

Enduro Tutkusu: Heyecan Arayışının Mutluluk Üzerindeki Etkisinde Rekreatif Akış Deneyimi ve Serbest Zaman Doyumu

Enduro Passion: The Mediating Role of Recreational Flow Experience and Leisure Satisfaction in the Effect of Sensation Seeking on Happiness

¹Tülay AVCI TAŞKIRAN
ORCID No: 0000-0003-2995-2817

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Nevşehir, Türkiye

Yazışma Adresi
Corresponding Address:

Dr. Tülay AVCI TAŞKIRAN

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Nevşehir, Türkiye

E-posta: tulayavcitaskiran@gmail.com

Geliş Tarihi (Received): 08.10.2025
Kabul Tarihi (Accepted): 04.12.2025

ÖZ

Yüksek düzeyde dikkat, risk ve heyecan içeren motor sporlarının bireylerde akış deneyimine yol açabileceği ve bu deneyimin de bireylerin mutluluk düzeylerini olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda çalışma, enduro motosiklet kullanıcılarında heyecan arayışının mutluluk üzerindeki etkisini incelemek ve bu ilişkide rekreatif akış deneyimi ile serbest zaman doyumunun aracılık rolünü belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın katılımcı grubunu, Türkiye'nin farklı illerinde serbest zaman etkinliği olarak enduro motosikleti kullanan 356 (Ort.yaş = 35,92 ± 8,74) kişi oluşturmuştur. İlişkisel tarama modeliyle tasarlanan bu çalışmada katılımcılar kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Katılımcılar demografik bilgi formunun yanı sıra, "Heyecan Arayışı Ölçeği-Kısa Form", "Rekreatif Akış Deneyimi Ölçeği", "Serbest Zaman Doyum Ölçeği" ve "Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formunu" yanıtlamışlardır. Ölçüm araçlarının güvenilirlikleri Cronbach Alpha, Bileşik Güvenirlik ve Ortalama Açıklanan Varyans katsayıları ile değerlendirilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş, yapısal eşitlik modeli (YEM) ise modelin uygunluğunu test etmek amacıyla uygulanmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre ölçeklerden alınan ortalama puanlar arasında pozitif yönde ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir. YEM sonuçları ise ölçekler arasında doğrudan ve dolaylı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak, heyecan arayışının rekreatif akış deneyimi üzerinden serbest zaman doyumunu aracılığıyla mutluluk düzeyini artırdığı ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Enduro, Heyecan arayışı, Rekreatif akış, Serbest zaman doyum, Mutluluk

ABSTRACT

Motorsports that involve high levels of attention, risk, and excitement are believed to induce flow experiences in individuals, which in turn may positively influence their levels of happiness. This study was conducted to examine the effect of sensation seeking on happiness among enduro motorcycle users and to determine the mediating role of recreational flow experience and leisure satisfaction in this relationship. The participant group of the study consisted of 356 individuals (Mean age = 35.92 ± 8.74) who used enduro motorcycles as a leisure activity in different provinces of Türkiye. Designed with a correlational survey model, participants were selected using convenience sampling. Participants completed a demographic information form as well as the "Sensation Seeking Scale-Short Form," "Recreational Flow Experience Scale," "Leisure Satisfaction Scale," and "Oxford Happiness Scale-Short Form". The reliability of the measurement tools was assessed using Cronbach's alpha, composite reliability, and average variance extracted coefficients. The relationships between the scales were examined using Pearson correlation analysis, and the structural equation model (SEM) was applied to test the model's suitability. According to the correlation analysis results, positive relationships were found between the mean scores obtained from the scales. SEM results showed direct and indirect relationships between the scales. In conclusion, it can be stated that sensation seeking increases the level of happiness through leisure satisfaction, mediated by recreational flow experience.

Keywords: Enduro, Sensation seeking, Recreational flow, Leisure satisfaction, Happiness

GİRİŞ

Günümüzde serbest zaman değerlendirme biçimlerinin çeşitlendiği ve bireylerin geleneksel aktivitelerden uzaklaştığı söylenebilir. Sınırlarını zorlamak ve farklı deneyimler yaşamak isteyen bireylerin rekreasyonel aktivite olarak ekstrem sporlara yönelimlerinin giderek arttığı görülmektedir (Dilmaç ve Tezcan-Kardaş, 2024). Ekstrem sporlar, ciddi yaralanma veya ölüm riski taşıyan rekreasyonel bir fiziksel aktivite olarak tanımlanabilir (Guszkowska ve Bołdak, 2010; Willig, 2008). Buna ek olarak motorlu (motokros, jet ski vb.) ya da motorsuz (paraşütle atlama, snowboard vb.) biçimlerde gerçekleştirilen ekstrem sporlar (Weishaar ve diğ., 2023) geleneksel olmayan, bağımsız ve yüksek düzeyde beceri gerektiren birçok alternatif aktiviteyi kapsamaktadır (Kar ve Roy, 2020). Bu tür faaliyetler, diğer serbest zaman aktivitelerine kıyasla daha fazla aksiyon, risk ve zorluk içermekte, özel donanım gerektirmeleri ve yoğun adrenalin deneyimi sunmalarıyla da öne çıkmaktadır (Ağılönü ve diğ., 2017). Bu çerçevede, ekstrem sporlar arasında yer alan enduro motor sporlarının, zorlu arazi koşullarında gerçekleştirilen bir off-road etkinliği olduğu söylenebilir.

Bir başka açıdan 1913 yılında insan ve makinenin dayanıklılığını test etmek amacıyla ortaya çıkan, kullanıcılarına risk ve heyecan dolu deneyimler sunan enduro türü motosiklet etkinlikleri macera rekreasyonu kapsamında da değerlendirilmektedir (Khanna ve diğ., 2015). Son yıllarda yaygınlaşan bir serbest zaman etkinliği olarak macera rekreasyonu mutluluk, neşe, doyum ve heyecan gibi olumlu duyguların yanı sıra optimal işlevsellik ve tatmin duygusu ile ilişkili olabilmektedir (Houge Mackenzie ve diğ., 2023). Bu noktada açık hava macera etkinlikleri, katılım sürecinde bireylerin çeşitli zihinsel durumlarını, duygularını, bilişsel süreçlerini, algılarını, motivasyonlarını ve davranışlarını kapsamakta; öz güven, öz saygı, direnç, içsel motivasyon, yeterlilik, özerklik, keyif ve sosyal ilişkiler gibi çok yönlü kazanımlar sağlamaktadır. Ayrıca bu deneyimlerin kişisel dönüşüm, iyilik hali ve ekosentrik bakış açısının gelişimine önemli katkılarda bulunduğu belirtilmektedir (Ewert ve diğ., 2020; Houge Mackenzie ve Hodge, 2020). Bu bağlamda, açık hava macera etkinlikleri ve ekstrem sporların, yalnızca fiziksel ve bilişsel becerilerin geliştirilmesini sağlamakla kalmayabileceği, aynı zamanda bireylerin risk algısını yönetmelerine ve heyecan arayışı ile ilişkili kişilik özelliklerini deneyimlemelerine olanak tanıyabileceği söylenebilir. Ayrıca bu durumun, katılımcıların aktivitelerden elde ettikleri tatmin ve olumlu duyguları daha yoğun bir biçimde yaşamalarına imkân sağlayabileceği ifade edilebilir.

Motor sporlarıyla uğraşan bireylerin risk alma eğilimleri ve özellikle heyecan arama gibi belirli kişilik özellikleri, bu tür aktivitelerdeki tercihlerini belirleyen önemli faktörler arasında yer almaktadır (Kirkwood ve diğ., 2017; Yıldırım-Yenier ve diğ., 2016). Farklı, yeni, karmaşık, yoğun duygu ve deneyimleri arama eğilimi olarak bir kişilik özelliği şeklinde tanımlanan heyecan arayışı (Zuckerman, 2015), bu tür deneyimleri yaşamak için fiziksel, sosyal, yasal ve ekonomik alanlardaki risk alma davranışlarını da içermektedir (Siraj ve diğ., 2021; Zuckerman, 2015). Dolayısıyla heyecan arayışının, bireylerin sadece tehlikeyi göze almalarını değil, aynı zamanda sınırlarını zorlayarak kendilerini ifade etme biçimlerini de yansıtabileceği söylenebilir. Bu doğrultuda söz konusu kişilik özelliğinin, fiziksel risk içeren ekstrem sporlara katılım ile yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Spooner ve diğ., 2024). Nitekim risk ve deneyim arayışı ile önceden düşünmeme eğiliminin ekstrem sporlara katılımın en güçlü pozitif yordayıcıları arasında yer aldığı vurgulanmaktadır (Weishaar ve diğ., 2023). Ayrıca farklı uyarılma ve dürtüsellik düzeyine sahip bireylerin heyecan arayışı açısından farklılık gösterebildiği ifade edilmektedir (Tokay Argan ve diğ., 2024). Bu çerçevede, yüksek heyecan arayışı ile dürtüsellığe sahip bireylerin risk almaya daha yatkın olabileceği (Jack ve Ronan, 1998), risk alma düzeyleri yüksek olan bireylerin heyecan arayışlarının da yüksek olduğu belirtilmektedir (Ağılönü ve diğ., 2017). Bu doğrultuda, ekstrem sporlarda risk alma ve heyecan arayışının yalnızca tehlike içeren davranışlarla değil, aynı zamanda

yoğun duyguların yaşandığı ve bireyin kendini tamamen etkinliğe verdiği akış deneyimiyle de ilişkili olduğu söylenebilir.

Bireylerin kendi tercihleri doğrultusunda katıldıkları ekstrem spor aktiviteleri, serbest zaman içerisinde akış deneyimi yaşama olasılıklarını artırmaktadır. Söz konusu aktivitelere yüklenen haz ve keyif odaklı değer, kişilerin daha yoğun ve tatmin edici bir akış deneyimi yaşamalarına katkı sağlamaktadır (Bağlam ve Eskiler, 2024). Csikszentmihalyi'ye (1997) göre, bireylerin hayatlarının en değerli anları olarak gördükleri deneyimler akış olarak nitelendirilmekte ve bu kavram, insanların çabasız eylem hissini betimlemek için sıkça başvurdukları bir metafor olarak kullanılmaktadır. Akış kavramı, bireylerin bir etkinliğe tamamen kendilerini verdikleri ve bu süreçte zamanı, yorgunluğu ve etkinliği kısacası kendisi dışındaki tüm unsurları fark etmeden yalnızca faaliyete odaklandıkları öznel bir deneyim olarak tanımlanmaktadır (Csikszentmihalyi, 2014). Akışın gerçekleşmesi için üç temel koşul bulunmaktadır. Birincisi, bireylerin net ve açık hedeflere sahip olmasıdır. Bu hedefler, bireylerin faaliyet sırasında odaklanmasını ve eylemlerini yönlendirmesini sağlamaktadır (Csikszentmihalyi, 1997; 2014). İkincisi, algılanan zorluk ile bireyin beceri düzeyi arasında bir dengenin sağlanması gerektiğidir. Bu noktada bireylerin katıldığı faaliyet, yetenekleriyle uyumlu bir şekilde yeterince zorlayıcı olduğunda akış deneyimi ortaya çıkmakta, aksi takdirde sıkılma veya kaygı gözlemlenebilmektedir (Deci ve Ryan, 1985; Schiepe-Tiska ve Engeser, 2012). Üçüncü koşul ise, yapılan eylemlerden anında geri bildirim alınabilmesidir. Bu geri bildirim, kişinin performansını değerlendirmesine ve etkinlik boyunca motivasyonunu korumasına olanak tanımaktadır (Csikszentmihalyi, 2014; Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2002). Bu koşulların sağlanması, bireylerin ekstrem sporlar gibi yüksek uyarılma ve yoğun dikkat gerektiren etkinliklerde akış deneyimi yaşamasını kolaylaştırabilir. Bu nedenle akış durumunda olan bireyler etkinliklerden kaynaklanan doyum nedeniyle başarı hissi ve mutluluk gibi olumlu duyguları deneyimleyeme ve aynı davranışı tekrar etme eğiliminde olabilmektedir (Chang, 2017). Ekstrem sporların sunduğu doyum ve akış deneyiminin aynı zamanda risk ve tehlike barındırdığı (Willing, 2008), ancak heyecan arayan kişinin riski kendi başına maksimize etmeye çalışmadığı, aksine riski, heyecan veya deneyimin kendisinin sağladığı ödülün bedeli olarak kabul ettiği belirtilmektedir (Ruch ve Zuckerman, 2001). Özellikle açık alanda gerçekleştirilen serbest zaman etkinlikleri, macera rekreasyonu ve ekstrem sporlara katılımın daha fazla akış deneyimi sunduğu ifade edilmektedir (Ahn ve Song, 2024; Chang, 2017; Jackson ve diğ., 2023). Bu kapsamda heyecan arayışının rekreasyonel akış deneyimi ve serbest zaman doyumunu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu düşünülerek aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur.

H₁: Heyecan arayışı, rekreasyonel akış deneyimi üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir.

H₂: Heyecan arayışı, serbest zaman doyumunu üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir.

Bireyin bir etkinliğe tamamen odaklandığı, zamanın akışını unuttuğu ve faaliyetin kendisinin dışsal bir ödülün bağımsız biçimde içsel olarak tatmin edici olduğu durumlarda akış deneyimi ortaya çıkmaktadır (Coffey ve Csikszentmihalyi, 2016). Rekreasyonel akış deneyiminin algılanan iyi oluş ve mutluluk ile ilişkili olduğu belirtilse de (Dilmaç ve Tezcan-Kardaş, 2024), doğrudan mutlulukla ilişkili olmadığı, akış deneyiminin bireyler için tatmin edici bir süreç olup, sonucunda mutluluk ve doyum duygularını beraberinde getirdiği belirtilmektedir (Engeser ve Schiepe-Tiska, 2012). Dolayısıyla, akış deneyimi ve serbest zaman doyumunu, bireylerin ekstrem sporlar veya açık hava etkinliklerinden elde ettikleri olumlu duygusal çıktılarını anlamak için kritik bir çerçeve sunabilir. Bu süreçler, doğrudan mutluluk ve iyi oluş hissi ile ilişkili olmasa da bireylerin etkinliklerden kaynaklanan tatmin ve doyum duygularını artırarak dolaylı olarak mutluluğa katkıda bulunabilir. Nitekim motor sporlarına katılım, bireyler için yalnızca rekabet

unsuru değil, aynı zamanda keyif ve doyum sağlayan güçlü bir motivasyon kaynağı olarak da değerlendirilebilir (Mancin ve diğ., 2025).

Serbest zaman doyumunu, bireylerin genel ya da belirli serbest zaman deneyimlerine ilişkin bilişsel ve duyuşsal değerlendirmeleri sonucunda ortaya çıkan bir kavram olup duygusal, sosyal, fiziksel, psikolojik ve eğitsel tatmin boyutlarını kapsamaktadır (Choi ve Yoo, 2017). Yaşam doyumunu ve sosyal doyumun bir alt boyutu olarak değerlendirilen serbest zaman doyumunun, bireylerin serbest zaman deneyimlerinden ne ölçüde memnun olduklarını yansıtan önemli bir gösterge olduğu ifade edilmektedir (Yerlisu Lapa, 2013). Bu çerçevede bireylerin serbest zaman etkinliklerinden elde ettiği doyum düzeyi, ihtiyaçların karşılanmasıyla birlikte mutluluk, neşe ve tatmin gibi olumlu duyguların ortaya çıkmasına katkı sağlamaktadır (Du Cap, 2002). İnsanlar, kendilerini nasıl hissettiklerini veya yaşamlarının ne kadar iyi olduğunu tanımlamak için çeşitli terimler kullanmaktadır. Yaygın olarak kullanılan ifadeler arasında iyi oluş, yaşam kalitesi ve mutluluğun yer aldığı belirtilmektedir (Nawijn ve Veenhoven, 2012). Ayrıca yapılan araştırmalar, akış deneyimi kalitesinin mutlulukla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Yoğun odaklanma, öz farkındalığın azalması ve içsel ödüllere tanımlanan yüksek akış düzeyleri, neşe, coşku ve mutluluk gibi olumlu duygularla pozitif, olumsuz duygularla ise negatif yönde ilişkilendirilmekte ayrıca yaşam doyumunu artırmaktadır (Collins ve diğ., 2009). Mevcut literatür kapsamında bireylerin akış deneyimi kalitesi arttıkça serbest zaman etkinliklerinden aldıkları doyumun da arttığı, artan doyumun ise genel mutluluk düzeyini olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Bu doğrultuda rekreasyonel akış deneyiminin serbest zaman doyumunu, serbest zaman doyumunun da mutluluğu etkileyeceği varsayımından hareketle aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur.

H₃: Rekreasyonel akış deneyimi, serbest zaman doyumunu üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir.

H₄: Serbest zaman doyumunu, mutluluk üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir.

Mutluluk, sadece kısa süreli olumlu ruh hali olmanın ötesinde bir kavramdır. Ahlaken iyi bir yaşam sürmekten ziyade, mutluluk tatmin edici bir yaşam sürmek olarak değerlendirilmektedir (Nawijn ve Veenhoven, 2012). Bu bağlamda, mutluluğun neşe, tatmin, etkinliğe katılım ve heyecan gibi pozitif duyguları içerdiği belirtilmektedir (Hassan Mounir Radwan ve diğ., 2024). Bu çerçevede, serbest zaman doyumunu ile ilişkili olarak, bireylerin mutluluk düzeylerini etkileyen farklı faktörlerin incelenmesi önem kazanmaktadır. Örneğin doğa ile temasın, insanın iyi oluşunu ve sağlığını olumlu yönde etkilediği giderek daha fazla kabul edilmektedir. İnsanlar, doğayı mutluluk kaynağı olarak görmekte veya doğayla yalnızca olumlu özellikleri ilişkilendirmektedir. Ayrıca mutluluk, doğanın sunduğu fiziksel aktivite olanakları ile duygusal ve bilişsel yenilenme fırsatlarıyla da bağlantılı olabilmektedir (Hakoköngäs ve Puhakka, 2023). Bu bağlamda, bireylerin serbest zamanlarında doğa temelli macera etkinliklerine, özellikle de enduro motosiklet kullanımı gibi yüksek uyarılma ve risk içeren aktivitelere katılımı hem heyecan arayışı hem de akış deneyimi açısından önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır. Enduro gibi aktivitelere bireyler, zorluklarla başa çıkarken yüksek düzeyde odaklanma, kontrol duygusu ve zaman algısında değişim yaşayabilir, bu da akış deneyimini güçlendirebilir. Akış durumunun artması, bireylerin serbest zaman etkinliklerinden aldıkları doyum düzeyinin artmasını yol açarak, genel mutluluk düzeylerini olumlu yönde etkileyebilir. Dolayısıyla, enduro motosiklet kullanıcılarında heyecan arayışının mutluluk üzerindeki etkisini incelemek ve bu ilişkide rekreasyonel akış deneyimi ile serbest zaman doyumunun aracılık rolünü belirlemek için aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur.

H₅: Heyecan arayışının, serbest zaman doyumunu üzerindeki etkisinde rekreasyonel akış deneyiminin kısmi aracılık rolü vardır.

H₆: Heyecan arayışının, mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman doyumunun kısmi aracılık rolü vardır.

H₇: Rekreatyyonel akış deneyiminin, mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman doyumunun kısmi aracılık rolü vardır.

Bu araştırmada ele alınan dört temel değişken birbiriyle ilişkili psikolojik süreçlerin ardışık bileşenleri olarak değerlendirilmiştir. Bu nedenle, heyecan arayışı bireyin yüksek uyarılma düzeyi ve risk içeren etkinliklere yönelmesini sağlayan temel bir motivasyonel özellik, akış deneyimi ise bireyin bu etkinliklere yoğun ve derin bir katılım yaşadığı deneyimsel bir durum olarak tanımlanmıştır. Serbest zaman doyumunu, etkinlik sürecinde elde edilen bilişsel ve duygusal tatminin bir göstergesi olarak değerlendirilirken, mutluluk ise bu sürecin duygusal çıktısı olarak ele alınmıştır. Literatürde bu değişkenlerin sıralı biçimde birbirini etkilediği ve özellikle ekstrem spor katılımında öznel iyi oluşu güçlendirdiği vurgulanmaktadır (Ekinci ve Gürbüz, 2025; Houge Mackenzie ve Hodge, 2020). Dolayısıyla, araştırmada bu dört değişken arasındaki ilişkiler, kuramsal bütünlük temelinde oluşturulan model çerçevesinde ele alınmış ve yöntem bölümünde bu ilişkilerin incelenme süreci detaylandırılmıştır.

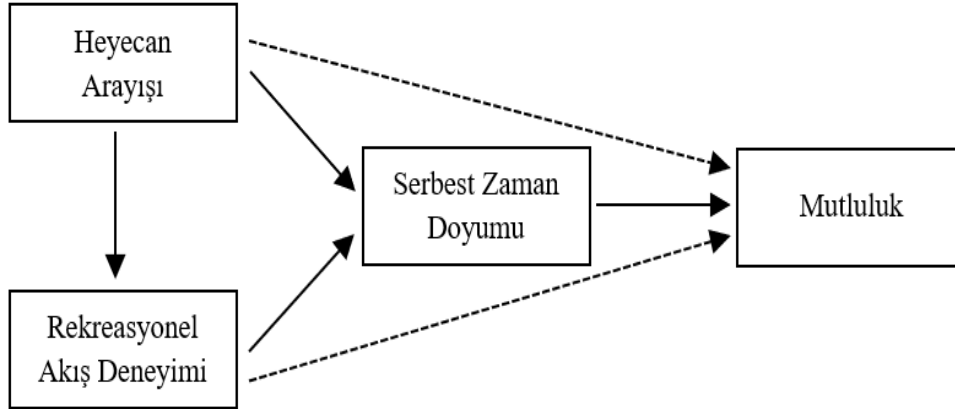
YÖNTEM

Araştırma, Helsinki Bildirgesine uygun olarak ve katılımcılardan imzalı onam formu alınarak gerçekleştirilmiş, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Etik Kurul Protokol No: 2025.03.116).

Araştırma Modeli: Heyecan arayışı, rekreatyyonel akış deneyimi ve serbest zaman doyumunun mutluluk üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini test etmektedir.

Şekil 1

Araştırma Modeli



Çalışma Grubu: Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye'nin farklı bölgelerinde rekreatyyonel amaçla enduro türü motosiklet kullanan bireyler oluşturmaktadır. Bu doğrultuda, farklı şehir ve bölgelerde faaliyet gösteren enduro kullanıcılarına ulaşmak amacıyla kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırma süresince 450 katılımcıdan veri toplanmıştır. Ancak araştırmaya katılan bireylerin büyük çoğunluğunu erkek katılımcıların oluşturması ve kadın katılımcı sayısının oldukça düşük kalması nedeniyle kadın katılımcılar araştırma kapsamı dışında bırakılmıştır. Bu durum, enduro sporunun Türkiye'de erkekler arasında daha yaygın bir rekreatyyonel faaliyet olması ve kadın katılımcı sayısının istatistiksel açıdan anlamlı analizler yapmaya elverişli düzeyde olmaması nedeniyle ortaya çıkmıştır. Bu

nedenle, örneklem grubuna yalnızca 18 yaş ve üzeri 356 ($Ort.yaş = 35,92 \pm 8,74$) erkek katılımcı dahil edilmiştir. Araştırmada kullanılan örneklem büyüklüğü, YEM için literatürde önerilen ölçütler doğrultusunda değerlendirilmiştir. YEM analizlerinde modeldeki her bir serbest parametre için en az 10 katılımcının bulunmasının uygun olduğu belirtilmektedir (Hair ve diğ., 2019). Çalışmada 27 serbest parametre yer aldığından, minimum 270 katılımcı gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda, 356 katılımcıdan oluşan örneklemin söz konusu gerekliliği karşıladığı söylenebilir.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada veri toplama araçları olarak demografik bilgi formu, “Heyecan Arayışı Ölçeği”, “Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği”, “Serbest Zaman Doyum Ölçeği” ve “Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Form” kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu: Veri toplama araçlarının birinci bölümünde, katılımcıların eğitim durumu, gelir düzeyi, motosiklet faaliyetlerine katılım durumu ve düzeyi ile ortalama sürüş saatine ilişkin sorulara yer verilmiştir.

Heyecan Arayışı Ölçeği (HAÖ): Hoyle ve diğerleri (2002) tarafından geliştirilen ölçme aracı, Çelik ve Turan (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 8 madde ve tek faktörden oluşan ölçek, 5’li Likert tipinde (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 5 = Kesinlikle katılıyorum) puanlanmaktadır. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı orijinal çalışmada ,79 iken, mevcut araştırmada ,86 olarak hesaplanmıştır.

Rekreasyonel Akış Deneyimi Ölçeği (RADÖ): Ayhan ve diğerleri (2020) tarafından geliştirilen ölçek, 9 madde ve tek faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır. 7’li Likert tipinde (1 = Tamamen katılmıyorum, 7 = Tamamen katılıyorum) derecelendirilen ölçekte ters kodlanan madde yer almamaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı ,89 iken, bu çalışmada ise ,94 olarak bulunmuştur.

Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ): Neal ve diğerleri (1999) tarafından geliştirilen ölçek, 3 maddeden oluşmaktadır. 5’li Likert tipinde (1 = Neredeyse hiç doğru değil, 5 = Neredeyse her zaman doğru) puanlanan ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı orijinal çalışmada ,73 iken, mevcut araştırmada ise ,77 olarak belirlenmiştir.

Oxford Mutluluk Ölçeği – Kısa Form (OMÖ-KF): Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen ölçek Doğan ve Akıncı Çötök (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 7 maddeden oluşan ölçek, 5’li Likert tipinde (1 = Hiç katılmıyorum, 5 = Tamamen katılıyorum) puanlanmaktadır. Ölçeğin 1. ve 7. maddeleri ters kodlanmaktadır. Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı orijinal çalışmada ,74, bu araştırmada ise ,88 olarak saptanmıştır.

Verilerin Toplanması: Araştırma verileri, Türkiye’de rekreatif amaçla enduro türü motosiklet kullanan 18 yaş ve üzeri bireylerden, gönüllü katılım ilkesi esas alınarak iki aşamada elde edilmiştir. Birinci aşamada veriler yüz yüze toplanmıştır. Bu süreçte, enduro etkinlikleri için Türkiye’nin farklı illerinden (Mersin, Antalya, İstanbul, Bursa ve Yozgat) Nevşehir bölgesine gelen katılımcılara ölçme araçları doğrudan uygulanmıştır. İkinci aşamada ise, Google Form tabanlı çevrim içi anket bağlantısı, ilgili topluluklar, sosyal medya grupları ve motosiklet kulüpleri aracılığıyla paylaşılarak gerçekleştirilmiştir. Veri toplama süreci 2025 yılı Mart-Nisan aylarında tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi: Veriler, SPSS-23 ve AMOS-23 istatistik paket programları kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım varsayımı çarpıklık ve basıklık değerleri $\pm 1,5$ sınır aralığı kriteri dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının geçerliliğini test etmek amacıyla Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları, yapı güvenirliği, açıklanan ortak varyans değerleri hesaplanmış, ayrıca Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analiziyle incelenmiş, modeldeki değişkenler arasındaki

nedensel ilişkiler ise Yapısal Eşitlik Modellemesi aracılığıyla test edilmiştir. Model uygunluğu, serbestlik derecesi (X^2/sd) ile birlikte uyum iyiliği indeksleri olan CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), GFI (Uyum İyiliği İndeksi), NFI (Normlaştırılmış Uyum İndeksi), AGFI (Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi), TLI (Normlaştırılmamış Uyum İndeksi), RMSEA (Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü) değerleri YEM analizlerindeki sıklıkla kullanılan indeksler kapsamında değerlendirilmiştir. Aracılık etkisi Bootstrap yöntemi kullanılarak 5000 örneklem üzerinden ve %95 güven aralığında gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, hipotezlerin test edilmesi sürecinde öncelikle heyecan arayışı ve rekreasyonel akış deneyiminin mutluluk üzerindeki doğrudan etkileri model kapsamında değerlendirilmiştir. Daha sonraki adımda serbest zaman doyumu modele aracı değişken olarak dahil edilmiş ve analiz tekrarlanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1

Demografik Özellikler

		f	%
Cinsiyet	Erkek	356	100
	18-26	56	15,7
Yaş	27-32	69	19,4
	33-38	99	27,8
	39-45	85	23,9
	46 ve üzeri	47	13,2
	İlköğretim	22	6,2
Eğitim durumu	Lise	124	34,8
	Lisans	167	46,9
	Lisansüstü	43	12,1
	Düşük	60	16,9
Gelir durumu	Orta	263	73,9
	Yüksek	33	9,3
	Düzensiz olarak katılıyor	194	54,5
Motosiklet faaliyetlerine katılım durumu	Düzenli olarak katılıyor	162	45,5
	1 gün	207	58,1
Haftalık motosiklet faaliyetlerine katılım durumu	2 gün	72	20,2
	3 gün ve üzeri	77	21,6
	1-3 saat	97	27,2
Haftalık ortalama sürüş saati	4-6 saat	160	44,9
	7 saat ve üzeri	99	27,8

Tablo 1 incelendiğinde, kategorik değişkenlerde en yüksek oranlara sahip grupların 33–38 yaş aralığında (%27,8), lisans mezunu (%46,9) ve orta gelir düzeyine (%73,9) sahip katılımcılar olduğu görülmektedir. Ayrıca, araştırmaya katılan bireylerin motosiklet faaliyetlerine çoğunlukla düzensiz olarak (%54,5) ve günde bir kez (%58,1) katıldıkları, ortalama 4–6 saatlik sürüş (%44,9) gerçekleştirdikleri belirlenmiştir.

Ölçüm Modeli: Ölçüm modelinin geçerliliğini test etmek amacıyla DFA uygulanmış, ayrıca bileşik güvenilirlik ve ortalama açıklanan varyans değerleri incelenmiştir. Bu bulgular, modeldeki yapıların güvenilir ve geçerli biçimde ölçüldüğünü göstermekte ve ölçeklere ilişkin bulgular Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2*Ölçeklere İlişkin Bulgular*

ÖLÇEK	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alpha	Faktör Yükleri (DFA)	Bileşik Güvenirlik (BG)	Ortalama Açıklanan Varyans (OAV)
HAÖ	-,18	-,26	,86	,67 - ,80	,89	,51
RADÖ	1,37	1,50	,94	,60 - ,90	,95	,71
SZDÖ	-,23	,02	,77	,71 - ,90	,87	,70
OMÖ	-,26	,56	,88	,68 - ,85	,91	,60

Heyecan Arayışı Ölçeği (HAÖ), Rekreatyonel Akış Deneyimi Ölçeği (RADÖ), Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ), Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ).

Bileşik Güvenirlik (BG) = Composite Reliability (CR)

Ortalama Açıklanan Varyans (OAV) = Average Variance Explained (AVE)

Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin bulgular Tablo 2’de sunulmuştur. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında yer aldığı, bu nedenle normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir (Tabachnik ve diğ., 2007). Ölçeklere ilişkin Cronbach Alpha değerleri incelendiğinde iç tutarlık katsayılarının ,77 ile ,94 arasında faktör yüklerinin ise ,60 ile ,90 arasında değiştiği görülmektedir. Cronbach Alpha değerinin ,60–,80 aralığında olması ölçeğin oldukça güvenilir ,80–1,00 aralığında olması ise yüksek düzeyde güvenilir olduğunu işaret etmektedir (Kayış, 2014). Ayrıca, ölçeklere ilişkin faktör yüklerinin ,50’nin üzerinde olması, her bir faktörün yapıyı ne ölçüde doğru temsil ettiğini ortaya koymaktadır (Büyüköztürk, 2018). Bu kapsamda, tüm ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu söylenebilir. Oluşturulan modele ilişkin bileşik güvenirlilik (HAÖ ,89; RADÖ ,95; SZDÖ ,87; OMÖ ,91) ve ortalama açıklanan varyans değerlerinin (HAÖ ,51; RADÖ ,71; SZDÖ ,70; OMÖ ,60) ,50’den büyük olması, ölçüm modelinde yer alan ölçekler için yakınsama geçerliğinin sağlandığı yönündedir (Fornell ve Larcker, 1981; Hair ve diğ., 2017). Bileşik güvenirlilik, bir yapıyı ölçmek için kullanılan göstergelerin iç tutarlılığını ifade etmektedir. Ortalama açıklanan varyans ise ölçümlerdeki toplam varyansın ne kadarının hatadan arındırılmış biçimde yapıya ait olduğunu göstermektedir (Fornell ve Larcker, 1981). Bu iki değer hesaplanma amacı, ölçüm modelinde yer alan yapıların güvenilirliğini ve geçerliliğini daha doğru biçimde değerlendirmektir. Dolayısıyla BG ve OAV değerleri birlikte kullanılarak bir ölçeğin hem güvenilir hem de geçerli biçimde ölçüm yapıldığına dair daha güçlü kanıt elde edilmesine yardımcı olabilir.

Tablo 3*Tanımlayıcı İstatistikler ve Pearson Korelasyon Analizi*

	Ort.	Ss	HAÖ	RADÖ	SZDÖ	OMÖ
HAÖ	3,66	,66	1			
RADÖ	6,47	,60	,168**	1		
SZDÖ	3,82	,65	,291**	,258**	1	
OMÖ	3,66	,60	,077	,172**	,449**	1

Heyecan Arayışı Ölçeği (HAÖ), Rekreatyonel Akış Deneyimi Ölçeği (RADÖ), Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ), Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ).

** p<0,01

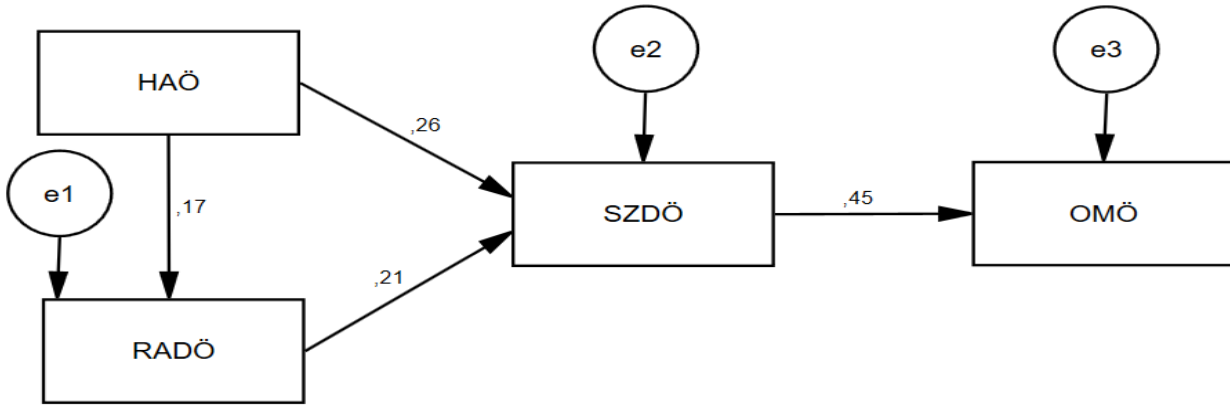
Tablo 3’te ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistik bilgileri ile korelasyon analizine ait bulgulara yer verilmiştir. Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre, HAÖ ile RADÖ ($r = ,168$) ve SZDÖ ($r = ,291$) arasında zayıf düzeyde, pozitif anlamlı ilişkiler bulunmasına karşın ($p < 0,01$), HAÖ ile OMÖ arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir ($r = ,077$, $p > 0,01$). Bununla birlikte, RADÖ ile SZDÖ ($r = ,258$) ve OMÖ ($r = ,172$) arasında zayıf düzeyde, pozitif istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler belirlenmiştir ($p < 0,01$). Ayrıca, SZDÖ ile OMÖ arasında da orta düzeyde pozitif

anlamli bir ilişki tespit edilmiştir ($r = ,449, p < 0,01$). Bu bulgular, araştırmada ele alınan değişkenler arasında genel olarak zayıf ve orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki yapısının bulunduğunu ortaya koymakta ve YEM analizinin uygulanması için uygun bir temel oluşturmaktadır.

Yapısal Eşitlik Modeli: lm modelinin doğrulanmasının ardından, değişkenler arasındaki ilişkileri test etmek amacıyla yapısal eşitlik modeli oluşturulmuştur. Bu doğrultuda modelin uyum iyiliği indeksleri incelenerek yol analizine Şekil 2’de, regresyon katsayılarına ilişkin bulgulara ise Tablo 4’te yer verilmiştir.

Şekil 2

Yol Analizi



Heyecan arayışı, rekreasyonel akış deneyimi, serbest zaman doyumunu ve mutluluk arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla oluşturulan modelin yol analizi Şekil 2’de yer almaktadır. Oluşturulan modele ilişkin serbestlik ($X^2/sd = 1,64$) ve uyum iyiliği ($CFI = ,99, GFI = ,99, NFI = ,97, AGFI = ,97, TLI = ,97, RMSEA = ,04$) değerlerinin mkemmell uyuma sahip olduğu belirlenmiştir (Bagozzi ve Yi, 2012; Kline, 2015). lm modelinin güvenilirlik ve geçerliliği doğrulandıktan sonra, hipotezlerin test edilmesinde β katsayıları ve t-değerleri esas alınmıştır. Bu değerler, 5000 yeniden örnekleme yöntemiyle gerçekleştirilen bootstrapping analizi sonucunda elde edilmiştir.

Regresyon katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 4’te sunulmuştur. Yapılan analiz sonuçları heyecan arayışının rekreasyonel akış deneyimi ($\beta_{HA-RAD} = ,17$) ve serbest zaman doyumunu üzerinde ($\beta_{HA-SZD} = ,26$) doğrudan pozitif bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca rekreasyonel akış deneyimi, serbest zaman doyumunu üzerinde ($\beta_{RAD-SZD} = ,22$), serbest zaman doyumunu da mutluluk üzerinde anlamlı doğrudan pozitif bir etkiye sahiptir ($\beta_{SZD-OM} = ,45$). Bununla birlikte analiz sonuçları heyecan arayışının, serbest zaman doyumunu üzerindeki etkisinde rekreasyonel akış deneyiminin kısmi aracılılık rolü üstlendiğini ($\beta_{HA-RAD-SZD} = ,03$) ve toplam etkinin ,29 olduğunu göstermiştir. Son olarak heyecan arayışı ($\beta_{HA-SZD-OM} = ,13$) ve rekreasyonel akış deneyiminin ($\beta_{RAD-SZD-OM} = ,10$) mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman doyumunun kısmi aracılılık rolü üstlendiği tespit edilmiştir.

Tablo 4*Regresyon Katsayılarına İlişkin Sonuçlar*

Hipotezler			Doğrudan Etki				Sonuç
Yol analizi			β	t-değeri	S.E.	Std. β	
H1	HAÖ	→ RADÖ	,154	3,21	,048	,17***	Kabul
H2	HAÖ	→ SZDÖ	,251	5,05	,049	,26***	Kabul
H3	RADÖ	→ SZDÖ	,231	4,27	,054	,22***	Kabul
H4	SZDÖ	→ OMÖ	,413	9,46	,044	,45***	Kabul
Hipotezler			Dolaylı Etki				
Yol analizi			%95				
			Std. β	SE	Lower	Upper	
H5	HAÖ	→ RADÖ → SZDÖ	,03	,01	,01	,06	
H6	HAÖ	→ SZDÖ → OMÖ	,13	,02	,08	,18	
H7	RADÖ	→ SZDÖ → OMÖ	,10	,02	,04	,14	
Doğrudan etki		HAÖ → SZDÖ	,26	,04	,15	,34	
Toplam etki		HAÖ → SZDÖ	,29	,04	,19	,38	

TARTIŞMA

Enduro motosiklet kullanıcılarının katılmış olduğu bu çalışmada, heyecan arayışı, rekreasyonel akış deneyimi, serbest zaman doyumunu ve mutluluk arasında doğrudan ve dolaylı etkiler olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışma kapsamında yapılan YEM analiz sonuçları, heyecan arayışının rekreasyonel akış deneyimi üzerinde doğrudan anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuç Hipotez 1'i destekler niteliktedir. Literatürde heyecan arayışı ile akış durumu arasındaki doğrudan ilişkiyi inceleyen çalışmalar sınırlı sayıda (Yavaş-Tez ve Deveci, 2022). Örneğin, Gomai Freixanet ve diğerleri (2012), heyecan arayışını bir kişilik özelliği olarak değerlendirmiş ve yüksek riskli spor katılımı ile ilişkilendirmiştir. Çalışmada riskli spor faaliyetlerine katılan bireylerin heyecan arayışının yüksek düzeyde olduğu ve bu durumun, bireylerin kişilik özellikleriyle uyumlu olarak yoğun uyarılma ve zorluk içeren aktivitelerde akış deneyimini kolaylaştırabileceği belirtilmektedir. Benzer şekilde, Kerr ve Mackenzie (2012), macera sporcularının motivasyonlarının çok boyutlu olduğunu ve heyecan arayışının, kişisel gelişim, sosyal etkileşim ve doğayla bütünleşme gibi motivasyonel unsurlarla birlikte akış deneyimini destekleyen önemli bir faktör olduğunu vurgulamaktadır. Mevcut araştırmalar özellikle macera rekreasyonu bağlamında, adrenalin ve heyecan arayışının akışın ototelik deneyim, zamanın dönüşümü ve eylem-farkındalık birleşmesi boyutlarını güçlendirebileceğini öne sürmektedir (Boudreau ve diğ., 2020; Hodge Mackenzie ve Hodge, 2020). Bununla birlikte doğa temelli macera aktivitelerine katılan bireylerde heyecan arayışının akış deneyimi ile doğrudan anlamlı bir ilişki göstermediği belirtilmiştir (Jackson ve diğ., 2023). Araştırma, katılımcıların akış deneyimini daha çok faaliyetlerdeki ustalık, beceri gelişimi ve etkinliklerle kurulan bağ gibi motivasyonel unsurlarla ilişkilendirdiğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda çalışma bulgumuza göre, heyecan arayışı, enduro motosiklet kullanıcılarının akış deneyimini destekleyen önemli bir motivasyonel unsur olarak öne çıkmaktadır. Özellikle, bireyler sürüş sırasında karşılaştıkları zorlu arazi koşulları, teknik parkurlar ve yüksek konsantrasyon gerektiren durumlarla etkileşimdeyken, heyecan arayışının

psikolojik süreçlerle birleşerek akış yaşantısını daha belirgin hale getirdiği söylenebilir. Nitekim akış ve heyecan arayışının içsel motivasyonla ilişkili olduğu (Mancin ve diğ., 2025), özellikle risk faktörlerinin yüksek olduğu bir spora devam etmek için diğer motivasyon faktörlerinin yanı sıra, performans sırasında içsel motivasyon veya akış durumunun da olabileceği belirtilmektedir (Kar ve Roy, 2020). Dolayısıyla, enduro sürüşünde heyecan arayışının, içsel motivasyonla birlikte yalnızca risk alma eğilimiyle sınırlı kalmayıp, bireylerin sürüş deneyimlerini yoğunlaştıran ve tatmin duygusunu artıran bir unsur olarak işlev gördüğü ifade edilebilir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu, heyecan arayışının serbest zaman doyumunu üzerinde doğrudan anlamlı bir etkiye sahip olduğudur. Bu sonuç Hipotez 2'yi destekler niteliktedir. Literatürde farklı spor dalları ve rekreasyonel aktiviteler bağlamında heyecan arayışı ile serbest zaman doyumunu arasındaki ilişkinin görece sınırlı biçimde ele alındığı görülmektedir (Beşikçi ve Dinç, 2022). Serbest zaman aktivitelerine daha az katılan bireylerin daha az heyecan arayışı içinde olmaları sonucu düşük düzeyde serbest zaman doyumuna sahip olabilecekleri belirtilmiştir (Lu ve Kao, 2009). Bisiklet sporcuları üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, heyecan arayışı düzeyinin artmasının serbest zaman doyumunu da artırabileceği belirtilmiştir (Uzun ve diğ., 2022). Bir başka çalışmada sıcak hava balonu deneyiminin, katılımcıların serbest zaman doyum düzeyini artırmada önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir (Bertan, 2020). Mevcut çalışmada elde edilen bulgular, heyecan arayışının enduro motosiklet kullanıcılarının serbest zaman doyumunu artırabileceğini desteklemektedir. Bu sonuç, enduro türü motosiklet kullanan bireylerin yalnızca sürüş keyfini değil, aynı zamanda faaliyet sırasında deneyimledikleri beceri gelişimi, başarı duygusu ve etkinliklere katılım motivasyonunu artırmada heyecan arayışının rol oynadığını, aynı zamanda bireylerin serbest zaman faaliyetlerini tercih ederken belirleyici bir unsur olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, yüksek düzeyde heyecan arayışına sahip enduro kullanıcılarının risk ve yenilik içeren etkinliklerde daha yoğun bir kişisel tatmin yaşadığı ve bu durumun, serbest zaman doyumunun duygusal boyutunu güçlendirdiği söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bir başka bulgu rekreasyonel akış deneyiminin serbest zaman doyumunu üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğudur. Bu sonuç Hipotez 3'ü destekler niteliktedir. Alanyazında araştırma bulgumuzla paralellik gösteren sınırlı sayıda çalışma bulunmasına rağmen (Ahn ve Song, 2024; Polechoński ve diğ., 2024), akış deneyiminin doyumun önemli bir belirleyicisi olduğunu (Cater ve diğ., 2021) ve yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediğini ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Tian ve diğ., 2022). Ayrıca macera ve ekstrem sporlara katılımın akışı deneyimleme fırsatı sağladığı (Bağlam ve Eskiler, 2023; Boudreau ve diğ., 2020) ve akışın serbest zaman doyumunu arttırdığı belirtilmektedir (Ekinci ve Gürbüz, 2025). Bir başka açıdan, serbest zaman etkinliklerine daha fazla katılımın akış deneyimi yaşama olasılığını arttırdığı ifade edilmektedir (Chang, 2017; Cheng ve diğ., 2016). Elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların büyük bir çoğunluğunun haftada bir gün (%58,1) enduro motor etkinliğine katıldığı ve 4-6 saat aralığında (%44,9) sürüş gerçekleştirdiği tespit edilmiştir. Bu noktada, bireylerin yoğun olarak katılmış oldukları aktiviteden elde ettikleri deneyimlerin yalnızca anlık haz ve keyif unsurlarını değil, aynı zamanda genel doyum düzeylerini de etkilemiş olabileceği düşünülmektedir. Nitekim akış deneyimi, bireylerin etkinlikten duydukları doyumunu artırarak serbest zamanlarını daha anlamlı, motive edici ve sürdürülebilir bir şekilde değerlendirmelerine katkı sağlayabilir.

Bulgular, serbest zaman doyumunun mutluluk üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğunu ve Hipotez 4'ün desteklendiğini göstermektedir. Mevcut çalışmalar da serbest zaman etkinliklerinden elde edilen doyumun mutluluk üzerindeki olumlu etkisini güçlü bir şekilde desteklemektedir (Argan ve diğ., 2018; Ito ve diğ., 2017; Kaya, 2016; Liu ve diğ., 2021; Yalçın ve diğ., 2025). Serbest zaman kavramı, katılımcılar tarafından farklı şekillerde algılanan ve çeşitli

etkiler yaratan etkinlik türleri ile duygusal ve bilişsel katılımı kapsarken, bireylerin mutluluk düzeylerinin de tercih ettikleri etkinliklerle ilişkili olduğunu göstermektedir (Liu ve diğ., 2021; Wang ve Wong, 2014). Bu bulgular, serbest zaman doyumunun yalnızca faaliyetlerden alınan tatminle sınırlı kalmayıp, katılımcıların genel öznel iyi oluş düzeylerini de desteklediğini işaret etmektedir. Bu çerçevede, serbest zaman deneyimleri bireylerin o anki memnuniyet ve mutluluk düzeylerini yansıtmakta, deneyimlerin kalitesi ise yaşam doyumunu artırmaktadır (Nawijn ve Veenhoven, 2012). Ayrıca mutluluk, bireylerdeki en iyi özellikleri ortaya çıkararak onları daha sosyal ve iş birliğine yatkın hale getirmektedir (Diener ve diğ., 2009). Bu bağlamda, serbest zaman doyumunun ve tercih edilen enduro motosiklet etkinliğinin, bireylerin genel mutluluk düzeyini belirleyen önemli faktörler arasında yer aldığı söylenebilir.

Araştırma bulgularına göre, heyecan arayışının serbest zaman doyumunu üzerindeki etkisinde rekreasyonel akış deneyimi kısmi aracılık rolü üstlenmektedir. Bu sonuç, Hipotez 5'i desteklemektedir. Bulgular, macera rekreasyonu bağlamında heyecan arayışının serbest zaman doyumunu olumlu yönde etkilediğini ve akışın, doyum düzeyini artıran önemli bir mekanizma olduğunu öne süren önceki çalışmalarla tutarlılık göstermektedir (Beşikçi ve Dinç, 2022; Collins ve diğ., 2009; Tian ve diğ., 2022). Heyecan arayışı, motor sporlarına katılımı etkileyen temel bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda motor sporlarıyla ilişkili riskli tutum ve davranışlar, bireylerin heyecan ihtiyaçlarını karşılamalarının bir yolu olarak ortaya çıkabilmektedir (Yıldırım-Yenier ve diğ., 2016). Diğer taraftan motor sporlarından elde edilen keyif ve doyum, bireyler için güçlü bir motivasyon faktörü olabilmektedir (Mancin ve diğ., 2025). Bu çerçevede belirli bir spor türünü seçme ve bu spora devam etme durumunda, heyecan arayışı ile birlikte içsel ve çevresel faktörler gibi farklı kişilik özellikleri rol oynamaktadır. Özellikle risk faktörlerinin yüksek olduğu macera sporlarında, bireylerin spora devam etmesi yalnızca diğer motivasyon faktörlerine değil, aynı zamanda performans sırasında ortaya çıkan içsel motivasyon ve akış deneyimi gibi psikolojik süreçlere de bağlı olabilmektedir (Kar ve Roy, 2020). Bu kapsamda belirli bir faaliyet türünü seçme ve sürdürme eğilimlerinde, heyecan arayışı ile birlikte kişilik özelliklerinin ve çevresel faktörlerin rol oynadığı, özellikle enduro motosiklet kullanımı gibi yüksek uyarılma ve risk içeren aktivitelerde, bireylerin karşılaştığı zorluklar ve teknik parkurlar, heyecan arayışını tetikleyerek akış yaşantısını güçlendirdiği ve dolayısıyla serbest zaman doyumunu artırdığı söylenebilir.

Bir diğer bulgu, heyecan arayışının mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman doyumunun kısmi aracılık rolü üstlendiği ve Hipotez 6'nın desteklendiği yönündedir. Literatürde, heyecan arayışı ile serbest zaman doyumunu arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Uzun ve diğ., 2022). Ayrıca serbest zaman doyumunun bireylerin genel öznel iyi oluşunu artırdığı ve mutluluk üzerinde anlamlı bir belirleyici rol oynadığına işaret eden çalışmalar da yer almaktadır (Ito ve diğ., 2017; Liu ve diğ., 2021). Bu bulgular, heyecan arayışının doğrudan mutluluk düzeyini belirlemenin ötesinde, serbest zaman doyumunu aracılığıyla dolaylı olarak da etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle enduro motosiklet kullanımı gibi yüksek uyarılma ve risk içeren aktivitelerde, bireylerde heyecan arayışının tetiklendiği ve bu sürecin, katılımcıların etkinliklerden aldıkları doyum duygusunu güçlendirdiği söylenebilir. Bir başka açıdan heyecan arayışının yalnızca bireylerin anlık keyif almasını sağlamakla birlikte, serbest zaman doyumunu aracılığıyla uzun vadeli öznel iyi oluş ve mutluluk düzeyini de olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir. Bu durum, bireylerin motivasyonel ve deneyimsel süreçlerinin birbirine bağlı olduğunu ve ekstrem sporlar ve macera odaklı aktivitelerin, psikolojik ve duygusal tatmin üzerinde merkezi bir rol oynadığı şeklinde açıklanabilir.

Son olarak, rekreasyonel akış deneyiminin mutluluk üzerindeki etkisinde serbest zaman doyumunun kısmi aracılık rolü üstlendiği ve Hipotez 7'nin doğrulandığı görülmektedir. Bu bulgu, akış deneyiminin bireylerin serbest zaman doyumunu artırarak nihai mutluluk düzeyine katkıda bulunduğunu ortaya koymaktadır. Alanyazında mutluluk

ile akış ve serbest zaman doyumunu arasında önemli ilişki olduğunu belirten çalışmalara rastlamak mümkündür (Collins ve diğ., 2009; Csikszentmihalyi, 1997; Nawijn ve Veenhoven, 2012). Bu ilişkiler, bireylerin serbest zamanlarını anlamlı ve tatmin edici biçimde değerlendirmelerinin, genel psikolojik iyi oluşları ve yaşam doyumları üzerinde doğrudan etkili olabileceğini göstermektedir. Macera rekreasyonu olarak paraşütle atlama, kano ve dağcılık gibi aktiviteler, bireylerin sıkça akış deneyimi yaşadığı bağlamlar olarak vurgulanmakta ve bu durum, artan doyum ve başarı duygusuyla ilişkilendirilmektedir (Boudreau ve diğ., 2020). Bu noktada özellikle macera ve ekstrem sporlara katılımın, akış yaşantısını destekleyerek serbest zaman deneyimlerini daha anlamlı hale getirebileceği söylenebilir. Aynı zamanda bu tür yüksek odaklanma ve risk gerektiren aktiviteler, bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel becerilerini zorlamalarına ve sınırlarını keşfetmelerine olanak tanıyabilir. Nitekim Tsaur ve diğerlerine (2013) göre akış, motivasyonel ve macera odaklı bir faaliyete yoğun bir şekilde katılmayı, yüksek odaklanmayı ve zorluklarla mücadele etmeyi içermekte, söz konusu katılım ise mutluluk hissini artırmaktadır. Dolayısıyla, rekreasyonel aktivitelerde akış deneyimini teşvik eden uygulamalar, özellikle enduro motosiklet kullanımı gibi yüksek risk ve uyarılma içeren aktivitelerde, bireylerin hem serbest zaman doyumunu hem de yaşamdan aldıkları tatmini artırmada önemli bir rol oynayabilir.

Literatürde her ne kadar araştırma bulgularımızla doğrudan paralellik gösteren sınırlı sayıda çalışma yer alsada mevcut çalışma bulguları, bireylerin serbest zaman deneyimlerinin çok boyutlu ve birbirine bağlı süreçlerden oluştuğunu ortaya koymaktadır. Heyecan arayışı, akış deneyimi ve serbest zaman doyumunu gibi faktörlerin birbirini karşılıklı olarak etkileyerek mutluluk düzeyini etkilediği çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur (Collins ve diğ., 2009; Kaya, 2016; Liu ve diğ., 2021; Tian ve diğ., 2022; Tsaur ve diğ., 2013). Özellikle enduro motosiklet kullanımı gibi yüksek uyarılma ve risk içeren aktivitelerde, akış deneyimi ve serbest zaman doyumunun bireylerin psikolojik ve duygusal tatminlerinde merkezi bir öneme sahip olduğu söylenebilir. Bu durum, serbest zaman ve ekstrem spor araştırmalarında bireylerin motivasyonel ve deneyimsel süreçlerinin daha bütüncül bir şekilde ele alınmasının önemini vurgulamaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, rekreatif amaçlı enduro motosiklet kullanımının bireylerin psikolojik ve duygusal süreçleri üzerindeki etkilerini inceleyerek, heyecan arayışı, rekreasyonel akış deneyimi, serbest zaman doyumunu ve mutluluk arasındaki ilişkileri ortaya koymaktadır. Araştırma kapsamında serbest zaman deneyimlerinin yalnızca anlık keyif veya eğlence unsurlarından ibaret olmadığı, bireylerin rekreasyonel akış deneyimi yaşamalarına imkan tanıyarak serbest zaman doyumunu ve mutluluk düzeyleri üzerinde derinlemesine bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Bu çerçevede enduro motor sporları katılımcılarının heyecan arayışı düzeyleri, akış deneyimini ve serbest zaman doyumunu artırarak mutluluğu dolaylı yoldan desteklemekte, rekreasyonel akış deneyimi ise serbest zaman doyumunu ve mutluluk üzerinde doğrudan olumlu etkiler göstermektedir. Bu sonuç, ekstrem spor katılımının psikolojik ve bilişsel boyutlarını açıklayan literatüre katkı sağlamakta ve bireylerin motivasyonel, deneyimsel ve duygusal süreçlerini anlamada teorik bir çerçeve sunmaktadır. Enduro motor sporları örneğinde olduğu gibi, bireylerin sınırlarını zorladıkları ve yoğun duygusal katılım yaşadıkları etkinlikler, akış deneyiminin ortaya çıkmasına ve bu yolla serbest zaman doyumunun artmasına katkı sağlayarak bireyin yalnızca fiziksel bir etkinliğe katılmakla kalmayıp, kendi becerilerini sınama, özgüvenini güçlendirme ve yaşamına anlam katma fırsatı sağlayabilir. Dolayısıyla serbest zaman, bireyin kendini gerçekleştirme için olanak tanıyan, psikolojik dayanıklılığı ve öznel iyi oluşu destekleyen bir yaşam alanına dönüşebilir. Ayrıca mutluluğun sadece dışsal koşullara veya geçici hazlara bağlı olmadığı, aksine etkinlik sırasında yaşanan doyumun, başarı hissi ve içsel dengeyle yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Sonuç olarak bireyler tarafından tercih

edilen, özellikle risk ve heyecan barındıran enduro motosiklet kullanımı gibi serbest zaman etkinliklerinin, bireylerdeki potansiyeli açığa çıkararak rekreasyonel akış deneyimini, serbest zaman doyumunu ve öznel mutluluk düzeyini etkilediği ifade edilebilir.

Bu araştırma enduro motosiklet kullanan özellikle daha genç, eğitilmiş ve deneyimli katılımcıların heyecan arayışına daha açık olduklarını ve bu özelliğin akış deneyimi ile serbest zaman doyumunu güçlendirdiğini düşündürmektedir. Bu durum, demografik farklılıkların serbest zaman davranışlarının niteliğini ve psikolojik çıktıları biçimlendirmede önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Ayrıca çalışma, rekreasyonel deneyimlerin yalnızca bireysel bir tercih değil, psikolojik iyi oluşun desteklenmesinde önemli bir toplumsal araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, elde edilen sonuçlar hem kuramsal hem de uygulamalı olarak serbest zaman, mutluluk ve akış kuramlarının ekstrem sporlar özelinde yeniden değerlendirilmesine katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda rekreasyon yönetimi, halk sağlığı ve toplumsal refah politikaları açısından yeni bakış açıları sunmaktadır. Ayrıca yalnızca rekreatif amaçlı enduro motosiklet kullanan bireylerle gerçekleştirilen bu çalışma, sadece ulaşılabilen katılımcılarla sınırlıdır. Bu noktada araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda gelecekte yapılacak çalışmalara ve uygulamalara yönelik aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

- Daha fazla katılımcıya ulaşarak farklı ekstrem spor türlerinde benzer değişkenler karşılaştırılabilir.
- Akış ve serbest zaman doyumunu odaklı programlarla, katılımcıların heyecan arayışı dikkate alınarak mutluluk düzeyi artırılabilir.
- Politika yapımcılar ve rekreasyon yöneticileri enduro motor sporları gibi yüksek uyarılma ve heyecan içeren etkinliklerin yaygınlaştırılmasını ve güvenli şekilde erişilebilir hale getirilmesini teşvik edebilir.
- Gelecek çalışmalarda uzun vadeli etkilerin incelenmesi amacıyla deneyimler nitel yöntemlerle araştırılabilir.

Yazar Katkısı:

1. **Tülay AVCI TAŞKIRAN:** Fikir/Kavram, Tasarım, Denetleme, Veri Toplama/İşleme, Analiz/Yorum, Makale Yazımı, Eleştirel İnceleme

Etik Kurul İzni ile İlgili Bilgiler

Kurul Adı: Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etik Kurulu

Tarih: 28.02.2025

Sayı No: 2025.03.116

KAYNAKÇA

1. Ağlönü, A., Baştuğ, G., Mutlu, T. O., ve Pala, A. (2017). Examining risk-taking behavior and sensation seeking requirement in extreme athletes. *Journal of Education and Learning*, 6(1), 330-336. <http://dx.doi.org/10.5539/jel.v6n1p330>
2. Ahn, B. W., ve Song, W. I. (2024). Effect of outdoor leisure participants on leisure identity, leisure flow, leisure satisfaction, and re-participation intention. *Societies*, 14(2), 17, 1-10. <https://doi.org/10.3390/soc14020017>
3. Argan, M., Argan, M. T., ve Dursun, M. T. (2018). Examining relationships among well-being, leisure satisfaction, life satisfaction, and happiness. *International Journal of Medical Research and Health Sciences*, 7(4), 49-59.
4. Ayhan, C., Eskiler, E., ve Soyer, F. (2020). Rekreatyonel katılımcılarda akış deneyiminin ölçülmesi: Ölçek geliştirme ve doğrulama. *Journal of Human Sciences*, 17(4), 1297-1311.
5. Bagozzi, R. P., ve Yi, Y. (2012). Specification, evaluation, and interpretation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 40, 8-34.
6. Bağlam, Ö., ve Eskiler, E. (2023). Ekstrem spor aktivitelerinde serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(4), 352-361. <https://doi.org/10.22282/tojras.1503230>
7. Bertan, S. (2020). Key success factors for doing business in hot air balloon riding. *Journal of Tourism and Services*, 11(20), 124-131. <https://doi.org/10.29036/jots.v11i20.131>
8. Beşikçi, T., ve Dinç, S. C. (2022). Investigating the relationships between sensation seeking and leisure satisfaction in adventure recreation: Sample of ultralight aircrafts pilots, *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 289-309. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1165496>
9. Boudreau, P., Mackenzie, S. H., ve Hodge, K. (2020). Flow states in adventure recreation: A systematic review and thematic synthesis, *Psychology of Sport and Exercise*, 46, 101611, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101611>
10. Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum* (24. baskı). Pegem Akademi.
11. Cater, C., Albayrak, T., Caber, M., ve Taylor, S. (2021). Flow, satisfaction and storytelling: A causal relationship? Evidence from scuba diving in Turkey. *Current Issues in Tourism*, 24(12), 1749-1767. <https://doi.org/10.1080/13683500.2020.1803221>
12. Chang, H. H. (2017). Gender differences in leisure involvement and flow experience in professional extreme sport activities. *World Leisure Journal*, 59(2), 124-139. <https://doi.org/10.1080/16078055.2016.1166152>
13. Cheng, T. M., Hung, S. H., ve Chen, M. T. (2016). The influence of leisure involvement on flow experience during hiking activity: Using psychological commitment as a mediate variable. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 21(1), 1-19. <https://doi.org/10.1080/10941665.2014.1002507>
14. Choi, S., ve Yoo, Y. (2017). Leisure attitude and satisfaction with leisure and life: Proposing leisure prioritization and justification. *World Leisure Journal*, 59(2), 140-155. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2016.1216886>
15. Coffey, J. K., ve Csikszentmihályi, M. (2016). Finding ow during a vacation: using optimal experiences to improve health. In *The Routledge handbook of health tourism* (pp. 107-116). Routledge.
16. Collins, A. L., Sarkisian, N., ve Winner, E. (2009). Flow and happiness in later life: An investigation into the role of daily and weekly flow experiences. *Journal of Happiness Studies*, 10(6), 703-719. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-008-9116-3>
17. Csikszentmihályi, M. (2014). *Flow and the Foundations of Positive Psychology*. New York: Springer.
18. Csikszentmihályi, M. (1997). *Finding Flow: The Psychology of Engagement with Everyday Life*. New York: Basic Books.
19. Deci, E. D., ve Rayn, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior* (1nd Ed.). New York: Springer Science Business Media LLC.
20. Diener, E., Kesebir, P., ve Tov, W. (2009). Happiness. In M. R. Leary and R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 147-160). New York, NY: Guilford
21. Dilmaç, E., ve Tezcan, N. (2024). The impact of the recreational flow experience on the perception of wellness among individuals engaged in extreme sports. *Journal of Basic and Clinical Health Sciences*, 8(3), 734-749. <https://doi.org/10.30621/jbachs.1540910>
22. Du Cap, M. C. (2002). *The perceived impact of the acadia advantage program on the leisure lifestyle and leisure satisfaction of the students at Acadia University* (Master Thesis), Acadia University, Ottawa, Canada.
23. Engeser, S., ve Schiepe-Tiska, A. (2012). Historical Lines and an Overview of Current Research on Flow. In: S. Engeser (Ed.), *Advances in Flow Research*, London: Springer New York Dordrecht Heidelberg
24. Ekinci, E., ve Gürbüz, B. (2025). Outdoor Adventure Recreation: The Mediating Role of Flow Experience in the Relationship Between Adventure Behavior Seeking and Leisure Satisfaction. *Sportive*, 8(2), 168-193. <https://doi.org/10.53025/sportive.1698950>

25. Ewert, A., Zwart, R., ve Davidson, C. (2020). Underlying motives for selected adventure recreation activities: The case for eudaimonics and hedonics. *Behavioral Sciences*, 10(12), 185, 1-12 <https://doi.org/10.3390/bs10120185>
26. Fornell, C., ve Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with 150 unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1): 39-50. <https://doi.org/10.2307/3151312>
27. Gomà Freixanet, M., Martha, C., ve Muro, A. (2012). Does the sensation seeking trait differ among participants engaged in sports with different levels of physical risk? *Anales de Psicología*, 28(1), 223-232.
28. Guszkowska, M., ve Boldak, A. (2010). Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports. *Biology of Sport*, 27(3), 157-162.
29. Hair Jr, J. F., Matthews, L. M., Matthews, R. L., ve Sarstedt, M. (2017). PLS-SEM or CB-SEM: Updated guidelines on which method to use. *International Journal of Multivariate Data Analysis*, 1(2), 107-123.
30. Hair, Jr. J. F., Black, W. C., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
31. Hakoköngäs, E., ve Puhakka, R. (2023). Happiness from nature? Adolescents' conceptions of the relation between happiness and nature in Finland. *Leisure Sciences*, 45(7), 665-683. <https://doi.org/10.1080/01490400.2021.1877584>
32. Hassan Mounir Radwan, E., Abd Elhameed Abd Elmawla, D., ve Baleegh Meawad Elsayed, E. (2024). Effectiveness of physical and social leisure activities program participation on feeling of loneliness, happiness and self-esteem among institutionalized elderly. *Egyptian Journal of Health Care*, 15(1), 1728-1744. <https://doi.org/10.21608/ejhc.2024.350817>
33. Hills, P., ve Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences* 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
34. Houge Mackenzie, S., Boudreau, P., ve Hodge, K. (2023). Evaluating a model of flow and clutch optimal psychological states in adventure recreation. *Leisure Sciences*, 47(8), 2000-2024. <https://doi.org/10.1080/01490400.2023.2261917>
35. Houge Mackenzie, S., ve Hodge, K. (2020). Adventure recreation and subjective well-being: A conceptual framework. *Leisure Studies*, 39(1), 26-40. <https://doi.org/10.1080/02614367.2019.1577478>
36. Hoyle, R. H., Stephenson, M. T., Palmgreen, P., Lorch, E. P., ve Donohew, R. L. (2002). Reliability and validity of a brief measure of sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 32(3), 401-414. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00032-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00032-0)
37. Ito, E., Walker, G. J., Liu, H., ve Mitas, O. (2017). A cross-cultural/national study of Canadian, Chinese, and Japanese university students' leisure satisfaction and subjective well-being. *Leisure Sciences*, 39(2), 186-204. <https://doi.org/10.1080/01490400.2016.1165637>
38. Jack, S. J., ve Ronan, K. R. (1998). Sensation seeking among high-and low-risk sports participants. *Personality and Individual Differences*, 25(6), 1063-1083. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00081-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00081-6)
39. Jackson, S. A., Eklund, R. C., Gordon, A., Norsworthy, C., Mackenzie, S. H., Hodge, K., ve Stephen, S. A. (2023). Flow and outdoor adventure recreation: Using flow measures to re-examine motives for participation. *Psychology of Sport and Exercise*, 67, 102427, 1-10 <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102427>
40. Kar, D., ve Roy, P. K. (2020). How temperament, character, flow state & motivation play role in adventure & non-adventure sports: A comparative study. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 6(9), 56-70 <https://doi.org/10.46827/ejpe.v6i9.3461>
41. Kaya, S. (2016). The relationship between leisure satisfaction and happiness among college students. *Universal Journal of Educational Research*, 4(3), 622-631. <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040322>
42. Kayış, A. (2014). Güvenilirlik Analizi (Reliability Analysis), SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri, Ş. Kalaycı, (Ed.). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
43. Kerr, J. H., ve Mackenzie, S. H. (2012). Multiple motives for participating in adventure sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 649-657. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.002>
44. Khanna, A., Bagouri, E. O., Gougoulas, N., ve Maffulli, N. (2015). Sport injuries in enduro riders: A review of literature. *Muscles, Ligaments and Tendons Journal*, 5(3), 200-202.
45. Kirkwood, L. A., Ingram, L. A., Cunningham, J., Malone, E., ve Florida-James, G. D. (2017). Physiological characteristics and performance in elite enduro mountain biking. *Journal of Science and Cycling*, 6(2), 13-21. <https://doi.org/10.28985/171231.jsc.09>
46. Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th Ed.). Guilford Press.
47. Liu, H., Chen, X., ve Zhang, H. (2021). Leisure satisfaction and happiness: The moderating role of religion. *Leisure Studies*, 40(2), 212-226. <https://doi.org/10.1080/02614367.2020.1808051>
48. Lu, L., ve Kao, S. F. (2009). Direct and indirect effects of personality traits on leisure satisfaction: Evidence from a national probability sample in Taiwan. *Social Behavior and Personality*, 37(2),191-192.
49. Mancin, P., Ionel, M. S., Cerea, S., Riva, E. F., Rapisarda, M., ve Ghisi, M. (2025). Riding with the flow: Study on intrinsic motivation, dispositional flow, and sensation seeking among Italian motorcycle racers. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1501123, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1501123>

50. Nakamura, J., ve Csikszentmihalyi, M. (2002). The Concept of Flow. In: C.R. Snyder, S.J. Lopez, (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*, New York: Oxford University Press.
51. Nawijn, J., ve Veenhoven, R. (2012). *Happiness through leisure*. In Positive leisure science: From subjective experience to social contexts (pp. 193-209). Dordrecht: Springer Netherlands.
52. Neal, J. D., Sirgy, M. J., ve Uysal, M. (1999). The role of satisfaction with leisure travel/tourism services and experience in satisfaction with leisure life and overall life. *Journal of Business Research*, 44(3), 153-163.
53. Polechoński, J., Szczechowicz, B., Ryśnik, J., ve Tomik, R. (2024). Recreational cycling provides greater satisfaction and flow in an immersive virtual environment than in real life. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 16(1), 31, 1-16. <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00818-4>
54. Ruch, W., ve Zuckerman, M. (2001). *Sensation Seeking and adolescence*. In Risikoverhaltensweisen Jugendlicher: Formen, Erklärungen und Prävention (pp. 97-110). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
55. Schiepe-Tiska, A., ve Engeser, S. (2012). Flow in Nonachievement Situations. In: S. Engeser (Ed.), *Advances in Flow Research*, New York: Springer.
56. Siraj, R., Najam, B., ve Ghazal, S. (2021). Sensation seeking, peer influence, and risk-taking behavior in adolescents. *Education Research International*, 2021(1), 8403024, 1-8. <https://doi.org/10.1155/2021/8403024>
57. Spooner, V. H., Chan-Tin, E., ve Kennison, S. M. (2024). Sensation Seeking Adjective Markers (SSAM): Development and validation of a new sensation seeking measure. *Current Psychology*, 43(47), 36416-36424.
58. Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., ve Ullman, J. B. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th Ed.). Boston: Pearson Education
59. Tian, H., Zhou, W., Qiu, Y., ve Zou, Z. (2022). The role of recreation specialization and self-efficacy on life satisfaction: the mediating effect of flow experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3243, 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063243>
60. Tokay Argan, M., Koçak, F., Gürbüz, B., Argan, M., ve Dinç, H. (2024). Exploring the relationships among fear of missing out (FoMO), sensation seeking and leisure activity participation. *World Leisure Journal*, 66(2), 165-187. <https://doi.org/10.1080/16078055.2023.2244452>
61. Tsaor, S. H., Yen, C. H., ve Hsiao, S. L. (2013). Transcendent experience, flow and happiness for mountain climbers. *International Journal of Tourism Research*, 15(4), 360-374. <https://doi.org/10.1002/jtr.1881>
62. Uzun, M., Osmanoglu, H., ve Güney, G. (2022). A study of the relationship between sensation-seeking and leisure satisfaction among cycling athletes: A case study of the cycling festival, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 7(16), 368-383. <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.536>
63. Wang, M., ve Wong, M. S. (2014). Happiness and leisure across countries: Evidence from international survey data. *Journal of Happiness Studies*, 15(1), 85-118. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9417-z>
64. Weishaar, M. G., Kentopp, S. D., Wallace, G. T., ve Conner, B. T. (2023). An investigation of the effects of sensation seeking and impulsivity on extreme sport participation and injury using path analysis. *Journal of American College Health*, 71(5), 1522-1529. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1942008>
65. Willig, C. (2008). A phenomenological investigation of the experience of taking part in 'Extreme sports'. *Journal of Health Psychology*, 13(5), 690-702. <https://doi.org/10.1177/1359105307082459>
66. Yalçın, C., Altındöker, M., ve Yıldız, H. (2025). The moderating role of leisure satisfaction in the effect of peer relationships on happiness in adolescents. *Journal of Education and Recreation Patterns*, 6(1), 1-16. <https://doi.org/10.53016/jerp.v6i1.278>
67. Yavaş-Tez, Ö., ve Deveci, M. E. (2022). Kayak ve snowboarda ilişkin heyecan arayışının akış durumuna etkisi: Cinsiyetin düzenleyici rolü. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 30-45. <https://doi.org/10.30769/usbd.1114296>
68. Yerlisu Lapa, T. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93(2013), 1985-1993.
69. Yıldırım-Yenier, Z., Vingilis, E., Wiesenthal, D. L., Mann, R. E., ve Seeley, J. (2016). Relationships between thrill seeking, speeding attitudes, and driving violations among a sample of motorsports spectators and drivers. *Accident Analysis and Prevention*, 86(2016), 16-22. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2015.09.014>
70. Zuckerman, M. (2015). Sensation seeking: behavioral expressions and biosocial bases. *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*, 2nd edition, 21. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25036-8>