



T. C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
DENEYSEL PSİKOLOJİ BİLİM DALI

HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Osman Polat SEZGİN

BURSA – 2019



T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
DENEYSEL PSİKOLOJİ BİLİM DALI

HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Osman Polat SEZGİN

Danışman:

Doç. Dr. Handan CAN

BURSA – 2019

T. C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji Anabilim, Deneysel Psikoloji Bilim Dalı'nda 701545003 numaralı Osman Polat SEZGİN'in hazırladığı "HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ" konulu Yüksek Lisans ile ilgili tez savunma sınavı, 11/04/2019 günü 13.30 – 14.30 saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin/çalışmasının başarılı olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.



Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu
Başkanı)
Doç. Dr. Handan CAN
Bursa Uludağ Üniversitesi



Üye
Öğr. Üyesi Dr. Hayriye GÜLEÇ PAP
Bursa Uludağ Üniversitesi



Üye
Doç. Dr. Nart Bedin ATALAY
TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesi

11/04/2019



SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA İNTİHAL YAZILIM RAPORU

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih:02/04/2019

Tez Başlığı / Konusu: "HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ"

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 68 sayfalık kısmına ilişkin, 02/04/2019 tarihinde şahsım tarafından *Turnitin* adlı intihal tespit programından (*Turnitin*) aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 4 'tür.

Uygulanan filtrelemeler:

- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar hariç/dahil
- 3- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

02/04/2019

Adı Soyadı: Osman Polat SEZGİN
Öğrenci No: 701545003
Anabilim Dalı: Psikoloji
Programı: Deneysel Psikoloji
Statüsü: Y.Lisans Doktora

Danışman
Doç. Dr. Handan CAN
02/04/2019

* Turnitin programına Bursa Uludağ Üniversitesi Kütüphane web sayfasından ulaşılabilir.

Yemin Metni

Yüksek Lisans / Doktora tezi olarak sunduğum “HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ” başlıklı çalışmanın bilimsel araştırma, yazma ve etik kurallarına uygun olarak tarafımdan yazıldığına ve tezde yapılan bütün alıntıların kaynaklarının usulüne uygun olarak gösterildiğine, tezimde intihal ürünü cümle veya paragraflar bulunmadığına şerefim üzerine yemin ederim.

11.04.2019



Adı Soyadı: Osman Polat SEZGİN

Öğrenci No: 701545003

Anabilim Dalı: Psikoloji Anabilim Dalı

Programı: Deneysel Psikoloji

Statüsü: Yüksek Lisans Doktora

ÖZET

Yazar Adı ve Soyadı	: Osman Polat SEZGİN
Üniversite	: Bursa Uludağ Üniversitesi
Enstitü	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı	: Psikoloji
Bilim Dalı	: Deneysel Psikoloji
Tezin Niteliği	: Yüksek Lisans Tezi
Sayfa Sayısı	: X + 60
Mezuniyet Tarihi	: GG/ AA /2019
Tez Danışmanı	: Handan CAN

HÜZÜNLÜ MÜZİK PARÇALARININ ALGILANDIĞI ESTETİK BAĞLAMIN BU PARÇALARA İLİŞKİN YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Pek çok insan olumsuz bir duygu olan üzüntüden ve bu duyguyu ortaya çıkaracak durum ve uyaranlardan kaçınmaya çalışır. Ancak bu insanlar ilginç bir şekilde üzüntü duygusunu ortaya çıkararak hüzünlü müzik parçalarını dinlemekten keyif aldıklarını söyler. Bu durum bilim insanları tarafından bir paradoks olarak görülmektedir. Bahsedilen paradoksu açıklamak için bazı kuramlar geliştirilmiştir. Bunlardan biri de Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'dir. Schubert'e göre üzüntü gibi tek bir duygu, oluşturduğu öznel hisse göre kavramsallaştırılabileceği gibi, itici-çekici aksiyon eğilimlerine göre de kavramsallaştırılabilir. Buna göre eğer bir müzik parçası estetik olarak değerlendirilen bir bağlamda dinlenirse ortaya çıkan duygu olumsuz olsa da bu parçaya ilişkin aksiyon eğilimi yaklaşma yönünde olacaktır. Ters durumda bu parça estetik olarak değerlendirilmeyen bir bağlamda dinlenirse parçaya ilişkin aksiyon eğilimi kaçınma yönünde olacaktır. Bu çalışmanın amacı Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'ni görgül olarak sınamaktır. Bu amaçla araştırmaya katılan Uludağ Üniversitesi öğrencisi 124 katılımcının bir kısmına, buldukları bağlamı estetik olarak değerlendirmelerini sağlamak için kendilerine herhangi bir bilişsel yükün yüklenmediği ve seçtikleri müzik parçalarını iyice odaklanarak dinleyebilecekleri bir bağlam oluşturulmuştur. Diğer bir grup katılımcı ise seçtikleri müzik parçalarını kendilerine bilişsel bir yük yüklenerek sunulmuştur. Bu parçalara katılımcılara odaklanmalarını güçleştirmek ve estetik deneyim yaşamalarını engellemek için 2 geri görevi ile eş zamanlı olarak dinletilmiştir. Katılımcıların duygudurumlarındaki değişiklikler PANAS ile ölçülmüştür. Bağlamı estetik olarak algılayıp algılamadıkları ise EDBSÖ ile belirlenmiştir. Aksiyon eğilimleri üzerinden yapılan ki kare analizine göre Schubert'in modelinin desteklendiği gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Üzüntü, Hüzünlü Müzik, Estetik Algı, Estetik Bağlam, Bilişsel Yük, Paralel Süreçler Hipotezi.

ABSTRACT

Name and Surname : Osman Polat SEZGİN
University : Bursa Uludağ University
Institution : Social Science Institution
Field : Psychology
Branch : Experimental Psychology
Degree Awarded : Master
Page Number : X + 60
Degree Date : DD /MM /2019
Supervisor : Handan CAN

EFFECTS OF PERCEIVED AESTHETIC CONTEXT OF SAD SONGS ON APPROACH-AVOIDANCE TENDENCIES TOWARDS THESE SONGS

Most people try to avoid the negative emotion, sadness, and situations or events that reveal this emotion. Interestingly, most people also report enjoyment from sad music songs which generate sadness. This contradictory situation is seen as a paradox from researchers. Theories are developed to explain this paradox, and one of them is Schubert's Parallel Processes Hypothesis. According to Schubert, a single emotion such as sadness can be conceptualized according to its creation of subjective feelings as well as its attraction-aversion action tendencies. So, if a music song is listened for aesthetic context, action tendency would be attraction, even if it results with a negative emotion. In contrast, if the song is not listened for aesthetic context, the action tendency would be aversion. The aim of this study is to test Schubert's Parallel Processes Hypothesis. To this aim, part of 124 undergraduate students from Uludag University are subjected to a context which they get no cognitive load and focus solely on the chosen music songs. Another part of the students are subjected to a context which they listen chosen music songs at the same time with 2-back tasks that would make difficult for them to focus on the songs and get any aesthetic experience. The mood changes of participants are measured with PANAS. Perception of aesthetics is measured with EDBSÖ. Results of the chi-square analysis on action tendencies supported Schubert's Parallel Processes Theory.

Keywords: Sadness, Sad Songs, Perception of Aesthetics, Aesthetic Context, Cognitive Load, Parallel Processes Hypothesis .

İÇİNDEKİLER

Sayfa

TEZ ONAY SAYFASI	iv
YEMİN METNİ.....	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar	x
ŞEKİLLER.....	x

BİRİNCİ BÖLÜM

(GİRİŞ)

1. Giriş	1
1.1. Üzüntü ortaya çıkaran müziklerin genel özellikleri ve kullandıkları mekanizmalar	4
1.2. Üzüntü ortaya çıkaran müzikleri dinlemenin altında yatan motivasyonlar	7
1.3. Paradoksu açıklamaya yönelik bütüncül modeller.....	10
1.3.1. Huron'un Prolaktin Modeli.....	10
1.3.2. BRECVEMA Modeli.....	12
1.3.3. Paralel Süreçler Hipotezi.....	15
1.4. Araştırmanın amaçları ve hipotezleri	19

İKİNCİ BÖLÜM

(YÖNTEM)

2. Yöntem	20
2.1. Katılımcılar.....	20
2.2. Veri toplama araçları.....	20
2.2.1. Demografik Bilgi Formu.....	20
2.2.2. Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği (Positive and Negative Affect Scale: PANAS).....	20
2.2.3. Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği (EDBSÖ).....	21
2.2.4. 2 Geri Görevi.....	21
2.2.5. Open Sesame Uyarıcı Hazırlama ve Sunum Programı.....	21
2.2.6. Müzik Parçaları.....	21
2.3. İşlem Yolu.....	22

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM (BULGULAR)

3. Bulgular	25
3.1. Yapılan duygudurum manipülasyonunun kontrolü için toplanan verilere ilişkin bulgular	25
3.2. Bulunulan bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmadığının kontrolü için toplanan verilere ilişkin bulgular	29
3.3. 2 Geri görevindeki performansın gruplara göre değerlendirilmesine ilişkin bulgular	31
3.4. Katılımcıların müzik parçalarına karşı yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ait verilerin analizine ilişkin bulgular.....	35

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM (TARTIŞMA ve SONUÇ)

4. Tartışma	37
4.1. Duygudurum manipülasyonunun kontrolüyle ilgili bulgulara ilişkin tartışma ve değerlendirme	38
4.2. Estetik bağlam manipülasyonunun kontrolü ve manipülasyonda kullanılan 2 geri görevi ile ilgili bulgulara ilişkin tartışma ve değerlendirme	39
4.3. Müzik parçalarına karşı yaklaşma-kaçınma eğilimleriyle ilgili bulgulara ilişkin tartışma ve değerlendirme.....	41
4.4. Araştırmanın sınırlılıkları ve öneriler.....	44
KAYNAKÇA.....	44
EKLER.....	51
EK. 1. Aydınlatılmış Onam Formu (Estetik bağlam grubu için).....	51
EK. 2. Aydınlatılmış Onam Formu (Estetik olmayan bağlam grubu için)	53
EK. 3. Demografik Bilgi Formu	57
EK.4. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği.....	59
EK. 5. Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği.....	60

TABLolar

Sayfa

Tablo 3.1. PANAS 1 ve PANAS 2 puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapma değerleri.....	26
Tablo 3.2. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları.....	27
Tablo 3.3. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için Levene varyansların homojenliği testi Sonuçları.....	27
Tablo 3.4. PANAS ölçümleri için tekrar ölçümlü ANOVA sonuçları.....	28
Tablo 3.5. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları.....	28
Tablo 3.6. EDBSÖ ölçümü için Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları.....	29
Tablo 3.7. EDBSÖ ölçümü için Levene varyansların homojenliği testi sonuçları.....	30
Tablo 3.8. EDBSÖ puanları ortalama ve standart sapma değerleri.....	30
Tablo 3.9. EDBSÖ ölçümü için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları.....	30
Tablo 3.10. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümlerin ortalama ve standart sapma değerleri.....	32
Tablo 3.11. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümlerin kayışlılık ve basıklık değerleri.....	33
Tablo 3.12. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümler için Levene varyansların homojenliği testi sonuçları.....	34
3.13. Yaklaşma-kaçınma eğilimleriyle ilgili koşullara göre gözlenen ve beklenen değerler.....	35

ŞEKİLLER

Şekil 1.1. Scherer'in Çok Bileşenli Duygu Modeli.....	16
Şekil 1.2. Schubert'in paralel süreçler hipotezi.....	18
Şekil 3.1. Koşullardaki katılımcıların yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ilişkin grafik.....	36

1. GİRİŞ

İnsanlar genellikle olumlu duyguları hissetmek isterler ve kendilerinde olumsuz duygular uyandırabilecek durum ve uyaranlardan uzak durmaya çalışırlar. Ancak ilginç bir şekilde pek çoğumuz üzüntü, hüznün, keder gibi olumsuz duygular uyandıran müzik parçalarını dinlemeyi severiz. Araştırmalara göre üzüntü (sadness), mutluluğun (happiness) ardından, müzik parçalarında en fazla bulunan duygudur (Kreutz, 2002; Lindström ve ark., 2002). İlginç bir şekilde insanlar hüznü müzik parçalarını dinleyerek gerçekten üzüntü duygusunu hissettiklerini ve bundan zevk aldıklarını rapor etmişlerdir (Garrido ve Schubert, 2013, 2015). Üzüntü, bir kayıp sonrası ortaya çıkan, yoksunluk hissi ve anhedoni (haz yitimi) ile karakterize olan olumsuz bir duygudur (Barr-Zisowitz, 2000). Olumsuz bir duygu olan üzüntüden zevk alma durumu, filozoflar ve araştırmacılar tarafından bir paradoks olarak görülmektedir. Görece yakın bir zamandan beri araştırmacılar bu paradoksa bir açıklama getirmeye çalışmaktadırlar.

Bu paradoks ile ilgili çalışmalar yapılırken ilk ortaya çıkan tartışmalardan biri, üzüntü duygusunu hissettiğini söyleyen insanların gerçekten de üzüntülü hissedip hissetmediğidir. İnsanların hüznü müziklerden zevk aldıklarını bildirdikleri çalışmalar, kendilerinin öz bildirimlerine dayalıdır. Ancak insanlar için genellikle his, duygu, duygudurum ve duygulanım gibi kavramlar –profesyonel kullanımın aksine– birbirinin yerine kullanılabilir kavramlardır. Dolayısıyla katılımcıların müzik dinledikleri sırada rapor ettikleri deneyimlerinin neye karşılık geldiği (his, duygu, duygudurum, duygulanım) açık değildir. Bununla beraber bu araştırmalarda kullanılan yöntem, daha önce belirtildiği gibi öz bildirim yoluyla veri toplamaktır. Öz bildirim yönteminin bazı sorunları vardır, örneğin insanların bir kısmı deneyimledikleri şeyi doğru algılayamayabilir ya da doğru ifade edemeyebilir; başka bir kısmı ise araştırmanın amacına uygun olacak şekilde yanlı cevaplar verme eğiliminde olabilir (Graves, 2010; Lehrer, 2009; Wilson ve Schooler, 1991). Bunun gibi bazı sınırlılıklar, bazı araştırmacıların, müziğin aslında gerçek (genuine) bir duygu ortaya çıkartmadığı; bunun yerine müzik parçalarındaki bazı akustik özelliklerin belirli bir duyguyla eşleştirilerek algılandığı, bunun da sanki o duygu yaşanmış gibi deneyimlenmesine sebep olduğu fikrini savunmalarına neden olmuştur. Böylesi bir görüş, başta bahsedilen

paradoksun aslında hiç olmadığı sonucunu ortaya çıkarabilir. Ancak psikofizyoloji ve nöropsikoloji alanlarından gelen veriler tartışmanın burada bitmediğini göstermektedir.

Psikofizyolojik tepkiler otonom sinir sistemi tarafından kontrol edilir. Bu tepkiler uyarana özgüdür ve bireyler bu tepkilerini istemli olarak kontrol edemezler. Bazı çalışmalar müzik dinlemenin, kalp atış oranı, deri sıcaklığı ve iletkenliği, nefes alım hızı ve hormon salınımı gibi psikofizyolojik parametrelerde, gerçek duyguların ortaya çıkardığıyla aynı şekilde bir değişim ortaya çıkardığını göstermiştir (Akt; Hodges, 2010). Farklı müzik parçaları, farklı psikofizyolojik tepki örüntüleri ortaya çıkarabilmektedir (Krumhansl, 1997), böylece psikofizyolojik ölçümlere dayalı gerekli teknikleri kullanarak müzik parçalarının ortaya çıkardığı farklı duyguları birbirinden ayırabilmek ve bunların yoğunluğunu belirlemek mümkündür. Örneğin bir araştırmada katılımcıların hem hüzünlü hem neşeli müzik parçalarını dinledikleri sırada yüz kaslarının hareketleri, deri iletkenlikleri ve vücut sıcaklıkları gibi psikofizyolojik ölçümleri kaydedilmiştir. Aynı zamanda bu katılımcıların parçaları dinledikleri esnada hissettiklerini öz bildirim yoluyla değerlendirmeleri istenmiştir. Sonuçlar bu iki kanaldan gelen bilgilerin belirli bir duygu için tutarlı bir örüntü gösterdiğini; farklı duygular söz konusu olduğunda bu örüntünün farklılaştığını göstermiştir. Örneğin katılımcılarda neşeli müzik parçalarında, hüzünlü parçalara göre daha fazla zigomatik (şakak bölgesi) yüz kası aktivitesi (gülümseme gibi), daha yüksek deri iletkenliği ve daha düşük deri sıcaklığı ortaya çıkmış; katılımcılar öz bildirimlerinde daha fazla mutluluk ve daha az üzüntü hissettiklerini rapor etmişlerdir (Lundqvist, Carlsson, Hilmersson ve Juslin, 2009).

Beyin görüntüleme çalışmaları, müzik dinleme esnasında aktive olan beyin bölgelerinin, daha önceki çalışmalarda duygusal tepkilerle ilişkili olduğu bilinen beyin bölgeleriyle benzerlik gösterdiğini ortaya koymuştur. Duygudurumdaki değişiklikler anterior singulat korteks ve insular korteks aktivasyonundaki değişikliklerle bağlantılıdır ve bu iki yapı karşılıklı etkileşim içindedir (Damasio, 1999; Mesulam ve Mufson, 1982). Pozitron emisyon tomografi (PET) ve fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRG) ile yapılan bazı beyin görüntüleme çalışmalarında üzüntü deneyimi esnasında her iki bölgede de aktivasyon artışı olduğu bulunmuştur (Lane ve ark., 1997; Damasio ve ark., 2000; Lévesque ve ark., 2003; Habel ve ark., 2005). Benzer şekilde hipokampus, parahipokampal girus, talamus ve amigdala da üzüntü

duygusuyla ilişkilidir. Araştırmacılar hüzünlü yüz ifadelerine bakmak ya da üzücü olaylarla ilgili bir otobiyografik anıyı hatırlamak gibi deneyimlerden sonra bu bölgelerde aktivasyon artışı olduğunu bulmuşlardır (Posse ve ark., 2003; Habel ve ark., 2005). Bahsedilen beyin yapılarının dışında bazı frontal lob bölgelerinin de üzüntüyle ilişkili olduğu bilinmektedir. Meta analiz çalışmaları, farklı araştırmacılar tarafından oluşturulan hüzünlü duygudurum deneyimleri sırasında superior frontal girus ve medial frontal girusta aktivasyon artışı olduğunu pek çok kez göstermiştir (Vytal ve Hamann, 2010).

Beyinde üzüntüyle ilişkili olduğu bulunan bu beyin bölgeleri, müzik parçaları tarafından oluşturulan üzüntü deneyimi sırasında da benzer örüntüler göstermektedirler. Katılımcıların aşına oldukları müzik parçalarını dinledikleri bir çalışmada, hüzünlü bulduklarını söyledikleri parçaları dinlerken, neşeli buldukları parçalara kıyasla kaudat çekirdek ve talamusta daha fazla aktivasyon artışı gözlemlenmiştir (Brattico ve ark., 2011). Diğer bazı araştırmalara göre de, müzik dinleme esnasında talamus, hipokampus, amigdala, orbitofrontal korteks, insula ve nükleus akkumbens gibi korteks altı ve kortikal yapıların aktivasyonu, bireylerde gerçekten duygu ortaya çıkaran uyaranlar tarafından tetiklenen aktivasyonla benzerlik göstermektedir (Blood ve Zatorre, 2001; Brown ve ark., 2004; Koelsch ve ark., 2006).

Psikofizyoloji ve nöropsikoloji alanındaki çalışmalar, hüzünlü müziklerin dinletildiği durumlarda, insanların gerçekten de üzüntü duygusunu hissettiklerini göstermektedir. Ancak başta paradoks olarak nitelendirilen durumun paradoks olmasına sebep olan şey, insanların aynı zamanda da bu durumdan hoşlanmasıdır. Bu hoşlanma durumunu psikofizyolojik ve nöropsikolojik olarak gösteren az sayıda çalışma mevcuttur. Müzikten alınan keyfin, nükleus accumbens, ventral striatum ve kaudat çekirdek gibi yapılardaki hemodinamik aktivitenin artışıyla ilişkili olduğu pek çok çalışmada gösterilmiştir (Örn. Blood ve Zatorre, 2001; Koelsch ve ark., 2006). Bu sonuçlar, yemek ve seks gibi diğer ödüllendirici uyaranlarda olduğu gibi müzikten alınan zevkin de dopamin salınımını artırdığını ortaya koymaktadır. Trost ve ark. (2012) ventral striatumdaki aktivasyonla müzik tarafından ortaya çıkarılan hüzün-neşe gibi karışık duygusal tepkiler arasında bir bağlantı keşfetmişlerdir. Buna göre, olumsuz duygusal içeriğe sahip müzik parçaları sağ ventral striatumdaki aktivasyon artışına yol açarak müzikten keyif alma ortaya çıkarırken; olumlu duygusal içeriğe sahip müzik

parçaları ise sol ventral striatumdaki aktivasyon üzerinden müzikten keyif alma ortaya çıkarmaktadır. Bunun gibi az sayıdaki beyin görüntüleme çalışmasının yanında, öz bildirim yoluyla elde edilen veriler de tutarlı bir şekilde katılımcıların hüzünlü müzik dinlemekten hoşlandığını göstermektedir (Eerola ve ark., 2018). Zaten bu parçaların uyandırdığı olumsuz duygulara rağmen katılımcılar tarafından özellikle dinlemek üzere tercih edilmesi, katılımcıların bu deneyimden hoşlandıklarının bir göstergesi olarak kabul edilebilir (Sachs, Damasio ve Habibi, 2015). Dolayısıyla mevcut paradoks hala varlığını sürdürmektedir.

Üzüntü ortaya çıkaran müziklerden hoşlanma paradoksuyla ilgili daha bütüncül bir anlayışa sahip olabilmek için üzüntü ortaya çıkaran müziklerin nasıl özelliklere sahip olduğu ve üzüntü ortaya çıkarmak için hangi mekanizmaları kullandığını anlamak faydalı olabilir. İnsanların hangi motivasyonlarla bu müzikleri dinlediğini öğrenmek de sorunun çözümüne ışık tutabilir. Bu bölümün ilerleyen kısımlarında bu iki konu detaylıca incelenecektir. Ardından, literatürde bu paradoksu açıklamak için geliştirilmiş bütüncül modellerden bahsedilecektir. Son olarak ise mevcut araştırmanın amaçları ve hipotezleri anlatılacaktır.

1.1. ÜZÜNTÜ ORTAYA ÇIKARAN MÜZİKLERİN GENEL ÖZELLİKLERİ VE KULLANDIKLARI MEKANİZMALAR

Araştırmalar, insanların müzik parçalarında hangi duyguların ifade edildiğini tanımlamada oldukça başarılı olduklarını göstermektedir (Haack, 1980; Juslin ve Laukka, 2004; Lindström, ve ark., 2002). Müziğin taşıdığı duyguları tanımlamada bireyler arasında çok az fark olmakla beraber, özellikle hüzünlü ve neşeli müzik parçaları söz konusu olduğunda, müziğin ifade ettiği duyguyu tespit etmenin insanlar için çok kolay olduğu bulunmuştur (Haack, 1980; Juslin ve Laukka, 2004; Lindström ve ark., 2002). Bu durum aynı türde duyguları taşıyan müzik parçalarının benzer akustik özelliklere sahip olabileceği fikrini akla getirmektedir.

Müzikte duygu algısının, tempo, mod ve ton kullanımı, enstrüman seçimi, dinamiği ve ses düzeyi gibi özellikler tarafından ortaya çıkarıldığı düşünülmektedir (Gabrielsson ve Lindström, 2001). Üzüntü ortaya çıkaran müzikler söz konusu olduğunda, bu parçalardaki ortak özelliklerin, yavaş tempo, minör mod kullanımı, düşük ses seviyesi, ses seviyesinde sınırlı düzeyde değişimler, kalın perdelerde icra, dar perde aralığı kullanımı, inici dizilerin tercih edilmesi, düz entonasyon, legatolu (bağlı notalar)

artikülasyon, donuk ve mat tınlar, geniş zamansal değişkenlik (örn. uzun hava), uzun ve kısa notalar arasında yumuşak kontrast, ve vibrato kullanımını olduğu farklı araştırmaların sonuçlarından bilinmektedir (akt; Juslin ve Laukka, 2004).

Bahsedilen bu akustik özelliklerin üzüntü duygusuyla ilişkisinin kökeni araştırmacılar tarafından merak konusu olmuştur. Bu konu araştırılırken, bahsedilen akustik özellikler, icracıyla ilgili özellikler ve besteciyle ilgili özellikler şeklinde iki grupta incelenebilir. İcrayla ilgili özelliklere tempo, ses seviyesi, nüans ve tını örnek verilebilir. Hüzünlü konuşmanın ise altı akustik özelliğinden bahsedilmektedir. Bunlar; (1) Kalın perdede bir ses tonu, (2) sınırlı perde çeşitliliği, (3) düşük ses seviyesi (4) yavaş konuşma hızı, (5) mırıldama veya mırıldamaya yakın şekilde artikülasyon ve (6) koyu tınılardır (akt; Huron, 2011). Bu özellikler, hüzünlü müziklerin icrayla ilgili akustik özellikleriyle büyük ölçüde ortaktır. Konuşmanın sözel olmayan öğeleri belli bir duygunun karşı tarafa aktarılmasında oldukça etkilidir. Dolayısıyla hüzünlü konuşmanın akustik özellikleriyle, hüzünlü müziklerin icrayla ilgili akustik özelliklerinin bu şekilde paralellik göstermesi, bahsedilen bu özelliklerin niçin hüzünlü müzik parçalarının karakteristiğini belirlediğini anlamayı kolaylaştırabilir. Araştırmalara göre, icracılar, hüzünlü parçaları çalarken, özellikle hüzünlü konuşmanın akustik özelliklerini daha fazla kullanmaktadırlar (Juslin ve Laukka, 2003).

Besteciyle ilgili özellikler genellikle inici dizilerin tercih edilmesi, düz entonasyon ve minör-dissonant modların kullanımını kapsar. Bu özelliklerin üzüntü duygusuyla ilişkisinin kökeni net olmamakla birlikte bazı spekülasyonlar vardır. Buna göre, bu özelliklerin üzüntü ile ilişkili olması, tarih boyunca gelişen kültürel gelenekler sayesinde bu akustik özelliklerin bir şekilde üzüntüyle eşleştirilmiş olmasından kaynaklanabilir (Juslin ve Laukka, 2003). Ancak bu konunun detaylı olarak araştırılmaya ihtiyacı vardır.

Müzik parçalarının hangi mekanizmalar aracılığıyla belli bir duyguyu ortaya çıkardığı, araştırmacıların ilgisini çeken bir konudur. Normalde duygu ortaya çıkaran uyaranlar spesifik bir duruma özgüdür ve evrimsel olarak adaptif bir işlevi olduğu için ilgili duygu ortaya çıkar. Müzik, bu anlamda doğrudan duygu ortaya çıkarma kapasitesine sahip olmadığı için, müziğin duyguları nasıl tetiklediği konusunda makul kuramsal mekanizmaların tanımlanmasına ihtiyaç vardır.

Yapılan farklı araştırmalarda, müziğin duyguları nasıl ortaya çıkardığına dair farklı kuramsal mekanizmalar önerilmiştir. Bunlardan ilki *dinleyici beklentileridir*. Araştırmacılar dinleyicilerin dinledikleri parçanın gidişatı hakkında bir öngörü sahibi olduğunu düşünürler. Eğer müzik parçası dinleyicilerin bu öngörü ve beklentilerinden sapmalar gösterip dinleyiciyi bir anlamda şaşırtabilirse bu müzik parçalarının duyguyu daha güçlü bir şekilde ortaya çıkarabildiği öne sürölmektedir (Meyer, 1956). Ancak daha yakın zamanda yapılan çalışmalar parçaların duygu ortaya ıkartabilmesi için dinleyicinin beklentilerinden sapmalar göstermesinin yeterli olmadığını göstermiştir. Buna göre beklentilerden sapmalarla belli bir düzeyde gerilen dinleyicinin sonrasında tatmin edici bir ‘özüm’ ile rahatlatılması da duygulanımın gerçekleşmesi için önemlidir (Eerola, 2003; Hellmuth Margulis, 2003; Rozin, 2000). İkinci mekanizma müzik parçalarının *uyarım oluşturma potansiyelidir*. Dinleyiciler parçaların kendilerinde belli bir uyarılmışlık düzeyi oluşturmasını beklerler. Bir parçanın uyarım oluşturabilmesi parçanın ses düzeyi, temposu ve ritmik karmaşıklığı gibi özelliklerine bağlıdır. Berlyne (1971)’e göre parçaların dinleyiciler tarafından dinlemek üzere tercih edilmesi ve kendilerinde duygu ortaya çıkarabilmesi için, bu parçaların dinleyici üzerinde ne çok az; ne de çok fazla uyarım oluşturması; optimum düzeyde uyarım sağlaması gerekmektedir. Üçüncü mekanizma, *duygu geçişidir*. İnsanlar diğer insanların duygularını yüz ifadelerinden ya da konuşma şekillerinden anlayabilmektedir (Neumann ve Strack, 2000). Hüzünlü müziğin de icracıyla ilişkili akustik özellikleri, hüzünlü konuşmanın akustik özellikleriyle benzerlik gösterdiğinden, bu akustik özellikler duyulduğunda algılanan üzüntü duygusu kişinin kendisine geçiş yapabilir ve kişinin aynı şekilde hissetmesini sağlayabilir (Juslin ve Laukka, 2003). Dördüncü mekanizma *ağrışımdır*. Müziğe verilen çağrışımsal tepkiler, bilinçli olmayan, koşullanma gibi “ilkel” öğrenme mekanizmalarını içerir. Ancak bu tepkiler birey için duygusal değer olan belirli yerlerin, olayların veya bireylerin anılarını uyandırır. Araştırmalar, insanların değerli bir anıyı hatırlamak için müzik parçalarından faydalandıklarını (Sloboda ve O’Neill, 2001) ve belirli bir müzik parçasının hayatlarının belirli bir dönemini temsil ettiğini düşündüklerini (Schulkind ve ark., 1999) göstermektedir. Beşinci mekanizma ise *zihinde canlandırma*dır. Müzik parçaları belli imgelerin zihinde canlanmasını sağlamada çok etkilidir. Bu imgeler sadece müziğin kendisi ya da müzisyenle değer, her şeyle ilgili olabilir. Müziğin yapısıyla zihinde canlanan imgelerin

yapısı arasındaki ilişki ortaya çıkan duyguyu belirler. Yapılan bazı çalışmalar zihinde canlanan imgelerin, hem dinleyiciler hem de müzisyenler için müziğe karşı duygusal tepkiler geliştirmede etkili bir araç olabileceğini göstermektedir (Band ve ark., 2001; Persson, 2001; Godøy ve Jørgensen, 2001).

Dinleyicinin müzikle olan ilişkisi ve empati gibi bazı kişisel özellikleri de, müzik dinlerken belli bir duygunun ortaya çıkmasında ve hissedilen duygunun yoğunluk ve derinliğinin belirlenmesinde etkilidir (Van den Tol, 2012). Yapılan bir araştırmada empati düzeyi yüksek olan katılımcıların aşına olmadıkları hüzünlü parçaları dinlediklerinde üzüntü duygusunu daha yoğun hissettikleri bulunmuştur. Aynı çalışmada hatırlanan otobiyografik anların, katılımcıların aşına oldukları hüzünlü müzikleri dinlerken daha yoğun üzüntü hissetmelerine sebep olduğu ortaya konmuştur (Vuoskoski ve Eerola, 2012). Bunun yanında sosyokültürel bağlam da müziğin duyguyu nasıl ortaya çıkardığı konusunda belirleyici bir etkidir. Bağlam belli durumlarda müziğin belli bir duyguyu taşımasını ve bu duygunun bireye geçmesini sınırlarken, belli durumlarda da tam tersine bunu kolaylaştırabilir; ancak bu durumları spesifik olarak belirleyebilecek çok fazla görgül çalışma bulunmamaktadır. Yine de sınırlı verilere dayanarak bu durumları ve bunların müzik-duygu ilişkisine etkilerini açıklamaya çalışan az sayıda model bulunmaktadır. Bu modeller ilerleyen bölümlerde anlatılacaktır.

1.2. ÜZÜNTÜ ORTAYA ÇIKARAN MÜZİKLERİ DİNLEMENİN ALTINDA YATAN MOTİVASYONLAR

İnsanların hüzünlü müzik parçalarını dinlediklerinde gerçek üzüntü duygusunu hissettiği pek çok araştırma tarafından desteklenmektedir. Bu durumda olumsuz bir duygu olarak tanımlanan üzüntüyü ortaya çıkaran müzik parçalarının neden insanlar tarafından dinlendiği sorusu akla gelebilir. İnsanları hüzünlü müzikler dinlemeye motive eden etkenlerden biri, içinde bulunulan durum ya da bağlam olabilir. Örneğin insanlar seyahat ederken, araba kullanırken, kitap okurken ya da çalışırken hüzünlü müziklerin kendileri için güzel bir arka plan oluşturduğunu rapor etmektedirler (Taruffi ve Koelsch, 2014). Pek çok çalışmaya göre insanlar özellikle olumsuz duyguları deneyimlediklerinde hüzünlü müzik parçaları dinlerler. Örneğin sevilen birinin kaybı, romantik partnerle yaşanan sorunlar/romantik partnerden ayrılma, iş hayatıyla ilgili olumsuzluklar bireyde hüzünlü müzik parçaları dinleme eğilimini artırmaktadır (Taruffi

ve Koelsch, 2014; Van den Tol ve Edwards, 2013). Bununla birlikte diğeri tarafından anlaşılma ve kabul görme ihtiyacı söz konusu olduğunda, bireyler yine hüzünlü müzik parçaları dinleme eğilimindedirler (Taruffi ve Koelsch, 2014; Van den Tol ve Edwards, 2013). Hüzünlü müzik parçalarının özellikle tercih edildiği bir durum da çok yorgun ve bitkin olunan durumlardır (Schellenberg ve ark., 2008).

Mutluluk gibi olumlu duyguların deneyimlendiği zamanlarda bile hüzünlü müzik parçalarının dinlenmesi söz konusu olmakla beraber (Tahlier, Miron, ve Rauscher, 2013; Van den Tol ve Edwards, 2015) bu parçaları dinlemenin asıl yordayıcısının olumsuz durum ve duygular olduğu daha yaygın kabul görmektedir (Hunter, Schellenberg ve Griffith, 2011; Matsumoto, 2002). Bu, üzüntü duygusunun kronik olduğu ve üzüntünün deneysel olarak ortaya çıkarıldığı araştırmalarca da desteklenmektedir. Bu araştırmalarda katılımcılardan kendi yakınlarını kaybettikleri, tanıdıkları birinin bir yakını kaybettiği ve bir yabancı bir yakını kaybettiği durumları hayal etmeleri; ve bu işlemin ardından dinlemek üzere bir müzik parçası seçmeleri istenmiştir. Sonuçta, hayal edilen durumun kişinin kendisine yakınlığı ya da uzaklığından bağımsız olarak katılımcıların hüzünlü müzik parçalarını dinlemeyi tercih ettikleri ve dahası neşeli müzik parçalarını dinlemekten özellikle kaçındıkları; çünkü böyle bir tercihin uygun olmayacağını rapor ettikleri görülmüştür (Chen, Zhou ve Bryant, 2007; Taylor ve Friedman, 2015). Bu çalışmalardan gelen bir diğeri bilgiye göre katılımcılar, duygudurum değişimlesi yapıldıktan sonra eğer yeteri kadar süre geçerse hüzünlü yerine neşeli müzik parçalarını tercih etmektedirler. Bu durumda katılımcılar duygudurumlarını iyileştirmeye odaklandıklarını rapor etmektedirler (Chen, Zhou ve Bryant, 2007).

Üzüntü duygusunu ortaya çıkaran olayların nitelikleri açısından bakıldığında, henüz çözülememiş sorunların ortaya çıkardığı üzüntü sonrasında, çözülmüş ya da çözüme çok yaklaşılmış sorunların sebep olduğu üzüntü durumuna kıyasla, hüzünlü parçaları dinleme eğilimi daha fazladır (Tahlier, Miron ve Rauscher, 2013). Bu bulgu, örneğin sevilen birinin kaybı gibi çözülmesi veya düzeltilmesi mümkün olmayan, teselli ve rahatlama arayışının yüksek olduğu durumlarda, bireyler arasında hüzünlü müzik parçaları dinlemenin yaygın olduğunu gösteren diğeri bulgularla (Hanser ve ark., 2016; Van den Tol, Edwards ve Heflick, 2016) tutarlıdır.

İnsanların neden hüzünlü müzik parçaları dinlediklerini anlamının bir yolu da, bu parçaları dinlemenin kendilerine psikolojik açıdan nasıl bir avantaj sunacağı konusundaki beklentilerini öğrenmek olabilir. Araştırmacıların bir kısmı bu tür parçaları dinlemenin bireylere üzüntü duygusunun tanımlanması, dışa vurulması ve böylece etkisinin azaltılması açısından yardımcı olduğunu düşünmektedirler (Garrido ve Schubert, 2013; Matsumoto, 2002; Saarikallio ve Erkkilä, 2007; Schubert, 2007; Taruffi, ve Koelsch, 2014). Bu bağlamda değerlendirildiğinde, bu parçaların müzik terapisi gibi yöntemlerle de birlikte, bireyin öznel iyilik halini artırmak amacıyla kullanılmasının mümkün olduğunu savunan modeller söz konusudur (Dalton ve Krout, 2006; McFerran, 2010). Bununla beraber, hüzünlü müzik parçaları dinlemenin bu parçayı ortaya çıkaran ve dinleyen bireylerle özdeşim kurarak, hissedilen olumsuz duygunun diğer insanlarca da deneyimlenebildiği çıkarımına yol açtığı, bu çıkarımın ‘‘normalleştirme’’ye hizmet ettiği ve bu normalleştirmenin de olumsuz duygularla baş etmede etkin rol oynadığını savunan görüşler de vardır (Hines ve McFerran, 2014; Van den Tol, Edwards ve Heflick, 2016).

Karşıt tarafta ise, üzüntü gibi olumsuz duygularla mücadele etmede hüzünlü müzik parçalarının işlevsel olmadığını iddia eden araştırmacılar vardır. Örneğin Carlson ve arkadaşları (2015)’na göre üzüntü ve öfke gibi olumsuz duyguları, bu duyguları yansıtan müzik parçalarıyla ifade etmek ya da dışa vurmak, bireylerdeki yüksek kaygı düzeyi ve nevrotizme ilişkilidir. McFerran ve Saarikallio (2014) ve Garrido ve Schubert (2015)’in bulgularına göre, tanı almamış bireylere kıyasla, depresyon tanısı almış ergenlik çağındaki bireyler daha fazla hüzünlü ya da öfkeli müzikler dinleme eğilimindedirler; üstelik bu tür müzikleri dinlemek bu bireylerde sosyal izolasyon, olumsuz duyguyu ortaya çıkaran olay ya da olaylara saplanıp kalma (rumination) ve duygu durumunu iyileştirmek için çaba harcamama gibi işlevsel olmayan durumlara da sebep olmaktadır. Yine başka araştırmalara göre hüzünlü müzik parçalarını tercih etme ile olumsuz düşüncelere istemsiz olarak odaklanma ve depresif belirtiler arasında yüksek korelasyon vardır (Hogue, Crimmins ve Kahn, 2016; Punkanen ve ark. 2011).

Literatüre göre hüzünlü müzik dinlemeyi motive eden faktörlerden biri de bu müziklerin teselli (solace) sağlaması, olumsuz duygu ve olayların kabullenilmesine yardımcı olmasıdır. Bir anket çalışmasına göre bireyler olumsuz bir olay ya da duyguyla yüzleşip teselli bulmak istediklerinde neşeli müziklere kıyasla hüzünlü müzik

parçalarını daha fazla tercih etmektedirler (Van den Tol, Edwards ve Helfick, 2016). Hatta genel olarak müziğin diğer başka yollara göre en iyi teselli kaynağı olduğuna ilişkin veriler de vardır (Hanser ve ark., 2016).

Sağlıklı örnekleme yapılan çalışmaların sonucuna göre bireylerin içinde buldukları olumsuz duygu durumuyla uygun olacak şekilde hüzünlü müzik parçaları dinlemeleri, teselli ederek yardımcı olması, bu duygularla ilgili içgörü oluşturarak kabullenmeyi ve/veya mücadele etmeyi kolaylaştırması bakımından sağlıklı bir davranış olabilir (Van den Tol, Edwards, & Heflick, 2016). Hanser ve arkadaşları (2016), araştırmalarında hüzünlü müzik parçalarını dinlemek ile hem olumsuz olayları hem de bu olayların ortaya çıkardığı olumsuz duyguları kabullenme arasında korelasyon bulmuşlardır. Ayrıca hüzünlü müzik parçalarını dinlemekle olumsuz duygularla baş etme çabası arasında da ilişki bulmuşlardır.

Bazı araştırmacılar hüzünlü müzik parçaları dinlemenin birey için ödüllendirici bir etkisinin olduğunu savunmuşlardır. Bu çalışmalarda hüzünlü parçaların bireyin dikkatini dağıtarak, olumsuz duyguyu yaratan olayın hatırlanmasına engel olmasından; ya da sadece bu parçaların sahip olduğu estetik özelliklerden dolayı bireylerin duygu durumunu iyileştirdiği bulunmuştur (Hines ve McFerran, 2014; Van den Tol ve Edwards, 2013, 2015). Ter Bogt ve arkadaşları (2010)'na göre özellikle sıkça müzik dinleyen, müziği önemseyen ve müziğe özel bir anlam yükleyen bireylerde bu müzik parçaları, olumsuz duygularla baş etme ve duygu durumu iyileştirmede daha etkin bir araçtır. Üzüntü ve öfke gibi olumsuz duyguları içeren parçaların ödüllendirici etkisi özellikle metal müzik dinleyen ergenlerde gözlemlenmektedir. Hines ve McFerran (2014)'ın bulgularına göre metal müzik dinleyen ergenler bu parçaların kendilerini motive ettiğini ve kendilerine enerji verdiğini rapor etmişlerdir. Yine aynı çalışmaya göre metal müzik ergenlik çağındaki bireylerin kimlik oluşturma ve bir grup bilincine sahip olmalarına yardımcı olmaktadır.

1.3. PARADOKSU AÇIKLAMAYA YÖNELİK OLUŞTURULMUŞ BÜTÜNCÜL MODELLER

1.3.1. Huron'un Prolaktin Modeli

Üzüntülü duygu durumun pek çok insandaki en rahat gözlenebilir göstergesi göz yaşıdır. Bilim insanları göz yaşını iki grupta incelerler. İlk grupta göze yabancı bir cisim kaçtığına ya da örneğin soğan doğrarken olduğu gibi dış bir uyaran sonucu

ortaya çıkan göz yaşı vardır. İkinci grupta ise üzüntü, yas; bazen de mutluluk gibi duyguların ortaya çıkarttığı ‘psikolojik’ göz yaşı yer alır. İki gözyaşı tipini içerik olarak ayıran tek fark psikolojik göz yaşında yüksek miktarda prolaktin olmasıdır (Frey, 1985). Prolaktin, ağırlıklı olarak hipofiz tarafından salgılanan bir peptid hormondur; fakat aynı zamanda merkezi sinir sisteminde, bağışıklık sisteminde, rahimde ve meme bezlerinde de sentezlenir. Özellikle memelilerde süt üretiminde işlevi vardır; ancak hem kadınlarda hem erkeklerde pek çok başka durum için de işlevseldir.

Prolaktinin özellikle bazı önemli psikolojik işlevleri olduğu bilinmektedir. Prolaktinin rahatlama, sakinlik, teselli bulma gibi iyi olma haliyle ilgili hisleri üretmekten sorumlu olduğu düşünülmektedir. Örneğin cinsel ilişkiden sonra salgılanan prolaktin miktarı, ilişkiden alınan tatmin ve rahatlama duygusuyla pozitif korelasyon göstermektedir (Brody ve Krüger, 2006). Prolaktinin bahsedilen rahatlatıcı ve bireysel iyilik haline katkı sağlayıcı etkisinden dolayı, üzüntü ve yas gibi durumlarda salınıyor olmasının, homeostatik dengeyi sağlamaya yönelik olduğu düşünülmektedir. Tüm fizyolojik sistemler birbiriyle antagonist olarak çalışan ve eşzamanlı aktivasyon ve inhibisyon yoluyla belli bir dengeyi sağlayan alt sistem çiftleri içerir. Örneğin organizma fiziksel bir acı duyduğunda, acıyı azaltmak üzere, analjezik etkiye sahip olan endorfin vücut tarafından salgılanır. Huron’a (2011) göre nasıl ki fiziksel acı sırasında endorfin acıyı hafifletici bir etki sağlıyorsa, üzüntü, yas gibi ‘psikolojik’ acılar sırasında da prolaktinin benzer bir iyileştirici-yatıştırıcı etkisi olabilir.

Her ne kadar psikolojik gözyaşında yoğun olarak prolaktin bulunsa da üzüntü, yas gibi psikolojik acı durumlarında prolaktin salınımı olması için göz yaşının şart olmadığını gösteren çalışmalar vardır. (Turner ve ark., 2002). Prolaktinin bahsedilen özelliklerinden yola çıkan Huron (2011), hüznü müziklerden zevk alma paradoksunu açıklayabilmek için oluşturduğu modelinde, prolaktini merkeze koymuştur. Bu modelde, bir kişinin ortada gerçek bir kayıp ya da zorlayıcı bir yaşam olayı gibi üzüntü ortaya çıkaracak bir durum olmadığı halde beyni ‘kandırarak’ sanki üzüntü ortaya çıkaracak bir durum söz konusuymuş gibi davranmasını sağlayacak hipotetik bir durumdan bahsedilmektedir. Eğer beyin uygun şekilde ‘kandırılabilirse’ ve prolaktinin de bahsedildiği gibi yatıştırıcı-

iyileştirici etkisi varsa ve bu etki üzüntü sırasında homeostatik dengeyi sağlamada işlevselse, bu durumda vücut prolaktin salgılayacaktır. Böylece vücutta prolaktinin rahatlatıcı ve bireysel iyilik halini sağlamada yardımcı etkileri hissedilecektir. Başka bir deyişle, gerçek bir psikolojik acının yokluğunda yaşanan üzüntü hissi Huron'un ifadesiyle "iyi" bir ağlama olarak nitelendirilebileceğimiz bir durum oluşturacaktır. Huron, beyni bu şekilde kandırabilmenin müzik sayesinde olabileceğini ileri sürmektedir. Bölüm 1.1'de anlatıldığı gibi üzüntü ortaya çıkaran müziklerin bazı akustik özellikleri hüzünlü bir konuşmanın akustik özellikleriyle paralellik göstermektedir. Huron'a göre hüzünlü müzikler hüzünlü bir konuşmanın akustik özelliklerini taklit eder, sonrasında insanlar müzik ve konuşmanın bu özellikleri arasında çağrışım kurarlar ve empatik bir tepkiyle üzüntü hissedilmesine neden olacak bir durum gerçekten varmış gibi beyni 'kandırmış' olurlar. Sonrasında gözyaşı olsun veya olmasın, beyinin bir bakıma 'kandırılması' ile ortaya çıkarılan bu üzüntü durumu prolaktin salınımına sebep olur; ki bu da vücutta prolaktinin yarattığı rahatlatıcı ve bireysel iyilik hali gibi üzüntüyü azaltan etkilerinin ortaya çıkmasını sağlar. Sonuç olarak birey bilinçli olarak müzik parçası dinlediğinin farkındadır, ortada üzüntü ortaya çıkaracak bir durum olmadığı bilincindedir; ancak dinlediği parçanın akustik özellikleri beyni 'kandırmıştır' ve prolaktin salınımını başlatmıştır. Dolayısıyla birey ortada üzüntü ortaya çıkaracak bir durum olmamasına rağmen hem üzüntü hissetmekte hem de prolaktinin rahatlatıcı ve bireysel iyilik halinin sağlanmasına yardım edici etkileri sayesinde bu deneyimden zevk almaktadır. Huron'un bu modeli hüzünlü müziklerden zevk alma paradoksunun çözümü için test edilebilir bir hipotez ortaya koymuştur.

1.3.2 BRECVEMA Modeli

Juslin (2013), müzik ve duygular söz konusu olduğunda başka bir paradokstan bahsetmektedir: Duygular organizmanın hayatta kalmasını sağlamak için evrimleşmiş işlevsel mekanizmalardır. Öte yandan müzik, sanatın bir biçimidir ve içeriği insanın hayatta kalmasına bir tehdit oluşturmamaktadır. Öyleyse bu zararsız fenomen, neden aslında hayatta kalmak için gerekli olan temel duyguları ortaya çıkarmaktadır?

Juslin modelini oluştururken ilk önce müziğin hangi duyguları ortaya çıkardığıyla ilgilenmiştir. Kendisinin belirttiği üzere pek çok araştırmacı ve düşünür

bu konuda bir ayırım yapmaktadır. Bu ayırma göre müzik parçaları gibi sanat eserlerinin ortaya çıkardığı duygular *estetik duygular* ve günlük hayattaki spesifik durum ve uyaranların ortaya çıkardığı duygular ise *günlük duygular* olarak değerlendirilmektedir. Estetik duygular olarak nostalji, hassaslık (tenderness) ve gerilme (tension) gibi sadece müzik parçalarının ortaya çıkardığı özel duygular tanımlanmıştır. Ancak bu duyguların sadece müzik parçaları tarafından değil günlük hayat olayları sırasında da ortaya çıktığı bilinmektedir. Bu yüzden Juslin'e göre estetik duygular ortaya çıkardıkları nostalji gibi özgün duygulara göre değil kendilerini ortaya çıkaran *sebeplere* göre tanımlanmalıdır. Yani, estetik duygular, sanatçının yeteneğinin veya sanat eserinin güzelliğinin hayranlık uyandırması gibi, bir sanat eserinin estetik özellikleri tarafından ortaya çıkarılan duygular olarak ele alınmalıdır. Yapılan çalışmalar müzik dinleyicilerinin mutluluk ve neşe gibi temel duyguları; nostalji gibi daha karmaşık duyguları ve üzüntü ile hoşlanmanın aynı anda hissedilmesi gibi karma duyguları deneyimlediklerini göstermektedir. Juslin'in estetik duyguların işevuruk tanımını, estetik özelliklerin ortaya çıkardığı duygular olarak yapması, bu çalışmalarda bireylerin hissettiği belirlenen tüm duyguları kapsamı açısından anlamlıdır. Ayrıca bahsedilen estetik duygu tanımlaması, müzik parçalarının neden insanın hayatta kalması için gerekli duyguları ortaya çıkardığı paradoksunu aydınlatmaya da yardımcı olabilir. Görüldüğü gibi müziğin ortaya çıkardığı duygular günlük duygulardan bir yönüyle farklıdır. Dolayısıyla bu duygular insanın hayatta kalması için işlevsel olan duygular olarak değil de 'estetik duygular' olarak ele alınırsa durum paradoks olmaktan çıkabilir.

Müziğin neden bu şekilde duygular ortaya çıkardığı konusu hala açık değildir. Juslin'e göre müziğin duygu ortaya çıkarması fenomenini açıklayabilmek için müzikal seslerin organizma için nasıl bir anlam ifade ettiğini anlamak önemlidir. Evrimsel perspektiften bakıldığında atalarımızın hayatta kalabilmek için çeşitli seslerdeki örüntüleri belirleyebilmeleri ve bunlardan hayatta kalmalarına yardımcı davranışları belirlemede kullanabilecekleri anlamları çıkarabilmeleri gerekmektedir. Duyulan seslerde örüntü ve anlam arama çabası zaman içinde müziğin kendisinin insanlarda duygu ortaya çıkarmasını sağlamış olabilir. Bu noktada Juslin modelini müzik parçalarının insanlarda hangi mekanizmalarla duygu

ortaya çıkardığını anlama temelinde hazırlamıştır. Bölüm 1.1’de müziğin hangi mekanizmalarla insanda duygu ortaya çıkardığıyla ilgili bazı çalışmalara yer verilmişti. Juslin bu çalışmalardan yola çıkarak BRECVEMA adını verdiği 8 mekanizma tanımlamıştır. *Beyin sapı tepkisi (brain stem reflex)*: Müziğin bazı akustik özelliklerinin beyin sapı tarafından dikkat gerektiren acil ve önemli bir sinyal olarak algılanması sürecini içeren mekanizmadır. *Ritmik uyum sağlama (rhythmic entrainment)*: Müzik parçalarının ritmik özelliklerinin, vücutta ritmik yapı gösteren kalp atış oranı gibi parametreleri etkileyip bunlar arasında bir uyum sağlanması sürecini içeren mekanizmadır. *Değerlendirici Koşullama (evaluative conditioning)*: Müzik parçalarının olumlu ya da olumsuz uyarımlarla eşleştirilerek koşullanmanın gerçekleşmesini içeren mekanizmadır. *Duygusal geçiş (contagion)*: Müzik parçalarının akustik özellikleri aracılığıyla taşıdığı duygusal ifadelerin bireyler tarafından algılanması ve içsel olarak taklit edilmesi; başka bir deyişle bu duygusal ifadenin bireye geçmesi sürecini içeren mekanizmadır. *Zihinde canlandırma (visual imagery)*: Müziğin, dinleyicide güzel bir manzara gibi görsel imgeler oluşturması sürecini içeren mekanizmadır. *Episodik bellek (episodic memory)*: Müzik parçalarının dinleyicinin kişisel bir olaya ya da hayatına ilişkin bir anısını canlandırması sürecini içeren mekanizmadır. *Müzikal beklenti (musical expectancy)*: Müzik parçalarının, dinleyicilerin parçanın seyriyle ilgili öngörü ve beklentilerinden sapmalar gösterip dinleyiciyi bir anlamda şaşırtması sürecini içeren mekanizmadır. *Estetik değerlendirme (aesthetic judgments)*: Bu mekanizma Juslin’in modeline en son dahil ettiği mekanizmadır. Şimdiye kadar tanıtılan mekanizmalar müziğin akustik özellikleri sayesinde, otomatik olarak duygu ortaya çıkartan mekanizmalardır. Estetik değerlendirme ise müzik parçasının estetik özelliklerine ilişkin dinleyici tarafından yapılan aktif bir değerlendirme sayesinde duygu ortaya çıkarabilen bir mekanizmadır. Juslin’e göre dinleyici müzik parçasıyla ilgili estetik bir değerlendirme yaptığında, yapılan değerlendirmenin sonucuna göre bireyde bu müzik parçasına yönelik bir tercih (beğenme ya da beğenmeme) ortaya çıkar. Ancak bu tercih sonucunda kesinlikle bir duygu ortaya çıkmak zorunda değildir. Müzik parçasının bir duygu ortaya çıkarabilmesi için sahip olduğu estetik özelliklerin, estetik değerlendirme aşamasında çok çarpıcı bir şekilde algılanması ve hipotetik bir ‘estetik eşiği’ni geçmesi gerekmektedir. Aksi

taktirde müzik parçasıyla ilgili yapılan olumlu bir estetik değerlendirme –estetik eşiği geçemediği sürece- sadece kulağa hoş gelen ve dinlemek üzere tercih edilebilecek bir parça olarak etiketlenecek ve duygu ortaya çıkarmayacaktır.

Juslin'in modelini oluşturmasındaki temel amaç müzik parçalarının neden ve nasıl duygu ortaya çıkardığını belirlemektir. Ancak modelin doğurgularına bakıldığı zaman olumsuz duygu içeriğine sahip müzik parçalarından zevk alma paradoksuyla ilgili bir açıklama da elde edilebilmektedir. Juslin, estetik değerlendirme mekanizmasını ve bu mekanizmanın diğer mekanizmalarla etkileşimini, özellikle karma duyguların ortaya çıkışını açıklamada kullanmaktadır. Örneğin bir müzik parçasıyla ilgili yapılan değerlendirme sonrası birey bu parçanın yüksek estetik özelliğe sahip olduğuna karar vermiş olabilir. Bu durumda, bu parça -estetik eşiği de aşabildiği taktirde- bireyde olumlu duygular ortaya çıkarmalıdır. Ancak *koşullama* mekanizması sayesinde birey bu parçanın bazı akustik özelliklerini geçmişteki olumsuz bir olay ya da uyararla eşleştirmiş ve bu durum bireyde olumsuz bir duygu ortaya çıkarmış da olabilir. Başka bir örnek vermek gerekirse, yine bir parçayla ilgili yapılan estetik değerlendirme olumlu yöndedir ve olumlu duygu ortaya çıkarması gerekmektedir; ancak bu kez de parçanın taşıdığı akustik özellikler *duygusal geçiş* mekanizması yüzünden olumsuz olarak algılanıp bireyde olumsuz bir duyguyu da ortaya çıkarabilir. Her iki durumda da ortaya olumsuz bir duygu çıkmış olsa da, eş zamanlı olarak yapılan bu parçalarla ilgili estetik değerlendirme olumlu bir duyguyu da ortaya çıkarmış olacak ve böylece birey hüzünlü müzikten zevk almak gibi karmaşık bir duyguyu deneyimleyecektir.

1.3.3. Paralel Süreçler Hipotezi

Olumsuz duygusal içeriğe sahip müziklerden hoşlanma paradoksu açıklanmaya çalışılırken, üzüntüden keyif almanın ve üzüntüyü hissetmenin, birbirinden ayrı ama paralel olarak işleyen bilişsel süreçlerin ürünü olabileceği göz önüne alınmamıştır. Schubert (2016), üzüntü gibi tek bir duygunun, oluşturduğu öznel hisse göre kavramsallaştırılabileceği gibi, itici-çekici aksiyon eğilimlerine göre de kavramsallaştırılabileceğini öne sürmüştür. Schubert (2016) modelinde Scherer (2005)'in duygu kuramını baz almıştır. Buna göre öznel bir duygunun organizmada ortaya çıkması beş temel sürece bağlıdır. Bunlar, değerlendirme (appraisal), bedensel belirtiler (bodily symptoms), aksiyon eğilimleri (action tendencies), yüz ve vokal

anlatım (facial and vocal expression) ve duygusal deneyim (emotional experience) dir.

Değerlendirme duygunun bilişsel bileşenini oluşturur. İlgili duyguyu ortaya çıkarmaya aday uyarının hangi bağlamda yaşandığı birey tarafından değerlendirilir özellikle estetik özelliği olup olmadığına ve/veya gerçek yaşam olaylarıyla (real life events) ilişkili olup olmadığına karar verilir. *Bedensel belirtiler* duygunun nörofizyolojik bileşenleridir. İlgili uyarın sonrasında vücutta ortaya çıkan nörokimyasal değişimleri ifade eder. *Aksiyon eğilimleri* ilgili uyarana karşı bireyin motivasyon eğilimlerini ifade eder. Uyarının itici ya da çekici olarak algılanmasına göre, bireyin bu uyarana yaklaşma ya da bu uyarandan kaçınma eğilimi olarak kavramsallaştırılabilir. *Yüz ve vokal anlatım* uyarının bireyde ortaya çıkardığı spesifik yüz ve ses değişimlerini anlatır. *Duygusal deneyim* ise ilgili uyarın sonucunda bireyin deneyimlediği öznel hislerdir.

Şekil 1.1. Scherer'in Çok Bileşenli Duygu Modeli

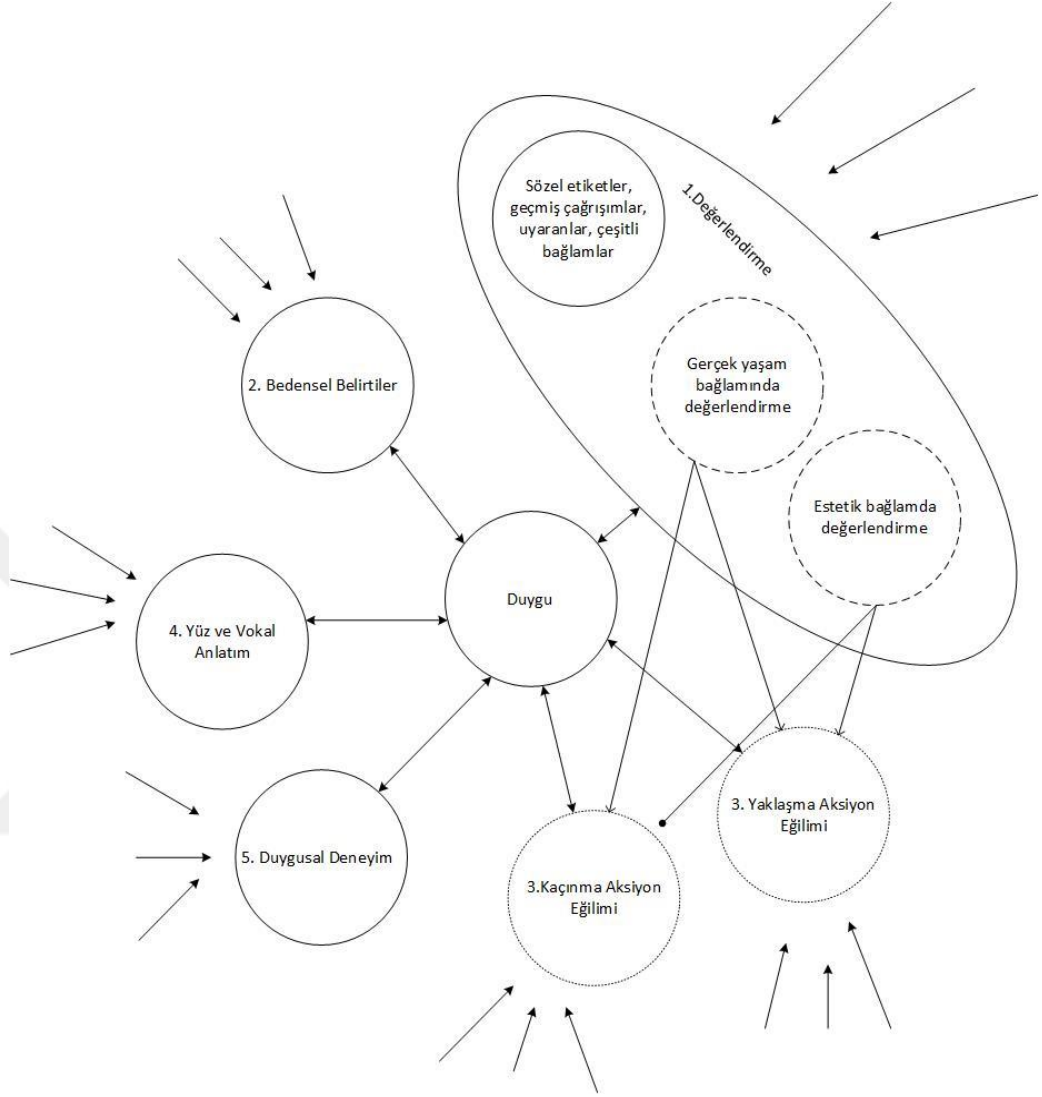
Bileşen Adı	Bileşen Tipi	Bileşen İşlevi	Örnek Durum (Olumsuz duygu için)
1. Değerlendirme	Bilişsel bileşen	Nesnelerin ve olayların değerlendirilmesi	Bağlam belirleme (estetik-gerçek yaşam)
2. Bedensel Belirtiler	Nörofizyolojik bileşen	Sistem düzenleme	Olumsuz duygunun bedensel belirtileri
3. Aksiyon Eğilimleri	Motivasyonel bileşen	Aksiyonun hazırlanması ve yönlendirilmesi	Kaçınma eğiliminin ketlenmesi
4. Yüz ve Vokal Anlatım	Motor ifade bileşeni	Organizmanın içsel durumunun dışavurumu	Olumsuz duyguya ilişkin yüz ifadeleri
5. Duygusal Deneyim	Öznel his bileşeni	İçsel durumun ve organizma-çevre etkileşiminin izlenmesi	Olumsuz duyguya ilişkin öznel his

Schubert modelinde bu duygu kuramının değerlendirme, aksiyon eğilimleri ve duygusal deneyim süreçlerinin hüzünlü müzik parçalarının neden dinlenmek üzere tercih edildiğini açıklamak için kritik olduğunu savunmuştur. Buna göre Schubert, üzüntü gibi olumsuz bir duygu durumu ortaya çıkarabilecek olumsuz bir olay ya da uyarının ortaya çıktığı bağlam eğer değerlendirme aşamasında estetik olarak algılanırsa, aksiyon eğilimleri aşamasında bireylerin bu uyarana karşı aksiyon

(yaklaşma-kaçınma) eğilimlerinin uyarana yaklaşma yönünde olacağını iddia etmiştir. Tersî durumda eğer olumsuz uyarana ya da olayın ortaya çıktığı bağlam değerlendirme aşamasında estetik olarak algılanmaz ve gerçek yaşam olayları gibi birey için gerçekten zorlayıcı bir durum olarak algılanırsa, aksiyon eğilimleri aşamasında bireylerin yaklaşma-kaçınma eğilimleri bu uyarandan kaçınmak yönünde olacaktır. Aksiyon eğilimi her ne şekilde olursa olsun, olay ya da uyarana olumsuz olarak algılandığı için duygusal deneyim aşamasında hissedilen öznel his de olumsuz (örn. üzüntü) olacaktır. Tüm bunlar bir arada ele alındığında Schubert modelinde hüznü müzik parçalarını dinlemenin aslında bir paradoks olmadığını, çünkü değerlendirme aşamasında bu parçaların dinlendiği bağlamın estetik olarak algılandığını ve bu nedenle duygusal deneyim aşamasında olumsuz bir öznel his ortaya çıksa da, aksiyon eğilimleri aşamasında bireylerde bu uyarana yönelik bir yaklaşma motivasyonu olacağını öne sürmüştür (bkz. Şekil 1.2.).

Her ne kadar bağlamın öneminden bahsetse de Schubert, estetik olan ve olmayan bağlamın tam olarak ne olduğunu yeterince açıklamamıştır. Estetik ile ilgili yapılan çalışmalar tarandığında, estetik bağlama özellikle vurgu yapılmamasına rağmen estetik deneyimin ne olduğuyla ilgili bazı kavramsallaştırmalar yapan çalışmalara rastlanmıştır. Örneğin Markovic (2012)'e göre estetik deneyimin ortaya çıkabilmesi için birey, estetik nesneye estetik özelliğini katan niteliklere odaklanmalı, etraftaki diğer uyarana ise dikkat etmemelidir. Buna göre bireylerin bir nesneye ilgili estetik bir deneyim yaşayabilmesi için tüm bilişsel kaynaklarını o nesneye odaklaması, ortamdaki diğer uyarıcıları görmezden gelmesi gerekmektedir. Dolayısıyla bireyin estetik nesneye odaklandığı sırada bilişsel kaynaklarının bir kısmını başka uyarana aktarması gerekirse, ilgili nesneyi estetik olarak algılamasını sağlayan değerlendirmeleri tam olarak yapamayacak dolayısıyla estetik deneyimi yaşayamayacaktır. Ayrıca yine Markovic (2012)'in aktardığına göre beyin görüntüleme çalışmaları, estetik deneyimin yaşandığı sırada hem sağ hem sol insulada aktivasyon artışı olduğunu göstermektedir. Öte yandan, Kellermann ve ark. (2011)'nin yaptığı çalışmada, katılımcılardan bilişsel yük içeren bir görev yapmaları istendiğinde insulada aktivasyon azalması ortaya çıktığı görülmüştür

Şekil 1.2. Schubert'in paralel süreçler hipotezi



Şekilde örnek bir duygu, etrafında kendisinin oluşmasını sağlayan süreçlerle oluşturduğu ağ içinde gösterilmektedir. Aynı zamanda bağlamın (değerlendirme kümesi içinde yer alan kesikli çemberlerle gösterilmekte) aksiyon eğilimlerini (noktasal çizgilerle oluşturulmuş çemberlerle gösterilmekte) nasıl etkilediği de gösterilmektedir. Değerlendirme kümesi içinde yer alan sözel etiketler geçmiş çağrışımlar vs. bu değerlendirme sürecini kolaylaştırmaktadır. Duygu bu büyük şebekenin paralel çalışması sonucu ortaya çıkan bir süreçtir. Şekilde bu durum tüm bileşenlerden “duygu” çemberine gelen ok işaretleriyle gösterilmektedir. Bağlamın estetik olarak algılanması kaçınma yönündeki aksiyon eğilimini ketlemektedir. Bu durum şekilde estetik bağlamda değerlendirme çemberinden, kaçınma aksiyon eğilimi çemberine uzanan ucunda nokta olan (ok işareti değil) bir çizgiyle temsil edilmektedir.

Tüm bunlardan yola çıkarak estetik bağlamın kavramsallaştırılması için bilişsel yük kavramının kritik olduğu düşünülmektedir. Örneğin, bireylere herhangi bir bilişsel yükün yüklenmediği, müzik parçalarına iyice odaklanabilecekleri ve bu odaklanma sırasında dikkatlerini kendisine çekebilecek çeldirici uyarıların bulunmadığı ve bireylerin dinleyecekleri parçalarla estetik deneyim yaşayabilecekleri bağlam estetik bağlam olarak değerlendirilebilir. Diğer taraftan bireylerin dinledikleri müzik parçalarıyla eş zamanlı olarak bilişsel kaynaklarının büyük bir kısmını kendisine çeken ve müzik parçalarının estetik özelliklerine odaklanmalarını engelleyen bir görev yaptıkları ve dolayısıyla dinledikleri parçalarla estetik deneyim yaşayamadıkları bağlam ise estetik olmayan bağlam olarak ele alınabilir.

1.4. ARAŞTIRMANIN AMAÇLARI VE HİPOTEZLERİ

Bu araştırmanın amacı hüzünlü müziklerden hoşlanma paradoksunu Schubert'in paralel süreçler hipotezi bağlamında incelemektir. Bu yapılırken yukarıda bahsedilen ve bilişsel yük kavramını merkeze alan estetik kavramsallaştırması kullanılacaktır. Araştırmanın hipotezleri ise şunlardır:

- 1) Katılımcılara hiçbir bilişsel yük yüklenmeyen bağlam, katılımcılar tarafından estetik olarak algılanacaktır.
- 2) Bilişsel kaynaklarını kullanmalarını gerektiren bir görevi yerine getirdikleri bağlam, katılımcılar tarafından estetik olarak algılanmayacaktır.
- 3) Bağlamın bilişsel yük ile manipüle edilmesiyle, katılımcıların bu bağlama yönelik estetik algısında ortaya çıkabilecek olası değişiklik, katılımcıların dinledikleri müzik parçalarıyla ilgili aksiyon eğilimlerini (yaklaşma-kaçınma) değiştirecektir: Bağlamı estetik olarak algılayan katılımcılar parçalara karşı yaklaşma yönünde aksiyon eğilimi gösterecek; bağlamı estetik olarak algılamayan katılımcılar ise parçalara karşı kaçınma yönünde aksiyon eğilimi göstereceklerdir.

2. YÖNTEM

2. 1. KATILIMCILAR

Araştırmaya Uludağ Üniversitesinde felsefe ve psikoloji bölümlerinde okuyan 80 kadın 44 erkek olmak üzere 124 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 20,40'tır (Standart sapma: 1,64; yaş aralığı:18-25). Katılımcıların tümünün normal ya da düzeltilmiş normal görsel keskinliğe ve normal ya da düzeltilmiş normal işitsel düzeye sahip, daha önce bilinç kaybı ya da beyin travması öyküsü olmayan ve psikolojik, nörolojik ya da psikiyatrik tanı almamış olan bireyler olmasına dikkat edilmiştir. Katılımcılar deneye katılımları karşılığında dönem derslerinin birinden ekstra puan kazanmışlardır. Katılımcılara deneysel uygulamalar öncesinde, yapılan araştırmanın amaçlarıyla ve gerçekleştirilecek olan uygulamanın içeriğiyle ilgili bilgi verilmiş ve her bir katılımcıdan aydınlatılmış onam formu alınmıştır. Tüm katılımcılar deneysel koşullara seçkisiz olarak atanmışlardır.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, sosyoekonomik düzey, görsel keskinlik, işitme, nörolojik ve psikiyatrik tanı öyküsü gibi özellikleriyle ilgili bilgi almak için araştırmacı tarafından hazırlanan formdur.

2.2.2. Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği (Positive and Negative Affect Scale: PANAS)

Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından bireylerin o an içinde bulunduğu duygudurumun duygusal değerliğini (olumlu-olumsuz) belirlemek amacıyla geliştirilen 7'li Likert tipi bir ölçektir. Türk kültürüne uyarlama çalışması Gençöz (2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. Olumlu duygu ve olumsuz duygu alt boyutları için hesaplanan iç tutarlık katsayıları orijinal ölçek için sırasıyla .88 ve .87; Türkçe uyarlaması için sırasıyla .83 ve .86'dır. Araştırmada PANAS, katılımcıların müzik parçalarını dinledikten sonra, müziğin taşıdığı duygunun kendilerinde ortaya çıkıp çıkmadığını belirlemek amacıyla kullanılmıştır.

2.2.3. Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği (EDBSÖ)

Markovic ve Radonjić (2008) tarafından geliştirilen ölçekte estetik deneyim sırasında bireylerin sıklıkla kullandıkları 8 sıfat, bir de '*bu parçaları aynı şartlar altında daha sonra tekrar dinlemek isterim*' cümlesi yer almaktadır. Katılımcılar, şarkıları

dinledikleri sıradaki deneyimlerini bu sıfatların ne kadar betimlediğini ve parçaları aynı şartlar altında tekrar dinlemek isteyip istemediklerini 7'li Likert ölçek üzerinden değerlendirmişlerdir. Bu ölçek manipülasyon kontrolü niteliğinde olup, katılımcıların estetik deneyimi yaşadıkları bağlam estetik bağlam, yaşamadıkları bağlam ise estetik olmayan bağlam olarak değerlendirilmiştir.

2.2.4. 2 Geri Görevi

2 geri görevi literatürde çalışma belleğini ölçmek için yaygın olarak kullanılan araçlardan biridir. Görev boyunca katılımcılardan yapmaları istenen, o an kendilerine sunulan uyaran, iki önce sunulan uyaranla aynıysa bir tuşa; aynı değilse başka bir tuşa basmalarıdır. Bu görevin, anlık izleme, bilgi güncelleme ve hatırlanan uyaranların değişimlenmesi gibi bilişsel kaynakların büyük kısmını kullanan talepleri vardır (Owen ve ark., 2005). Mevcut çalışmada estetik olmayan bağlam koşulundaki estetik olmayan bağlamı ortaya çıkartabilmek için kullanılmıştır.

2.2.5. OpenSesame Uyarıcı Hazırlama ve Sunum Programı

Estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılara uygulanan 2 geri görevinde, uyarıcıların sunulması ve katılımcıların tepki zamanları ile doğru ve yanlış tepkilerinin kaydedilmesi amacıyla Mathôt, Schreij ve Theeuwes (2012) tarafından geliştirilen ücretsiz, açık kaynak kullanımlı ve grafik deney oluşturucu bir bilgisayar programı olan OpenSesame'nin 3.2 versiyonu kullanılmıştır.

2.2.6. Müzik Parçaları

Algılanan bağlamın müzik parçalarına ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimlerini değiştirip değiştirmediğini test etmek için katılımcılara kendi seçtikleri müzik parçaları dinletilmiştir. Test edilen modelde yaklaşma-kaçınma eğilimlerindeki farklılıklar olumsuz duygudurum (hüzünlü müzikler) merkezinde açıklansa da, bu çalışmada kontrol amacıyla olumlu duygudurumda (neşeli müzikler) yaklaşma-kaçınma eğilimlerindeki olası farklılıklara da bakılmıştır. Bu amaçla katılımcılarla deney öncesi iletişime geçilmiş ve müzik parçalarını dinleyen 100 katılımcının yarısından dinlemeyi sevdikleri ve kendilerinde hüznün, keder gibi duygular ortaya çıkaran iki müzik parçasını; diğer yarısından da dinlemeyi sevdikleri ve kendilerinde mutluluk, neşe gibi duygular ortaya çıkaran iki müzik parçasını araştırmacıya bildirmeleri istenmiştir. Katılımcılara, parçaları seçerken, parçaların belirli bir müzik tarzında olması gerektiği

ya da yerli-yabancı, sözlü-enstrümantal olması gerektiği gibi herhangi bir kısıtlama getirilmemiştir.

2.3. İŞLEM YOLU

Araştırma için veri toplama işlemine, gerekli etik kurul onayı alındıktan sonra başlanmıştır. Deneyler, Uludağ Üniversitesi Psikoloji Bölümü Laboratuvarlarında, uygun aydınlatma ve sessizlik koşullarında yapılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden tüm katılımcılara öncelikle araştırma hakkında genel bilgiler veren ve kendilerinin bu araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarını beyan ettikleri *Aydınlatılmış onam formu* verilmiştir. Katılımcılardan bu formu iyice okuyup anladıktan sonra imzalamaları istenmiştir. Onam formunu imzalayan katılımcıların demografik bilgilerini ve –varsa- nörolojik-psikiyatrik tanı öykülerini öğrenebilmek için kendilerine *Demografik bilgi formu* sunulmuştur. Demografik bilgi formunun ardından tüm katılımcılara, o an içinde buldukları duygudurumun değerliğiyle (olumlu-olumsuz) ilgili bir temel düzey ölçümü elde edebilmek için PANAS uygulanmıştır.

PANAS'ın ardından estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılar, seçmiş oldukları müzik parçalarını 2 geri göreviyle eş zamanlı olarak dinlemişlerdir. Bu koşuldaki katılımcılara 2 geri görevinde hızlı ve doğru tepki vermenin çok önemli olduğu belirtilmiş, bu görevle eş zamanlı olarak müzik parçalarını dinleyecekleri hatırlatılmıştır. Kendilerinden parçaları sakin ve rahatlamış bir şekilde, parçanın taşıdığı duyguyu da hissederek dinlemeleri istenmiştir. Bununla beraber katılımcılara eğer 2 geri görevini yapmakta zorlanırlarsa, parçaların taşıdığı duyguları hissedemezlerse ya da başka herhangi bir sebeple, istedikleri zaman gösterilen butona basıp parçayı dinlemeyi sonlandırabilecekleri söylenmiştir.

2 geri görevinde uyaran olarak noktalı (i,ö,ü,ğ,ç,ş) ve yabancı (x,q,w,) karakterleri içermeyen 18 harf kullanılmıştır. Harfler büyük yazım şekillerinde 40 punto olarak beyaz zemin üzerinde siyah olacak şekilde standart bir bilgisayar ekranı üzerinden katılımcılara sunulmuştur. 100 uyaranlı bir set içindeki harfler, %15'i hedef (iki önceki harf ile ekrandaki harfin aynı olması), %6'sı şaşırtma (bir veya üç önceki harfin ekrandaki harfle aynı olması) ve kalanlar ise doldurma (filler) olacak şekilde düzenlenmiştir. 100 harflik bir set üç döngü olarak katılımcılara sunulmuş, dolayısıyla katılımcılar toplamda 300 uyarana tepki vermişlerdir. Her bir uyaran en fazla 2500 ms boyunca ekranda kalmış ve eğer bu süre boyunca katılımcı bir tepki vermemişse, o

uyarana olan tepki yanlış kabul edilerek bir sonraki uyarana otomatik olarak geçilmiştir. Hedef uyaran ekrana geldiğinde katılımcıların klavyedeki M harfine, şaşırtma ve doldurma harfler geldiğinde ise klavyedeki N harfine basmaları gerektiği katılımcılara önceden bildirilmiştir. Uyarıların sunumu ve tepkilerin kaydedilmesi OpenSesame yazılımı sayesinde gerçekleştirilmiştir.

Estetik bağlam koşulundaki katılımcılara 2 geri görevi verilmemiştir. Bu koşuldaki katılımcılar sadece seçmiş oldukları müzik parçalarını dinlemişlerdir. Katılımcılara mümkün olduğu kadar rahatlamış ve sakin bir şekilde, parçaların taşıdığı duyguları da hissedecek şekilde bu parçaları dinlemeleri söylenmiştir. Estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılara olduğu gibi, estetik bağlam koşulundaki katılımcılara da eğer kendilerini rahatsız eden herhangi bir şey olursa ve/veya herhangi bir sebeple parçayı dinlemek istemezlerse, gösterilen butona basıp parçayı dinlemeyi sonlandırabilecekleri bildirilmiştir. Her iki koşuldaki katılımcılara böyle bir yönerge verilmesinin sebebi katılımcıların müzik parçalarına ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimleriyle ilgili bir ölçüm elde edebilmektir. Butona basıp parçayı durdurma davranışı bu parçaya ilişkin kaçınma eğilimlerini ortaya çıkaracaktır. Butona basmayıp parçayı dinlemeye devam etmek ise bu parçaya ilişkin yaklaşma eğilimlerini gösterecektir.

Estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcıların 2 geri görevindeki performanslarını karşılaştırabilmek için, hiçbir müzik parçası dinlemeyen ve sadece 2 geri görevine odaklanan katılımcılardan oluşan tam kontrol grubu oluşturulmuştur. Bu gruptaki katılımcılar da uygulamada standart sağlamak için diğer katılımcıların doldurduğu tüm ölçekleri doldurmuşlardır. Herhangi bir müzik parçası dinlemedikleri için EDBSÖ'deki *'bu parçaları aynı şartlar altında daha sonra tekrar dinlemek isterim'* maddesi *'bu deneye aynı şartlar altında daha sonra tekrar katılmak isterim'* şeklinde değiştirilmiştir. Bu katılımcılara 2 geri görevinin uygulanış şekli estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılarla bire bir aynıdır.

Farklı deneysel koşullardaki katılımcılar, yukarıda belirtilen işlemleri tamamladıktan sonra, dinledikleri müzik parçalarının kendilerinde istenen duygu durum değişikliğini oluşturup oluşturmadığını belirlemek için tekrar PANAS'ı doldurmuşlardır. Son olarak da yaşadıkları deneyimi estetik bulup bulmadıklarını

belirleyebilmek için EDBSÖ'yu doldurmuşlardır. Tüm bu işlemlerin ardından katılımcılara teşekkür edilmiş ve deney tamamlanmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde, Yöntem bölümünde anlatılan şekliyle toplanan verilerin uygun istatistiksel tekniklerle yapılan analiz sonuçları verilecektir. Bu anlamda ilk olarak yapılan duygudurum manipülasyonunun işe yarayıp yaramadığını belirlemek için PANAS ile toplanan verilerin analizi yapılacaktır. Ardından katılımcıların buldukları bağlamı estetik olarak algılayıp algılamadıklarını belirlemek için EDBSÖ ölçümlerinin sonuçları analiz edilecektir. Daha sonra 2 geri görevinde gruplar arasında oluşan olası performans farklılıklarını belirlemek için gerekli analizler yapılacaktır. Son olarak da estetik bağlamın yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerindeki etkilerini görebilmek için aksiyon eğilimi ölçümleri üzerinden analiz yapılacaktır.

Araştırmaya katılan 124 katılımcıdan biri rahatsızlandığı için, diğeri de teknik aksaklıktan dolayı deneyi yarıda bırakmak zorunda kaldığı için analizler kalan 122 katılımcı üzerinden yapılmıştır. Tüm analizlerde 0.05 anlamlılık düzeyi baz alınmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25 istatistik programı kullanılmıştır.

3.1. YAPILAN DUYGUDURUM MANİPÜLASYONUNUN KONTROLÜ İÇİN TOPLANAN VERİLERE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmada katılımcılara kendi belirledikleri müzik parçaları dinletilmiştir. Bir grup katılımcı olumlu duygusal içeriğe (mutluluk, neşe); diğeri bir grup ise olumsuz duygusal içeriğe (hüzün, üzüntü) sahip müzik parçaları dinlemişlerdir. Herhangi bir müzik parçası dinlemeyen bir grup katılımcı ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Dinletilen bu parçaların katılımcılarda istendik yönde bir duygudurum değişimi oluşturup oluşturmadığını belirleyebilmek için kendilerinden duygudurumlarını PANAS ile iki defa değerlendirmeleri istenmiştir. İlk PANAS (PANAS 1) deneyin hemen başında müzik parçalarını dinlemeden önce katılımcılara sunulmuştur. Bu uygulamanın amacı parçaları dinlemeden önce farklı koşullardaki bireylerin duygudurum açısından farklılaşmadığını görebilmektir. Müzik parçaları dinlendikten sonra ise ikinci kez (PANAS 2) sunularak, katılımcılarda dinlenen müzik parçasının taşıdığı duyguyla aynı yönde bir duygudurum değişimi olup olmadığı araştırılmıştır. Grupların PANAS 1 ve PANAS 2 puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.1.'de sunulmuştur

Tablo 3.1. PANAS 1 ve PANAS 2 puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapma değerleri

		\bar{X}	S	N
PANAS 1	Olumlu Duygudurum	105.81	10.52	47
	Olumsuz Duygudurum	107.08	11.08	52
	Kontrol	106.48	8.05	23
	Toplam	106.48	10.29	122
PANAS 2	Olumlu Duygudurum	112.51	12.95	47
	Olumsuz Duygudurum	95.25	18.18	52
	Kontrol	104.78	9.26	23
	Toplam	103.70	16.73	122

Tekrarlayan ölçümler sonrasında gruplar arasında PANAS ortalamaları açısından bir fark olup olmadığını belirlemek için tekrar ölçümlü ANOVA yapılması öngörülmüştür. Bu yapılmadan önce PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümlerinin normallik ve homojenlik sayıltılarını karşılayıp karşılamadığı araştırılmıştır. Kolmogorov – Smirnov ve Levene testi sonuçları Tablo 3.2. ve Tablo 3.3.’te verilmiştir.

Tablo 3.2. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları

Bağımlı Değişkenler		Kolmogorov-Smirnov^a	
		İstatistik	p
PANAS 1	Olumlu Duygudurum	.076	.200
	Olumsuz Duygudurum	.096	.200
	Kontrol	.167	.096
PANAS 2	Olumlu Duygudurum	.138	.096
	Olumsuz Duygudurum	.088	.200
	Kontrol	.140	.200

Tablo 3.3. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için Levene varyansların homojenliği testi sonuçları

		Levene İstatistiği	sd1	sd2	p
PANAS1	Ortalamaya göre	1.009	2	119	.368
	Medyana göre	.927	2	119	.399
PANAS 2	Ortalamaya göre	4.034	2	119	.020*
	Medyana göre	4.058	2	119	.020*

Tablo 3.2.'ye bakıldığında Kolmogorov-Smirnov testine göre PANAS 1 ve PANAS 2 puanlarının, koşullara göre normal dağıldığı görülmektedir. Tablo 3.3.'teki Levene testi sonuçlarına göre PANAS 1 için varyansların homojen olduğu; PANAS 2 içinse homojen olmadığı görülmektedir. PANAS ölçümü sadece iki defa alındığı için küresellik sayılıtısının otomatik olarak karşılandığı kabul edilmiştir. Bunun üzerine yapılan tekrar ölçümlü ANOVA sonuçları Tablo 3.4.'teki gibidir.

Tablo 3.4. PANAS ölçümleri için tekrar ölçümlü ANOVA sonuçları

Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	p	Kısmi Eta Kare
PANAS	276.94	1	276.94	2.93	.089	.024
PANAS*Duygudurum	4254.44	2	2127.22	22.53	.000*	.275
Hata	11236.07	119	94.42			

Tekrar ölçümlü ANOVA sonucunda koşul ve duygudurum ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. $F(2,119)=22.53$ $p<.05$, $\eta^2=.275$. PANAS 1 ve PANAS 2'de grupların kendi içinde birbirinden farklılaşıp farklılaşmadığını; farklılaştıysa farkın yönünü belirlemek için iki ayrı ANOVA yapılmıştır. Bu analizlerin sonuçları Tablo 3.5.'te verilmiştir.

Tablo 3.5. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları

	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	p	Kısmi Eta Kare
PANAS1	Gruplar arası	39.72	2	19,859	.185	.831	.003
	Grup içi	12772.71	119	107,33			
	Toplam	12812.43	121				
PANAS 2	Gruplar arası	7388,37	2	3694,18	16.61	.000*	.218
	Grup içi	26465,41	119	222,40			
	Toplam	33853,78	121				

Tablo 3.5.'e bakıldığında PANAS 1 için her üç grubun ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($F(2, 119)=.185$, $p=.831$, $\eta^2=.003$). PANAS 2 içinse gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($F(2, 119)=16.61$, $p<.05$, $\eta^2=.218$). Farkın kaynağını belirlemek için; PANAS 2'de varyanslar homojen olmadığından Dunnett T3 testi yapılmıştır. Buna göre, Olumlu duygudurum koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamaları ($\bar{X}=112.51$, $S=12.95$) olumsuz duygudurum ($\bar{X}=95.25$, $S=18.18$) ve kontrol ($\bar{X}=104.78$, $S=9.26$) koşullarındaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksektir. Aynı şekilde kontrol koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamaları da olumsuz duygudurum koşulundaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

3.2. BULUNULAN BAĞLAMIN ESTETİK OLARAK ALGILANIP ALGILANMADIĞININ KONTROLÜ İÇİN TOPLANAN VERİLERE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmada katılımcıların buldukları bağlamı estetik olarak algılayıp algılamadıkları kritik öneme sahiptir. Bu amaçla yapılan manipülasyonun işe yarayıp yaramadığını belirleyebilmek için katılımcılardan, ilgili bağlamda yaşadıkları deneyimi, Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği (EDBSÖ) ile değerlendirmeleri istenmiştir. EDBSÖ ölçümlerinin analizi 5 grup üzerinden (estetik bağlam-olumlu duygudurum, estetik bağlam-olumsuz duygudurum, estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum, estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum, kontrol grubu) tek yönlü ANOVA ile yapılmıştır. Kolmogorov-Smirnov testi ve Levene varyansların homojenliği testi sonuçları Tablo 3.6. ve Tablo 3.7.'de verilmiştir.

Tablo 3.6. EDBSÖ ölçümü için Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları

Bağımlı Değişken	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	İstatistik	<i>p</i>	
EDBSÖ	Estetik-Olumlu	.105	.200
	Estetik-Olumsuz	.133	.200
	Estetik olm.-Olumlu	.069	.200
	Estetik olm.-Olumsuz	.113	.200
	Kontrol	.113	.200

Tablo 3.7. EDBSÖ ölçümü için Levene varyansların homojenliği testi sonuçları

	Levene İstatistiği	sd1	sd2	<i>p</i>	
EDBSÖ	Ortalamaya göre	.773	4	117	.545
	Medyana göre	.740	4	117	.567

Tablo 3.6. ve 3.7. incelendiğinde EDBSÖ puanlarının koşullara göre normal dağılım gösterdiği ve varyansların homojen olduğu görülmektedir.

Grupların EDBSÖ puanları ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.8.'de verilmiştir.

Tablo 3.8. EDBSÖ puanları ortalama ve standart sapma değerleri

	\bar{X}	S	N	
EDBSÖ	Estetik-Olumlu	45.52	6.22	21
	Estetik-Olumsuz	44.56	7.92	25
	Estetik olm.-Olumlu	38.96	8.82	26
	Estetik olm.-Olumsuz	43.04	7.66	27
	Kontrol	36.61	6.16	23
	Toplam	41.70	8.10	122

Yapılan tek yönlü ANOVA sonucunda koşul temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(4, 117)=5.999, p<.05, \eta^2=.170$). Bu analize ilişkin sonuçlar Tablo 3.9.'de sunulmuştur.

Tablo 3.9. EDBSÖ ölçümü için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları

	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	p	Kısmi Eta Kare
EDBSÖ	Gruplar arası	1350.98	4	337.74	5.999	.000*	.170
	Grup içi	6586.80	117	56.30			
	Toplam	7937.78	121				

Temel etkinin anlamlı olması üzerine farkın kaynağını belirlemek için planlı karşılaştırmalar yapılmıştır. Buna göre estetik bağlam-olumlu duygudurum ile estetik bağlam-olumsuz duygudurum koşullarının birlikte ortalaması, estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum ile estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum koşullarının birlikte ortalamasından anlamlı olarak yüksektir ($t(97)=2.67$, $p<.05$). Estetik bağlam-olumlu duygudurum ile estetik bağlam-olumsuz duygudurum koşullarının birlikte ortalaması, kontrol grubunun ortalamasından anlamlı olarak yüksektir ($t(67)=4.40$, $p<.05$). Estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum ile estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum koşullarının birlikte ortalaması ise kontrol grubunun ortalamasından yine anlamlı olarak yüksek ($t(74)=2.34$, $p<.05$) bulunmuştur.

3.3. 2 GERİ GÖREVİNDEKİ PERFORMANSIN GRUPLARA GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİNE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmada estetik bağlam ve estetik olmayan bağlam tanımlanırken bilişsel yük kavramının önemli olduğu; katılımcılara herhangi bir bilişsel yük yüklenmeyip müzik parçalarını dinlemeye odaklanabildikleri koşula estetik bağlam koşulu, kendilerine bilişsel yük içeren bir görev verilip müzik parçalarını dinlemeye odaklanmalarına ket vurulduğu koşula da estetik olmayan bağlam koşulu dendiği daha önceki bölümlerde anlatılmıştı. Dolayısıyla 2 geri görevi doğrudan bir ölçüm almak için değil, aslında estetik bağlamı manipüle etmek için uygulanmıştır. Yine de toplanan verileri analiz edip değerlendirmenin faydalı olabileceği düşünülmüştür.

2 geri görevinde toplam 6 puan türü hesaplanmıştır: hedef uyaranlara ilişkin doğruluk (hedef-doğru), şaşırtma uyaranlara ilişkin doğruluk (şaşırtma-doğru), doldurma uyaranlara ilişkin doğruluk (doldurma-doğru), hedef uyaranlara ilişkin tepki süresi (hedef-tep.sür.), şaşırtma uyaranlara ilişkin tepki süresi (şaşırtma-tep.sür.) ve doldurma uyaranlara ilişkin tepki süresi (doldurma-tep.sür.). Tepki süreleri hesaplanırken hedef, şaşırtma ve doldurma için verilen doğru tepkiler üzerinden tepki

süreleri ortalamaları hesaplanmış; doğru olmayan tepkilerin süreleri ortalamalara dahil edilmemiştir. 100 milisaniyenin altındaki ve 2500 milisaniyenin üstündeki tepki süreleri de ortalamaya dahil edilmemiştir.

2 geri görevi sadece estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum, estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum ve kontrol koşullarına uygulanmıştır. Dolayısıyla verilerin analizinde üç düzeyi olan *koşul* bağımsız değişkeni üzerinden tek yönlü MANOVA kullanılması planlanmıştır. Bağımlı ölçümlerin gruplara göre ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3.10.'da verilmiştir.

Tablo 3.10. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümlerin ortalama ve standart sapma değerleri

Bağımlı Ölçüm	Koşul	\bar{X}	S	N
Hedef-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	44,31	,79	26
	Estetik olm.-Olumsuz	43,77	1,36	26
	Kontrol	44,50	,74	22
	Toplam	44,18	1,05	74
Şaşırtma-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	16,77	,91	26
	Estetik olm.-Olumsuz	16,65	1,41	26
	Kontrol	16,95	1,13	22
	Toplam	16,78	1,16	74
Doldurma-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	216,50	9,53	26
	Estetik olm.-Olumsuz	215,58	7,67	26
	Kontrol	219,82	6,96	22
	Toplam	217,16	8,27	74
Hedef-Tep.Sür.	Estetik olm.-Olumlu	806,13	244,56	26
	Estetik olm.-Olumsuz	810,81	268,46	26
	Kontrol	864,98	237,16	22
	Toplam	825,27	249,05	74
Şaşırtma-Tep.Sür.	Estetik olm.-Olumlu	832,26	262,78	26
	Estetik olm.-Olumsuz	865,62	264,88	26
	Kontrol	933,03	218,52	22
	Toplam	873,94	251,22	74
Doldurma-Tep.Sür	Estetik olm.-Olumlu	833,11	240,44	26
	Estetik olm.-Olumsuz	835,92	260,74	26
	Kontrol	887,16	235,95	22
	Toplam	850,17	244,31	74

Analize geçmeden önce verilerin çok değişkenli analiz için gerekli sayıtları sağlayıp sağlamadığına bakılmıştır. Öncelikle her bir katılımcı için Mahalanobis uzaklığı hesaplanarak çok değişkenli analiz için uç ölçüm (multivariate outliers) olup olmadığına bakılmıştır. Buna göre 2 katılımcının Mahalanobis uzaklığı skoru, 6 değişkenli bir analiz için üst sınır olarak hesaplanan 22.46 değerinin (Tabachnick ve Fidell, 2007) üzerinde olduğu için bu katılımcılar çok değişkenli analiz için uç ölçüm kabul edilmiş ve verileri analize dahil edilmemiştir. Ardından verilerin koşullara göre normal dağılıp dağılmadığını tespit etmek için önce Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve tüm bağımlı ölçümler için Kolmogorov-Smirnov istatistiğinin anlamlılığa ulaştığı tespit edilmiş, dolayısıyla verilerin normal dağıldığı teyit edilememiştir. Bunun üzerine verilerin kayışlılık ve basıklık değerlerine bakılmasına karar verilmiştir. Buna ilişkin bilgiler Tablo 3.11.'de sunulmuştur.

Tablo 3.11. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümlerin kayışlılık ve basıklık değerleri

Bağımlı Ölçüm	Koşul	Kayışlılık	Basıklık
Hedef-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	-.63	-1.07
	Estetik olm.-Olumsuz	-1.79	4.79
	Kontrol	-1.16	-.02
Şaşırtma-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	-.20	-.69
	Estetik olm.-Olumsuz	-1.08	.64
	Kontrol	-.55	-1.18
Doldurma-Doğru	Estetik olm.-Olumlu	-.42	.84
	Estetik olm.-Olumsuz	.13	.46
	Kontrol	.10	.40
Hedef-Tep.Sür.	Estetik olm.-Olumlu	.70	-.61
	Estetik olm.-Olumsuz	1.70	2.80
	Kontrol	1.28	2.72
Şaşırtma-Tep.Sür	Estetik olm.-Olumlu	.34	-1.16
	Estetik olm.-Olumsuz	.97	1.28
	Kontrol	.05	.24
Doldurma-Tep.Sür	Estetik olm.-Olumlu	.60	-.87
	Estetik olm.-Olumsuz	1.52	2.18
	Kontrol	1.35	2.52

Tablo 3.11.'de görüldüğü gibi bağımlı değişkenlerin çoğunluğunun gruplara göre kayışlılık ve basıklık değerlerinin, normal dağılım için kabul edilebilir değerler olan -1.5 ile +1.5 arasında olduğu görülmektedir; ancak bu aralığın dışında olan değerler de bulunmaktadır. Yine de varyansların homojen olup olmadığına da bakıldıktan sonra analize devam edilmesine karar verilmiştir. Varyansların homojen olup olmadığını belirlemek için yapılan Levene testi sonuçları Tablo 3.12.'de verilmiştir.

Tablo 3.12. 2 Geri görevindeki bağımlı ölçümler için Levene varyansların homojenliği testi sonuçları

Bağımlı Ölçüm		Levene İstatistiği	sd1	sd2	p
Hedef-Doğru	Ortalamaya göre	2,464	2	71	,092
	Medyana göre	1,849	2	71	,165
Şaşırtma-Doğru	Ortalamaya göre	2,166	2	71	,122
	Medyana göre	1,439	2	71	,244
Doldurma-Doğru	Ortalamaya göre	1,021	2	71	,365
	Medyana göre	,861	2	71	,427
Hedef-Tep.Sür.	Ortalamaya göre	,416	2	71	,661
	Medyana göre	,417	2	71	,661
Şaşırtma_Tep.Sür.	Ortalamaya göre	,809	2	71	,450
	Medyana göre	,566	2	71	,570
Doldurma-Tep.Sür.	Ortalamaya göre	,481	2	71	,620
	Medyana göre	,217	2	71	,805

Tablo 3.12.'de görüldüğü gibi Levene testi sonuçlarına göre bağımlı değişkenlerin varyanslarının koşullara göre homojen olduğu belirlenmiştir. Yapılan MANOVA'ya göre bulunulan koşulun 2 geri görevindeki performansa anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur ($F(2, 73) = 1.05$, $Wilks' \Lambda = .83$, $p = .41$, $\eta^2 = .09$).

3.4. KATILIMCILARIN MÜZİK PARÇALARINA KARŞI YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİNE AİT VERİLERİN ANALİZİNE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmada, müzik parçalarının dinlendiği bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasının bu parçalara ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisi incelenirken, kaçınma eğilimlerinin ölçümü, katılımcıların kendilerine yönergeyle

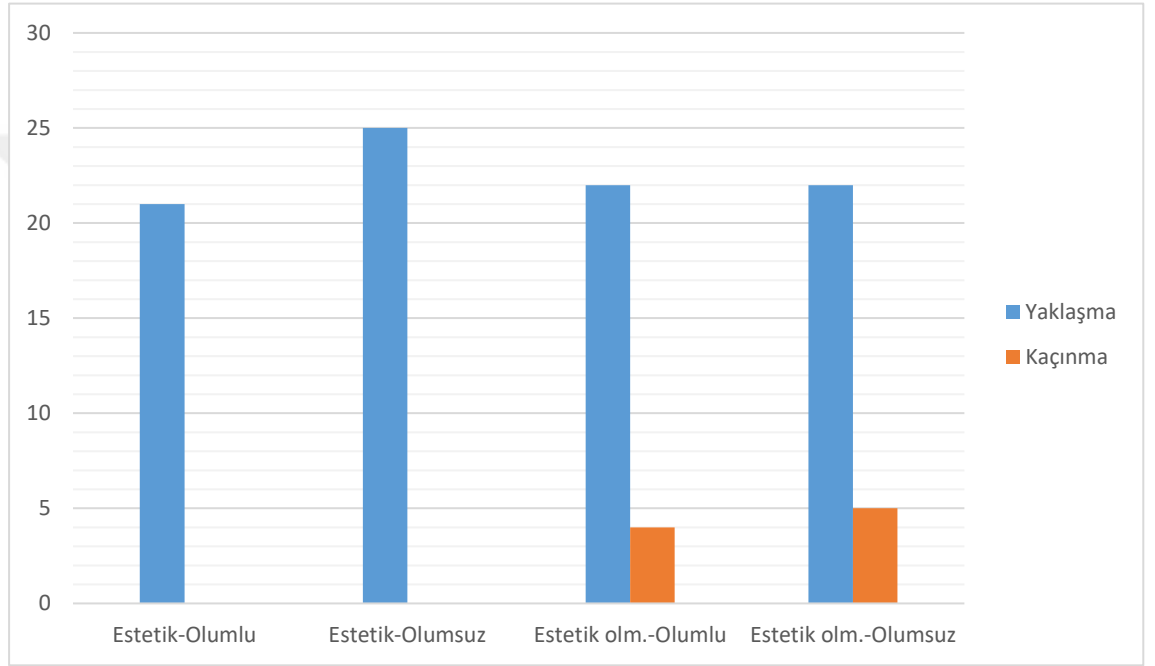
belirtilen tuşa basarak müzik parçalarını durdurmaları olarak tanımlanmıştır. Yaklaşma eğilimlerinin ölçümü olarak da bu bahsedilen tuşa basmamaları ve parçaları sonuna kadar dinlemeleri kabul edilmiştir. Bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasının bu bahsedilen yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisini görebilmek için ki kare testi yapılmıştır. Yaklaşma-kaçınma eğilimleriyle ilgili gözlenen ve beklenen değerler Tablo 3.13.'te verilmiştir.

Tablo 3.13. Yaklaşma-Kaçınma eğilimleriyle ilgili koşullara göre gözlenen ve beklenen değerler

Koşul		Yaklaşma	Kaçınma	Toplam
Estetik-Olumlu	Gözlenen Değer	21	0	21
	Beklenen Değer	19.1	1.9	21
	Gözlenen Değer Yüzdesi	%100	%0	%100
Estetik-Olumsuz	Gözlenen Değer	25	0	25
	Beklenen Değer	22.7	2.3	25
	Gözlenen Değer Yüzdesi	%100	%0	%100
Estetik olm.-Olumlu	Gözlenen Değer	22	4	26
	Beklenen Değer	23.6	2.4	26
	Gözlenen Değer Yüzdesi	%84.6	%15.4	%100
Estetik olm.-Olumsuz	Gözlenen Değer	22	5	27
	Beklenen Değer	24.5	2.5	27
	Gözlenen Değer Yüzdesi	%81.5	%18.5	%100
Toplam	Gözlenen Değer	90	9	99
	Beklenen Değer	90	9	99
	Gözlenen Değer Yüzdesi	%90.9	%9.1	%100

Ki kare testi sonucuna göre bulunulan koşulun yaklaşma kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisi anlamlıdır ($X^2(3, N = 99) = 8.75, p < .05$). Koşullardaki katılımcıların yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ilişkin grafik Şekil 3.1.'de verilmiştir.

Şekil 3.1. Koşullardaki katılımcıların yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ilişkin grafik



4. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı bilişsel yükü merkeze alan estetik bağlam kavramsallaştırması altında Schubert'in paralel süreçler hipotezini test etmektir. Bu amacı gerçekleştirmek üzere katılımcılara herhangi bir bilişsel yükün yüklenmediği, müzik parçalarına iyice odaklanabildikleri, bu odaklanma sırasında dikkatlerini çekebilecek çeldirici uyarıların bulunmadığı ve katılımcıların dinledikleri parçalarla estetik deneyim yaşayabildikleri bağlamın kendileri tarafından estetik bağlam olarak değerlendirilmesi öngörülmüştür. Diğer taraftan katılımcıların dinledikleri müzik parçalarıyla eş zamanlı olarak bilişsel kaynaklarının büyük bir kısmını kendisine çeken ve müzik parçalarının estetik özelliklerine odaklanmalarını engelleyen bir görev yaptıkları ve dolayısıyla dinledikleri parçalarla estetik deneyim yaşayamadıkları bağlamı ise estetik olmayan bağlam olarak değerlendirmeleri öngörülmüştür. Schubert'in modeliyle uygun olacak şekilde, bulunduğu bağlamı estetik olarak değerlendiren katılımcıların dinledikleri müzik parçalarına ilişkin yaklaşma yönünde aksiyon eğilimi göstermeleri beklenmiştir. Bulduğu bağlamı estetik olarak değerlendirmeyen katılımcıların ise dinledikleri müzik parçalarına ilişkin kaçınma yönünde aksiyon eğilimi göstermeleri beklenmiştir.

Bu kısımda bahsedilen amaç doğrultusunda Yöntem kısmında anlatıldığı şekliyle toplanan ve Bulgular kısmında anlatıldığı şekilde analiz edilen veriler ilgili literatür ışığında değerlendirilmektedir. Öncelikle dinletilen müzik parçalarının katılımcılarda istedik yönde bir duygu ortaya çıkarıp çıkarmadığı, PANAS ölçümlerinin analizi ışığında değerlendirilmiştir. Ardından bilişsel yük ile yapılan estetik bağlam manipülasyonunun kontrolü için, katılımcıların buldukları bağlamı estetik olarak değerlendirip değerlendirmedikleri EDBSÖ ölçümü analizi ışığında yorumlanmıştır. Sonrasında bu estetik bağlam manipülasyonu için kullanılan 2 geri görevindeki performanslar değerlendirilmiştir. Son olarak ise grupların dinledikleri müzik parçalarına ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerinden Schubert'in paralel süreçler hipotezinin desteklenip desteklenmediği tartışılmaktadır.

4.1. DUYGUDURUM MANİPÜLASYONUNUN KONTROLÜYLE İLGİLİ BULGULARA İLİŞKİN TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Araştırmada, dinletilen müzik parçalarının istendik yönde bir duygudurum değişikliği ortaya çıkarıp çıkarmadığı PANAS ölçümleriyle kontrol edilmiştir. Hatırlanacağı gibi PANAS ölçümü iki kez alınmıştır. İlk PANAS (PANAS 1), müzik parçaları dinletilmeden önce katılımcılara sunulmuş ve duygudurum manipülasyonu öncesinde katılımcıların duygudurum açısından birbirinden farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Gruplardaki katılımcıların duygudurumlarında ortaya çıkacak olası değişikliklerin dinletilen müzik parçalarından; yani manipülasyondan kaynaklandığından emin olmak için PANAS 1 ölçümlerine göre gruplar arasında bir fark olmaması beklenmiştir. Gerçekten de yapılan ANOVA sonuçlarına göre PANAS 1 ölçümleri açısından gruplar arasında bir fark olmadığı gözlenmiştir. Bu durum duygudurum manipülasyonu öncesinde gruplardaki tüm katılımcıların duygudurum açısından birbirine denk olduğu şeklinde yorumlanabilir. İkinci PANAS (PANAS 2) ise müzik parçaları dinletildikten sonra katılımcılara sunulmuş ve böylece dinletilen müzik parçalarının katılımcılarda istenilen duyguları ortaya çıkarıp çıkarmadığı araştırılmıştır. PANAS'tan alınan yüksek puanlar olumlu duyguduruma; düşük puanlar ise olumsuz duyguduruma işaret etmektedir. PANAS 2 için yapılan ANOVA sonuçlarına göre olumlu duygusal içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen olumlu duygudurum koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamalarının; olumsuz içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen olumsuz duygudurum koşulundaki ve herhangi bir müzik parçası dinlemeyen kontrol koşulundaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksek olduğu gözlenmiştir. Olumsuz duygudurum koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamalarının da kontrol grubundaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca yapılan tekrar ölçümlü ANOVA sonuçları da PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümlerinin koşul ve duygudurum değişkenlerinin ortak etkisi altında farklılaştığını göstermektedir. Tüm bu bulgular, dinletilen müzik parçalarının katılımcıların duygudurumunda değişikliğe yol açtığını; bu değişikliğin de istendik yönde olduğunu (olumlu duygusal içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen katılımcıların PANAS 2'den yüksek puan alması; olumsuz duygusal içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen katılımcıların PANAS 2'den düşük puan alması) kanıtlar niteliktedir.

Hatırlanacağı gibi bu çalışmada katılımcılar dinleyecekleri müzik parçalarını hiçbir kısıtlama olmaksızın kendileri seçmişlerdir. Bu noktada neden tüm katılımcılara önceden belirlenmiş standart müzik parçalarının dinletilmediği sorusu akla gelebilir. Pek çok araştırmada zaten bu yöntem kullanılmış ve çoğu zaman başarılı sonuç elde edilmiştir. Zira müzik parçaları sahip oldukları akustik özelliklere (tempo, modalite, tını gibi) ve bunlardaki farklılaşmalara göre hüzünlü veya neşeli olarak sınıflanabilmektedirler. Hatta bu sınıflandırmaları yapan bazı veri tabanları vardır ve araştırmacılar bu veri tabanlarının sınıflandırmalarına göre, ihtiyaçları doğrultusunda neşeli ya da hüzünlü müzik parçaları seçip araştırmalarında kullanılabilmektedirler. Ancak Giriş bölümünde de ele alındığı gibi parçaların sahip olduğu akustik özellikler taşıdığı duyguyu yansıtmaya açısından önemli olsa da bu parçaların bireylerde ilgili duyguyu ortaya çıkartması belirli mekanizmalar üzerinden mümkün olmaktadır. Örneğin Juslin (2013)'in modelinde belirttiği '*episodik bellek*' mekanizması sayesinde bir birey, olumlu duygusal içerikle eşleştirilen akustik özelliklere sahip bir müzik parçasını, geçmişte kendisi için üzüntülü bir episodik anıya eşlik edecek şekilde dinlemişse ve bu parçayı her dinlediğinde bu üzüntülü anısını hatırlıyorsa, bu parça artık bu birey için olumsuz duygusal içeriğe sahip hale gelmiş olabilir. Dolayısıyla bunun gibi durumlar yüzünden oluşabilecek karışıklıklardan ve istendik duygudurumu ortaya çıkaramama riskinden korunmak için bu çalışmada özellikle katılımcıların kendi belirledikleri ve kendilerinde belirtilen duyguyu ortaya çıkardığını bildirdikleri müzik parçalarının kullanılması tercih edilmiştir.

4.2. ESTETİK BAĞLAM MANİPÜLASYONUNUN KONTROLÜ VE MANİPÜLASYONDA KULLANILAN 2 GERİ GÖREVİ İLE İLGİLİ BULGULARA İLİŞKİN TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Araştırmada test edilen modelde estetik bağlam kritik bir öneme sahiptir; ancak modeli ortaya atan Schubert (2016) estetik bağlamın ne olduğunu yeterince açıklamamıştır. Sadece görkemli konser ve opera salonlarının, sanat galerilerinin ve kilise gibi yapıların bireylerin estetik deneyim yaşamasını kolaylaştırdığını belirtmiş; bununla beraber kaliteli bir kulaklık veya diğer müzik sistemleriyle kişisel olarak müzik dinlemenin de aynı şekilde bahsedilen deneyimi ortaya çıkarabildiğine değinmiştir. Dolayısıyla modelin test edilebilmesi için öncelikle estetik bağlamın tanımlanması gerekmektedir. Bu noktada Markovic (2012)'in estetik deneyimin özelliklerine ilişkin –

Giriş bölümünde anlatılan- kavramsallaştırmaları yol gösterici olmuştur. Schubert'in kısıtlı açıklamaları ve Markovic'in kavramsallaştırması ışığında katılımcıların sessiz ve dikkatlerini dağıtacak uyarıların olmadığı, bilişsel kaynaklarını tamamen estetik nesneye (müzik parçaları) ayırdıkları ve kaliteli bir ses sistemi ile bireysel olarak müzik parçalarını dinleyerek estetik deneyim yaşadıkları bağlam estetik bağlam olarak tanımlanmıştır. Estetik olmayan bağlam ise katılımcılara bilişsel kaynaklarının büyük kısmını kendine çekerek estetik nesneye odaklanamamaları için bilişsel bir yükün yüklendiği ve katılımcıların parçaları bu şartlar altında dinleyerek estetik deneyim yaşayamadıkları bağlam olarak tanımlanmıştır.

Yukarıdaki tanımlamada 'bilişsel yük' ve 'estetik deneyim yaşama-yaşamama' kavramları önemlidir. Bahsedilen bilişsel yükün oluşturulabilmesi için katılımcılara alanda yaygın olarak kullanılan bir çalışma belleği görevi olan 2 geri görevi verilmiştir. Anlaşılacağı gibi 2 geri görevi bu çalışmada bir bağımlı ölçüm değil bir manipülasyondur. Yine de 2 görevini alan estetik olmayan bağlam koşullarındaki ve kontrol grubundaki katılımcıların görevdeki performansları karşılaştırılmıştır. MANOVA analizine göre gruplar arasında 2 geri görevinin hiçbir puan türü açısından bir fark olmadığı görülmüştür. Bu bulgu, manipülasyonun gruplar arasında herhangi bir farklılık göstermediğini ve tüm gruplarda aynı şekilde işlediğini işaret etmesi bakımından faydalıdır.

Estetik deneyimin yaşanıp yaşanmadığı ise EDBSÖ ile kontrol edilmiştir. EDBSÖ ortalamaları üzerinden yapılan ANOVA'da temel etkinin anlamlı çıkması üzerine yapılan planlı karşılaştırmalarda estetik bağlam koşullarındaki katılımcıların EDBSÖ ortalamaları, estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcıların ve kontrol grubundaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Bu bulgu Cupchik ve Winston (1996), Ognjenovic (1997) ve Markovic (2012)'in söyledikleri ile uyumludur ve herhangi bir bilişsel yük yüklenmeyen katılımcıların estetik nesneye (müzik parçaları) daha iyi bir şekilde odaklanıp onunla özel bir nesne-nesne ilişkisi kurarak, yaşadığı deneyimi, bilişsel yüke maruz kalan ve bu bahsedilen özel nesne-nesne ilişkisini kuramayan katılımcılara kıyasla daha fazla estetik olarak değerlendirdiklerini kanıtlar niteliktedir. Dolayısıyla bu bulgular ışığında bilişsel yük kavramını merkeze koyan estetik bağlam manipülasyonunun çalıştığını söylemek mümkündür. Bu anlamda araştırmanın birinci ve ikinci hipotezleri doğrulanmıştır.

Estetik olmayan bağlam koşullarının ortalamaları ise kontrol grubunun ortalamasından anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Bu beklenmedik bir sonuçtur çünkü kontrol grubundaki katılımcılar sadece 2 geri görevini yerine getirirken, estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılar hem 2 geri görevini almış hem de müzik parçalarını dinlemişlerdir. Dolayısıyla kendilerine daha fazla bilişsel yük yüklenmiştir. Ancak yine de bu deneyimi diğer gruba göre daha estetik olarak değerlendirmişlerdir. Halbuki daha fazla bilişsel yüke maruz kalmanın estetik deneyim yaşama olasılığını azaltacağı düşünülmektedir. Bu beklenmedik bulguyu Schubert (2016)'in görüşleri ile açıklamak mümkün olabilir. Schubert'e göre, estetik bir bağlam hem estetik bir çevreyi hem de algılanacak '*estetik*' bir uyarıyı gerektirmektedir, tüm bunlar bağlamın estetik olarak algılanmasını kolaylaştırmaktadır. Bu araştırmada estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcılar kendi belirledikleri ve dinlemeyi sevdikleri müzik parçalarını dinlemişlerdir. Her ne kadar kendilerini bilişsel olarak zorlayan bir görevle karşı karşıya olsalar da, arka planda estetik bir nesne olarak dinlemeyi sevdikleri bir müzik parçasının çalıyor olması onların bu deneyimi kontrol grubundaki katılımcılara göre daha keyifli bulmalarını sağlamış olabilir.

4.3. MÜZİK PARÇALARINA KARŞI YAKLAŞMA-KAÇINMA EĞİLİMLERİYLE İLGİLİ BULGULARA İLİŞKİN TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Araştırmada katılımcıların müzik parçalarına ilişkin aksiyon eğilimleri belirtilen bir tuşa basarak parçayı dinlemeyi sonlandırma (kaçınma) ya da bu tuşa basmayıp parçaları dinlemeyi sürdürme (yaklaşma) davranışları ile ölçülmüştür. Koşullardaki katılımcıların aksiyon eğilimlerine bakıldığında estetik bağlam koşullarındaki katılımcıların tamamının, ister olumlu ister olumsuz duygusal içeriğe sahip müzik parçalarını dinlemiş olsun, belirtilen tuşa basmayarak parçaları dinlemeye devam ettikleri yani aksiyon eğilimlerinin yaklaşma yönünde olduğu görülmüştür. Öte yandan estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcılara bakıldığında olumlu içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen katılımcıların % 15.4'ü, olumsuz içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen katılımcıların % 18.5'i, toplamda estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcıların % 17'si belirtilen tuşa basarak parçaları dinlemeyi sonlandırdığı, yani kaçınma yönünde aksiyon eğilimi gösterdikleri bulunmuştur. Görüldüğü gibi her iki duygu için de estetik olmayan bağlam koşulunda katılımcıların parçayı durdurma oranları birbirine oldukça yakındır. Yüzdeler olarak bakıldığında

estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcılar içinde kaçınma eğilimi gösteren katılımcıların yaklaşma yönünde eğilim gösterenlere göre oranı daha az olsa da, estetik bağlam koşullarında kaçınma yönünde eğilim gösteren katılımcı olmaması ve yapılan ki kare testinde koşullar arasındaki farkın anlamlılığa ulaşmış olması sebebiyle araştırmanın üçüncü hipotezinin de desteklendiği kabul edilmiştir. Dolayısıyla Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'nin de görgül veriler ışığında desteklendiğini söylemek mümkündür. Görünen o ki bir duygunun içeriğiyle (olumlu-olumsuz), o duyguyu ortaya çıkaran uyarana karşı olan aksiyon eğilimi (yaklaşma-kaçınma) bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasına göre birbirinden ayrışabilmektedir.

Bu bulgu Taruffi ve Koelsch (2014)'in hüzünlü müzik parçalarının hangi nedenlerle dinlendiğini araştırdıkları araştırmanın bulgularıyla örtüşmektedir. Buna göre katılımcıların hüzünlü müzik dinleme sebepleri dört boyutta açıklanabilir: Müzik parçalarının gerçek yaşam olaylarını çağrıştırmaması, Duygu düzenleme, Hayal gücü ve Empati. Bu dört boyut içinde faktör yükü en fazla olan boyut müzik parçalarının gerçek yaşam olaylarını çağrıştırmaması boyutudur. Schubert (2016), günlük yaşam olayları gibi stres yaratan etkenlerin estetik deneyim yaşanma olasılığını azaltacağını savunmuştur. Taruffi ve Koelsch (2014) ise çalışmasında katılımcıların en yaygın hüzünlü müzik dinleme sebebi olarak 'müziğin gerçek yaşam olaylarını çağrıştırmaması' durumundan bahsetmişlerdir. Bu iki çalışmanın bulguları birlikte ele alındığında, hüzünlü müzik parçalarının, doğası gereği katılımcıların buldukları bağlamı estetik olarak algılamalarını kolaylaştırdığı ve bu nedenle hüzünlü müziği tercih etmelerine yol açtığı söylenebilir. Dolayısıyla bireylerin hüzünlü müzik parçalarından hoşlanması için bu parçaların hüzünlü olmasını ödünleyecek başka pozitif özelliklere sahip olmasına gerek yoktur; çünkü bir müzik parçasından hoşlanmakla bu parçanın taşıdığı duyguyu hissetmek birbirinden ayrı fakat paralel çalışan süreçlerdir.

Schubert (2016)'e göre bağlamın estetik olarak algılanması dinlenen parçaya karşı kaçınma yönündeki aksiyon eğilimini ketler. Ancak bu durum sadece ilgili müzik parçasına karşı yaklaşma eğiliminin ortaya çıkmasını açıklar; bu müzik parçasından neden hoşlanıldığını açıklamaz. Schubert (2016) bu noktayı Martindale (1984, 1988)'e atıf yaparak açıklamıştır. Buna göre zihinsel aktivasyonun kendisi hoşlanmaya sebep olabilir. Kaçınma eğiliminin yokluğunda her çeşit düşünce keyif verebilir. Farklı düşünce ve duyguların aktivasyonu, aktivasyonun toplamına ve dolayısıyla üzüntü

yaşarken bile, alınan haz miktarına katkıda bulunur. Paralel süreçler hipotezindeki beş bileşen (bkz. Şekil 1.2.) duyguyu ortaya çıkarmak için bir şebeke olarak çalışır ve hem zihinsel hem de bedensel bir aktivasyon ortaya çıkar. Schubert (2016)'e göre bu aktivasyon sırasında kaçınma eğiliminin ketlenmiş olması müzik parçasından hoşlanılmasını sağlamaktadır.

Bu araştırmanın bulguları, Schubert (2016)'in duygunun içeriğiyle (olumlu-olumsuz), o duyguyu ortaya çıkaran uyarana karşı olan aksiyon eğiliminin (yaklaşma-kaçınma) bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasına göre birbirinden ayrışabileceği fikrini desteklemektedir; ancak neden böyle bir ayrışmanın ortaya çıktığı açık değildir. Bu ayrışmanın sebebi ile ilgili Schubert (2016), 'oyun oynama deneyimi' üzerinden spekülasyon yapmıştır: Ontogenetik açıdan bakıldığında, bireyler çocukluktan itibaren ilerdeki davranışlar için faydaları olacak, kendilerinin bilişsel ve motor gelişimlerini sağlayacak oyunlar oynamaktadır. Bu tarz oyunlar gerçek yaşamla ilgili kuralların bir kenara bırakıldığı ve yönlendirmesinin tamamen hayal gücüyle yapıldığı eşsiz bir süreci içermektedir. Ayrıca oyun sırasında da öznel his ile motivasyonel eğilimler arasında ayrışma olabilmektedir. Çocuklar oyunun amacına uyum sağlayabilmek için hissettiklerinden farklı davranışlar gösterebilmektedir. Bu tür etkinlikler yetişkinlik boyunca da devam edebilmektedir. Müzik dinleme davranışı bu tür etkinliklere örnek verilebilir. Zira müzikten de keyif alınabilmesi için gerçek yaşamla ilgili bağlamdan uzaklaşıp estetik olarak algılanan bir bağlama geçiş yapılması gerekmektedir. Müzik dinleme ve oyun arasında böyle bir benzerlik kuran Schubert, bahsedilen ayrışmayı müzik dinlemenin oyuna benzer doğasıyla açıklamaya çalışmıştır. Ancak bu konuyla ilgili bir şeyler söyleyebilmek için daha fazla görgül veriye ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Son olarak hüznü müziklerden hoşlanma paradoksunu açıklayan diğer modellerle Paralel Süreçler Hipotezi'nin benzer ve ayrışan yönlerini tartışmak faydalı olabilir. Huron (2011)'un prolaktin modeli hüznü müziklerden zevk almayı açıklamak için test edilebilir bir model oluşturmakla beraber, ortaya attığı model Schubert'in aksine ödünleyici özellikleri ön plana çıkaran bir modeldir. Salgılanan prolaktinin üzüntü duygusunun olumsuz özelliklerini ödünlemesi sayesinde yaşanan deneyimden haz alındığı iddia edilmektedir. Ancak bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre Schubert'in de iddiasına paralel olacak şekilde, üzüntüden keyif alabilmek için ortada

ödünleyici özelliklerin olması şart değildir. Bir deneyimden keyif almakla o deneyim sırasında ortaya çıkan duygu farklı süreçlerin ürünüdür. Ayrıca Huron (2011)'un modeli sadece üzüntüden keyif almayı açıklayabilmekte, diğer olumsuz duygulardan keyif alma deneyimlerini göz ardı etmektedir. Oysa Paralel Süreçler Modeli tüm olumsuz duygulardan keyif alma deneyimleri için bir açıklama getirebilmektedir: Bağlam estetik olarak algılanmışsa deneyim de keyif verici olacaktır.

Juslin'in modeline bakıldığında yine üzüntüden keyif alma deneyiminin açıklanabilmesi için ödünleyici etkenlerin ön plana çıkarıldığını görmekteyiz. Hatırlanacağı gibi Juslin'in modeline göre olumsuz bir duygudan keyif alma deneyiminin ortaya çıkması için en az iki mekanizmanın birlikte çalışması gerekmektedir ve bu mekanizmalardan genellikle biri ödünleyici niteliktedir. Dolayısıyla Juslin'e göre de tek başına üzüntüden keyif almak mümkün değildir. Juslin'in modelini Schubert'in modelinden ayıran bir diğer özellik de, Juslin'in modelinde estetik değerlendirmenin bağlama yönelik değil; estetik nesneye yönelik olarak yapılmasıdır. Schubert estetik nesneye ilişkin böyle bir değerlendirmenin gerekli olmadığını iddia etmiş, değerlendirmenin sadece bağlam üzerinden yapıldığını savunmuştur. Ancak Schubert (2016) estetik bağlamı açıklarken "Estetik bağlam hem estetik bir çevreyi hem de algılanacak '*estetik*' bir uyarıyı gerektirmektedir, biri olmadan diğeri estetik bağlam oluşturamaz" cümlesini kullanmaktadır. Bu cümleye bakıldığında bahsedilen nesneye ilişkin herhangi bir değerlendirme yapılmaksızın bu nesnenin '*estetik*' olup olmadığına nasıl karar verildiği belirsiz kalmaktadır.

4.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın göze çarpan bir sınırlılığı, katılımcıların bağlamın estetik olup olmadığıyla ilgili yaptıkları değerlendirmenin bilişsel süreçlerini içeren bir ölçümün yapılamamış olmasıdır. Schubert'in modeline göre '*değerlendirme*' bileşeni modelin bilişsel bileşenidir ve bu bileşen sayesinde bağlamın estetik bir bağlam mı yoksa günlük yaşam olaylarıyla ilgili bir bağlam mı olduğunun saptaması yapılır. Ancak literatürde bu '*değerlendirme*' bileşeninin bilişsel özelliklerini ölçen bir ölçüm aracı olmadığı için bu ölçüm alınamamıştır. Katılımcıların yaptıkları değerlendirme, -EDBSÖ vasıtasıyla- ile estetik deneyim yaşayıp yaşamadıkları üzerinden dolaylı olarak değerlendirilmiştir. Bahsedilen değerlendirme sürecinin bilişsel özelliklerini ölçebilecek bir ölçüm aracının

geliştirilmesi, alanda bu konuyla ilgili yapılacak benzer çalışmalarda araştırmacıların işini kolaylaştıracaktır.

Bir diğer göze çarpan sınırlılık da parçalara karşı yaklaşma-kaçınma eğilimlerinin ölçümüyle ilgilidir. Schubert (2016)'in de bahsettiği üzere, 'yaklaşma-kaçınma eğilimi' kavramı detaylı incelendiğinde yaklaşma-kaçınma (aksiyon) kavramının nesnel olarak gözlenebilir-ölçülebilir olduğu açıktır. Ancak eğilim kavramı söz konusu olduğunda içsel, zihinsel ve ölçmesi daha zor bir özellik karşımıza çıkmaktadır. Araştırmada aksiyon eğilimleri belirli bir tuşa basıp parçayı durdurma; ya da bu tuşa basmayıp parçayı dinlemeye devam etmek şeklinde işevuruklaştırılmıştır. Bu işevuruklaştırmada, gözlenebilen 'aksiyon' kısmı ön plana çıkmış; 'eğilim' kavramı ve ona ait içsel ve zihinsel süreçler bir anlamda ihmal edilmiştir. Schubert (2016) de modelini açıklarken eğilim kavramının ve ona ait içsel ve zihinsel süreçlerin ölçülmesinin zorluğundan bahsetmekle beraber bu model çerçevesinde bahsedilen içsel ve zihinsel süreçlerin tam olarak neye karşılık geldiğini açıklamamıştır. Bu yüzden araştırmada bu özelliklerin ölçülmesi mümkün olamamıştır.

Aksiyon eğilimlerinin bir tuşa basma ya da basmama şeklinde aksiyonlar olarak tanımlanması toplanan verinin de kategorik olmasına sebep olmuş; bu da verilerin analizi için istatistiksel gücü daha zayıf olan ki kare gibi parametrik olmayan bir analiz yönteminin kullanılmasını zorunlu kılmıştır. Bu durum da analiz edilen verinin yorumlanmasını güçleştirmiştir. Dolayısıyla ilerideki çalışmalarda aksiyon eğilimleri ölçümünde hem yaklaşma-kaçınma boyutu hem de eğilim boyutu ölçülebilirse, elde edilen veriler daha güçlü istatistiksel yöntemlerle analiz edilebilecek ve böylelikle toplanan verinin yorumlanması süreci kolaylaşacaktır.

KAYNAKLAR

- BARR-ZISOWITZ, Carol. 'Sadness. Is there such a thing', 2000, 607-622.
- BERLYNE, Daniel E. *Aesthetics and Psychobiology*, New York: Appleton-Century-Crofts, 1971.
- BLOOD A. J., R. J. ZATORRE, "Intensely Pleasurable Responses to Music Correlate with Activity in Brain Regions Implicated in Reward and Emotion," *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2001, doi:10.1073/pnas.191355898.
- BRATTICO Elvira et al., "A Functional MRI Study of Happy and Sad Emotions in Music with and without Lyrics," *Frontiers in Psychology*, 2011, doi:10.3389/fpsyg.2011.00308.
- BRODY Stuart, Tillmann H C KRÜGER, "The Post-Orgasmic Prolactin Increase Following Intercourse Is Greater than Following Masturbation and Suggests Greater Satiety," *Biological Psychology*, vol. 71, no. 3 (2006), pp. 312–15, doi:10.1016/j.biopsycho.2005.06.008.
- BROWN Steven, C A Michael J MARTINEZ, Lawrence M PARSONS, "Neuroreport 2004 Brown," vol. 15, no. 13 (2004), pp. 1–5.
- CARLSON Emily et al., "Maladaptive and Adaptive Emotion Regulation through Music: A Behavioral and Neuroimaging Study of Males and Females," *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 9, no. August (2015), pp. 1–13, doi:10.3389/fnhum.2015.00466.
- CHEN Lei, Shuhua ZHOU, Jennings BRYANT, "Temporal Changes in Mood Repair Through Music Consumption: Effects of Mood, Mood Salience, and Individual Differences," *Media Psychology*, vol. 9, no. 3 (2007), pp. 695–713, doi:10.1080/15213260701283293.
- DALTON T. A., R. E. KROUT, "The Grief Song-Writing Process with Bereaved Adolescents: An Integrated Grief Model and Music Therapy Protocol," *Music Therapy Perspectives*, vol. 24, no. 2 (2006), pp. 94–107, doi:10.1093/mtp/24.2.94.
- DAMASIO Antonio, *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*, 1999.
- DAMASIO Antonio R et al., "Moacyr Scliar - A Face Oculta," vol. 09 (2000), pp. 1049–56, doi:10.1038/79871.

- EEROLA Tuomas et al., “An Integrative Review of the Enjoyment of Sadness Associated with Music,” *Physics of Life Reviews*, vol. 25 (2018), pp. 100–121, doi:10.1016/j.plrev.2017.11.016.
- GABRIELSSON Alf, Erik LINDSTRÖM, “The Influence of Musical Structure on Emotional Expression,” *Music and Emotion. Theory and Research*, 2001, p. , doi:10.1017/S0140525X08005384.
- GARRIDO Sandra, Emery SCHUBERT, “Adaptive and Maladaptive Attraction to Negative Emotions in Music,” *Musicae Scientiae*, vol. 17, no. 2 (2013), pp. 147–66, doi:10.1177/1029864913478305.
- GENÇÖZ, Tülin, “Positive and Negative Affect Schedule: A study of validity and reliability.” *Türk Psikoloji Dergisi*, 2000.
- GODOY, Rolf Inge; JORGENSEN, Harald. *Musical imagery*. Routledge, 2012.
- GRAVES Philip, *Consumer.Ology: The Market Research Myth, the Truth about Consumer Behaviour and the Psychology of Shopping*, 2010.
- HAACK, Paul A, “The behavior of music listeners.” *Handbook of music psychology*, 1980, pp. 141-182.
- HABEL Ute et al., “Same or Different? Neural Correlates of Happy and Sad Mood in Healthy Males,” *NeuroImage*, vol. 26, no. 1 (2005), pp. 206–14, doi:10.1016/j.neuroimage.2005.01.014.
- HANSER Waldie E. et al., “Consolation through Music: A Survey Study,” *Musicae Scientiae*, vol. 20, no. 1 (2016), pp. 122–37, doi:10.1177/1029864915620264.
- HINES M., K.S. MCFERRAN, “Metal Made Me Wh, “Metal Made Me Who I Am: Seven Adult Men Reflect on Their Engagement with Metal Music during Adolescence,” *International Journal of Community Music*, vol. 7, no. 2 (2014), doi:10.1386/ijcm.7.2.205.
- HODGES, D., “Psychophysiological measures.”, *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*, 2010, 279-311.
- HOGUE John D., Andrea M. CRIMMINS, Jeffrey H. KAHN, ““So Sad and Slow, so Why Can’t i Turn off the Radio’: The Effects of Gender, Depression, and Absorption on Liking Music That Induces Sadness and Music That Induces Happiness,” *Psychology of Music*, vol. 44, no. 4 (2016), pp. 816–29, doi:10.1177/0305735615594489.

- HUNTER Patrick G., E. Glenn SCHELLENBERG, Andrew T. GRIFFITH, “Misery Loves Company: Mood-Congruent Emotional Responding to Music,” *Emotion*, vol. 11, no. 5 (2011), pp. 1068–72, doi:10.1037/a0023749.
- HURON David, “Why Is Sad Music Pleasurable? A Possible Role for Prolactin,” *Musicae Scientiae*, vol. 15, no. 2 (2011), pp. 146–58, doi:10.1177/102986491101500202.
- JUSLIN Patrik N., “From Everyday Emotions to Aesthetic Emotions: Towards a Unified Theory of Musical Emotions,” *Physics of Life Reviews*, vol. 10, no. 3 (2013), pp. 235–66, doi:10.1016/j.plrev.2013.05.008.
- JUSLIN Patrik N., Petri LAUKKA, “Communication of Emotions in Vocal Expression and Music Performance: Different Channels, Same Code?,” *Psychological Bulletin*, vol. 129, no. 5 (2003), pp. 770–814, doi:10.1037/0033-2909.129.5.770.
- JUSLIN Patrik N., Petri LAUKKA, “Expression, Perception, and Induction of Musical Emotions: A Review and a Questionnaire Study of Everyday Listening,” *Journal of New Music Research*, vol. 33, no. 3 (2004), pp. 217–38, doi:10.1080/0929821042000317813.
- KELLERMANN Tanja S. et al., “Modulating the Processing of Emotional Stimuli by Cognitive Demand,” *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, vol. 7, no. 3 (2012), pp. 263–73, doi:10.1093/scan/nsq104.
- KOELSCH Stefan et al., “Investigating Emotion with Music: An FMRI Study,” *Human Brain Mapping*, vol. 27, no. 3 (2006), pp. 239–50, doi:10.1002/hbm.20180.
- KREUTZ, G.; BONGARD, S.; VON JUSSIS, J., “Cardiovascular responses to music listening: The effects of musical expertise and emotional expression.”, *Musicae Scientiae*, 2002, 6.2: 257-278.
- LANE D R et al., “Neuroanatomical Correlates of Happiness, Sadness, and Disgust,” *American Journal of Psychiatry*, vol. 154 (1997), pp. 926–33, doi:10.1176/ajp.154.7.926.
- LEHRER, Jonah. *How we decide*. Houghton Mifflin Harcourt, 2010.
- LÉVESQUE Johanne et al., “Neural Circuitry Underlying Voluntary Suppression of Sadness,” *Biological Psychiatry*, 2003, doi:10.1016/S0006-3223(02)01817-6.
- LINDSTRÖM Erik et al., “‘Expressivity Comes from within Your Soul’: A Questionnaire Study of Music Students’ Perspectives on Expressivity,” *Research*

- Studies in Music Education*, vol. 20, no. 1 (2003), pp. 23–47, doi:10.1177/1321103X030200010201.
- LUNDQVIST Lars Olov et al., “Emotional Responses to Music: Experience, Expression, and Physiology,” *Psychology of Music*, vol. 37, no. 1 (2009), pp. 61–90, doi:10.1177/0305735607086048.
- MARGULIS E H, *Melodic Expectation: A Discussion and Model*, Graduate School of Arts and Sciences, 2003.
- M.-MARSEL Mesulam, Mufson Elliott J., “Insula of the Old World Monkey. III: Efferent Cortical Output and Comments on Function,” *Journal of Comparative Neurology*, vol. 212, no. 1 (1982), pp. 38–52, doi:10.1002/cne.902120104.
- MARKOVIĆ Slobodan, “Components of Aesthetic Experience: Aesthetic Fascination, Aesthetic Appraisal, and Aesthetic Emotion,” *I-Perception*, vol. 3, no. 1 (2012), pp. 1–17, doi:10.1068/i0450aap.
- MARKOVIĆ Slobodan, Ana RADONJIĆ, “Implicit and Explicit Features of Paintings,” *Spatial Vision*, vol. 21, no. 3–5 (2008), pp. 229–59, doi:10.1163/156856808784532563.
- MATHÔT Sebastiaan, Daniel SCHREIJ, Jan THEEUWES, “OpenSesame: An Open-Source, Graphical Experiment Builder for the Social Sciences,” *Behavior Research Methods*, vol. 44, no. 2 (2012), pp. 314–24, doi:10.3758/s13428-011-0168-7.
- MATSUMOTO Junko, “Why People Listen to Sad Music: Effects of Music on Sad Moods,” *Japanese Journal of Educational Psychology*, vol. 50, no. 1 (2002), pp. 2957–58, doi:10.5926/jjep1953.50.1_23.
- MCFERRAN Katrina, “Tipping the Scales: A Substantive Theory on the Value of Group Music Therapy for Supporting Grieving Teenagers.,” *Qualitative Inquiries in Music Therapy*, vol. 5, no. April (2010), pp. 1–42, doi:10.3920/978-90-8686-652-6.
- MCFERRAN Katrina Skewes, Suvi SAARIKALLIO, “Depending on Music to Feel Better: Being Conscious of Responsibility When Appropriating the Power of Music,” *Arts in Psychotherapy*, vol. 41, no. 1 o I Am: Seven Adult Men Reflect on Their Engagement with Metal Music during Adolescence,” *International Journal of Community Music*, vol. 7, no. 2 (2014), doi:10.1386/ijcm.7.2.205.
- MEYER Leonard B., David KRAEHENBUEHL, “Emotion and Meaning in Music,”

- Journal of Music Theory*, 1957, doi:10.2307/843099.
- NEUMANN Roland, Fritz STRACK, “Mood Contagion: The Automatic Transfer of Mood between Persons,” *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 79, no. 2 (2000), pp. 211–23, doi:10.1037/0022-3514.79.2.211.
- OWEN Adrian M. et al., “N-Back Working Memory Paradigm: A Meta-Analysis of Normative Functional Neuroimaging Studies,” *Human Brain Mapping*, vol. 25, no. 1 (2005), pp. 46–59, doi:10.1002/hbm.20131.
- PERSSON, Roland S. "The subjective world of the performer." (2001): 275-289.
- POSSE Stefan et al., “Real-Time fMRI of Temporolimbic Regions Detects Amygdala Activation during Single-Trial Self-Induced Sadness,” *NeuroImage*, vol. 18, no. 3 (2003), pp. 760–68, doi:10.1016/S1053-8119(03)00004-1.
- PUNKANEN Marko, Tuomas EEROLA, Jaakko ERKKILÄ, “Biased Emotional Recognition in Depression: Perception of Emotions in Music by Depressed Patients,” *Journal of Affective Disorders*, vol. 130, no. 1–2 (2011), pp. 118–26, doi:10.1016/j.jad.2010.10.034.
- ROZIN Alexander, *The Intensity of Musical Affect: A Model of Experience and Memory*, ProQuest Dissertations and Theses, 2000.
- SAARIKALLIO Suvi, Jaakko ERKKILÄ, “The Role of Music in Adolescents’ Mood
- SACHS Matthew E., Antonio DAMASIO, Assal HABIBI, “The Pleasures of Sad Music: A Systematic Review,” *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 9, no. July (2015), pp. 1–12, doi:10.3389/fnhum.2015.00404.
- SHELLENBERG E. Glenn, Isabelle PERETZ, Sandrine VIEILLARD, “Liking for Happy- and Sad-Sounding Music: Effects of Exposure,” *Cognition and Emotion*, vol. 22, no. 2 (2008), pp. 218–37, doi:10.1080/02699930701350753.
- SCHERER Klaus R., “What Are Emotions? And How Can They Be Measured?,” *Social Science Information*, vol. 44, no. 4 (2005), pp. 695–729, doi:10.1177/0539018405058216.
- SCHUBERT Emery, “Enjoying Sad Music: Paradox or Parallel Processes?,” *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 10, no. June (2016), pp. 1–8, doi:10.3389/fnhum.2016.00312.
- SCHUBERT Emery, “The Influence of Emotion, Locus of Emotion and Familiarity upon Preference in Music,” *Psychology of Music*, vol. 35, no. 3 (2007), pp. 499–

- 515, doi:10.1177/0305735607072657.
- SCHULKIND Matthew D., Laura Kate HENNIS, David C. RUBIN, “Music, Emotion, and Autobiographical Memory: They’re Playing Your Song,” *Memory and Cognition*, 1999, doi:10.3758/BF03201225.
- SLOBODA John A, Susan A O’NEILL, “Emotions in Everyday Listening to Music,” *Music and Emotion. Theory and Research*, 2001, p. , doi:10.1016/j.mri.2004.08.012.
- TABACHNICK Barbara G, Linda S FIDELL, *Using Multivariate Statistics Fifth Edition*, 2007.
- TAHLIER Michelle, Anca M. MIRON, Frances H. RAUSCHER, “Music Choice as a Sadness Regulation Strategy for Resolved versus Unresolved Sad Events,” *Psychology of Music*, vol. 41, no. 6 (2013), pp. 729–48, doi:10.1177/0305735612446537.
- TARUFFI Liila, Stefan KOELSCH, “The Paradox of Music-Evoked Sadness: An Online Survey,” *PLoS ONE*, vol. 9, no. 10 (2014), pp. 1–17, doi:10.1371/journal.pone.0110490.
- TAYLOR Christa L., Ronald S. FRIEDMAN, “Sad Mood and Music Choice: Does the Self-Relevance of the Mood-Eliciting Stimulus Moderate Song Preference?,” *Media Psychology*, vol. 18, no. 1 (2015), pp. 24–50, doi:10.1080/15213269.2013.826589.
- TER BOGT Tom F.M. et al., “Moved by Music: A Typology of Music Listeners,” *Psychology of Music*, vol. 39, no. 2 (2011), pp. 147–63, doi:10.1177/0305735610370223.
- TROST Wiebke et al., “Mapping Aesthetic Musical Emotions in the Brain,” *Cerebral Cortex*, vol. 22, no. 12 (2012), pp. 2769–83, doi:10.1093/cercor/bhr353.
- TURNER Rebecca A. et al., “Effects of Emotion on Oxytocin, Prolactin, and ACTH in Women,” *Stress*, vol. 5, no. 4 (2002), pp. 269–76, doi:10.1080/1025389021000037586-1.
- VAN DEN TOL Annemieke J.M., Jane EDWARDS, “Exploring a Rationale for Choosing to Listen to Sad Music When Feeling Sad,” *Psychology of Music*, vol. 41, no. 4 (2013), pp. 440–65, doi:10.1177/0305735611430433.
- VAN DEN TOL Annemieke J.M., Jane EDWARDS, Nathan A. HEFLICK, “Sad Music

as a Means for Acceptance-Based Coping,” *Musicae Scientiae*, vol. 20, no. 1 (2016), pp. 68–83, doi:10.1177/1029864915627844.

VAN DEN TOL Annemieke Johanna Maria, *A Self-Regulatory Perspective on People’s Decision to Engage in Listening to Self-Selected Sad Music When Feeling Sad*, 2012.

VAN DEN TOL Annemieke J.M., Jane EDWARDS, “Listening to Sad Music in Adverse Situations: How Music Selection Strategies Relate to Self-Regulatory Goals, Listening Effects, and Mood Enhancement,” *Psychology of Music*, 2015, doi:10.1177/0305735613517410.

VUOSKOSKI Jonna K., Tuomas EEROLA, “Can Sad Music Really Make You Sad? Indirect Measures of Affective States Induced by Music and Autobiographical Memories,” *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, vol. 6, no. 3 (2012), pp. 204–13, doi:10.1037/a0026937.

VYTAL Katherine, Stephan HAMANN, “Neuroimaging Support for Discrete Neural Correlates of Basic Emotions: A Voxel-Based Meta-Analysis,” *Journal of Cognitive Neuroscience*, vol. 22, no. 12 (2010), pp. 2864–85, doi:10.1162/jocn.2009.21366.

WATSON David, Lee Anna CLARK, Auke TELLEGEN, “Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988, doi:10.1037/0022-3514.54.6.1063.

WILSON Timothy D., Jonathan W. SCHOOLER, “Thinking Too Much: Introspection Can Reduce the Quality of Preferences and Decisions,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, doi:10.1037/0022-3514.60.2.181.

ARAŞTIRMA AMAÇLI ÇALIŞMA İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı, Bu çalışma, Doç. Dr. Handan Can danışmanlığında Uludağ Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Deneysel Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Osman Polat Sezgin tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Araştırmanın amacı algılanan bağlamın, müzik parçalarına ilişkin yaklaşma ve kaçınma eğilimlerini nasıl farklılaştırdığını tespit etmektir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara kendi belirledikleri müzik parçaları dinletilecektir. Katılımcılardan müzik eserlerini olabildiğinde rahatlamış ve başka bir şey düşünmeyecek bir şekilde dinlemeleri istenecektir.

Araştırmada genç yetişkin bireylere ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırma kapsamında uygulamalar yüksek lisans öğrenimi görmekte olan araştırmacı tarafından gerçekleştirilecektir. Uygulamanın başında katılımcı hakkında bilgi toplamak, katılımcıyı daha yakından tanımak ve incelenen konuyla ilgili ayrıntılı bilgilere ulaşmak amacıyla katılımcıdan standart bir demografik bilgi formunu doldurması istenecektir. Ardından o andaki duygudurumunu belirlemek ve sonraki ölçümlerle karşılaştırılabilecek bir temel düzey ölçümü elde edebilmek amacıyla katılımcılara Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği verilecektir. Sonrasında katılımcılara standart bir kulaklıktan kendi seçtikleri müzik parçaları dinletilecektir. Katılımcılar bu parçaları dinledikleri esnada eğer isterlerse araştırmacının göstereceği butona basarak parçayı durdurabilir ve deneyi sonlandırabilir. Parçalar dinletildikten sonra bu deneyimi estetik bulup bulmadıklarını değerlendirmek için Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeğini, son olarak da dinledikleri parçaların kendilerinde meydana getirdiği olası duygudurum değişikliklerini belirleyebilmek için tekrardan Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği sunulacaktır. Uygulama süresi yaklaşık olarak 20 dakikadır. Uygulama sırasında katılımcının izni doğrultusunda, kendi beyanı esas alınarak kayıtlar (yazılı bildirim) alınmaktadır. Uygulamanın ardından elde edilen kayıtlar, istatistiki analiz sonuçları katılımcının bilgileri gizli tutularak bilimsel nitelikli çalışmalarda ve eğitim amaçlı olarak kullanılabilir. Bu amaçların dışında bu kayıtlar kullanılmayacak ve başkaları ile paylaşılmayacaktır.

(Katılımcının Beyanı)

Sayın Osman Polat SEZGİN (psikolog) tarafından Doç. Dr. Handan Can (psikolog) danışmanlığında Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümünde yürütülen ve katılımcısı olmam teklif edilen araştırma ile ilgili bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilendirmenin ardından bu araştırma faaliyetine katılımcı olarak davet edildim.

Eğer bu araştırma faaliyetine katılırsam bana ait bilgilerin gizliliğine büyük bir özen ve saygıyla yaklaşılacağına inanıyorum. Toplanan her türlü verinin eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Bu araştırma süresince yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana bir ödeme yapılmayacaktır. Ayrıca herhangi bir tazminat talebim olmayacaktır. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış durumdayım.

Kendi başıma belli bir düşünme süresi sonunda:

1- Yapılan görüşme kapsamında kendime ilişkin katıldığım her türlü çalışmanın ya da değerlendirmenin araştırma ve eğitim amaçlı olarak kullanılabilceğini biliyorum ve onaylıyorum.

2- Yapılan görüşme, değerlendirme ve faaliyetlere ilişkin tüm kayıtların araştırma ve eğitim amaçlı olarak kullanılabilceğini biliyorum ve onaylıyorum.

Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

**Katılımcı
psikolog**

Görüşme tanığı

Katılımcı ile görüşen

Adı, soyadı:
İmza

Adı, soyadı:
İmza

Adı, soyadı:
İmza

EK. 2. Aydınlatılmış Onam Formu (Estetik olmayan bağlam grubu için)

Tarih:/...../.....

ARAŞTIRMA AMAÇLI ÇALIŞMA İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı, Bu çalışma, Doç. Dr. Handan Can danışmanlığında Uludağ Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Deneysel Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Osman Polat Sezgin tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Araştırmanın amacı algılanan bağlamın, müzik parçalarına ilişkin yaklaşma ve kaçınma eğilimlerini nasıl farklılaştırdığını tespit etmektir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara kendi belirledikleri müzik parçaları dinletilecektir. Katılımcılardan müzik eserlerini dinlerken dikkat gerektiren bir bilişsel görevi tamamlamaları istenmektedir.

Araştırmada genç yetişkin bireylere ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırma kapsamında uygulamalar yüksek lisans öğrenimi görmekte olan araştırmacı tarafından gerçekleştirilecektir. Uygulamanın başında katılımcı hakkında bilgi toplamak, katılımcıyı daha yakından tanımak ve incelenen konuyla ilgili ayrıntılı bilgilere ulaşmak amacıyla katılımcıdan standart bir demografik bilgi formunu doldurması istenecektir. Ardından o andaki duygudurumunu belirlemek ve sonraki ölçümlerle karşılaştırılabilecek bir temel düzey ölçümü elde edebilmek amacıyla katılımcılara Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği verilecektir. Sonrasında katılımcılara standart bir kulaklıktan kendi seçtikleri müzik parçaları dinletilecektir. Katılımcılar bu parçaları dinledikleri esnada dikkat gerektiren bilişsel bir görevi yerine getireceklerdir. Bu görevle ilgili gereken yönerge, görevden hemen önce bilgisayar ekranında yazılı olarak yer alacak ve araştırmacı tarafından da katılımcının anlayabileceği şekilde izah edilecektir. Katılımcılar çalışma sırasında eğer isterlerse araştırmacının göstereceği butona basarak parçayı durdurabilirler. Görev tamamlandıktan sonra bu deneyimi estetik bulup bulmadıklarını değerlendirmek için Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeğini, son olarak da dinledikleri parçaların kendilerinde meydana getirdiği olası duygudurum değişikliklerini belirleyebilmek için tekrardan Olumlu ve Olumsuz Duygudurum Ölçeği sunulacaktır. Uygulama süresi yaklaşık olarak 20 dakikadır. Uygulama sırasında katılımcının izni doğrultusunda, kendi beyanı esas alınarak kayıtlar (yazılı bildirim) alınmaktadır. Uygulamanın ardından elde edilen kayıtlar, istatistiki analiz sonuçları katılımcının bilgileri gizli tutularak bilimsel nitelikli çalışmalarda ve eğitim amaçlı olarak kullanılabilir. Bu amaçların dışında bu kayıtlar kullanılmayacak ve başkaları ile paylaşılmayacaktır.

(Katılımcının Beyanı)

Sayın Osman Polat SEZGİN (psikolog) tarafından Doç. Dr. Handan Can (psikolog) danışmanlığında Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümünde yürütülen ve katılımcısı olmam teklif edilen araştırma ile ilgili bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilendirmenin ardından bu araştırma faaliyetine katılımcı olarak davet edildim.

Eğer bu araştırma faaliyetine katılırsam bana ait bilgilerin gizliliğine büyük bir özen ve saygıyla yaklaşılacağına inanıyorum. Toplanan her türlü verinin eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Bu araştırma süresince yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana bir ödeme yapılmayacaktır. Ayrıca

herhangi bir tazminat talebim olmayacaktır. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış durumdayım.

Kendi başıma belli bir düşünme süresi sonunda:

1- Yapılan görüşme kapsamında kendime ilişkin katıldığım her türlü çalışmanın ya da değerlendirmenin araştırma ve eğitim amaçlı olarak kullanılabileceğini biliyorum ve onaylıyorum.

2- Yapılan görüşme, değerlendirme ve faaliyetlere ilişkin tüm kayıtların araştırma ve eğitim amaçlı olarak kullanılabileceğini biliyorum ve onaylıyorum.

Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

**Katılımcı
psikolog**

Adı, soyadı:

İmza

Görüşme tanığı

Adı, soyadı:

İmza

Katılımcı ile görüşen

Adı, soyadı:

İmza

DEMOGRAFİK BİLGİ TOPLAMA FORMU

Tarihi :...../...../.....

Kişisel Bilgiler:

Katılım Kodu:

Cinsiyeti: () Kadın () Erkek

Doğum Tarihi:/...../.....

Yaşı:.....

Medeni Hali: () Evli () Bekar () Dul () Boşanmış

Kullandığınız el: () Sağ () Sol

Eğitim Durumu:() İlkokul (0-5 yıl)
() Ortaokul (6-8 yıl)
() Lise (9-11 yıl)
() Üniversite (11+)

Ailenizin aylık geliri: () 500 TL ve altı
() 501 – 1000 TL
() 1001 – 1500 TL
() 1501-3000 TL
() 3001-5000 TL
() 5001 TL ve üzeri

Doğduğunuz il / ilçe:/.....

Büyüdüğünüz il / ilçe:/.....

Belirli bir sağlık sorununuz var mı : () Evet () Hayır

() Evetse, nedir:

Gözlük veya lens kullanıyor musunuz? () Evet () Hayır

İşitmeyle ilgili sorununuz var mı? () Evet () Hayır

Fiziksel Engel: () Var () Yok

Varsa türü:.....

Psikolojik, psikiyatrik veya nörolojik tanı aldınız mı? Evet Hayır

Düzenli bir ilaç kullanmakta mısınız: Evet Hayır

Evetse, ilacın türü/ adı:

Bilinci kaybedecek düzeyde bir kafa travması geçirdiniz mi: Evet Hayır

Evetse, ne kadar zaman önce: Geçtiğimiz bir ay içerisinde
 Geçtiğimiz bir ay ile bir yıl arasında
 Bir yıldan çok oldu

Bilinç kaybınız ne kadar sürdü: Bir saatten az
 Bir günden uzun
 Bir saat ile bir gün arasında

Felç geçirdiniz mi: Evet Hayır

Evetse, ne kadar zaman önce: Geçtiğimiz bir ay içerisinde
 Geçtiğimiz bir ay ile bir yıl arasında
 Bir yıldan çok oldu

EK.4. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği

Aşağıda bir takım duygu ifadeleri bulunmaktadır. Lütfen, söz konusu ifadelerin şu anda içinde bulunduğunuz duygu durumunu ne derece yansıttığını yan taraftaki dereceleme ölçeğinde belirleyiniz. Bunu yaparken ifadenin yanında bulunan rakamlardan birini daire içine alınız.

Cinsiyet: Erkek:..... Kadın:.....

	Hiç yansıtmıyor	Yansıtmıyor	Pek yansıtmıyor	Ne yansıtıyor ne yansıtmıyor	Kısmen yansıtıyor	Yansıtıyor	Tamamen yansıtıyor
1. İlgili	1	2	3	4	5	6	7
2. Sıkıntılı	1	2	3	4	5	6	7
3. Heyecanlı	1	2	3	4	5	6	7
4. Mutsuz	1	2	3	4	5	6	7
5. Güçlü	1	2	3	4	5	6	7
6. Suçlu	1	2	3	4	5	6	7
7. Ürkümüş	1	2	3	4	5	6	7
8. Düşmanca	1	2	3	4	5	6	7
9. Hevesli	1	2	3	4	5	6	7
10. Gururlu	1	2	3	4	5	6	7
11. Asabi	1	2	3	4	5	6	7
12. Uyanık/Tetikte	1	2	3	4	5	6	7
13. Utanmış	1	2	3	4	5	6	7
14. İlhamlı	1	2	3	4	5	6	7
15. Sinirli	1	2	3	4	5	6	7
16. Kararlı	1	2	3	4	5	6	7
17. Dikkatli	1	2	3	4	5	6	7
18. Tedirgin	1	2	3	4	5	6	7
19. Aktif	1	2	3	4	5	6	7
20. Korkmuş	1	2	3	4	5	6	7

EK. 5. Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği

Az önce deney esnasında yaşadığınız deneyimi düşünün. Aşağıda verilen sıfatların bu deneyimi ne kadar betimlediğini 1'den 7'ye kadar uzanan skalada (1-Hiç Betimlemiyor; 7-Tamamen betimliyor) daire içine alarak değerlendiriniz.

Hiç Betimlemiyor			Tamamen Betimliyor				
1	2	3	4	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7	Olağanüstü
1	2	3	4	5	6	7	Yoğun
1	2	3	4	5	6	7	Eşsiz
1	2	3	4	5	6	7	Huşu uyandıran
1	2	3	4	5	6	7	Keyif verici
1	2	3	4	5	6	7	Büyüleyici
1	2	3	4	5	6	7	Sonsuz
1	2	3	4	5	6	7	Kelimelerle anlatılamaz
1	2	3	4	5	6	7	Bu parçaları aynı şartlar altında daha sonra tekrar dinlemek isterdim

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

TEZ ÇOĞALTMA VE ELEKTRONİK YAYIMLAMA İZİN FORMU

Yazar Adı Soyadı	Osman Polat SEZGİN
Tez Adı	Hüzünlü Müzik Parçalarının Algılandığı Estetik Bağlamın Bu Parçalara İlişkin Yaklaşma-Kaçınma Eğilimleri Üzerindeki Etkileri
Enstitü	Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı	Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Türü	Yüksek Lisans Tezi
Tez Danışmanı	Doç. Dr. Handan CAN
Çoğaltma (Fotokopi Çekim) İzni Kısıtlama	<input type="checkbox"/> Patent Kısıt (2 yıl) <input checked="" type="checkbox"/> Genel Kısıt (6 ay) <input type="checkbox"/> Tezimin elektronik ortamda yayımlanmasına izin veriyorum.

Hazırlamış olduğum tezimin belirttiğim hususlar dikkate alınarak, fikri mülkiyet haklarım saklı kalmak üzere Bursa Uludağ Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı tarafından hizmete sunulmasına izin verdiğimi beyan ederim.

Tarih : 06.05.2019

İmza :



