

Davranış Değişirme Teknikleri Taksonomisi v1'in Türkçeye Çevrilmesi ve Kültürel Uyarlaması

Hakan KURU^{1*} 

İstanbul Rumeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Araştırma Makalesi

Gönderi Tarihi: 12/05/2025

Kabul Tarihi: 18/06/2026

Online Yayın Tarihi: 31/07/2026

Öz

Davranış Değişirme Teknikleri Taksonomisi v1 davranış değişikliği müdahalelerinde kullanılan teknikleri sistematik ve kapsamlı biçimde sınıflandıran uluslararası kabul görmüş bir çerçevedir. DDTTv1'in Türkçe literatürde uyarlanmış bir versiyonunun bulunmaması, Türkçe bağlamında yürütülen müdahalelerde kavramsal tutarlılık ve uygulama standardizasyonu açısından önemli bir boşluk oluşturmaktadır. Mevcut çalışma DDTTv1'in Türkçe çevrilmesini ve kültürel uyarlamasını amaçlamaktadır. Çalışma üç aşamalı bir süreç olarak tasarlanmıştır. İleri-geri çeviri, uzman değerlendirmesi ve sesli düşünme (think-aloud) yöntemine dayalı bilişsel görüşmeler ile yenilikçi bir uyarlama metodolojisi sunmaktadır. Toplam 93 teknikten oluşan taksonomi, iki bağımsız çevirmen tarafından Türkçeye çevrilmiş ve kavramsal ile dilsel eşdeğerlik açısından değerlendirilmiştir. İleri-geri çeviri sürecinde 36 teknikte sorun tespit edilmiştir. Uzman değerlendirmesi aşamasında toplam 124 geri bildirim elde edilmiş, bu geri bildirimler içerik analizi ile birleştirilerek 53 düzenleme önerisi altında toplanmıştır. Yapılan düzenlemeler, yedi katılımcı ile gerçekleştirilen bilişsel görüşmeler aracılığıyla anlaşılabilirlik, yorumlanabilirlik ve kültürel uygunluk açısından değerlendirilmiştir. Bulgular tanım, örnek, terminoloji ve açıklama düzeyinde toplam 51 teknikte düzenleme yapıldığını göstermektedir. Bazı tekniklerde birden fazla türde geliştirme yapılması nedeniyle, uzman (53) ve katılımcı (36) katkıları birlikte toplam düzenleme sayısını 89'a ulaştırmıştır. Yapılan düzenlemeler özellikle kavramsal netlik, zamansal yorumlama, terminolojik tutarlılık ve kültürel uygunluk alanlarında yoğunlaşmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, daha açık tanımlar, kültürel bağlama uygun örnekler ve standardize edilmiş terminoloji içeren nihai Türkçe sürüm oluşturulmuştur. Bulgular, taksonomi uyarlamasının klasik ölçek uyarlamalarından farklı olarak daha çok katmanlı ve yinelemeli bir süreç gerektirdiğini göstermektedir. Önerilen metodoloji, benzer taksonomilerin farklı kültürel bağlamlara uyarlanmasında kullanılabilecek sistematik bir yaklaşım sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Davranış değişikirme teknikleri, Taksonomi uyarlaması, Kültürel çeviri, Bilişsel görüşme, Kullanıcı merkezli yöntem

Translation and Adaptation of the Behavior Change Techniques Taxonomy v1 into Turkish

Abstract

Behavior Change Techniques Taxonomy v1 (BCTTv1) is an internationally recognized framework that systematically classifies techniques used in behavior change interventions. The absence of a Turkish adaptation creates an important gap in conceptual consistency and implementation standardization within the Turkish context. This study aims to translate and culturally adapt BCTTv1 into Turkish through a three-stage methodology combining forward-backward translation, expert evaluation, and cognitive interviews based on the think-aloud method. The 93-technique taxonomy was translated by two independent translators and assessed for conceptual and linguistic equivalence, with issues identified in 36 techniques. During expert evaluation, 124 feedback items were consolidated through content analysis into 53 revision proposals, which were then assessed for clarity, interpretability, and cultural appropriateness in cognitive interviews with seven participants. Modifications were made to 51 techniques at the levels of definitions, examples, terminology, and explanations; as multiple types of improvements applied to some techniques, expert (53) and participant (36) contributions together brought the total number of revisions to 89. Based on these findings, a final Turkish version with clearer definitions, culturally appropriate examples, and standardized terminology was developed. The results demonstrate that taxonomy adaptation, unlike traditional scale adaptation, requires a more multi-layered and iterative process, offering a systematic approach for adapting similar taxonomies to different cultural contexts.

Keywords: Behavior change techniques, Taxonomy adaptation, Cultural translation, Cognitive interview, User-centered method

* Sorumlu Yazar: Hakan Kuru, E-posta: hakan.kuru@rumeli.edu.tr

GİRİŞ

Davranış değiştirme müdahalelerinin etkinliğini artırmak için kullanılan tekniklerin sistematik olarak sınıflandırılması ve standartlaştırılması, davranış bilimleri alanında temel bir gereklilik haline gelmiştir. Michie ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen Davranış Değiştirme Teknikleri Taksonomisi v1 (DDTTv1) müdahalelerin içeriklerini açık biçimde tanımlamak, karşılaştırılabilirliğini sağlamak ve müdahalelerin tekrarlanabilirliğini artırmak amacıyla geliştirilmiş kapsamlı bir sınıflandırma sistemidir. DDTTv1, 93 farklı davranış değiştirme tekniğini 16 küme altında organize ederek araştırmacılar ve uygulayıcılar için ortak bir dil sunmaktadır (Cane ve ark., 2012; Michie ve ark., 2013).

DDTTv1'in farklı alanlardaki kullanımı taksonominin çok disiplinli uygulamalarda aktif olarak kullanılan bir araç olduğunu göstermektedir. Klinik müdahaleler bağlamında yapılan araştırmalarda obezite, kronik hastalık yönetimi ve sigara bırakma programlarında DDTTv1 tekniklerinin müdahale içeriklerini ayırtmada ve “öz-izleme”, “hedef belirleme”, “geri bildirim sağlama” gibi tekniklerin davranış değişikliği ile ilişkili olarak kullanıldığı göstermiştir (Dombrowski ve ark., 2012; Michie ve ark., 2011). Ayrıca, dijital sağlık uygulamalarında, mobil uygulamalar ve internet tabanlı müdahalelerde DDTTv1, müdahale içeriğinin nasıl yapılandırıldığını analiz etmek için kullanılmaktadır (Garnett ve ark., 2015; Garnett ve ark., 2018; Webb ve ark., 2010). Böylelikle hangi tekniklerin kullanıcı bağlılığını ve davranış değişikliğini desteklediği daha açık şekilde ortaya konulabilmektedir. Eğitim ortamlarında, davranış değiştirme teknikleri öğrenme süreçlerini destekleyen müdahale bileşenlerini tanımlamak ve öğretim tasarımlarını analiz etmek amacıyla kullanılmaktadır (Michie ve ark., 2013). Spor bilimlerinde ise fiziksel aktiviteyi arttırmaya yönelik müdahalelerde hangi davranışsal tekniklerin etkili olduğunu belirlemek için taksonomiden yararlanılmaktadır (French ve ark., 2014). Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, DDTTv1'in müdahale bileşenlerinin açık şekilde tanımlama, tekniklerin kullanımını standartlaştırma ve müdahale etkinliğini analiz etme açısından güçlü ve çok yönlü bir araç olduğu anlaşılmaktadır.

DDTTv1 bir ölçme aracı değil, müdahale bileşenlerini sınıflandıran bir taksonomi olarak konumlanmaktadır. Mevcut ayırım taksonominin nasıl kullanılacağını anlamak açısından kritik önemdedir. Ölçekler bireylerin belirli bir özelliğini (ör. tutum, motivasyon) ölçmeye odaklanırken, DDTTv1 müdahalelerde kullanılan teknikleri tanımlamak ve kodlamak için kullanılmaktadır. Mevcut bağlamda taksonomi yeni müdahalelerin tasarımında hangi davranış değiştirme tekniklerinin kullanılacağını belirlemek (intervention design) ve (ii) mevcut müdahalelerin içeriklerini analiz ederek hangi tekniklerin kullanıldığını sistematik biçimde kodlamak (coding of interventions) amacıyla kullanılmaktadır (Michie ve ark., 2013; Michie ve ark., 2020). Bu yönleriyle DDTTv1 davranış değişikliği araştırmalarında hem planlama hem de analiz aşamalarında kullanılan yapısal bir çerçeve sunmaktadır.

Taksonominin yapısal niteliği, uyarılma sürecinin klasik ölçek adaptasyon süreçlerinden neden farklı ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır. Ölçek uyarlamaları genellikle maddelerin dilsel eşdeğerliğine ve psikometrik özelliklerine odaklanırken, DDTTv1 gibi taksonomilerde temel odak, tekniklerin kavramsal anlamının korunması ve uygulama bağlamında doğru yorumlanabilmesidir. Mevcut durumda iki yaklaşım arasında üç temel fark

bulunmaktadır. Yapı açısından ölçekler bireysel maddelerden oluşurken, taksonomiler davranışsal teknikleri temsil eden kavramsal birimler içerir. Kullanım amacı açısından ölçekler ölçüm yapmayı hedeflerken, taksonomiler müdahale bileşenlerini tanımlama ve sınıflandırma işlevi görür. Yorumlama açısından ölçekler puanlama ve istatistiksel analiz gerektirirken, taksonomiler içerik analizi ve müdahale bileşeni çözümlemesine dayanır (Epstein ve ark., 2015; Sousa ve Rojjanasrirat, 2011). Bu nedenlerle DDTTv1'in uyarlanması yalnızca dilsel çeviri süreci olarak değil, aynı zamanda kavramsal ve bağlamsal yeniden yapılandırma süreci olarak ele alınmalıdır.

Farklı kültürel bağlamlarda DDTTv1'in adaptasyonuna yönelik literatür incelendiğinde çalışmaların büyük çoğunluğunun ileri-geri çeviri yöntemine dayandığı görülmektedir. İleri-geri çeviri yöntemi çevirinin doğruluğunu sağlamak için temel bir adım olarak kabul edilse de, kültürel geçerlilik, uygulayıcıların kavramsal anlayışı ve bağlama özgü kullanımlar açısından sınırlı kalabilmektedir. Örneğin, DDTTv1'in İspanyolcaya uyarlanmasında ileri-geri çeviri süreci sonrası uzman paneli değerlendirmelerine başvurulmuş, ancak kültürel farkların detaylı biçimde analiz edilmediği ve bağlamsal kullanım farklılıklarının örneklerle derinlemesine ele alınmadığı görülmektedir (Castro ve ark., 2024). Portekizce çeviri-adaptasyon çalışmasında ise uzman değerlendirmelerinin dahil edilmesi olumlu bir adım olarak değerlendirilse de anlaşılabilirlik ve kültürel uyum değerlendirilmemiştir (Félix ve ark., 2024). Mevcut çalışmalarının metodolojileri DDTTv1 gibi müdahale planlamada kullanılan yapısal çerçevelerin dilsel, kavramsal ve kültürel olarak titizlikle uyarlanması gerektiğini ortaya koymaktadır. Taksonominin işlevselliği kullanıcıların (araştırmacı, uygulayıcı vb.) maddeleri doğru anlaması ve uygulayabilmesiyle doğrudan ilişkilidir. Dolayısıyla çeviri kalitesi ile hedef kültürdeki anlaşılabilirlik ve kullanılabilirlik da geçerlik açısından kritik önemdedir.

Mevcut çalışma DDTTv1'in Türkçe adaptasyonu sürecinde literatürdeki çalışmalardan farklı olarak ileri-geri çeviri, uzman panel değerlendirmeleri ve sesli düşünme (think-aloud) tekniğine dayalı bilişsel görüşmeleri bir arada kullanarak yöntemsel açıdan yenilikçi bir yaklaşım sunmaktadır. Çalışmada uzman değerlendirmeleri için İngilizce orijinal metin ile Türkçe çeviri karşılaştırmalı olarak sunularak, uzmanların dilsel ve kavramsal uyumsuzlukları doğrudan karşılaştırarak belirlemesi sağlanmıştır. Bununla beraber uzman değerlendirmeleri sonucunda kültürel veya dil açısından olarak problemlen görülen maddeler sesli düşünme yöntemiyle ayrıntılı bilişsel görüşmeler aracılığıyla ele alınmıştır. Uygulanan hibrit yaklaşım, literatürde yaygın biçimde kullanılan tekil yöntemlerin ötesine geçerek kültürel ve kavramsal geçerliği artırmayı amaçlamıştır (Collins, 2003; Meyer ve ark., 2019; Willis ve Artino, 2013).

Sonuç olarak mevcut çalışma DDTTv1'in Türkçe adaptasyonu yenilikçi ve kapsamlı bir yöntemsel çerçeve sunarak davranış değiştirme müdahalelerinde yöntemsel tutarlılığın ve etkinliğin artırılmasına önemli bir katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Böylelikle Türkiye'de uygulanacak davranış değiştirme müdahalelerinde kullanılabilir kültürel duyarlılığı yüksek ve kavramsal olarak tutarlı bir araç oluşturulması ve gelecekte yapılacak çeviri adaptasyon çalışmalarına metodolojik olarak katkı sunmayı hedeflenmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Çalışma Davranış Değiştirme Teknikleri Taksonomisi v1'in (DDTTv1) Türkçeye çevrilmesi ve kültürel uyarlamasını amaçlayan metodolojik bir uyarlama araştırması olarak tasarlanmıştır. Çalışma nitel ağırlıklı çok aşamalı bir araştırma deseni kapsamında yürütülmüştür. İleri-geri çeviri, uzman değerlendirmesi ve sesli düşünme yöntemine dayalı bilişsel görüşmeler birlikte kullanılmıştır.

Araştırma üç temel aşamadan oluşmuştur. İlk aşamada DDTTv1'in Türkçeye çevirisi ve geri çevirisi gerçekleştirilmiş, ikinci aşamada Türkçe taslak sürüm uzmanlar tarafından anlam bütünlüğü, terminolojik uygunluk, kavramsal doğruluk, kültürel uygunluk ve açıklık açısından değerlendirilmiştir. Üçüncü aşamada ise uzman değerlendirmesi sonucunda anlaşılması güç veya kültürel açıdan sorunlu olduğu belirlenen maddeler bilişsel görüşmeler yoluyla ayrıntılı olarak incelenmiştir.

DDTTv1, Michie ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilmiş olup davranış değiştirme tekniklerini sistematik biçimde sınıflandıran bir taksonomidir. Çeviri ve kültürel uyarlama sürecine başlanmadan önce, taksonominin geliştiricilerinden Dr. Susan Michie ile iletişime geçilmiş, DDTTv1'in Türkçeye çevrilmesi ve uyarlanması için gerekli izin alınmıştır. Ayrıca çalışmanın metodolojik yaklaşımı kendisiyle paylaşılmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışmada iki farklı çalışma grubu yer almıştır. İlk çalışma grubu, DDTTv1'in Türkçe taslak sürümünü değerlendiren uzmanlardan, ikinci çalışma grubu ise bilişsel görüşmelere katılan katılımcılardan oluşmuştur. Uzmanlar ve bilişsel görüşme katılımcıları, davranış değişikliği, sağlık davranışları, psikoloji, sağlık eğitimi, spor bilimleri, müdahale tasarımı veya ölçme-değerlendirme alanlarında bilgi ve deneyime sahip bireyler arasından amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir.

Uzman Grubu: Uzman değerlendirmesi aşamasında halk sağlığı, psikoloji, sağlık eğitimi ve spor bilimleri alanlarından dört uzman yer almıştır. Uzmanların seçiminde DDTTv1'de yer alan davranış değiştirme tekniklerini kavramsal, terminolojik ve kültürel açıdan değerlendirebilecek akademik veya uygulamalı deneyime sahip olmaları dikkate alınmıştır. Uzman grubu iki kadın ve iki erkekten oluşmaktadır. Uzmanların yaşları 32 ile 41 arasında değişmekte olup mesleki deneyimleri 5 ile 12 yıl arasındadır (Tablo 1). Uzmanlar psikoloji, halk sağlığı, spor bilimleri ve sağlık eğitimi alanlarını temsil etmektedir. Uzmanlardan, DDTTv1'in Türkçe taslak sürümünü anlam bütünlüğü, terminolojik uygunluk, kavramsal doğruluk, kültürel uygunluk ve açıklık açısından değerlendirmeleri istenmiştir.

Tablo 1. Uzmanların demografik ve mesleki özellikleri

Uzman	Cinsiyet	Yaş	Alan	Deneyim
U1	Kadın	32	Psikoloji	5
U2	Erkek	35	Halk Sağlığı	8
U3	Kadın	36	Spor Bilimleri	9
U4	Erkek	41	Sağlık Eğitimi	12

Bilişsel Görüşme Katılımcıları: Bilişsel görüşmelere toplam yedi kişi katılmıştır. Katılımcılar ($n=7$) psikoloji, sağlıklı yaşam, davranış değişikliği ve ölçek uyarlama konularında deneyimli kişilerden oluşmaktadır. Katılımcılar, taksonomide yer alan davranış değiştirme tekniklerini kavramsal düzeyde değerlendirebilecek bilgi ve deneyime sahip bireyler arasından amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir.

Dahil edilme ölçütleri şu şekilde belirlenmiştir: (i) davranış değişikliği, sağlık davranışları, psikoloji, sağlık eğitimi, spor bilimleri veya ölçek/araç uyarlama alanlarından en az birinde akademik ya da uygulamalı deneyime sahip olmak; (ii) Türkçe akademik veya mesleki terminolojiyi değerlendirebilecek yeterlilikte olmak; (iii) görüşme sürecine gönüllü olarak katılmayı kabul etmek. Katılımcıların yaşları 29–41 arasında değişmektedir. Katılımcıların %57'si kadın, %43'ü erkek olup; mesleki dağılımları farklı alanlarını kapsamaktadır (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların demografik ve mesleki özellikleri

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Deneyim	Uzmanlık
K1	Kadın	32	8	Davranış
K2	Kadın	35	10	Fiziksel aktivite
K3	Kadın	29	6	Sağlıklı yaşam
K4	Erkek	41	15	Klinik uygulamalar
K5	Erkek	34	9	Müdahale tasarımı
K6	Erkek	37	12	Eğitim programları
K7	Kadın	30	7	Ölçme-değerlendirme

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak DDTTv1'in orijinal formu, uzman değerlendirme formu ve bilişsel görüşme/sesli düşünme soru formu kullanılmıştır. Bu araçlar, taksonominin Türkçeye çevirisinin dilsel doğruluğunu, kavramsal tutarlılığını, kültürel uygunluğunu ve kullanıcılar tarafından anlaşılabilirliğini değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır.

DDTTv1 Orijinal Formu

Çalışmada temel kaynak olarak Michie ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen Davranış Değiştirme Teknikleri Taksonomisi v1'in orijinal İngilizce formu kullanılmıştır. DDTTv1, 16 küme altında sınıflandırılmış 93 davranış değiştirme tekniğinden oluşmaktadır. Her teknik, teknik adı, tanımı, açıklama notları ve örnekleriyle birlikte değerlendirilmiştir.

Çeviri sürecinde orijinal form, Türkçe çeviri ve geri çeviri metinleriyle karşılaştırılarak kavramsal ve dilsel eşdeğerlik açısından incelenmiştir.

Uzman Değerlendirme Formu

Uzman değerlendirme formu, DDTTv1'in Türkçe taslak sürümünün uzmanlar tarafından sistematik biçimde değerlendirilmesi amacıyla hazırlanmıştır. Formda her bir davranış değiştirme tekniği, İngilizce orijinal metni ve Türkçe çeviri karşılığıyla birlikte sunulmuştur. Uzmanlardan teknikleri anlam bütünlüğü, terminolojik uygunluk, kavramsal doğruluk, kültürel uygunluk ve açıklık açısından değerlendirmeleri istenmiştir.

Formda Likert tipi değerlendirme maddeleri ve açık uçlu sorular birlikte kullanılmıştır. Uzmanlardan her teknik için uygunluk düzeyini puanlamaları ve gerekli gördükleri durumlarda değişiklik önerilerini yazılı olarak belirtmeleri istenmiştir. Açık uçlu sorular aracılığıyla özellikle anlaşılması güç ifadeler, kültürel açıdan sorunlu örnekler, terminolojik tutarsızlıklar ve alternatif çeviri önerileri belirlenmiştir.

Bilişsel Görüşme/Sesli Düşünme Soru Formu

Bilişsel görüşme/sesli düşünme soru formu, uzman değerlendirmesi sonucunda anlaşılması güç, kavramsal olarak sorunlu veya kültürel açıdan uyumsuz olduğu belirlenen tekniklerin katılımcılar tarafından nasıl anlaşıldığını incelemek amacıyla hazırlanmıştır. Form, eş zamanlı sesli düşünme ve retrospektif değerlendirme sorularından oluşmuştur.

Eş zamanlı sesli düşünme aşamasında katılımcılardan teknikleri incelerken akıllarından geçenleri yüksek sesle ifade etmeleri istenmiştir. Retrospektif aşamada ise katılımcılara tekniklerin anlaşılabilirliği, ilk izlenimleri, terminolojik netliği, kültürel uygunluğu ve geliştirme önerilerine ilişkin sorular yöneltilmiştir. Form aracılığıyla katılımcıların teknikleri nasıl yorumladıkları, hangi ifadelerde zorlandıkları ve hangi değişiklikleri gerekli gördükleri ayrıntılı biçimde değerlendirilmiştir.

Verilerin Toplanması

Aşama 1: Çeviri Süreci

DDTTv1'in Türkçeye çeviri ve uyarlama süreci, "ISPOR Principles of Good Practice" prosedürüne bağlı kalınarak yapılmıştır (Wild ve ark., 2005). İlk olarak DDTTv1, davranış değişikliği ve sağlık terminolojisine hâkim iki bağımsız profesyonel dil uzmanı tarafından ileri çeviri için Türkçeye çevrilmiştir. Bu çevirmenler dil ve kavramsal doğruluğu sağlamak için çeviri sürecini bağımsız olarak yürütmüştür. Bağımsız olarak yapılan iki çeviri, bir alan uzmanı (davranışsal tasarımcı) tarafından karşılaştırılmış ve bu iki çeviri birleştirilerek taksonominin Türkçe taslak versiyonu oluşturulmuştur.

Oluşturulan Türkçe taslak taksonomi bağımsız dil uzmanı tarafından geri çeviri amacıyla tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Çeviri ilk çeviriyi yapan iki dil uzmanı ve alan uzmanı tarafından orijinali ile karşılaştırılarak kavramsal ve dilsel tutarlılık kontrol edilmiştir. Bu inceleme sırasında farklılıkları ve sorunlu görülen ifadeler not alınmış ve geri çeviri sonuçları değerlendirilerek Taslak-1 oluşturulmuştur.

Aşama 2: Uzman Değerlendirmesi

Taslak-1'in değerlendirilmesi için halk sağlığı, psikoloji, sağlık eğitimi ve spor bilimleri alanlarından olmak üzere 4 uzman belirlenmiştir. Uzmanlarla DDTTv1'in İngilizce orijinal hali ve Türkçe Taslak-1 elektronik ortamda birlikte paylaşılmıştır. Değerlendirme sürecinde uzmanlardan her bir tekniği anlam bütünlüğü, terminolojik uygunluk, kavramsal doğruluk, kültürel uygunluk ve açıklık açısından incelemeleri istenmiştir. Uzmanlardan her bir tekniğin ve açıklamasının hazırlanan değerlendirme formu aracılığıyla (Örn., 1=Hiç uygun değil, 5=Çok uygun şeklinde Likert ölçek ve "değiştirilmesi gerekli mi?", "öneriniz var mı?" gibi açık uçlu sorular) puanlaması ve/veya yorumlarını belirtmesi istenmiştir. Uzmanlardan gelen yazılı geri bildirimler toplandıktan sonra, anlam belirsizliği, terminolojik tutarsızlık veya kültürel uyumsuzluk içerdiği düşünülen maddeler belirlenmiştir. Süreç sonunda toplam 42 madde bilişsel görüşmelerde ayrıntılı biçimde incelenmek üzere sorunlu/yeniden gözden geçirilmesi gereken madde olarak işaretlenmiştir. Böylece bilişsel görüşmelerin odağı, uzman değerlendirmesi aşamasında sorunlu bulunduğu belirlenen bu maddeler olmuştur (Tablo 1).

Aşama 3: Bilişsel Görüşmeler

Bilişsel Görüşmeler

Çeviri ve uzman değerlendirmesi sürecinin ardından, anlamı belirsiz, kavramsal olarak sorunlu veya kültürel açıdan uyumsuz olduğu düşünülen maddelerin kullanıcılar tarafından nasıl anlaşıldığını incelemek amacıyla bilişsel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bilişsel görüşmeler farklı araçların katılımcı grubu tarafından nasıl anlaşıldığı, yanıtlandığını veya yorumlandığını incelemek amacıyla kullanılan bir sözlü veri toplama yöntemidir (Beatty ve Willis, 2007). Bilişsel görüşmeler özellikle ölçek geliştirme süreçlerinde soru maddelerinin bilişsel olarak ne ölçüde anlaşıldığını, yorumlandığını ve hangi zihinsel süreçlerle yanıtlandığını ortaya koymak için tercih edilmektedir. Genellikle sesli düşünme (think-aloud) veya sözel sondalama (verbal probing) teknikleri kullanılarak kişilerin soruya nasıl yaklaştığı, ne şekilde yanıt verdiği ve soruda herhangi bir belirsizlik yaşayıp yaşamadığı anlamak amacıyla kullanılmaktadır (Willis, 2015).

Eş Zamanlı ve Retrospektif Sesli Düşünme

Sesli düşünme yönteminin tekniğinin iki türü bulunmaktadır (Miller ve ark., 2014). Eş zamanlı (*concurrent*) sesli düşünme katılımcıların bir görevi yerine getirirken düşüncelerini anında ve sürekli olarak ifade etmeleri anlamına gelmektedir. Sesli düşünme yöntemi katılımcının bilişsel süreçlerini gerçek zamanlı olarak yakalanmasını sağlar ve veri toplama sürecinde bellek yanlılığını (*memory bias*) en aza indirir (Ericsson ve Simon, 1993).

Retrospektif (*retrospective*) sesli düşünme ise katılımcıların düşüncelerini ve süreçlerini görevi tamamladıktan sonra geriye dönük olarak kendilerince ya da araştırmacı tarafından sorulan sorular aracılığı ile anlamalarını içermektedir. Sesli düşünme sürecinin tamamlanmasından sonra bilişsel süreçlerin yeniden yapılandırılmasını sağlayarak katılımcıların yaşadıkları deneyimleri daha detaylı ve derinlikli bir şekilde açıklamalarına olanak tanımaktadır. Özellikle yüksek bilişsel yük gerektiren görevlerde katılımcıların dikkatlerinin dağılmadan görevlerini tamamlamalarına olanak tanır ve sonrasında

derinlemesine bir analiz yapılmasını sağlar (Bowers ve Snyder, 1990). Tablo 3 sesli düşünme sürecinde kullanılan sözel sondaları sunmaktadır.

Tablo 3. Sesli düşünme sürecindeki sözel sondalar

Eş Zamanlı	Genel	<ul style="list-style-type: none"> • Ne düşündüğünüzü yüksek sesle ifade edebilir misiniz? • Lütfen aklınızdan geçenleri mümkün olduğunca detaylı şekilde paylaşın.
Retrospektif	Genel Görüşlerin Sorulması İlk İzlenimler Anlaşılabilirlik ve Zorluklar Öneriler ve İyileştirmeler Genel İyileştirme Önerileri Son Sorular	<ul style="list-style-type: none"> • Tüm teknikleri inceledikten sonra, genel olarak neler düşündünüz? • Tekniklerle ilgili genel görüşleriniz neler? • Bu tekniği ilk gördüğünüzde ne düşündünüz? • Verilen bilgi ve ifadelerle yönelik ilk izleniminiz ne oldu? • Tekniklerde anlamakta zorlandığınız bir nokta var mıydı? • Belirsiz ya da karışık bulduğunuz herhangi bir ifade oldu mu? • Bu tekniklerin içeriğini nasıl daha anlaşılır hâle getirebiliriz? • Hangi değişiklikler yapılırsa maddeyi daha net anlarsınız? • Genel olarak anlaşılabilirliği artırmak için başka hangi önerilerde bulunabilirsiniz? • Tekniklerin anlaşılabilirliğini artıracak başka unsurlar var mı? • Eklemek istediğiniz başka bir şey var mı? • Teknikler veya genel olarak taksonomi hakkında başka bir geri bildiriminiz var mı?

İlk aşamada katılımcılara çalışmanın amacı, görüşmenin kapsamı ve sesli düşünme tekniğinin uygulanış biçimi açıklanmıştır. Bu aşamada katılımcılardan, maddeleri incelerken akıllarından geçenleri mümkün olduğunca açık biçimde ifade etmeleri; özellikle anlamakta zorlandıkları, belirsiz buldukları ya da kültürel açıdan uygun görmedikleri noktaları belirtmeleri istenmiştir. Yöntemin doğru anlaşılmasını desteklemek amacıyla kısa bir örnek uygulama yapılmıştır.

İkinci aşamada ise katılımcılar, uzman değerlendirmesi sürecinde sorunlu olduğu belirlenen maddeleri sırayla incelemiş ve inceleme sırasında düşüncelerini eş zamanlı olarak sesli biçimde ifade etmiştir. Bu aşama, katılımcıların maddeleri nasıl yorumladığını, hangi ifadelerde duraksadığını ve anlamı hangi ipuçları üzerinden kurduğunu doğrudan gözlemlemeyi mümkün kılmıştır.

Üçüncü aşamada eş zamanlı sesli düşünme sonrasında retrospektif sorular kullanılmıştır. Bu aşamada araştırmacı, katılımcıların ilk değerlendirmelerini derinleştirmek amacıyla anlaşılabilirlik, terminolojik netlik, kavramsal uygunluk, kültürel uyum ve olası alternatif ifadeler üzerine odaklanan sorular yönelmiştir. Böylece hem anlık bilişsel tepkiler hem de geriye dönük değerlendirmeler birlikte elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Görüşmelerden elde edilen veriler nitel olarak içerik analizi yöntemi kullanılarak çözümlenmiştir (Krippendorff, 2018). Analiz sürecinde yönlendirilmiş içerik analizi yaklaşımı benimsenmiştir. Başka bir ifadeyle, analiz tamamen açık uçlu bir biçimde yürütülmemiş; uzman değerlendirmesi aşamasında belirlenen temel sorun alanları başlangıç çerçevesi olarak kullanılmıştır. Bu nedenle süreç ağırlıklı olarak tümdengelimsel bir mantıkla başlamış, ancak veri içinde yeni ve öngörülme sorunu örüntüleri ortaya çıktığında tümevarımsal kodlar da

oluşturulmuştur. Böylece hem önceden belirlenen değerlendirme boyutları korunmuş hem de katılımcıların özgün geri bildirimleri analize dahil edilmiştir.

Kodlama süreci tek bir araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Bu tercih, çeviri ve uyarlama çalışmalarında kritik olan kavramsal bütünlüğün korunmasını sağlamak amacıyla benimsenmiştir. DDTTv1 gibi yapılandırılmış ve kavramsal hassasiyet gerektiren bir taksonomide, tekniklerin anlamının tutarlı biçimde yorumlanması ve aynı çerçevede değerlendirilmesi önem taşımaktadır.

Ayrıca araştırmacının çeviri ve uyarlama sürecinin tüm aşamalarına hâkim olması, elde edilen verilerin bağlamsal olarak daha derinlikli ve bütüncül biçimde yorumlanmasına olanak tanımıştır. Bu durum, özellikle tekniklerin kavramsal anlamı ile katılımcı yorumları arasındaki ilişkiyi daha doğru biçimde kurmayı sağlamıştır. Analiz sürecinin şeffaflığını ve güvenilirliğini artırmak amacıyla kodlama süreci sistematik biçimde yürütülmüş, tüm analiz adımları yazılı olarak kayıt altına alınmış ve karar süreçleri açık biçimde dokümente edilmiştir.

Araştırma Yayın Etiği

Çalışma öncesinde Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan gerekli etik izin alınmış (0424-ODTÜİAEK-2024) ve katılımcılara çalışma süreci hakkında ayrıntılı bilgi verilmiştir. Katılımcılar çalışma sırasında elde edilen tüm verilerin gizli tutulacağı ve yalnızca araştırma amacıyla kullanılacağı konusunda bilgilendirilmiştir.

BULGULAR

Çalışmanın akışında Davranış Değiştirme Teknikleri Taksonomisi v1'in (DDTTv1) Türkçeye çevirisi ve kültürel uyarlanmasına ileri-geri çeviri süreci, uzman değerlendirmeleri ve bilişsel görüşmeler süreçlerini içeren üç aşamalı bir süreç izlenmiştir. İleri-geri çeviri sürecinde 36 teknikte sorun tespit edilirken, uzman değerlendirmeleri ve bilişsel görüşmeler sonucunda düzenleme yapılan teknik sayısı 51'e ulaşmıştır. Bu bölümde her bir aşamadan elde edilen bulgular detaylı biçimde sunulmuştur.

İleri-Geri Çeviri Süreci Bulguları

İleri-geri çeviri sürecinde 93 teknikten 36'sında (%38,7) anlam, yapı veya terminoloji düzeyinde uyumsuzluklar tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular üç ana kategori altında toplanmıştır: kavramsal bozulmalar, teknik terim belirsizlikleri ve cümle düzeyinde yapısal sorunlar. Sonraki kısımda verilen frekanslar teknik düzeyinde belirlenen 36 sorunlu madde üzerinden hesaplanmıştır.

Kavramsal Bozulmalar

Kavramsal bozulmalar, çeviri sürecinde tekniklerin içerdiği davranışsal ve bilişsel mekanizmaların hedef dilde yeterince temsil edilememesi durumlarını ifade etmektedir. Bu kategori altında toplam $f=12$ (%33,3) kod belirlenmiştir ve özellikle davranış değişikliğinin altında yatan psikolojik süreçlerin aktarımında zorluk yaşandığı görülmüştür.

Bu durum en açık şekilde “1.6 – Mevcut davranış ile hedef arasındaki fark” tekniğinde gözlemlenmiştir. Mevcut teknik, bireyin mevcut davranışı ile hedef davranışı arasındaki fark etmesi ve bu farkın motivasyonel bir gerilim yaratması üzerine kuruludur. Ancak Türkçeye yapılan çeviride bu farkın davranış değişim sürecindeki işlevi yeterince vurgulanmamış ve ifade daha statik bir anlam kazanmıştır. Geri çeviri sürecinde ifadenin yalnızca “behavioral difference” olarak çevrilmesi, kavramsal içeriğin önemli ölçüde daraldığını göstermektedir.

Benzer şekilde, “4.3 – Yeniden ilişkilendirme” tekniği, bireyin davranışına yönelik nedensel açıklamaları yeniden yapılandırmasını ifade etmesine rağmen, Türkçede kullanılan “ilişkilendirme” ifadesi katılımcılar açısından açık ve soyut bir anlam üretmektedir. Mevcut durum, kavramın yalnızca açıklama ve örnekler aracılığıyla anlaşılabilir hale geldiğini göstermektedir.

Teknik Terim Belirsizlikleri

Teknik terim belirsizlikleri, davranış bilimlerine özgü kavramların Türkçeye aktarımı sırasında ortaya çıkan çok anlamlılık, tutarsızlık ve bağlama bağlı anlam değişimlerini kapsamaktadır. Bu kategori altında $f=11$ (%30,6) kod belirlenmiştir.

Özellikle “self-incentive” teriminin farklı tekniklerde farklı biçimlerde çevrilmesi dikkat çekicidir. Bazı tekniklerde “kendi kendini ödüllendirme” olarak çevrilen bu ifade, bazı tekniklerde “öz motivasyon” olarak kullanılmıştır. Oysa bu iki kavram farklı psikolojik süreçlere karşılık gelmektedir. Bu durum, kullanıcıların aynı teknikten farklı anlamlar çıkarmasına neden olabilecek bir terminolojik belirsizlik yaratmaktadır.

Benzer bir durum, “credible source” teriminde de gözlemlenmiştir. İlk çeviri aşamasında “inandırıcı kaynak” olarak ifade edilen bu terim, uzman değerlendirmeleri doğrultusunda “güvenilir kaynak” olarak değiştirilmiştir.

Cümle Düzeyinde Yapısal Sorunlar

Cümle düzeyinde yapısal sorunlar, özellikle uzun ve çok bileşenli İngilizce cümlelerin Türkçeye doğrudan aktarılması sonucunda ortaya çıkan anlaşılabilirlik problemlerini kapsamaktadır. Bu kategori altında $f=13$ (%36,1) kod belirlenmiştir.

Taksonomide yer alan teknik tanımlar ve açıklama notlar çoğunlukla birden fazla koşul, açıklama ve örnek içeren karmaşık cümle yapılarından oluşmaktadır. Yapıların Türkçeye doğrudan çevrilmesi, özellikle “Not” bölümlerinde anlam yoğunluğu yüksek, takip edilmesi zor ve bilişsel yükü arttıran metinlerin ortaya çıkmasına neden olmuştur.

Özellikle “2.5 Davranış Sonuçlarının Başkaları Tarafından Geri Bildirimsiz İzlenmesi”, “5.6 Duygusal Sonuçlar Hakkında Bilgi” ve “12.5 Ortama Nesne Ekleme” gibi tekniklerde yer alan açıklamalar, Türkçeye çevrildiğinde birden fazla satıra yayılan ve birden fazla koşul içeren yapılar haline gelmiştir. Bu durum, tekniklerin hızlı ve doğru biçimde anlaşılmasını zorlaştırmaktadır.

Nihai sürümde bu cümleler sadeleştirilmiş, parçalara ayrılmış ve daha açık bir anlatımla yeniden yapılandırılmıştır. Böylelikle anlam bütünlüğü korunmuş ve okuma kolaylığı sağlanmıştır.

Uzman Değerlendirme Bulguları

Uzman değerlendirme sürecinde toplam 124 geri bildirim elde edilmiş ve bu geri bildirimler içerik analizi yoluyla dört ana tema altında sınıflandırılmıştır: (i) örneklerin kültürel uyarlanması, (ii) tanım cümlelerinin yeniden yazımı, (iii) teknik terimlerin standardizasyonu ve (iv) açıklama notlarının güncellenmesi. Elde edilen 124 geri bildirim, içerik analizi sonucunda birleştirilmiş ve benzer önerilerin gruplanmasıyla toplam 89 düzenleme altında toplanmıştır.

Örneklerin Kültürel Uyarlanması

Uzman görüşlerinin en yoğunlaştığı alan tekniklerde kullanılan örneklerin kültürel bağlama uygun hale getirilmesi olmuştur. Önerilerin %41,9'u, örneklerin Türk toplumunun değerleri, sosyal normları ve gündelik yaşam alışkanlıkları ile daha uyumlu hâle getirilmesine yöneliktir. Özellikle Batı kültürüne özgü ya da Türkiye'de tabu olarak değerlendirilebilecek konuların, daha genel ya da yerel içeriklerle değiştirilmesi önerilmiştir.

Örneğin, 4.1 - Davranışın nasıl yapılacağına dair talimat maddesinin orijinal örneği olan “prezervatifin nasıl kullanılacağını öğretmek” ifadesi bazı uzmanlar tarafından genç kullanıcılar ya da muhafazakâr çevrelerde hassasiyet yaratabileceği gerekçesiyle uygun bulunmamıştır. Bu örnek Türkçe versiyonda “Diş ipinin doğru şekilde kullanılmasını bir ağız modeli üzerinde gösterme ve anlatma.” şeklinde değiştirilmiş ve teknik açıklamanın uygulanabilirliğini artırmıştır.

Tanım Cümlelerinin Yeniden Yazımı

Toplam 39 maddede uzmanlar tarafından teknik tanımların Türkçe ifadesinin yeterince açık, doğrudan ya da hedef davranışı açıklayıcı olmadığını belirtmişlerdir. Bu geri bildirimler özellikle uzun, iç içe geçmiş yapılar barındıran ve kavramsal yoğunluk taşıyan tanımlar üzerine yoğunlaşmıştır.

Örneğin, 6.2 Sosyal Karşılaştırma tekniğinde ilk çeviri, bireyin davranışını başka biriyle karşılaştırmasını tanımlamakta yetersiz kalmıştır. Tanım uzmanların önerisiyle “Kişinin kendi performansını başkalarının performansı ile karşılaştırmasına dikkat çekmek.” şeklinde yeniden düzenlenmiş ve böylece davranış değişimindeki karşılaştırmalı öğrenme süreci daha açık biçimde ifade edilmiştir. Ayrıca “1.9 - Taahhüt” tekniği gibi bazı tanımların kavramın amacını ve kullanıcıya yüklediği davranışsal anlamı açıkça ifade etmediği görülmüş, uzmanların önerileri doğrultusunda bu tür tanımlar sadeleştirilmiş ve açıklayıcı hale getirilmiştir.

Teknik Terimlerin Standardizasyonu

Davranış değiştirme alanında sıklıkla karşılaşılan “prompt”, “reinforcement”, “incentive”, “reward” gibi terimlerin Türkçeye tutarlı bir biçimde aktarımı çeviri sürecinin en karmaşık boyutlarından birini oluşturmuştur. Bu terimler farklı bağlamlarda farklı anlamlar taşıyabildiğinden, çeviri sırasında terminolojik bütünlük risk altına girmiştir.

Örneğin, “prompt” kelimesi bazı tekniklerde “hatırlatma”, bazılarında ise “teşvik” olarak çevrilmiştir. Uzmanlar bu durumun kullanıcıların aynı teknikten farklı şeyler

anlamasına yol açabileceğini belirtmiş; bu bağlamda bütün tekniklerde “prompt” kelimesinin “teşvik” olarak çevrilmesi kararlaştırılmıştır. Benzer şekilde “reinforcement” terimi için önerilen karşılıklar arasında “pekiştirme”, “teşvik”, “ödül” gibi farklılıklar yer almış, nihayetinde kavramın davranışçı psikoloji bağlamına uygun olarak “pekiştirme” biçiminde standardize edilmesine karar verilmiştir.

Açıklama Notlarının Güncellenmesi

Taksonomi içinde bazı tekniklerin altında yer alan “Not” bölümleri, araştırmacılara ya da uygulayıcılara yönelik açıklayıcı bilgiler içermektedir. Ancak açıklamaların çevirisi sırasında bazı ifadelerin uzun, karmaşık ya da fazla soyut hale geldiği tespit edilmiştir. Uzmanlar bu bölümlerdeki açıklamaların daha sade, doğrudan ve uygulamaya dönük hale getirilmesini önermiştir.

Örneğin, 12.5 - Ortamı değiştirme maddesinde not kısmı doğrudan çevrilerek uzun bir cümle yapısı oluşturulmuş; uzmanların önerisiyle cümleler bölünerek yeniden yazılmış ve pratik önerilerle desteklenmiştir. Bu tür müdahaleler kullanıcı deneyimini iyileştirmiş ve metnin uygulama bağlamına daha kolay aktarılmasını da sağlamıştır.

Bilişsel Görüşme Bulguları

Bilişsel görüşmelerden elde edilen veriler içerik analizi ile çözümlenmiş ve toplam 128 kod belirlenmiştir. Bu kodlar dört ana tema altında toplanmıştır: (i) anlaşılabilirlikte zorluklar, (ii) terminolojik belirsizlikler, (iii) kültürel uyum sorunları ve (iv) geliştirme önerileri. Kodların dağılımı incelendiğinde en yoğun geri bildirim anlaşılabilirlik (f=42, %32,8) ve kültürel uyum (f=38, %29,7) temalarında toplandığı görülmüştür. Bilişsel görüşmeler kapsamında incelenen 42 maddeye ek olarak, analiz sürecinde diğer tekniklerde de düzenleme ihtiyacı belirlenmiştir.

Anlaşılabilirlikte Zorluklar

Anlaşılabilirlikte zorluklar, bilişsel görüşmelerde en sık raporlanan tema olup toplam kodların %32,8’ini (f=42) oluşturmaktadır. Katılımcıların çoğunluğu, teknik tanımların tek başına yeterli olmadığını ve anlamın çoğunlukla örnekler aracılığıyla kurulduğunu ifade etmiştir. Özellikle kavramsal düzeyi yüksek olan tekniklerde bu sorun daha belirgin hâle gelmiştir.

Özellikle “1.6 – Mevcut Davranış ile Hedef Arasındaki Farklılık” ve “4.3-Yeniden ilişkilendirme” teknikleri katılımcılar tarafından sıklıkla anlaşılması zor teknikler arasında ifade edilmiştir. Bu tekniklerde kullanılan kavramsal ifadelerin günlük dilde karşılığının zayıf olması, anlam kurma sürecini zorlaştıran temel faktörlerden biri olarak öne çıkmıştır.

Katılımcı ifadeleri bu bulguyu desteklemektedir.

“Tanımı okuyunca ne yapmam gerektiğini tam anlayamadım, ama örnek olunca daha net oldu.” (K3)

“Bazı teknikler çok teorik kalıyor, günlük hayatta karşılığını düşünmek zor.” (K5)

Bulgular tekniklerin yalnızca doğru çevrilmesinin yeterli olmadığını; aynı zamanda kullanıcıların bilişsel işleme süreçlerine uygun şekilde yapılandırılması gerektiğini

göstermektedir. Özellikle örneklerin varlığı, anlam kurma sürecinde kritik bir rol oynamaktadır.

Kültürel Uyum Sorunları

Kültürel uyum sorunları, toplam kodların %29,7'ini oluşturmuş ve önemli bir bulgu alanı olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcıların bir kısmı bazı tekniklere ait örneklerin Türkiye bağlamında doğrudan karşılık bulmadığını ifade etmiştir. Özellikle Batı kültürüne özgü uygulamaların yerel bağlamda anlamlı bulunmadığı ve bu durumun tekniklerin anlaşılmasını zorlaştırdığı görülmüştür.

Özellikle 3.1-Sosyal Destek maddesindeki “destek grubu toplantısına düzenli katılım” örneği, katılımcılar tarafından uygulanabilir bulunmamış, onun yerine daha tanıdık bir davranış olan “Kilo vermek isteyen bir kişinin ev arkadaşının kişiyi beslenme davranışını sürdürmesi konusunda teşvik etmesini sağlamak” önerilmiştir. Aynı şekilde, 1.9 – Taahhüt maddesindeki “alkol bırakma sözleşmesi imzalama” örneği yerine, “Kişiden, “Bu ilacı her gün almayı kesinlikle sürdüreceğim” gibi güçlü bağlılığı vurgulayan (“kuvvetle”, “kararlıyım”, vb.) bir ifade kullanmasını istemek.” ifadesi önerilmiştir.

Katılımcı ifadeleri:

“Destek grubu gibi şeyler bizim çevrede çok yaygın değil.” (K1)

“Bazı örnekler bizim günlük hayatımıza pek uymuyor.” (K4)

Bulgular kültürel uyarılmanın yalnızca dilsel değil, aynı zamanda bağlamsal ve deneyimsel düzeyde gerçekleştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Terminolojik Belirsizlik

Terminolojik belirsizlikler, toplam kodların %21,9'ini oluşturmuş ve ikinci en yoğun tema olarak belirlenmiştir. Katılımcıların bazı teknik terimlerin Türkçede açık ve tek anlamlı karşılıklarının bulunmadığını ve bu durumun farklı yorumlara yol açtığını ifade etmiştir.

“Teşvik”, “ödül” ve “beklenen pişmanlık” gibi kavramların farklı katılımcılar tarafından farklı anlamlarda yorumlandığı görülmüştür. Bu durum, tekniklerin uygulama sürecinde yanlış yorumlanma riskini artıracak bir unsur olarak değerlendirilmiştir. Katılımcı ifadeleri:

“Teşvik ile ödül arasındaki fark tam olarak ne, bunu anlamakta zorlandım.” (K2)

“Bazı terimler çok akademik kalıyor, günlük hayatta neye karşılık geldiği net değil.” (K6)

Geliştirme Önerileri

Geliştirme önerileri teması, toplam kodların %15,6'sını oluşturmuş ve katılımcıların doğrudan çözüm önerileri sunduğu bir alan olarak öne çıkmıştır.

Katılımcıların çoğunluğu, tekniklerin daha anlaşılır hale gelmesi için tanımların sadeleştirilmesi ve günlük yaşamdan daha fazla örnek eklenmesi gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca bazı tekniklerde açıklamaların yetersiz olduğu ve bu nedenle tekniklerin nasıl uygulanacağına dair belirsizlik oluştuğu ifade edilmiştir.

Bilişsel görüşmeler sonucunda toplam 24 maddeye yönelik doğrudan geliştirme önerisi sunulmuş ve bu öneriler nihai sürümünde dikkate alınmıştır.

Katılımcı ifadeleri:

“Daha kısa ve net cümlelerle yazılsa çok daha anlaşılır olur.” (K7)

“Her teknik için günlük hayattan bir örnek olursa çok daha iyi olur.” (K3)

Üç aşamalı çeviri ve adaptasyon süreci sonucunda DDTTv1’in Türkçe versiyonunda toplam 93 maddeden 51’i değişiklik yapılmıştır. Bu değişiklikler tanım düzeyi, örnekler, teknik terimler ve açıklama notları gibi çeşitli katmanlarda gerçekleştirilmiştir (Tablo 4)

Geliştirme Örnekleri

Mevcut bölüm bilişsel görüşmeler ve uzman değerlendirmeleri sonucunda belirlenen sorunlu maddelere yönelik yapılan düzenlemeleri örnekler üzerinden sunmaktadır. Amaç yapılan değişikliklerin gerekçesini, sürecini ve nihai çıktısını somu biçimde ortaya koymaktır (Tablo 4). Toplam 51 teknikte düzenleme yapılmış, bazı tekniklerde birden fazla türde geliştirme gerçekleştirildiği için toplam düzenleme sayısı 89’a ulaşmıştır.

Tablo 4. Geliştirmelerin özeti

Değişiklik Türü	Düzenleme Sayısı (n)	Uzman Kaynaklı (n)	Katılımcı Kaynaklı (n)	Açıklama
Örnek uyarlamaları	41	24	17	Kültürel uygunluk ve gündelik yaşamla bağ kurma
Tanım sadeleştirmeleri	22	13	9	Anlaşılabilirliğin artırılması amacıyla yapılan düzenlemeler
Teknik terim güncellemeleri	18	11	7	Kavramsal tutarlılığı sağlamak için yapılan müdahaleler
Not bölümü düzenlemeleri	8	5	3	Açıklama metinlerinde anlam yoğunluğunun azaltılması

Beklenen Pişmanlık (5.5)

Temel sorun katılımcıların kavramı zamansal olarak yanlış konumlandırmasıdır. Teknik açıkça geleceğe yönelik bir bilişsel öngörü olarak tanımlanmasına rağmen, katılımcılar kavramı çoğunlukla geçmişe ait bir duygu olarak yorumlamıştır. Ortaya çıkan bu durum, kavramın yöneliminin (prospective vs. retrospective) yeterince açık olmadığını göstermektedir.

Bu doğrultuda teknik tanımı, kavramın öngörüye dayalı doğasını açık biçimde vurgulayacak şekilde yeniden yapılandırılmıştır:

Orijinal tanım (Taksonomi):

“Kişinin, bir davranışı yapmazsa ileride pişmanlık hissedebileceğini düşünmesini sağlama.”

Revize edilen tanım:

“İstenmeyen davranışı sürdürürse gelecekte hissedilebilecek pişmanlığı fark ettirmek.”

Maddi Teşvik (10.1) ve Maddi Ödül (10.2)

“Maddi teşvik” ve “maddi ödül” ifadeleri katılımcılar tarafından çoğunlukla birbirinin yerine kullanılabilir kavramlar olarak değerlendirilmiş ve aralarındaki fark net biçimde ayırt edilememiştir. Katılımcılar bu iki kavramın aynı şeyi ifade ettiğini düşünmüş veya aralarındaki farkın ne zaman ortaya çıktığını anlamakta zorlanmışlardır. Ortaya çıkan bu durum, kavramların davranış sürecindeki işlevsel farklarının (öncesi vs. sonrası) yeterince açık ifade edilmediğini göstermektedir.

Bu doğrultuda her iki teknik yeniden yapılandırılmış ve aralarındaki fark açık hale getirilmiştir:

Maddi Teşvik (Revize):

“Davranışın gerçekleştirilmesi veya ilerlemesi durumunda, para, kupon veya başka değerli eşyaların verileceğini bildirmek.”

Maddi Ödül (Revize):

“Ancak ve ancak davranış performansında çaba ve/veya gelişim gösterilmişse para, çek veya benzeri değerli nesnelerin teslimatının sağlanması”

Ayrıca her iki teknik için örnekler eklenerek ayırım somutlaştırılmıştır:

Teşvik: “Kişiye hamileliği süresince sigara içmediği her ay için maddi ödeme yapılacağını bildirmek”

Ödül: “Bir ay boyunca hiç sigara içilmeyince, kişinin sigaraya harcayacağı para kendisine ödül olarak verilmesi.”

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın temel amacı DDTTv1’in Türkçeye çevirisini ve adaptasyonunu gerçekleştirmek aynı zamanda kavramsal ve bağlamsal uyum düzeyini de değerlendirmeye olanak tanıyan çok katmanlı bir metodoloji sunmaktır. İleri-geri çeviri, disiplinler arası uzman değerlendirmeleri ve bilişsel görüşmeler şeklindeki üç aşamalı metodolojik yapısıyla araştırmacıların ve uygulayıcıların kullanabileceği kavramsal olarak tutarlı ve kültürel olarak duyarlı bir Türkçe DDTTv1 sürümü oluşturulmuştur. Bulgular taksonomide yer alan 93 teknikten 51’inin içeriğinde teknik tanımların sadeleştirilmesi, örneklerin kültürel olarak yeniden yazılması, teknik terimlerin standardizasyonu ve açıklama notlarının güncellenmesi gibi hususlarda değişiklik yapılmasının gerekli olduğunu ortaya koymuştur.

Mevcut çalışmada uygulanan metodoloji taksonomi adaptasyonuna yönelik alanyazındaki sınırlı örneklerden farklı olarak üç temel özgünlük içermektedir. İlk olarak çeviri yalnızca dil düzeyinde değil, tekniklerin ardındaki kuramsal mantık ve uygulama bağlamı dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir (Gjersing ve ark., 2010). İkincisi, uzman değerlendirmeleri akademik bağlamla beraber uygulayıcı bilgisine dayalı disiplinler arası katkı içermektedir (örn. sağlık eğitimi, spor psikolojisi, halk sağlığı). Üçüncü olarak ise bilişsel görüşmeler, bu alanda daha çok anket uyarlamaları için kullanılan bir yöntem olmasına rağmen (Willis, 2004),

çalışmada bir taksonominin kullanıcı tarafından anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla yenilikçi biçimde kullanılmıştır. Bilişsel görüşmeler özellikle davranışsal müdahale terminolojisinin soyut yapıları açısından katılımcının anlam kurma sürecini analiz etmek için etkilidir (Collins, 2003; Willis ve Artino, 2013). Bu bağlamda “anticipated regret”, “re-attribution” veya “self-incentive” gibi yüksek bilişsel yük içeren tekniklerin sadece örnekler aracılığıyla anlam kazandığının belirlenmesi kullanıcı merkezli çeviri yaklaşımının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Davranış değiştirme tekniklerinin uygulandığı dile uygunluğu ile beraber aynı zamanda kültürel kodlara duyarlı şekilde yorumlanması gerekir (Van de Vijver ve Leung, 2001). Çalışma kapsamında uzmanlar örneklerin uyarlamasına dair toplam 52 öneri sunmuş, özellikle tabu ya da hassasiyet barındıran örneklerin (örneğin prezervatif kullanımı) daha evrensel ve bağlamsal karşılıklarla değiştirilmesini önermiştir. Bu tür değişiklikler çevirinin kuramsal doğruluğunu korurken, toplumsal kabul edilebilirliği ve uygulama kolaylığını da artırmıştır (Gjersing ve ark., 2010; Hambleton ve Patsula, 1998). Ayrıca teknik terimlerin çoklu çeviri biçimlerinin yarattığı kavramsal belirsizlik (“prompt”, “incentive”, “reinforcement” gibi) uzmanlarla yapılan tartışmalar sonucunda terminolojik olarak standardize edilmiş ve Türkçeye kuramsal eşdeğerlik temelinde kazandırılmıştır (Epstein ve ark., 2015; Sousa ve Rojjanasirat, 2011). Ortaya konulan bu durum Türkiye bağlamında davranışsal terminolojinin tutarlı biçimde kullanılabilmesi için önemli bir kaynak sağlamaktadır.

Çalışmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Bilişsel görüşmelerde yer alan katılımcıların çoğu yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerdir, düşük okuryazarlık seviyesindeki bireyler için taksonominin anlaşılabilirliği konusunda veri sunmamaktadır (Willis, 2004). Ayrıca saha uygulayıcıları (örneğin psikologlar, hemşireler, beden eğitimi öğretmenleri) doğrudan değerlendirme sürecine dâhil edilmemiştir, bu grupların katkısı uygulama geçerliği açısından zenginleştirici olabilir (Squires ve ark., 2013). Ek olarak geliştirilen metodoloji davranışsal kuram temelli diğer çerçevelerin (örneğin COM-B modeli, TDF veya BCW) Türkçeye ve benzer dillerdeki bağlamlara uyarlanmasında kullanılacak bir referans model olarak önerilmektedir. Son olarak DDTTv1’in İngilizce sürümünün zamanla güncellenmesi ihtimali göz önünde bulundurularak Türkçe versiyonun da dinamik bir güncelleme süreciyle periyodik olarak revize edilmesi önerilmektedir (Michie ve ark., 2020).

Öneriler

Mevcut çalışma DDTTv1’in Türkçeye çevirisi ve kültürel uyarlamasına yönelik çok katmanlı ve kullanıcı merkezli bir metodoloji sunarak alana hem yöntemsel hem de içeriksel düzeyde katkı sağlamayı amaçlamıştır. İleri-geri çeviri, disiplinler arası uzman değerlendirmeleri ve bilişsel görüşmelerin birlikte kullanılmasıyla taksonominin dilsel, kavramsal ve kültürel olarak uyarlanması hedeflenmiştir.

Çalışma sonucunda 93 maddenin 51’inde küçük ya da büyük ölçekte değişiklik yapılması gerekliliği ortaya çıkmış, bu da davranışsal taksonomilerin çeviri süreci ile yerel bağlamı dikkate alan bir yeniden yapılandırma süreciyle uyarlanması gerektiğini ortaya koymuştur. Geliştirilen Türkçe versiyon araştırmacılar ve uygulayıcılar için anlaşılır ve işlevsel bir kaynak sunmaktadır.

Bu bağlamda, benzer yapıların farklı dillere aktarımında da çok katmanlı yöntemlerin kullanılması, örneklerin kültürel olarak yeniden yazılması, teknik terimlerin tutarlılıkla çevrilmesi ve kullanıcı geri bildirimlerinin dikkate alınması önerilmektedir. Ayrıca taksonominin geçerliliğini sürdürülebilmesi için güncellemelerle desteklenen dinamik bir sürece ihtiyaç duymaktadır.

Türkçe DDTTv1 versiyonu araştırmacılar ve uygulayıcılar için anlaşılır, standartlaştırılmış ve işlevsel bir kaynak sunmaktadır. Uyarlanan bu taksonomi, Türkiye’de sağlık eğitimi, fiziksel aktivite, dijital sağlık uygulamaları, psikolojik danışmanlık ve okul temelli müdahale programları gibi çok çeşitli alanlarda davranış değişikliği temelli uygulamaların planlanması, analiz edilmesi ve değerlendirilmesinde kullanılabilir. Ayrıca lisans ve lisansüstü düzeydeki eğitim programlarında öğretim aracı olarak yer alarak, davranışsal müdahale tekniklerinin daha sistematik biçimde öğretilmesini sağlayabilir.

Çeviri ve adaptasyonu yapılan taksonominin Türkiye bağlamında ortak bir dil sunarak kurumlar arası müdahale standardizasyonunu desteklemesi, ulusal davranışsal müdahale veri tabanlarının oluşturulmasına katkı sunması ve kamu politikalarının planlanmasında kullanılabilecek müdahale bileşenlerinin yapılandırılmasında referans alınması mümkündür. Bu yönüyle taksonomi politika yapımcılar, eğitimciler ve saha uygulayıcıları için de yüksek uygulanabilirliğe sahip bir araçtır.

Sonuç olarak mevcut çalışma DDTTv1’in Türkiye’ye uyarlanması sürecinde uygulanabilir ve tekrarlanabilir bir model sunmakta, davranış bilimlerinde yerleştirilmiş ve çok katmanlı metodolojik yaklaşımların önemini vurgulamaktadır. Gelecek çalışmalarda bu metodolojinin diğer kuramsal yapılar için de örnek teşkil etmesi ve yerel bağlama uygun müdahale çerçevelerinin geliştirilmesinde referans olarak kullanılması önerilmektedir. Ayrıca, taksonominin dinamik bir yapıda değerlendirilerek periyodik olarak güncellenmesi, geçerliliğinin ve uygulama değerinin sürdürülebilirliği açısından kritik önemdedir.

Çıkar Çatışması: Makalenin yazarı, çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı-HK, Verilerin Toplanması- HK, Veri analizi- HK, Makalenin hazırlanması-HK.

Üretken Yapay Zekâ Kullanım Beyanı: Çalışmanın yazım sürecinde, yalnızca dilsel düzenleme (dilbilgisi kontrolü ve ifade iyileştirme) amacıyla üretken yapay zekâ aracı sınırlı biçimde kullanılmıştır. Çalışmanın bilimsel içeriği, argümantasyonu, veri analizi ve sonuç bölümleri tamamen yazar tarafından oluşturulmuştur. Üretken yapay zekâ kullanımından doğabilecek her türlü etik ve bilimsel sorumluluk yazara aittir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Tarih: 05/07/2024

Sayı No: 0424-ODTÜİAEK-2024

KAYNAKLAR

- Beatty, P. C., & Willis, G. B. (2007). Research synthesis: The practice of cognitive interviewing. *Public Opinion Quarterly*, 71(2), 287-311. <https://doi.org/10.1093/poq/nfm006>
- Bowers, V. A., & Snyder, H. L. (1990). Concurrent versus retrospective verbal protocol for comparing window usability. *Proceedings of the Human Factors Society Annual Meeting*, 34(17), 1270-1274. <https://doi.org/10.1177/154193129003401720>
- Cane, J., O'Connor, D., & Michie, S. (2012). Validation of the theoretical domains framework for use in behaviour change and implementation research. *Implementation Science*, 7, 1-17. <https://doi.org/10.1186/1748-5908-7-37>
- Castro, O., Fajardo, G., Johnston, M., Laroze, D., Leiva-Pinto, E., Figueroa, O., Corker, E., Chacón-Candia, J. A., & Duarte, G. (2024). Translating the behaviour change technique taxonomy version 1 into Spanish: Methodology and validation. *Wellcome Open Research*, 9(298), 298. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.21388.1>
- Collins, D. (2003). Pretesting survey instruments: An overview of cognitive methods. *Quality of Life Research*, 12, 229-238. <https://doi.org/10.1023/A:1023254226592>
- Dombrowski, S. U., Sniehotta, F. F., Avenell, A., Johnston, M., MacLennan, G., & Araújo-Soares, V. (2012). Identifying active ingredients in complex behavioural interventions for obese adults with obesity-related co-morbidities or additional risk factors for co-morbidities: A systematic review. *Health Psychology Review*, 6(1), 7-32. <https://doi.org/10.1080/17437199.2010.513298>
- Epstein, J., Santo, R. M., & Guillemin, F. (2015). A review of guidelines for cross-cultural adaptation of questionnaires could not bring out a consensus. *Journal of Clinical Epidemiology*, 68(4), 435-441. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2014.11.021>
- Ericsson, K.A., & Simon, H.A. (1993). *Protocol analysis: Verbal reports as data* (Rev. ed.) MIT Press.
- Félix, I. B., Silva, C. C., Guerreiro, M. P., Henriques, H. R., Michie, S., Henriques, M. A., & Marques, M. M. (2024). Translating the Behaviour Change Technique Taxonomy v. 1 to other languages: The approach used in European Portuguese (BCTTv1-PT). *Wellcome Open Research*, 9, 114. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.20609.1>
- French, D. P., Olander, E. K., Chisholm, A., & Mc Sharry, J. (2014). Which behaviour change techniques are most effective at increasing older adults' self-efficacy and physical activity behaviour? A systematic review. *Annals of Behavioral Medicine*, 48(2), 225-234. <https://doi.org/10.1007/s12160-014-9593-z>
- Garnett, C., Crane, D., West, R., Brown, J., & Michie, S. (2015). Identification of behavior change techniques and engagement strategies to design a smartphone app to reduce alcohol consumption using a formal consensus method. *JMIR mHealth and uHealth*, 3(2), e3895. <https://doi.org/10.2196/mhealth.3895>
- Garnett, C. V., Crane, D., Brown, J., Kaner, E. F., Beyer, F. R., Muirhead, C. R., Hickman, M., Beard, E., Redmore, J., & De Vocht, F. (2018). Behavior change techniques used in digital behavior change interventions to reduce excessive alcohol consumption: A meta-regression. *Annals of Behavioral Medicine*, 52(6), 530-543. <https://doi.org/10.1093/abm/kax029>
- Gjersing, L., Caplehorn, J. R., & Clausen, T. (2010). Cross-cultural adaptation of research instruments: Language, setting, time and statistical considerations. *BMC Medical Research Methodology*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-10-13>
- Hambleton, R. K., & Patsula, L. (1998). Adapting tests for use in multiple languages and cultures. *Social Indicators Research*, 45, 153-171. <https://doi.org/10.1023/A:1006941729637>
- Krippendorff, K. (2018). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781071878781>
- Meyer, R., Drewniak, D., Hovorka, T., & Schenk, L. (2019). Questioning the questionnaire: Methodological challenges in measuring subjective quality of life in nursing homes using cognitive interviewing techniques. *Qualitative Health Research*, 29(7), 972-986. <https://doi.org/10.1177/1049732318812042>
- Michie, S., Ashford, S., Sniehotta, F. F., Dombrowski, S. U., Bishop, A., & French, D. P. (2011). A refined taxonomy of behaviour change techniques to help people change their physical activity and healthy eating behaviours: The CALO-RE taxonomy. *Psychology & Health*, 26(11), 1479-1498. <https://doi.org/10.1080/08870446.2010.540664>

- Michie, S., Johnston, M., & Carey, R. (2020). Behavior change techniques. In M. D. Gellman (Ed.), *Encyclopedia of behavioral medicine* (2nd ed., pp. 206-213). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0_1661
- Michie, S., Richardson, M., Johnston, M., Abraham, C., Francis, J., Hardeman, W., Eccles, M. P., Cane, J., & Wood, C. E. (2013). The behavior change technique taxonomy (v1) of 93 hierarchically clustered techniques: Building an international consensus for the reporting of behavior change interventions. *Annals of Behavioral Medicine*, 46(1), 81-95. <https://doi.org/10.1007/s12160-013-9486-6>
- Miller, K., Chepp, V., Willson, S., & Padilla, J.-L. (2014). *Cognitive Interviewing Methodology*. Wiley.
- Sousa, V. D., & Rojjanasrirat, W. (2011). Translation, adaptation and validation of instruments or scales for use in cross-cultural health care research: A clear and user-friendly guideline. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 17(2), 268-274. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2753.2010.01434.x>
- Squires, A., Aiken, L. H., Van den Heede, K., Sermeus, W., Bruyneel, L., Lindqvist, R., Schoonhoven, L., Stromseng, I., Busse, R., & Brzostek, T. (2013). A systematic survey instrument translation process for multi-country, comparative health workforce studies. *International Journal of Nursing Studies*, 50(2), 264-273. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.02.015>
- Van de Vijver, F., & Leung, K. (2001). Personality in cultural context: Methodological issues. *Journal of Personality*, 69(6), 1007-1031. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.696173>
- Webb, T., Joseph, J., Yardley, L., & Michie, S. (2010). Using the internet to promote health behavior change: A systematic review and meta-analysis of the impact of theoretical basis, use of behavior change techniques, and mode of delivery on efficacy. *Journal of Medical Internet Research*, 12(1), e1376. <https://doi.org/10.2196/jmir.1376>
- Wild, D., Grove, A., Martin, M., Eremenco, S., McElroy, S., Verjee-Lorenz, A., & Erikson, P. (2005). Principles of good practice for the translation and cultural adaptation process for patient-reported outcomes (PRO) measures: Report of the ISPOR task force for translation and cultural adaptation. *Value in Health*, 8(2), 94-104. <https://doi.org/10.1111/j.1524-4733.2005.04054.x>
- Willis, G. B. (2004). *Cognitive interviewing: A tool for improving questionnaire design*. Sage Publications.
- Willis, G. B. (2015). *Analysis of the cognitive interview in questionnaire design*. Oxford University Press.
- Willis, G. B., & Artino, A. R. Jr. (2013). What do our respondents think we're asking? Using cognitive interviewing to improve medical education surveys. *Journal of Graduate Medical Education*, 5(3), 353-356. <https://doi.org/10.4300/JGME-D-13-00154.1>

