

Orijinal Kaynak: Patrick, Wendy L. (2019). “The Real Reason Some People Get Hooked on Slot Machines”, *Psychology Today*.

Türkçe Kaynak: Fatma Nur Dolu tarafından *sosyalbilimler.org*'da yayımlanmak üzere Türkçeye çevrilmiştir.

Link: <https://www.sosyalbilimler.org/kumar-makineleri> | **Yayın Tarihi:** 27/07/2019.

Bazı İnsanların Kumar Makinelerine Bağlanmalarının Gerçek Nedeni

Seyahat programım trafiğe takılmamak için genellikle saat 03:00'ten önce yola çıkmayı gerektirir. Bu saatlerde otoyollar boş olmasına rağmen yol kenarındaki bazı müesseseler öyle değildir. Kahve için bir gazinoda dursam dışarıdaki ıssız muhitin tam aksine, her kesimden insanla dolu, kalabalık, iyi aydınlatılmış bir mekâna adım atarım. Hareketli müzik, kumar makinelerinin zilleri ve ısıklarıyla yarışır, fakat kimse bunu fark eder gibi görünmez. Ne de birbirlerini fark ederler; onlar birlikte yalnızlar, kendi şahsi ekranlarına sabitlenip parlak renkli meyvelerin yanıp sönen ışıklarını ve bulanıklığını, dolar işaretlerini ve eş zamanlı, kişisel şans oyunları boyunca dönüp duran diğer nesnelere izlerler.

Gecenin ortasında, ailelerinden uzakta burada ne yapıyorlar? Yapılan bir araştırma potansiyel bir cevap sağlamakta ve bunun para ile bir ilgisi yok.

Kumar ve Sosyalleşme

Kumar, kamuoyuna açık pek çok sosyal aktivite ve boş zaman faaliyetinden biridir. Kumarın bazı türleri, Powerball büyük ikramiyesi zamanı yeniden geldiğinde çalışanların bir para havuzuna dolarlarını yatırmak için koşuştururken işyeri koridorları ve dinlenme odalarındaki heyecan fırtınası ile açıkça görüldüğü üzere, sosyalleşmeyi gerektirir. Diğer mekânlarda, saf oyun aşkları ile motive olan sporseverler, oyuncular ve takımlar üzerine bahse girmek için bir araya gelir.

Birçok halka açık etkinlik kumarı eğlence ile birleştirir. Kentucky at yarışı sezonunun açılış günü, en acayip şapka yarışını önemli bir öğe olarak barındırır, Kentucky Derbisi'nde bir tür viski kokteyli olan Mint Julep ilginin odağı olur ve benzer şekilde, pek çok katılımcı için, asıl önemli olan kumar değil, diğer insanlarla tanışıp konuşmaktır.

Gazinolarda dahi çoğu oyuncu diğer insanlarla bir araya gelebileceği bir poker ya da barbut masasına oturmanın sosyal yönünü sever ve para kazanma ihtimali artı getirilerden yalnızca biridir. Halbuki diğerleri için kumar bağımlılık yapıcıdır. Bunların bazıları büyük ikramiyeyi gerçekten kazanacaklarına dair yanlış bir inanca sahip. Diğerleri ise paraya değil keyif almaya odaklanır.

Kendi Kendine Tedavi Yöntemi Olarak Kumar Makineleri

Kumar makineleri çoğunlukla muhteşem, parlak nesnelere olarak sunulurlar. Video oyunlarına benzer şekilde, kumar makineleri yaratıcı, moda uyumlu temalar, parlak renkler, yanıp sönen ışıklar ve potansiyel müşterileri ayartmak için dizayn edilmiş bir görüntü ve ses kombinasyonu ile öne çıkarlar.

Bu nedenle, Mike J. Dixon vd. (2019), bir kaçış yöntemi olarak kumar üzerine yaptıkları çalışmaya, bir eğlence biçimi olarak kumar makinelerinin cazibesini ele alarak başladı.

Piyangoların aksine, kazanıldığı takdirde sıklıkla dikkat çekici müzikler ve yüksek teknoloji animasyonların eşlik ettiği kumar makinesi ödülleri anında elde edilir. Buna ek olarak, kumar makineleri araştırmacıların işaret ettiği üzere “değişken oranlı pekiştirme tarifesi” nedeniyle yapıları gereği öngörülemezler.

Araştırmacılar, bir etkinliğe kendini tamamen verme hâli olan “kumar makinesi alanı”na giren oyunculara odaklandılar. Çoğu oyuncunun son derece haz verici bulduğu bu durum süresince oyun, oyuncuların farkındalıklarına hükmeder, zamanın farkına varmadan geçmesine neden olur. Pozitif psikolojideki “akış” kavramına benzerliğine rağmen, bazıları için ne yazık ki, kumar makinesinin neden olduğu akış, zaman yönetimi ve maddi kayıp açısından çoğunlukla negatif sonuçlar doğurur.

Kumar Makinelerinin Cazibesi: Depresyon ve Karanlık Akış

Dixon vd., kumar makinesi oynamaya tamamen kendini kaptırma, yaşamdaki diğer her şeyi unutmaya olgusunu “karanlık akış” olarak bilinen bir durum ile tanımlıyorlar. Araştırmacılar, yapılan işe kendini tamamen verme halinin genellikle planlanandan daha fazla para harcama gibi “karanlık” sonuçlara sürüklediğine işaret ediyor. Oysaki, çalışmada oyun esnasında karanlık akış pozitif duygulanımla ilişkilendirildi.

129 kumar oyuncusunu değerlendiren araştırmacılar kumar ile ilişkili olmayan bilinçli farkındalık problemlerinin problemlili kumar oynama, depresyon ve kumar oynarken deneyimlenen karanlık akış ile pozitif yönde ilişkili olduğunu keşfettiler. Özellikle günlük yaşamda anlamlı düzeyde depresyon belirtileri gösteren insanlar için, kumar oynarken karanlık akış pozitif duygulanım artışına yol açtı. Bu durum bir kaçış aracı olarak kumar makinelerinin cazibesini açıklıyor. Buna bağlı olarak, kumar problemi depresyon ve karanlık akışın ortak etkisi ile yordandı.

Sağlıklı Alternatifler

Kendinizi gecenin bir yarısı bir oda dolusu yabancıların arasında bir gazinoda yalnız otururken buluyorsanız bu araştırma sizi motivasyonunuz ve duygu durumunuz arasında bir sorgulamaya sevk edebilir. Çünkü, bazı insanlar için, kumar makinesi eğlenceden ziyade kaçış anlamına gelir. Bu insanlar için altta yatan belirtilere dair yardım almak uygun olacaktır. Depresyondan muzdarip iseniz çeşitli alternatif çıkış yollarını ve duygu durumunuzu iyileştirebilmeniz için tasarlanmış daha sağlıklı seçenekleri göz önüne alın, sevdiğinizlerle vakit geçirin ve paranızı biriktirin.

Kaynakça

Dixon, Mike J., Jeffrey Gutierrez, Madison Stange, Chanel J. Larche, Candice Graydon, Sonia Vintan, and Tyler B. Kruger. 2019. “Mindfulness Problems and Depression Symptoms in Everyday Life Predict Dark Flow During Slots Play: Implications for Gambling as a Form of Escape.” *Psychology of Addictive Behaviors*. 33 (1): 81–90.

Kayda Değer Akademik Metinler mottosuyla, 10 Ağustos 2015 tarihinde yayın hayatına başlayan **sosyalbilimler.org**, sosyal bilimler alanında çalışma yürüten her bireyin yararlanmasına veya

katkı sunmasına açık akademik bir web sitesidir. Hakkında detaylı bilgi almak için **sosyalbilimler.org/hakkinda** sayfasını ziyaret edebilirsiniz.

Facebook, Twitter, Instagram ve YouTube'da **@sosbilorg** kullanıcı adıyla *Sosyal Bilimler*'i takip edebilirsiniz.

sosyalbilimler.org/abonelik sayfasından e-bülten abonesi olarak, her pazar günü, o hafta içinde sosyalbilimler.org'da yayımlanan çalışmaların tamamını size gönderilecek bir e-posta ile alabilirsiniz.