük olabilir ve bilinçsiz risklerin aksine kendilerine zor hedefler belirleme ve hesap yapma olasılıkları daha yüksek olabilir (Kontos, 2004).

Dağcılar hayattan daha fazlasını elde etmenin bir yolu olarak yüksek riskli ortamlar ararken, paraşütçüler ise basmakalıp “heyecan arayanlara” uymasıyla katılım için farklı temel güdüler göstermektedirler. Bu tür bulgular, belirli spor katılımcılarının ayrı ayrı analiz edilmesi ve incelenmesi gerektiği yönündeki önerileri körükledi (Kabuk, 2020). Kaya tırmanışı gibi belirli macera sporlarında kişilik profillerini, heyecan arama duygularını ve öz yeterliliklerinin bulunup bulunmadığını anlamak; bazı kaya tırmanıcıların neden zor tırmanışları istediği veya neden zor tırmanışlardan kaçındığı, ayrıca neden sürekli olarak diğerlerinden daha fazla yaralanma riski altında olabileceği konusunda antrenörlere ve uygulayıcılara bir fikir sağlayabilir Tüm bu bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı Türkiye’de aktif kaya tırmanışı yapan tırmanıcıların kişilik özellikleri, öz yeterlilikleri ve heyecan arama davranışları arasında ilişki olup olmadığını ortaya koymaktır.

## **Yöntem**

### ***Araştırmanın Modeli***

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni ile gerçekleştirilecektir. Tarama deseni geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu yöntemde önemli olan var olan durumu değiştirmeden gözlemleyebilmektir (Karasar, 2017).

## Araştırma Grubu

Araştırma grubu Türkiye Dağcılık Federasyonu bünyesindeki spor kulüpleri ve üniversite dağcılık topluluklarında aktif olarak kaya tırmanışı yapan kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 113'ü erkek, 62'si kadın toplam 175 kaya tırmanıcısından oluşmaktadır. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Bilgileri ve Kaya Tırmanışına Yönelik Frekans Değerleri

Değişken	Kategoriler	n	%
Cinsiyet	Erkek	113	64,6
	Kadın	62	35,4
Yaş	18-25	17	9,7
	26-35	61	34,9
	36-45	46	26,3
	46 ve Üzeri	51	29,1
Eğitim durumu	Lise	22	12,6
	Lisans	108	61,7
	Lisans üstü	45	25,7
Tırmanma deneyimi	1-5 yıl	32	18,3
	6-10 yıl	57	32,6
	11 yıl ve üzeri	86	49,1
Tırmanma Stili	Tope rope tırmanış	33	18,9
	Spor rota/ kayada lider	104	59,4
	Geleneksel tırmanış	38	21,7

Tablo 1'e göre aktif olarak kaya tırmanışı yapanların büyük çoğunluğu 26-35 yaş aralığında ve eğitim durumunun lisans (%61,7) derecesine sahip bireyler olduğu görülmektedir. Kaya tırmanışına katılım sıklıklarına göre dağılımları incelendiğinde % 49,1'nin 11 yıl ve üzeri, %27,6'sının 6-10 yıl, %18,3 'ünün ise 1-5 yıl deneyime sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların tırmanış stillerine baktığımızda ise en fazla (% 59,4) spor bir rotada veya spor kayada lider tırmanış, en az ise tope rope (üstten emniyetli) tırmanış (% 18,9) yaptıkları belirlenmiştir.

## Veri Toplama Araçları

### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada tırmanıcıların, demografik bilgilerini tespit etmek amacıyla kullanılan kişisel bilgi formunda, cinsiyet, yaş, eğitim durumu gibi genel sosyo-ekonomik düzeyleri sorgulanmıştır. Bunun yanı sıra tırmanıcıların kaç yıldır bu branşla ilgilendiği, tırmanma beceri düzeyleri ve tırmanış stilleri gibi araştırma konusuna ilişkin soruları da cevaplandırmıştır.

### Heyecan Arama Ölçeği (HAÖ)

Heyecan Arama Ölçeği (SSS-V) Zuckerman (1994) tarafından geliştirilen, yaygın şekilde kullanılan ve en popüler heyecan arama ölçeklerinden biridir (Haynes, Miles ve Clements, 2000). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları Öngen (2007) tarafından yapılmıştır. Heyecan Arama Ölçeği toplamda 40 madde ve 4 alt boyuttan oluşan çok boyutlu bir ölçektir. “Heyecan ve Macera Arama alt boyutu; hız ve tehlike içeren davranışlarla heyecan verici sıra dışı etkinlikleri yapma arzusunu yansıtmaktadır. “Deneyim Arayışı” alt boyutu; alışılmamış bir yaşam tarzı, yeni ve farklı deneyim arayışı ve alışılmamışın dışında bir yaşam tarzını ifade etmektedir. “Şartlı Refleks Yitimi” alt boyutu sosyal aktivitelere, partilere veya seks içerikli etkinliklere alkollü ya da benzeri maddelerin tüketimiyle girişme gereksinimini içermektedir. “Sıkılmaya Yatkınlık” alt boyutu ise; tekrarlardan, rutinlerden ve sıkıcı aktivitelerden ya da monoton ve donuk insanlardan hoşlanmamayı ifade eden maddeleri kapsamaktadır. Her bir alt boyutta zorunlu seçmeli olarak sunulan 10 madde yer almaktadır. Her madde “A” ve “B” olmak üzere iki seçenektir birinin zorunlu tercih edilmesine yöneliktir. Katılımcıların “A” ya da “B” şıkları arasında yapmış oldukları seçim sonucunda toplam heyecan arama puanı belirlenir. En yüksek toplam puanın 40 en düşük toplam puanın 1 olduğu ölçekte katılımcıların heyecan arayış düzeylerinin yüksek sayılabilmesi için ortalamanın üzerinde bir puan almaları gerekmektedir. Öngen (2007) tarafından yapılan ölçeğin geçerlik güvenirlik ve Türkçe uyarlama çalışması sonucunda, toplam iç tutarlılık katsayısı 0.82 olarak belirlenmiştir.

#### *Beş Faktör Kişilik Ölçeği (BFKÖ)*

Kaya tırmanıcıların kişilik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla “Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği” kullanılmıştır. Bu ölçeğin tercih edilmesinin temel sebepleri arasında; kişiliğin beş faktörünün kültürlerarası birçok çalışmada doğrulandığının ifade edilmesi (Guenole ve Chernyshenko, 2005), kişilik ile ilgili çalışmaların beş faktörde derlenebileceği ve bu beş faktörün bireysel farklılıkları büyük oranda ölçtüğüne ilişkin birçok araştırmacı tarafından uzlaşa sağlanmış olması gösterilebilir (Çivitci ve Arıcıoğlu, 2012; Tutar ve Yılmaz, 2012; Bal, 2018). Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği, kişiliğin alt boyutları belirlemek amacıyla Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlaması, 56 ülke kapsamında kişilerin kendini tanımlama profilleri ve örüntüleri konusunda yapılan bir çalışmanın (Schmitt vd., 2007) Türkiye ayağı kapsamında, Sümer ve Sümer (2005) tarafından yapılmıştır. Ölçek 5 alt boyut ve 44 ifadeden oluşmaktadır. Ölçek Likert ölçeğinin beşli derecelendirilmesi ile uygulanmaktadır. Ölçek derecelendirilmesi; “1=Tamamen katılmıyorum”, “2= Katılmıyorum”, “3=Ne katılıyorum Ne katılmıyorum”, “4=Katılıyorum”, “5=Tamamen katılıyorum” şeklindedir. Ölçek boyutları; dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, nevroz ve gelişime açıklık şeklindedir (Schmitt vd., 2007).

### *Kaya Tırmanışı Öz-Yeterlilik Ölçeği (KÖYÖ)*

Spesifik olarak kaya tırmanıcılarının öz-yeterliliklerini ölçmek için kullanılan bir ölçektir. Tırmanıcılarda tırmanma yetenekleri hakkında kendilerine ne kadar güvendiklerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek Llewellyn vd. (2008) tarafından geliştirilmiş, Türkçe 'ye uyarlaması ise Aras, Koçak ve Çetinkaya (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek tek alt boyut ve 10 ifadeden oluşmaktadır. Ölçek puanlaması 0-100 arasında olup “%0” hiç güvenmiyorum, “%50” orta düzeyde güveniyorum, “%100” tamamen güveniyorum anlamına gelmektedir. Toplam puan (0'dan 1000'e kadar), bir bireyin, tırmanışta belirli bir etki yaratmak için gerekli eylemleri gerçekleştirme yetenekleri hakkındaki beklentilerinin veya inançlarının ölçüsünü verir. Ölçekten alınan puanın yükselmesi tırmanıcının öz-yeterlilik inancının arttığını işaret etmektedir.

### *Verilerin Analizi*

Verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 24 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada beş faktör kişilik özellikleri, heyecan arama ve kaya tırmanışı öz-yeterlilik ölçeklerinden elde edilen veriler tanımlayıcı istatistiklerle hesaplanmıştır. Daha sonra verilerin normallik dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları, çarpıklık ve basıklık değerleri ile histogram grafikleri incelenerek belirlenmiştir. Çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri  $\pm 3$  olarak referans alınmıştır (Tabachnick ve Fidel, 2013). Bu doğrultuda parametrik olma koşullarının sağlandığı ve verilerin normal dağılım gösterdiği için yüzde frekans, t-Testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Bununla birlikte bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordamadaki güçlerini belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırma kapsamında regresyon varsayım kriterleri olan varyans artış faktörünün (VIF) 10'un altında olduğu, tolerance değerinin ise 0.2'nin üstünde olduğu bu doğrultuda çoklu bağlantı sorunu olmadığı görülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2013). Araştırma sonuçları %95 güven aralığında, anlamlılık  $p < 0,05$  düzeyinde değerlendirilmiştir.

### **Bulgular**

Tablo 2

Kaya Tırmanıcıların Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Öz Yeterlilik ve Heyecan Arama Davranışı Ölçeklerinin Tanımlayıcı İstatistikleri

<b>Değişkenler</b>	<b>n</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>X ± SS</b>
Dışa Dönüklük	175	2,38	4,38	3,53±,38
Nevrotiklik	175	2,00	4,00	3,02±,40
Uyumluluk	175	2,78	4,11	3,38±,29
Sorumluluk	175	2,89	4,33	3,45±,33
Gelişime Açıklık	175	2,80	4,60	3,79±,39
Heyecan ve Macera Arama	175	2,0	10,0	7,91±2,19
Deneyim Arama	175	1,0	10,0	5,62,±2,09

Şartlı Refleks yitimi	175	,00	10,0	3,96±2,43
Sıkılmaya Yatkınlık	175	,00	9,0	3,12±1,74
Kaya Tırmanış Öz Yeterliliği	175	3,70	9,70	7,33±1,34

Tablo 2’de katılımcıların kişilik özellikleri, öz yeterlik ve heyecan arama alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda; kişilik özellikleri ölçeği ortalama puanlarına göre en fazla tercih edilen kişilik boyutları sırasıyla gelişime açıklık (3,79±,39), dışa dönüklük (3,53±,38) sorumluluk (3,45±,33) ve uyumluluk (3,38±,29), en az tercih edilen kişilik boyutu ise nevroitiklik (3,02±,40) olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan tırmanıcılar, heyecan ve macera arama davranışını (7,91±2,19) en fazla gösterdikleri, sıkılmaya yatkınlık davranışını (7,91±2,19) görece en az gösterdikleri görülmektedir. Ayrıca tırmanıcıların öz yeterlik toplam puan ortalaması (7,33±1,34) yüksek seviyede olduğu görülmektedir.

Tablo 3

Kaya Tırmanıcıların Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Öz Yeterlilikleri ve Heyecan Arama Davranışlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
Dışa Dönüklük	Erkek	113	3,52	0,37	3,06	<b>0,00</b>
	Kadın	62	3,34	0,38		
Nevrotiklik	Erkek	113	3,02	0,42	0,71	0,48
	Kadın	62	2,98	0,34		
Uyumluluk	Erkek	113	3,41	0,30	2,32	<b>0,02</b>
	Kadın	62	3,30	0,29		
Sorumluluk	Erkek	113	3,55	0,36	1,27	0,20
	Kadın	62	3,49	0,26		
Gelişime Açıklık	Erkek	113	3,85	0,39	2,75	<b>0,01</b>
	Kadın	62	3,68	0,39		
Heyecan ve Macera Arama	Erkek	113	0,85	0,19	4,81	<b>0,00</b>
	Kadın	62	0,69	0,25		
Deneyim Arama	Erkek	113	0,54	0,20	-1,11	0,27
	Kadın	62	0,58	0,22		
Şartlı Refleks yitimi	Erkek	113	0,38	0,23	-1,05	0,30
	Kadın	62	0,42	0,27		
Sıkılmaya Yatkınlık	Erkek	113	0,35	0,18	4,54	<b>0,00</b>
	Kadın	62	0,24	0,12		
Öz Yeterlik	Erkek	113	75,02	12,21	2,82	<b>0,01</b>
	Kadın	62	69,06	15,20		

Tablo 3 incelendiğinde, kişilik özellikleri alt boyutlarından dışa dönük olma ( $t_{(175)}=3,06$ ;  $p<.01$ ) uyumluluk ( $t_{(175)}=2,32$ ;  $p<.05$ ) ve gelişime açık olma ( $t_{(175)}=2,75$ ;  $p<.01$ ) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık oluşturduğu görülmektedir. Erkek tırmanıcıların dışa dönük olma, uyumluluk ve gelişime açık olma puan ortalamaları kadın tırmanıcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Heyecan arama alt boyutlarından heyecan ve macera arama ( $t_{(175)}=4,81$ ;  $p<.01$ ) sıkılmaya yatkınlık ( $t_{(175)}=4,54$ ;  $p<.01$ ) ve tüm ölçeğin ( $t_{(175)}=2,82$ ;  $p<.01$ ) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık oluşturduğu görülmektedir. Bu doğrultuda erkek tırmanıcıların heyecan ve macera arama, sıkılmaya yatkınlık puan ortalamaları kadın tırmanıcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca tırmanıcıların öz

yeterlik ( $t_{(175)}=2,82$ ;  $p<.01$ ) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık oluşturduğu görülmektedir. Erkek tırmanıcıların öz yeterlik puan ortalamaları kadın tırmanıcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4

Kaya Tırmanıcıların Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Heyecan Arama Davranışları ile Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dışadönüklük	-									
Nevrotik	,223*	-								
Uyumluluk	,364**	,297**	-							
Sorumluluk	,368*	,370**	,235*	-						
Gelişime Açıklık	,661**	,121	,369**	,182	-					
Heyecan ve Macera Arama	,106	,018	-,011	,117	,250*	-				
Deneyim Arama	-,123	-,241*	,043	,011	,113	,199*	-			
Şartlı Refleks Yitimi	-,061	,244*	-,029	,075	-,021	,122	,429**	-		
Sıkılmaya Yatkınlık	-,181	,110	-,105	-,115	-,111	,129	,340**	,400**	-	
Öz Yeterlik	,459**	-,066	,050	-,134	,434**	,431*	,303*	-,235*	-,101	-

\*  $p<.05$  \*\*  $p<.01$

Tablo 4’te değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde dışa dönük ve gelişime açık olma kişilik özellikleri, öz yeterlikle ( $r=.459$ ;  $r=.434$   $p<.01$ ) pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan, heyecan ve macera, deneyim arama davranışları öz yeterlik ile ( $r=.431$ ;  $r=.303$ ;  $p<.01$ ) pozitif yönde anlamlı ilişkiliyken şartlı refleks yitimi davranışı ile ( $r=-.235$ ;  $p<.01$ ) negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Nevrotiklik kişilik özelliği ile deneyim arama davranışı ( $r=-.241$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif, şartlı refleks yitimi ( $r=.244$ ;  $p<.01$ ) davranışı arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu; gelişime açık olma kişilik özelliği ile heyecan ve macera arama davranışı ( $r=.250$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5

Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Öz Yeterlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz Sonuçları

Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	p
Sabit	54,653	12,236		4,467	<b>,000</b>
Dışadönüklük	15,159	3,018	,423	5,023	<b>,000</b>
Nevrotik	-,227	,318	-,069	-,714	,477
Uyumluluk	-,393	,447	-,086	-,878	,382
Sorumluluk	-10,649	2,826	-,258	-3,768	<b>,028</b>
Gelişime Açıklık	11,170	2,885	,325	3,871	<b>,014</b>
<b>R: ,605 R<sup>2</sup>: ,366 F: 19,551</b>	<b>p&lt;0,01</b>				



Tablo 5 incelendiğinde beş faktör kişilik özelliklerinin öz yeterlik üzerindeki etkisine bakıldığında bu modelin istatistiksel anlamlı olduğu ve beş faktör kişilik özelliklerinin öz yeterlik değişkenine ait varyansın %36,6'sını açıklayabildiği görülmektedir ( $R^2=,366$  F:19,551,  $p<,01$ ). Görüldüğü üzere dışadönüklük ( $\beta = ,423$ ,  $p <,01$ ) ve gelişime açıklık ( $\beta= ,325$ ,  $p <,01$ ) kişilik özellikleri öz yeterliliği pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamakta iken sorumluluk ( $\beta =-,258$ ,  $p <,01$ ) öz yeterliliği negatif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Tablo 6

Heyecan Arama Davranışlarının Öz Yeterlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz Sonuçları

Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	p
Sabit	64,723	3,547		18,248	<b>,000</b>
Heyecan ve Macera Arama	32,261	3,829	,531	8,425	<b>,000</b>
Deneyim Arama	21,247	4,446	,326	4,779	<b>,000</b>
Şartlı Refleks Yitimi	-6,578	3,774	-,117	-1,743	,083
Sıklımaya Yatkınlık	-10,121	5,031	-,130	-2,012	<b>,046</b>

**R: ,609 R<sup>2</sup>: ,371 F: 25,020 p<0,01**

Tablo 6 incelendiğinde heyecan arama davranışlarının öz yeterlik üzerindeki etkisine bakıldığında bu modelin istatistiksel anlamlı olduğu ve beş faktör kişilik özelliklerinin öz yeterlik değişkenine ait varyansın %37,1'ini açıklayabildiği görülmektedir ( $R^2=,371$  F:25,020,  $p<,01$ ). Görüldüğü üzere heyecan ve macera arama ( $\beta = ,531$ ,  $p <,01$ ) ve deneyim arama ( $\beta =-,326$ ,  $p <,01$ ) davranışları öz yeterliliği pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamakta iken sıklımaya yatkınlık ( $\beta =-,130$ ,  $p <,05$ ) öz yeterliliği negatif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır.

## Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada Türkiye'de aktif kaya tırmanışı yapan tırmanıcıların kişilik özellikleri, öz yeterlilikleri ve heyecan arama davranışları arasında ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda beş faktör sınıflamasına göre kaya tırmanıcılar, an fazla gelişime açıklık ve dışa dönüklük en az ise nevrotilik kişilik özelliğine sahip bireyler oldukları belirlenmiştir. Bu sonuca göre kaya tırmanıcılar daha çok, meraklı, yeni tecrübe ve fikirleri keşfetmeyi seven, yaratıcı, analitik düşünen, duyarlı bireyler olduklarını, fakat azda olsa endişeli, güvensiz, sinirli ve kaygı yüklü bireyler olduklarını söyleyebiliriz Alan yazın incelendiğinde araştırma sonucuna benzer nitelikte çalışmaların olduğu görülmektedir. Örneğin Breivik (1996), Everest Dağı'na tırmanmaya çalışan yedi Norveçli dağcının kişilik profillerini üzerine yaptığı çalışmada dağcılarının, spor öğrencileri veya askerlere göre önemli ölçüde daha bağımsız, meraklı, hayal gücü kuvvetli, keşfetmeyi seven olduklarını bulmuşlardır. Egan ve Stelmack, (2003) dağcılarının İlyasi, ve Salehian (2011) ekstrem spor yapan kişilerin daha yüksek dışadönüklük ve daha düşük

nevrotiklik kişilik özelliğine sahip oldukları belirlenmiştir. Allen vd. (2011) ve Tok, (2011)'e göre yüksek riskli spor yapanların dışa dönüklük ve açıklık düzeyleri düşük riskli sporculara göre daha yüksek iken, nevrotiklik düzeyleri daha düşüktür. Crust, (2020) dağcılarının, genel popülasyondan daha yüksek düzeyde dışadönüklüğe, daha düşük düzeyde nevrotikliğe sahip oldukları bulmuştur. Tüm bu sonuçlar araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Bir başka analiz sonucuna göre kaya tırmanıcılar en fazla heyecan ve macera arama, deneyim arama, en az ise sıkılmaya yatkınlık davranışını gösterdikleri belirlenmiştir. Rumbold, vd. (2021)'nin dağcılar üzerine yaptığı çalışmada benzer sonuçlar elde ettiği görülmüştür. Kaya tırmanışı dağcılığın bir alt disiplini olarak görülmekte ve kaya tırmanışında yarışma rekabet duygusu ön planda olabilmektedir. Bu bulgular sağlıklı, normatif bir kişilik profili sergileyen rekabetçi tırmanıcılara kıyasla heyecan arama alt ölçeği bazı alt boyutlarında birbirine yakın sonuçlar çıkması olası görülmektedir. Aslında heyecan arama davranışı kişilik özelliği olarak bilinir ve çeşitli, yeni, karmaşık, yoğun duygu ve deneyimlerin aranması ve bu deneyimler uğruna fiziksel, sosyal, yasal ve finansal riskler almaya istekli olma olarak tanımlanmaktadır (Zuckermans, 1994). Bu doğrultuda kaya tırmanıcıların gelişime açık ve dışa dönük kişilik yapıda olmaları onları daha çok heyecan ve macera arama davranışına sürüklediğini söyleyebiliriz. Fakat yüksek heyecan arayanlar, potansiyel olarak tehlikeli ancak ödüllendirici faaliyetlerde (örneğin, hiperaktif bir yaklaşım sistemi) olumsuz sonuçlar yaşamaya karşı daha düşük bir hassasiyet gösterebilirler. Buna karşılık, düşük heyecan arayanlar, risk veya potansiyel kayıp (yani, hipoaktif bir kaçınma sistemi) varlığında arzu edilen sonuçlara ulaşma konusunda gelişmiş bir hassasiyet gösterebilirler (Rumbold vd., 2021). Yapılan analiz sonucunda kaya tırmanıcıların öz yeterlik ortalaması yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Yani tırmanıcıların daha iyi performans göstermek için gerekli çalışmaları yaparak başarılı olma yolunda kendine olan inançları yüksek olduğunu söyleyebiliriz. Bandura, (1997)'a göre öz yeterliliği yüksek olanlar, kendilerine zorlu hedefler belirleme, çaba harcama ve zorluklar karşısında daha uzun süre direnme olasılıkları daha yüksektir. Öz-yeterlik inançları, doğrudan alandaki deneyimlerinden, az derecede sözel ikna ve fizyolojik durumlardan elde edilen bilgilerin harmanlanmasıyla formüle edilir. Bu nedenle, öz-yeterliliği yüksek olan spor katılımcılarının başarısızlıktan korkma olasılıkları daha düşük olabilir ve plansız risklerin aksine kendilerine zor hedefler koyma ve hesap yapma olasılıkları daha yüksek olabilir (Kontos, 2004). Alan yazında yapılan çalışmalara göre yüksek riskli spor popülasyonlarında öz yeterliliğin değişebileceğini (Slanger ve Rudestam, 1997) ve kaya tırmanışçıların, bu riskleri yönetme yeteneklerinden emin olduklarında kendilerine meydan okumak için planlanmış ek riskler alabileceklerini göstermektedir (Llewellyn vd., 2008).

Araştırma sonucunda tırmanıcıların beş faktör kişilik özellikleri alt boyutlarından dışa dönük olma, uyumluluk ve gelişime açık olma puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu

ortaya çıkmıştır. Erkek tırmanıcıların kadın tırmanıcılara göre daha yüksek düzeyde sosyal, dışa dönük, eylem odaklı, işbirlikçi, açık fikirli, meraklı, cana yakın, uzlaşmacı kişilik özelliklerinin olduğunu söyleyebiliriz. Marczak ve Ginszt (2017) spor tırmanıcılar üzerine yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkeni ile uyumluluk ve gelişime açık olma kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuç, çalışmamızda elde edilen sonuca oldukça benzer görülmektedir. Bu durum yapılan spor disiplinlerinin birbiri ile bağlantılı ile ilgili olabilir. Alan yazında spor faaliyetlerine katılan kadın ve erkeklerin kişilik özelliklerinin karşılaştırıldığı çalışmalar söz konusudur. Örneğin İnallı, Zekioğlu ve Tatar, (2020) su sporcularıyla yaptığı çalışmada sporcuların cinsiyeti ile uyumluluk ve nevroitiklik kişilik özellikleri boyutunda anlamlı farklılık tespit etmiştir. Araştırmanın başka bir sonucunda erkek tırmanıcıların heyecan-macera arayışı ve sıkılmaya yatkınlık puan ortalamaları kadın tırmanıcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Bunun anlamı erkek tırmanıcılar kadın tırmanıcılara göre daha fazla heyecan verici sıra dışı etkinlikler yapma eğiliminde olduğu fakat tekrarlayan deneyimlerden kaçan, rutin işleyişler gibi durumlarda yüksek uyarılma seviyesine ulaşmak için değişen bir uyarıcı ihtiyacı hissettiklerini söyleyebiliriz. Fowler vd. (1980) ve Cornin (1991) dağcılar üzerinde, Burnik, Jug ve Kajtna, (2008) Sloven erkek kadın dağcılar üzerinde yaptıkları çalışmalarda bizim sonucumuzla benzer sonuçlar elde ettikleri görülmüştür. Araştırma sonucuna göre erkek tırmanıcıların öz yeterlik puan ortalamaları kadın tırmanıcıların ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum erkek tırmanıcılar, riskleri etkin bir şekilde yönetebileceklerine ve ilgili zorlukları aşabileceklerine inanıldıklarını, ek riskler aldıklarını ve tırmanmak için daha zor tırmanışlar seçtiklerini söyleyebiliriz. Böyle düşünüldüğünde öz-yeterlik, kaya tırmanışı davranışının tüm biçimlerini önemli ölçüde öngörmesine rağmen, bu ilişkilerin çoğu, erkek kadın faktörü gibi durumlarda değişkenlik gösterir hatta bu kadınlarda zayıflar (Llewellyn vd., 2008). Bu durum öz yeterlik teorisi ile uyumludur (Bandura, 1997). Llewellynve ve Sanchez (2008) yapmış olduğu çalışmada erkek dağcılarının öz yeterliliğinin kadınlardan daha yüksek ve anlamlı farklılık olduğunu dolayısıyla daha fazla risk aldıklarını belirterek çalışma sonucumuza benzer sonuç elde etmiştir.

Araştırmada kişilik özellikleri alt boyutlarından dışa dönük ve gelişme açıklık ile öz yeterlik arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca öz yeterlik inancı, kişilik özellikleri boyutları ile anlamlı bir model oluşturmaktadır. Tırmanıcıların öz yeterlik inancında dışa dönüklük, sorumluluk ve gelişme açıklık kişilik özellikleri önemli yordayıcı iken nevroitiklik ve uyumluluk kişilik özelliği önemli bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir. Bu araştırmada kaya tırmanıcıların öz yeterliliği en iyi yordayan değişkenin dışa dönüklük daha sonra gelişime açıklık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dışa dönüklük sportif aktiviteler ile uğraşan bireylerin en belğin özelliklerinden biridir (Tkach ve Lyubomirsky, 2006). Çünkü dışadönük bireyler heyecanlı, hayat dolu, sosyal, neşeli ve konuşkan kişilerdir (John ve Srivastava, 1999). Gelişme açıklık bireyler ise yaratıcı, yenilikçi, modern, bilinçli,

araştırmacı kişilerdir (Somer ve Goldberg, 1999). Kaya tırmanıcıların bu özelliklere sahip olması tırmanırken karşılaştıkları hedeflere yönelik mücadele etme eğilimlerinde ve başarmak için kendine ilişkin inançlarında önemli bir katkı sağladığını görülmektedir. Dolayısıyla kaya tırmanıcıların dışa dönük ve gelişme kişilik özelliklerinin artması başarılı olma yolunda kendine olan inancı da artmasını sağlamaktadır. Diğer taraftan düzenli, hırslı, sorumlu, azimli, dikkatli, tedbirli gibi özellikleri barındıran sorumluluk alma (Somer ve Goldberg 1999) kişilik özelliği öz yeterliliği negatif yönde yordadığı görülmektedir. Doğa sporları yapmanın bireylere risk yönetimi, kendinin ve başkalarının sorumluluğunu üstlenebilme gibi (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2011) yarar sağladığı durumda sorumluluk negatif yönlü bir yordayıcı olması beklenmeyen bir sonuç olarak görülmektedir. İlgili alan yazın ile birlikte değerlendirildiğinde elde edilen bu sonuçların literatürle örtüştüğü görülmektedir. Örneğin, Bandura (1997) öz-yeterliğe yüksek olan bireylerin nevroitiklik özelliklerinin daha düşük olduğunu ifade etmektedir. Hoyle (2006) yaptığı çalışmada yüksek öz yeterliliğin yüksek sorumluluk ve düşük nevroitiklik ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Judge ve Ilies' (2002)'in çalışmasında öz yeterlik ile dışadönüklük arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Merritt, ve Tharp, (2013) Öz yeterliğin hem sorumluluk hem de nevroitiklik arasındaki ilişki üzerindeki önemli aracılık etkisi olduğunu belirlemiştir.

Araştırmada heyecan arama davranışlarından heyecan macera ve deneyim arama ile öz yeterlik arasında pozitif, şartlı refleks yitimi ile negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir. Kaya tırmanıcıların başarmak için kendine olan inançları arttıkça risk içeren tehlikeli aktivelere girme eğilimleri ve farklı deneyimler yaşama isteklerinin arttığı fakat kendilerini engelleyememe risk alma isteğini kontrol edememe durumları azaldığı görülmektedir. Ayrıca öz yeterlik inancı, heyecan arama davranışları ile anlamlı bir model oluşturmaktadır. Kaya tırmanıcıların öz yeterlik inancında heyecan-macera arama, deneyim arama pozitif ve sıkılmaya yakınlık davranışlarının ise negatif birer yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Heyecan arayışı yüksek olan insanlar daha fazla uyarıcı duyumlara maruz kalacakları için farklı durumlarda öz yeterlik durumları daha da yüksek olacaktır. Bandura (1997), insanların öz-yeterliklerini uyarılma düzeylerine göre değerlendirmelerini önermiştir. Bir kişi aşırı derecede uyarıldığında, öz yeterlik algısı üzerinde olumsuz bir etkisi vardır. Bandura'nın uyarılma ve öz yeterlik arasındaki ilişkinin olumsuz olduğu inancı ile birleştiğinde, heyecan arama ile kişinin öz yeterlik algısı arasında pozitif bir ilişki olduğu izlenimi doğacaktır (Le Roux, 2014). Heyecan arama davranışı, yenilik ve değerlendirilen riskin bir fonksiyonu olarak değişen anksiyete durumları arasındaki bir çatışmanın sonucu olarak görülebilir (Yates, 1992). Llewellyn ve Sanchez (2008) yüksek düzeyde öz yeterliliğe sahip dağcılarının risk alma olasılığının daha yüksek olduğunu tespit etmişleridir. Ayrıca, Baretta, Greco ve Steca'nın (2017) yaptığı çalışmada, heyecan arama ve öz-yeterliliğin arasında bir ilişki olduğunu yüksek riskli serbest dalış disiplini gibi diğer sportlardaki performansın yordayıcı olduğunu belirlemiştir (Slanger ve Rudestam, 1997). Literatür araştırmalarına

göre heyecan macera ve deneyim arama ile öz yeterlik arasında anlamlı ilişkiler olduğu doğrulanmıştır. Hatta kaya tırmanışı gibi doğa sporları içerdiği riskler nedeniyle öz yeterlilik kritik karar ya da davranışlar öncesi önemli hale gelmekte buda onların farklı deneyimler yaşama isteğini artırdığını rutin ve heyecan verici olmayan insanlardan hoşlanmayı azalttığını söyleyebiliriz.

## Kaynaklar

- Allen, M. S., Greenlees, I., ve Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184-208. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.769614>
- Allen, M. S., Greenlees, I., ve Jones, M. (2011). An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences*, 29(8), 841-850. <https://doi.org/10.1080/02640414.2011.565064>
- Aras, D., Koçak, F., ve Çetinkaya, G. (2019). Kaya Tırmanışı öz-yeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 113-124. <https://doi.org/10.33689/spormetre.492619>
- Aras, D., ve Ewert, A. W. (2016). The effects of eight weeks sport rock climbing training on anxiety. *Acta Medica Mediterranea*, 32(1), 223-230.
- Ardahan F., ve Yerlisu Lapa, T. (2011). Açıkalan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Bal, F. (2018). Engelli çocuğa sahip bireylerin kişilik özelliklerinin depresyon ve stres üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 79(6), 71-90. <http://dx.doi.org/10.16992/ASOS.14165>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Benet-Martínez, V., ve John, O. P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of personality and social psychology*, 75(3), 729. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>
- Baretta, D., Greco, A., ve Steca, P. (2017). Understanding performance in risky sport: The role of self-efficacy beliefs and sensation seeking in competitive freediving. *Personality and Individual Differences*, 117,161-165. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.06.006>
- Brymer, E., Feletti, F., Monasterio, E., ve Schweitzer, R. (2020). Understanding extreme sports: A psychological perspective. *Frontiers in psychology*, 10, 3029. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03029>.
- Burnik, S., Jug, S., ve Kajtna, T. (2008). Sensation seeking in Slovenian female and male mountain climbers. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, 38(3).
- Breivik, G. (1996). Personality, sensation seeking and risk taking among Everest climbers. *International journal of sport psychology*, 27(3), 308-320.
- Crust, L. (2020). Personality and mountaineering: A critical review and directions for future research. *Personality and individual differences*, 163, 110073. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.11007>
- Cronin, C. (1991). Sensation seeking among mountain climbers. *Personality and individual differences*, 12(6), 653-654. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90264-C](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90264-C)
- Çivitci, N., ve Arıcıoğlu, A. (2012). Psikolojik danışman adaylarının yardım etme stilleri ve beş faktör kuramına dayalı kişilik özellikleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 78-96
- Egan, S., ve Stelmack, R. M. (2003). A personality profile of Mount Everest climbers. *Personality and individual differences*, 34(8), 1491-1494. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00130-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00130-7)
- Fowler, C. J., von Knorring, L., ve Oreland, L. (1980). Platelet monoamine oxidase activity in sensation seekers. *Psychiatry Research*, 3(3), 273-279. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(80\)90057-8](https://doi.org/10.1016/0165-1781(80)90057-8).
- Graydon, D., ve Hanson, K. (1997). *Appendix A: Rating Systems. Mountaineering: The freedom of the hills*, 510-516.
- Gürer, B., Yıldırım, E., Abakay, U. ve Altıngül, O. (2015). Dağcılık yapanların zaman yönetiminin bazı değişkenler açısından incelenmesi, *International Journal of Sport Studies*, 5(9), 1054-1061.

- Goma-i-Freixanet, M. (2004). Sensation seeking and participation in physical risk sports. On the psychobiology of personality: *Essays in honor of Marvin Zuckerman*, 185-201.
- Guenole, N., ve Chernyshenko, O. S. (2005). The Suitability of goldberg's big five ipip personality markers in new zealand: a dimensionality, bias, and criterion validity evaluation. *New Zealand Journal of Psychology*, 34(2).
- Haynes, C. A., Miles, J. N., ve Clements, K. (2000). A confirmatory factor analysis of two models of sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 29(5), 823-839. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00235-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00235-4)
- Hoyle, R. H. (2006). Personality and self-regulation: Trait and information-processing perspectives. *Journal of Personality*, 74(6), 1507-1526. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00418.x>
- İnallı, Ç., Zekioğlu, A., ve Tatar, A. (2020). Su sporlarıyla uğraşan sporcuların beş faktör kişilik yapıları ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki. *Humanistic Perspective*, 2(2), 81-107.
- Ilyasi, G., ve Salehian, M. H. (2011). Comparison of personality traits between individual and team athletes. *Middle East Journal of Scientific Research*, 9(4), 527-530.
- Joseph, J.E., Liu, X., Jiang, Y., Lynam, D., ve Kelly, T. H. (2009). Neural correlates of emotional reactivity in sensation seeking. *Psychological science*, 20(2), 215-223. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02283.x>
- Judge, T. A., ve Iles, R. (2002). Relationship of personality to performance motivation: a meta-analytic review. *Journal of applied psychology*, 87(4), 797. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.87.4.797>
- John, O. P., ve Srivastava, S. (1999). *The big-five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives*.
- Karasar, N. (2017). *Scientific research method: concepts, principles, techniques*. Ankara.
- Kontos, A. P. (2004). Perceived risk, risk taking, estimation of ability and injury among adolescent sport participants. *Journal of pediatric psychology*, 29(6), 447-455.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi (3. Baskı)*, 115. İstanbul: Remzi.
- Laborde, S., Allen, M. S., Katschak, K., Mattonet, K., ve Lachner, N. (2020). Trait personality in sport and exercise psychology: A mapping review and research agenda. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(6), 701-716. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1570536>
- Le Roux, H. N. (2014). *Sensation-seeking, locus of control and self-efficacy correlates of adventure-based trainees: A comparative study* (Doctoral dissertation, Stellenbosch: Stellenbosch University).
- Llewellyn, D. J., ve Sanchez, X. (2008). Individual differences and risk taking in rock climbing. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 413-426. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.07.003>
- Llewellyn, D. J., Sanchez, X., Asghar, A., ve Jones, G. (2008). Self-efficacy, risk taking and performance in rock climbing. *Personality and Individual Differences*, 45(1), 75-81. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.001>
- Marczak, M., ve Ginszt, M. (2017). Five-factor model personality traits in sport climbers. *Journal of Education, Health and Sport*, 7(9), 178-183.
- McEwan, D., Boudreau, P., Curran, T., ve Rhodes, R. E. (2019). Personality traits of high-risk sport participants: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 79, 83-93. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.02.006>
- Merritt, C. J., ve Tharp, I. J. (2013). Personality, self-efficacy and risk-taking in parkour (free running). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 608-611 <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.03.001>
- Monasterio, E., Alamri, Y. A., ve Mei-Dan, O. (2014). Personality characteristics in a population of mountain climbers. *Wilderness ve Environmental Medicine*, 25(2), 214-219. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2013.12.028>
- Rickly-Boyd, J. M. (2012). Lifestyle climbing: Toward existential authenticity. *Journal of Sport and Tourism*, 17(2), 85-104. <https://doi.org/10.1080/14775085.2012.729898>
- Rositer, P. (2007). Rock climbing: On humans, nature, and other nonhumans. *Space and culture*, 10(2), 292-305. <https://doi.org/10.1177/1206331206298546>
- Rumbold, J. L., Madigan, D. J., Murtagh-Cox, A., ve Jones, L. (2021). Examining profiles of the big five and sensation seeking among competitive climbers. *Psychology of Sport and Exercise*, 55, 101-951. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101951>
- Slanger, E., ve Rudestam, K. E. (1997). Motivation and disinhibition in high-risk sports: Sensation seeking and self-efficacy. *Journal of research in personality*, 31(3), 355-374 <https://doi.org/10.1006/jrpe.1997.2193>

- Somer, O., ve Goldberg, L. R. (1999). The structure of Turkish trait-descriptive adjectives. *Journal of personality and social psychology*, 76(3), 431. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.3.431>
- Schmitt, D. P., Allik, J., McCrae, R. R., ve Benet-Martínez, V. (2007). The geographic distribution of big five personality traits: Patterns and profiles of human self-description across 56 nations. *Journal of cross-cultural psychology*, 38(2), 173-212. <https://doi.org/10.1177/0022022106297299>.
- Steele, W. (2006). *Participants on the Edge: Engaging the Rock-Climbing Community in Protected Area Planning* (Doctoral dissertation), Griffith University.
- Sümer, N., ve Sümer, H. C. (2005). Beş faktör kişilik özellikleri ölçeği (Yayınlanmamış çalışma).
- Tkach, C., ve Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being, *Journal of Happiness Studies*, 7, 183–225.
- Tutar, H., ve Yilmazer, A. (2012). A study on the life and work values of health workers. *Health and Medicine*, 6(8), 2717-2728.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. J. Mosher (Eds.) (sixth edit).
- Tok, S. (2011). The big five personality traits and risky sport participation. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 39(8), 1105-1111. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.8.1105>
- Yates J. F. 1992. *Risk Alma Davranışı*. Wiley: Chichester
- Wilson, K. E., ve Dishman, R. K. (2015). Personality and physical activity: A systematic review and meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 72, 230-242. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.023>
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge university press.
- Zuckerman, M. (2007). *Sensation seeking and risky behavior*. American Psychological Association.
- Zheng, Y., Tian, M., Li, Q., ve Liu, X. (2019). Greater tolerance to losses in sensation seeking: Evidence from probability and delay discounting. *Drug and alcohol dependence*, 194, 159-165. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2018.09.027T>



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

<sup>i</sup> Bu çalışma, 6. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.