

İÇİNDEKİLER

ÖZET

ABSTRACT

İÇİNDEKİLER.....	I.
TABLolar	V.
ŞEKİLLER.....	VII.
ÖNSÖZ.....	VIII.
GİRİŞ	1

I. BÖLÜM

DUYGU VE DUYGUYA İLİŞKİN KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

1.1. DUYGUNUN TANIMI	5
1.2. DUYGUYA İLİŞKİN TEMEL KURAMSAL YAKLAŞIMLAR	6
1.2.1. DUYGUYA İLİŞKİN EVRENSEL YAKLAŞIMLAR.....	7
1.2.1.1. TEMEL DUYGU KURAMI	8
1.2.1.2. BOYUTSAL YAKLAŞIMLAR.....	10

II. BÖLÜM

BİLİŞSEL DUYGU YAKLAŞIMLARI

2.1. DUYGU ve BİLİŞ ARASINDAKİ İLİŞKİ İLE İLGİLİ GÖRÜŞLER.....	13
2.2. DUYGUYA BİLİŞSEL DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMLARI	16
2.3. BİLİŞSEL DEĞERLENDİRME BOYUTLARI.....	23

III. BÖLÜM

DUYGUSAL DEĞERLENDİRMEDE KÜLTÜREL YAKLAŞIMLAR

3.1. KÜLTÜR KAVRAMI ve KÜLTÜRÜN SINIFLANDIRILMASI.....	36
3.2. DUYGULARLA İLGİLİ YAPILAN KÜLTÜRLER ARASI ÇALIŞMALAR	39

3.3. DUYGUSAL DEĞERLENDİRME İLE İLGİLİ KÜLTÜRLER- ARASI ÇALIŞMALAR	47
3.4. DUYGUSAL DEĞERLENDİRME İLE İLGİLİ TÜRKİYE'DE YAPILAN ÇALIŞMALAR	50

IV. BÖLÜM

ŞİMDİKİ ÇALIŞMA

4.1. DUYGU KELİMELERİ ÇALIŞMALARI	51
ÇALIŞMA 1	
4.1.1. YÖNTEM	52
4.1.1.1. ÖRNEKLEM	52
4.1.1.2. ARAÇLAR.....	52
4.1.2. SONUÇLAR	52
ÇALIŞMA 2	
4.1.3. YÖNTEM	55
4.1.3.1.ÖRNEKLEM	55
4.1.3.2. ARAÇLAR... ..	55
4.1.4. SONUÇLAR	55
ÇALIŞMA 3	
4.1.5. YÖNTEM	58
4.1.5.1. ÖRNEKLEM.....	58
4.1.5.2. DUYGU KELİMELERİNİN SEÇİLMESİ.....	58
4.1.5.3. SÜREÇ.....	58
4.1.6. SONUÇLAR	59
4.1.6.1. DUYGU İFADELERİNİN HOŞNUTLUK DEĞERİ SONUÇLARI	62
4.1.6.2. PROTOTİPİKLİK DEĞİŞKENLERİ ARASI KORELASYON SONUÇLARI	64
4.1.6.3. BAZI DUYGU İFADELERİNİN DEĞERLENDİRME BOYUTLARI ARASINDAKİ KORELASYONLARI.....	65
4.2. TARTIŞMA (ÇALIŞMA 1, 2, 3)	71

4.3. BOYUTSAL DUYGU ÇALIŞMASI (ÇALIŞMA 4)	
4.3.1 YÖNTEM.....	73
4.3.1.1. ÖRNEKLEM	73
4.3.1.2 DUYGU KELİMELERİNİN SEÇİLMESİ.	74
4.3.1.3. SÜREÇ	75
4.3.2. SONUÇLAR	76
4.3.3. TARTIŞMA	83
4.4. BİLİŞSEL DUYGU DEĞERLENDİRME SÜRECİ	
4.4.1. ÇALIŞMA 5	85
4.4.2. YÖNTEM	85
4.4.2.1. ÖRNEKLEM.....	85
4.4.2.2. ÖLÇEKLER.....	86
4.4.2.2.1. DUYGU DEĞERLENDİRME	
ÖLÇEK BATARYASI	86
4.4.2.2.2. BİREYCİLİK-TOPLULUKÇULUK	
KİŞİLERARASI DEĞER ÖLÇEĞİ.....	90
4.4.3. SONUÇLAR	91
4.4.3.1. DUYGUSAL DENEYİMLE İLGİLİ	
DEMOGRAFİK BİLGİ SONUÇLARI.....	91
4.4.3.2. FARKLI DUYGULARI ORTAYA ÇIKARAN	
OLAYLARIN DEĞERLENDİRİLMESİNDEKİ	
FARKLILIKLAR	95
4.4.3.3. DUYGU ORTAYA ÇIKARICI OLAYLARIN	
DEĞERLENDİRİLMESİNDE DUYGULAR-	
ARASI FARKLILIKLAR.....	95
4.4.3.4. DUYGULARIN İFADE EDİLMESİ İLE İLGİLİ	
ANOVA SONUÇLARI	106
4.4.3.5. DEĞERLENDİRME BOYUTLARINDA KÜLTÜR	
ANA ETKİLERİ	110
4.4.3.6. KURAMSAL OLARAK OLUŞTURULAN	
DEĞERLENDİRME BOYUTLARI İÇİN	
FAKTÖR ANALİZİ	115

4.4.4. TARTIŞMA	121
4.4.4.1. DUYGULAR ARASINDAKİ FARKLILIKLAR	121
4.4.4.2. KÜLTÜREL FARKLILIKLAR	125
4.4.4.3. GÖRGÜL OLARAK ORTAYA ÇIKAN DEĞERLENDİRME BOYUTLARINDA DUYGULAR ARASI FARKLILIKLAR.....	127
GENEL SONUÇ	129
KAYNAKLAR	135
EKLER	
EK1. Tüm Duygu İfadeleri Sıklık Yüzdeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı	145
EK2. Günlük Yöntemine Göre Tüm Duygu İfadeleri Sıklık Yüzdeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı	148
EK3. Prototipiklik Duygu Listesi Ortalamaları.....	151
EK4. Duygu İfadeleri Hoşnutluk Ortalamaları.....	158
EK5. Çalışma 1. Duygu Sıklık Ölçeği.....	164
EK6. Çalışma 2. Duygu Günlük Ölçeği.....	166
EK7. Çalışma 3. Duygu Prototipiklik Ölçeği.....	177
EK8. Çalışma4. Duygu Boyut Ölçeği.....	185
EK9. Çalışma 5. Duygu Değerlendirme Ölçek	187
Bataryası Ve Bireycilik-Toplulukçuluk Kişilerarası Değer Ölçeği	

ÖZGEÇMİŞ

TABLolar

Tablo 1. Duygu Unsurları ve İşlevleri ve Bunlara Hizmet Eden Biyolojik Alt Sistemler

Tablo 2. Faklı Kuramcılar Tarafından Ortaya Atılan En Önemli Değerlendirme Boyutların Karşılaştırılması

Tablo 3. Duygu Sıklık Ortalamaları

Tablo 4. İlk % 20'ye Giren Duygu İfadeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı

Tablo 5. Duygu Sıklık Ortalamaları

Tablo 6. İlk % 20'ye Giren Duygu İfadeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı

Tablo 7. Prototipik Duygu Kelimelerinin İlk % 20 Sıralaması

Tablo 8. Hoş Olarak Belirtilen Duygu İfadelerinin İlk % 10 Sıralaması

Tablo 9. Hoş Olmayan Duygu İfadelerinin İlk %10 Sıralaması

Tablo 10. Duygunun Belirleyici Değişkenleri Arasındaki İlişki

Tablo 11. Sevgi İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 12. Sevinme İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 13. Özgürlük İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 14. Mutluluk İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 15. Memnun İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 16. Terör İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 17. Haset İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 18. Aşağılama İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Tablo 19. Hevesi Kırılmış İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki
Korelasyonları

Tablo 20. Küçük Görme İfadesinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki
Korelasyonları

Tablo 21. Bu Çalışmadaki Duygu İfadeleri İle Mesquita'nın Çalışmasındaki Duygu
İfadelerinin Karşılaştırılması

Tablo 22. Russell'ın 28 İngilizce Duygu Kelimesinin Türkçe Karşılıkları

Tablo 23. Boyutlara Yüklenen Stres Değerleri ve Bu Boyutların Gelişmesi

Tablo 24. Boyutlara Yüklenen Stres Değerleri ve Bu Boyutların Gelişmesi

Tablo 25. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Zamanının Yüzdelik Payları

Tablo 26. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Yaşandığı Yerin Yüzdelik Payları

Tablo 27. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Kiminle Olduğunun Yüzdelik Payları

Tablo 28. Her Bir Anımsanan Duygu Deneyimi İçin Tüm Anlamlı Testler Ve Etki
Büyüklüğüyle Değerlendirme Boyutlarının Ortalamaları ve Anova
Sonuçları

Tablo 29. Beş Bilişsel Değerlendirme Boyutunun Faktör Analizi

ŞEKİLLER

Şekil 1. Russell (1980)'ın 28 İngilizce Duygu Kelimesiyle İlgili Dairesel Modeli.

Şekil 2. Duygunun Bilişsel Süreci.

Şekil 3. Duyguların Dairesel Temsili, 55 Türkçe Kelimenin İki Boyutlu Ölçekleme Modeli.

Şekil 4. Duyguların Dairesel Temsili, Russell'in Çalışmasına Göre Seçilmiş 25 Türkçe Duygu İfadesinin İki Boyutlu Ölçekleme Modeli

Şekil 5. Russell (1980)'ın Duyguların Dairesel Temsili, 28 İngilizce Kelimenin İki Boyutlu Ölçek Modeli.

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim boyunca çalışmalarımın her aşamasında yakın destek ve ilgisini gördüğüm, yardımını ve zamanını esirgemeyen ve hayatımın ileriki dönemlerinde de manevi desteğini her zaman duyacağıma inandığım saygıdeğer danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Cem Şafak ÇUKUR'a teşekkür etmeyi bir borç bilirim. Bu tez çalışması sürecinde destek, ilgi ve tecrübeleriyle bana yol gösteren tez jürilerimden Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Tevfik ALICI'ya ve Sosyoloji Bölümü öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Halime ÜNAL'a da sonsuz teşekkürler. Ayrıca tezimin ilk savunmasında jüri olarak yer alan ve verdiği geri bildirimlerle tezimin gelişmesine katkıda bulunan Ege Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Melek GÖREGENLİ'ye minnettarım. Ve tabii ki sevgili aileme; eğitim yaşamım boyunca maddi ve manevi desteğini benden esirgemeyen halam Birsen ESENDAL'a ve Dinçer BIDIK'a da sonsuz teşekkürler....

GİRİŞ

Yaygın psikolojik çalışmalar, duygu ve duygu ile ilgili kavramların çalışılmasına son zamanlara kadar yeterli ilgi göstermemiştir. Ancak bu alanda son zamanlarda yürütülen çalışmalarda duygular iletişimden, bireyler-arası ilişkilere, bireyin kendisini anlamasından kendisini anlatmaya veya kendisini sunmaya kadar oldukça önemli bir psikolojik kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Duygu konusuna odaklanan çalışmaların artmasıyla birlikte bu alanda oldukça farklı kuramsal görüşlerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu çalışmalarda özellikle bilişsel kuramlar ön plana çıkmıştır. Şimdiki tez çalışmasında bilişsel değerlendirme kuramları çerçevesinde Türkiye bağlamında bazı duygular incelenecektir. Bunun yanında, Türkiye bağlamında yaygın olarak görülen duyguları belirlemek ve duygusal boyutları ortaya koymak için bir grup çalışma yürütülmüştür.

İlkel organizmaların hissiyatı tepkisel ve otomatikken; gelişmiş organizmalar ihtiyaçların ve amaçların birçok çeşidiyle karşı karşıya kaldıklarından sadece çevresel olayları ilkel organizmalar gibi hissetmekle kalmayıp; aynı zamanda çevredeki olayları bilişsel mekanizmaları aracılığıyla yorumlamaktadır. Zihinsel mekanizmaların bu olayları yorumlaması duygulara neden olmakta ve organizmayı çevresine tepki vermeye güdülemektedir (Ellsworth ve Smith, 1988). Böylelikle duyguların gelişmiş bir organizma olan insanlarda çevredeki olaylar sonucu oluştuğu söylenebilir. Birey; ödüllendirici veya cezalandırıcı ya da onu harekete geçirmeye güdüleyici bir uyarıcı ile karşı karşıya kaldığı zaman olumlu ya da olumsuz duygu yaşamakta ve bunu ifade etmektedir. Böylece bireyi güdüleyen uyarıcı sonucunda mutluluk, korku, üzüntü gibi duygular yaşanmaktadır.

Belirli durumlara uygun davranış örüntüleri sağlayan duygular, çevrede var olan durumlarla ilgili örgütlenmiş tepkilerdir. Bu tepkiler bireylerin günlük yaşam içerisinde çok değişik duygular yaşamasına yol açmaktadır. Kişiler arası ilişkilerde duygular sosyal etkileşimin de önemli bir parçasıdır. Bu etkileşim içinde bireyin kendinin ve diğer insanların duygusal tepkilerini yorumlaması, geçmiş olaylarla ilgili tepkilerini yordaması, duygusal ifadelerini düzenlemesi ya da kontrol etmesi ve

başkalarının duygularını etkilemeye çalışması yer almaktadır. Sosyal etkileşimin aracı ise iletişim ve dildir. Çevresiyle duygusal yaşantılar geçiren ve duygusal tepkiler veren birey; kişisel ve sosyal kimliğinin geniş ve ayrılmaz parçasını dil ve dildeki sözcükler aracılığıyla oluşturmakta ve kendini dil aracılığıyla ifade etmektedir. İnsanlar duygularını ana dillerini oluşturan sözcüksel kategorilere dayalı olarak algılamakta ve ifade etmektedir. Her dilin sahip olduğu bir sözcük dağarcığı vardır ve diller özellikle bilişsel olarak duyguları ifade eden sözcükler açısından çok büyük ölçüde farklılaşabilmektedir.

Tarihsel olarak bakıldığında, Darwin (1872 - 1965)'de ve psikolojinin öncülerinden William James (1882)'de hayvan veya insan türünde duyguların oynadığı önemli rol ortaya konulsa bile; bu erken ilgilerin devamı gelmemiştir. Bunun birçok nedeni olmasına rağmen, duyguların çalışma alanının dışında kalmasının önemli bir nedeni olarak duygusal ve bilişsel süreçlerin ayrık, birbirinden bağımsız süreçler olarak kavramsallaştırılması görülebilir.

Ancak; bilişin duygu üzerinde oynadığı rol içerik bakımından farklı görüşleri barındırmasına rağmen, son zamanlarda yürütülen çalışmalar bilişsel süreçlerin duyguların ortaya çıkmasında ve yansıtılmasında çok önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Duygu ve bilişsel süreçlerin birbirinden ayrık ve bağımsız işlediği görüşler halen devam etmesine rağmen; biliş ve duyguların birbirinden ayrık ve bölünemez olmadığını; duygu ve biliş arasında dinamik bir ilişki olduğunu söyleyen kuramlar Bilişsel Değerlendirme Kuramları (Cognitive Appraisal Teory) olarak adlandırılmaktadır.

Bu çalışma '**bilişsel değerlendirme kuramları**' (Frijda, 1987; Lang, 1988; Mesquita, 2000; Oatley ve Johnson, 1987; Sherer, 1987a, 1987b, 2001, 2003) temel alınarak yapılandırılmıştır. Bu modellerin temel varsayımı; duygusal deneyimler birbiri ardına otomatik süreçlerden daha ziyade birbirini etkileyen farklı alt süreçlerden oluşmakta ve duyguları değişik boyutlara (öncül olay, değerlendirme, davranış hazırlığı, duygusal tepki, duygusal düzenleme, vs.) odaklanarak duygusal deneyimler hakkında detaylı bilgi sağlamaktır. Bu alanda yapılan çalışmaların genel

bulguları da göz önünde tutularak, duygusal deneyimlerin bir parçası olan ve üzerinde hala çalışılan temel fizyolojik süreçleri kabul etmekle birlikte; yapılan tez çalışması duygusal yaşantıları etkileyen bilişsel süreçlere ve bu bilişsel süreçler üzerinde etkisi gösterilen sosyal ve kültürel ortam üzerine odaklanmaktadır. Özellikle duyguların bilişsel değerlendirme boyutlarına göre değerlendirme çalışması öncesinde, çalışmada kullanılacak duyguların kültür-özgün çalışmalar aracılığıyla ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Bu çalışma duygusal deneyimlerin evrenselliği veya kültürler-arası benzerlik-farklılık konusunda katkı sağlama potansiyeli olmasına rağmen, temel amacı Türkiye örneğinde duygular ve duygusal deneyimler hakkında detaylı, açık ve olgusal verilere ulaşmaktır. Bu bağlamda, yayın taramasında da görüleceği üzere, Türkiye’de bu alanda yapılmış ilk sistematik araştırma potansiyeline sahiptir. Türkiye örneğinde ilgili alanda yapılan kavramsallaştırmalar (suçluluk, utanç, gurur, vs.) veya duygusal ifadeler içeren ölçeklerin geçerlilik-güvenirlik çalışmaları (örneğin, Belirti Tarama Listesi, SCL-90-R, Dağ, 2000), ilgili duygusal ifadelerin yabancı karşılıklarının birebir sözcük çevirisinden, denkliğinden ibarettir. Birçok kültürler-arası çalışma göstermiştir ki; farklı dillerdeki farklı duygusal ifadelerde, sözcükler arasında belirli yönlerde anlamdaşlık olsa da (sözlük anlam), duygusal kavramlar birçok açıdan farklılıklar gösterebilmektedir: Benzer anlamlara gelen farklı duygusal ifadeler (sevinç- mutluluk, üzüntü-acı-kahır), duygusal ifadelerin anlamları, yoğunluk dereceleri, anlamsal boyutları, kullanım sıklıkları, v.b. açısından farklılıklar göstermektedir. Bu yüzden duygulara denk gelen ifadeler veya yaşantılar hakkında Türkiye örneğinde bu çalışma hem bu alanda diğer çalışmalara öncülük etmesi açısından hem de duygu temelli veya duygusal ifadeler içeren ölçek geliştirme veya başka ülkelerde geliştirilen ilgili ölçeklerin geçerlik veya güvenilirlik çalışmaları sırasında yardımcı olma potansiyeli açısından önemlidir.

Bu tezde beş çalışma yapılmıştır. İlk üç çalışmanın amacı; Türkiye örneğinde en sık kullanılan en önemli duyguların hangileri olduğunu; bu alanda daha önceden yapılan çalışmalarda ortaya çıkan duygu ifadeleriyle, Türkiye örneğinde ortaya çıkacak duygu ifadeleri ve kullanma sıklıkları arasında

benzerlikler veya farklılıkların olup olmadığı incelenecektir. Dördüncü çalışma ise; Türkiye örneğinde duygular arası ilişkilerin diğer öncül çalışmalarda olduğu gibi benzer boyutlar kullanılarak (hoşnutluk ve uyarılmışlık) sınıflandırılıp sınıflandırılmadığı ve bu temel boyutlar yanında, Türkiye örneğine özgün farklı duygusal sınıflama boyutu (ları) ortaya çıkıp çıkmadığı incelenecektir. Son olarak beşinci çalışmada; Türkiye örneğinde seçilen duygusal yaşantıların öncül olaylar bakımından tipik örneklerinin neler olduğu (hangi olaylar hangi duyguya yol açmaktadır?) ve Türkiye örneğinde seçilen duygusal yaşantıların bilişsel değerlendirme boyutlarında hangi özelliklerin gözlemlendiği araştırılacaktır.

I. BÖLÜM

1.1. DUYGUNUN TANIMI

Duygunun kavramsallaştırılması ve tanımlanması konusunda tam bir fikir birliği sağlanamamıştır. Duygunun tanımlanmasında, çalışılmasında ve açıklanmasında çok farklı kuramsal görüşlerin olması ve bu bakış açılarının çoğu zaman birbirleriyle örtüşmemesi duygunun tanımı konusundaki problemleri de beraberinde getirmektedir. Kleinginna ve Kleinginna (1981) yaptığı incelemelerde, doksan iki farklı duygu tanımı tespit etmiştir. Izard (1993) ise; duygunun tanımını yapmak yerine çoğunluğun üzerinde uzlaştığı duygunun temel önceliklerini belirlemenin daha uygun olacağı yönünde bir fikir ileri sürmüştü ve buna bağlı olarak da duygu araştırmacılarının, duygunun ifadesel ya da motor bileşenleri içerdiği ve en azından duygunun merkezi sinir sisteminde bir dışavurucu etkinlik gerçekleştirdiğine dair fikir birliğinde olduklarını ifade etmektedir.

İngilizce’de duygu yaşantısını betimlemek için “hissetmek” veya “his” (feel, feeling); duygu hali (mood), ve duygu (affect) gibi farklı ifadeler kullanılmaktadır. Bu ifadeler ile duygu (emotion) kelimesi arasındaki farkı ortaya koymak belki de duygunun ne olduğu hakkında bize fikir verebilir. İlk olarak; his ile duygu arasındaki farka bakarsak; hisler daha çok bireyin vücudundaki anlık değişikliklere karşılık gelen, bedensel değişimlerin ön planda olduğu (kalp çarpıntısı, yüz ve göz hareketlerindeki değişimler, vb.) özel ve öznel deneyimlere işaret eden bir süreçtir. Duygular ise; daha çok belirli bir uyarıcıya verilen yapılandırılmış tepkilerdir (Stanley ve Burrows, 2001). Watson ve Clark (1994)’ a göre duygular; organizmanın ihtiyacı, amaçları, hayatta kalması ve çevreyle uyum sağlayabilmesi için gerekli olan, olaylara karşı gösterdiği düzenli ve kısa süreli uyumsal tepkilerdir. Duygu ile his arasındaki fark; otomatik olarak ortaya çıkan fizyolojik değişikliklerle birlikte oluşan hislerin duygu deneyimine denk gelip gelmediği ya da hislerin duygu deneyimine dönüşmesinde bilişsel değerlendirmelerin bir rolünün olup olmadığı konusundaki bu alanda ortaya çıkan ilk kuramsal yaklaşımların temelini oluşturmaktadır (bkn: James - Lange Kuramı ve Cannon – Bard Kuramı) Yaşanılan duygu ile bedensel durumlar

arasındaki ilişkiye odaklanan James – Lange duygu yaklaşımı ile Cannon – Bard duygu yaklaşımı; duygudaki bedensel durumlara ilişkin açıklamalar getirmektedir. James – Lange Kuramına göre; birey çevredeki olayları algımlarken bedensel değişiklikler aracılığıyla hangi duyguyu hissettiğine karar vermektedir, yani bedensel değişiklikler duyguyu belirlemektedir. Cannon – Bard Kuramında ise; James – Lange Kuramının tersine; hissedilen duygu ile bedensel değişimler birbirleriyle eş zamanlı oluşmakta ve duygunun oluşumu belirli beyin bölgelerindeki etkinliklerle gerçekleşmektedir. James (1884), “ *Duygu Nedir*” adlı makalesinde bedensel değişikliklerin doğrudan uyarıcı algılamamızı izlediğini ve ilk tepkiyi veren bedensel değişikliklerin hangi duyguyu yaşadığımızı karar vermemizde etkili olduğunu ve bedensel tepkilerin değişmesiyle birlikte hissettiğimiz duygunun da değiştiğini ileri sürmüştür (akt: Hess, 2000).

İkinci olarak; duygu ile duygu hali arasındaki farka baktığımızda; duygular daha çok belirli bir uyarıcıya gösterilen kısa süreli amaçsal tepkilerdir. Fakat duygu halinde belirli bir uyarıcıdan etkilenme söz konusu olsa bile; duygu hali duyguya göre daha uzun sürelidir. Duygular belirli duygu uyarıcılarına verilen güçlü, yoğun ve kısa süreli tepkilerdir. Oysa duygu halleri daha düşük yoğunlukta yaşanan (iniş-çıkışlar olsa da) ve uzun süreli durumlardır. Ayrıca duyguda ağırlıklı bir şekilde dışsal bir uyarıcıyı değerlendirme söz konusu, iken duygu halini tetikleyici dışsal uyarıcılar bulunsa bile daha çok duygusal yaşantıların toplamını yansıtır ve bu yüzden “içsel uyarıcılardan” (hatıralar gibi) daha fazla etkilenmektedir. Bu açıdan bakıldığında; duygular duygu haline benzememektedir.

1.2. DUYGUYA İLİŞKİN TEMEL KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Bu tez çalışması bilişsel yaklaşımları temel alsın da, bu alandaki diğer yaklaşımlarda değinerek bilişsel modelleri daha net bir şekilde ortaya koymaya çalışmıştır. Duygularla ilgili literatür incelendiğinde; ilk olarak duyguların ne kadarının evrensel ne kadarının kültüre bağlı özellik taşıdığı tartışması dikkati çekmektedir. Başka bir deyişle; duygular doğuştan getirilen özellikler mi; yoksa sosyo-kültürel çevre tarafından mı belirlenmektedir? Psikolojide çağdaş duygu

araştırmacıları ve kuramları; duygunun nasıl tanımlandığı, nasıl çalışıldığı ve nasıl açıklandığı konusunda üç farklı kuramsal görüş ortaya atmıştır. Bunlar evrensel; bilişsel ve sosyo-kültürel bakış açılarıdır. Bu kuramsal yaklaşımlar yanında duyguları ayırık (discrete) ve boyutsal (dimensional) olarak da ayırmak mümkündür. Her bir görüş duygunun doğası, duygu hakkındaki teorilerin nasıl yapılandırıldığı ve duyguya ilişkin çalışmaların nasıl yürütüldüğü hakkında kendi varsayımlarına sahiptirler.

Çeşitli duygu araştırmacıları duygularla ilgili bazı genel ilkeleri ortaya koyarak, duyguyu açıklamaya yönelik çeşitli yaklaşımlar önermiştir. Literatürde duyguyu açıklamaya yönelik birçok yaklaşım olmasına rağmen; bu yaklaşımlar temel olarak duygunun aynı yönlerini kapsamamaktadır. Bu yaklaşımların bazıları insanların bedensel durumları ve hissettiği duygular arasındaki ilişkilere bakarken, bazıları duygusal yaşantıyı açıklamaya çalışmakta ve diğer yaklaşımlar da duyguların davranışla nasıl ilişkili olduğunu açıklamaktadır.

Ayrıca araştırmacılar duyguların, bilişsel değerlendirme (cognitive appraisal), öznel his (subjective feeling), fiziksel uyarılma, ifade etme, hareket hazırlığına geçme (action tendency) ve düzenleme (regulation) gibi bir çok unsurdan oluştuğunu kabul etmelerine rağmen; araştırmacılar duyguların ayırık (discrete) kategoriler olarak mı (Keltner ve Ekman, 2000); boyutsal olarak mı (Russell, 1980), prototipiksel (Niedenthal, Auxiette, Nugier, Dalle, Bonin ve Fayol, 2004; Shaver, Schwartz, Kirson ve O'Connor, 1987; Shaver ve Murdaya, 2001; Zammuner, 1998) ya da unsur süreçleri (component processes) olarak mı (Frijda, 1987, 2001, 2004; Mesquita, 2000, 2001, 2003; Oatley ve Jhonson-Laird, 1987; Scherer, 1987a, 1987b) nasıl kavramsallaştırılması gerektiği yönünde de uzlaşmamıştır.

1.2.1 Duyguya İlişkin Evrensel Yaklaşımlar

Duyguların her kültürde aynı anlamlandırıldığı ve duyguların doğuştan varolduğu düşüncesinin temelini oluşturan biyolojik yönelimli yaklaşımlar; insanlardaki temel duyguların evrensel olduğunu; dolayısıyla duyguların zamana, sosyal çevreye göre değişmezliğini iddia etmektedirler. Duyguların evrensel olduğu

düşüncesini savunan duygu kuramlarını ve açıklamalarını genel olarak iki grupta toplayabiliriz: Birinci gruptakiler; duyguları evrimsel görüş temelinde açıklayan ve duyguların ayrık (discrete) sistemler olarak düşünüldüğü kategoriksel yaklaşımlardır. Bu yaklaşım “*Temel Duygular Teorisi (Basic Emotions Teory)*”ni şekillendirmektedir (Ekman, 1972; Fridlund, 1992; Izard, 1992; Tompkins,1984). İkinci gruptakiler ise; duyguların uyarılmışlık, hoşnutluk gibi boyutlar boyunca farklılaştığını ve karşılıklı ilişki içerisinde olduğunu düşünen boyutsal yaklaşımlardır (Diener, Larsen, Levine ve Emmons, 1985; Diener ve Nejad, 1986; Diener, Smith ve Fujita, 1995; Russell, 1980).

1.2.1.1. Temel Duygu Kuramı

Temel duygu yaklaşımının temelini evrimsel yaklaşımlar oluşturmaktadır. Duyguya evrimsel açıdan bakış; ilk olarak C. Darwin (1872 / 1965) tarafından yayınlanan “*The Expression of the Emotions in Man and Animals*” adlı kitabında başlamıştır. Darwin, bu çalışmasında duygusal yüzsel ifadelerin evrenselliğini kanıtlamak için farklı ülkelerde yaşayan kişilerden veriler toplamış ve gözlemcilerin bu ifadelere tepkilerini analiz etmiştir. Darwin’in bu çalışması duygu çalışmalarında duygusal ifadeleri anlamak için bir alan olarak ortaya çıkmış ve bu alanda doğal seçi aracılığıyla ve duyguların hayatta kalma işlevleriyle duygusal ifadelerin anlaşılabilirliğini ileri sürmüştür. Darwinci görüşün en temel düşüncesi; duyguların hayatta kalmak için önemli bir işleve sahip olması ve bu yüzden türlerin evrimselleşme süreçlerinde şekillendiği görüşüdür. Çünkü duygular, organizmanın yüz yüze kaldığı bazı problemleri çözmektedir.

Evrimsel görüşle duyguları açıklama konusunda Darwin’den etkilenen birçok çağdaş duygu kuramcısı vardır (Ekman, 1992a, 1992b, 2004; Fridlund,1992; Izard, 1992, 1993; Plutchick,2003; Tompkins;1984). Bu kuramcılar otuz yılı aşkın bir süredir duygunun belirli yüzsel ifadelerinin evrenselliğini kanıtlamaya çalışmıştır. Plutchik (2003) ve Tompkins (1984) yüzsel ifadenin evrimsel açıklamalarını sağlamada önemli rol oynamaktadır. Ayrıca Tompkins 1960’ların sonunda kültürler arası araştırmalarda Izard ve Ekman’ı etkilemiştir. Ekman ve İzard tarafından

bağımsız olarak yürütülen kültürlerarası çalışmalar duygunun yüzsel ifadelerini yorumlamada evrenselliği önermiş (Ekman ve Friesen, 1971; Izard, 1992, 1994) ve daha sonraları bu alanda yapılan çalışmalar da duygunun yüzsel ifadeleri ile ilgili evrenselliği desteklemiştir (Ekman, 1992a; Ekman, 1992b; Ekman ve ark., 1987; Ekman ve Friesen, 1986; Ekman, Friesen ve Ancoli, 1980; Fridlund, 1992; Russell, 1986, 1989, 1994). Duygunun yüzsel deneyimleriyle ilgili bu evrensellik ispatları *temel duygular* olarak isimlendirilmiştir. Temel duygular yaklaşımına göre; duygular ayrık sistemler olarak görülmekte ve her bir ayrık duygu, kişinin çevreyle etkileşiminde kişi – çevre adaptasyonunu sağlamaktadır. Ayrıca her bir ayrık temel duygunun kendine has zihinsel değerlendirmesi; fizyolojik hareketi (physiological activity); hareket eğilimi (action tendency) ve ifadesi olduğu düşünülmektedir. Kendine has deneyimsel nitelikleri olduğu varsayılan temel duyguların sayısı, farklı kuramlara göre farklılık göstermesine rağmen; bu kuramların temel noktası; tüm insanlarda potansiyel olarak bu duyguların var olduğunu ve dolayısıyla sınırlı sayıdaki temel duyguların evrenselliği ileri sürülmüştür. Evrensel temelli yaklaşımlar, duyguları doğrudan teknikler ve dolaylı teknikler kullanarak incelemeye çalışmıştır. Duyguları doğrudan ölçme tekniği, farklı duygularla ilgili sinirsel (nörobiyolojik) yapıları belirlemektir. Dolaylı tekniklerde ise; daha çok ayırt edici yüz ifadelerini tanıma teknikleriyle duyguların evrenselliği kanıtlanmaya çalışılmıştır. Katılımcılardan; verilen duygu listeleriyle belirli yüz ifadelerinin resimlerini ilişkilendirmesini isteyen yüzsel ifade çalışmaları sonucunda mutluluk, üzüntü; korku, tikslenme, öfke ve şaşkınlık ifadeleri temel duygular olarak belirlenmiştir. Bununla birlikte, yaklaşımın temel sorunlarından birisi; temel duyguların sayısı ve doğasıyla ilişkilidir. Araştırmacılar, tam olarak hangi duyguların temel (öncül ya da birincil) duygular olduğu, hatta temel duyguların var olup olmadığı konusunda hala tartışmaktadır.

Evrensel yüzsel ifadelerin dolayısıyla temel duyguların sayısı ve ne oldukları bazı kuramcılara göre farklılık göstermektedir. Örneğin; Ekman ve Friesen (1971) öfke, iğrenme, korku, mutluluk, üzüntü ve şaşkınlık duygularının temel duygu olduğunu iddia etmektedir. Ayrıca Ekman ve Friesen (1986) daha sonraları **hoşnutluk** duygusunu da temel duygu listelerine eklemiştir. Izard (1992), Ekman ve

Friesen'in iddia ettikleri bu temel duygulara suçluluk, utanma, sıkıntı ve küçümseme, Plutchick (2003)ise; ümit, sıkıntı ve utanma duygularını da ekleyerek temel duyguları genişletmiştir. Ayrıca bu duygular, temel (basic); işlevsel (functional) ya da öncül (primitive) duygular olarak da isimlendirilmektedir.

1.2.1.2. Boyutsal Yaklaşımlar:

Duygusal yaşantıların altında yatan süreçlere odaklanan çalışmaların yanında, duygular arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmalar da vardır (Diener, Larsen, Levine ve Emmons, 1985; Diener ve Nejad, 1986; Diener, Smith ve Fujita, 1995; Russell, 1980). Duygular arasındaki ilişkileri ortaya koymaya çalışan bu yaklaşımlar boyutsal yaklaşımlar olarak ifade edilmektedir. Bu görüşe göre; duygusal durumlar birbirinden bağımsız olmaktan çok birbirleriyle ilişkidir. Bu yaklaşımı kapsayan çalışmalarda duygusal ifadelerin altında yatan temel boyutları ortaya koymak, bu boyutları yansıtan duygusal ifadeleri belirlemek, kültürel geçerliliği bulmak ve bu boyutlar arasında ilişki dinamiğini açıklamak temel amaçtır. Yapılan çalışmalar sonucunda duyguların özellikle hoşnutsuzluk temel boyutu (hoşnutsuzluk-hoşnutsuzluk veya olumlu-olumsuz boyutları) üzerinden farklılaştığı bulunmuştur. Duygular arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmacılardan en önemlisi olan Russell (1980) *Dairesel Duyuş Modeli (Circumplex Model of Affect)* ile duygusal ifadeler arasındaki dinamik ilişkinin iki temel boyutta yer aldığını görgül çalışmalarla ortaya koymuş ve bu boyutların hoşnutsuzluk – hoşnutsuzluk; uyarılmışlık – uyku hali arasında değiştiğini ortaya koymuştur. Birinci boyut; modelin boylamsal boyutu olan hoşnutsuzluk olup; boyut zevk - zevksizlik ya da hoşnutsuzluk – hoşnutsuzluk ('pleasure – displeasure') arasında farklılaşmaktadır. İkinci boyut ise; modelin enlemsel boyutu olan uyarılmışlık hali olup; uyanıklık– uyku ("arousal– sleep") arasında farklılaşmaktadır. Bu iki boyut dairesel alanı dört alana ayırmakta ve duygular ilişkiyel bir şekilde bu alanlarda yer almaktadır. Şekil 1; Russell'ın 28 İngilizce duygu kelimesiyle duygu ilişkilerini ölçtüğü çalışmasında elde edilen boyutlar ve duyguların bu boyutlar arasında hangi alanda yer aldığını gösteren duygunun dairesel modelidir. Russell' a göre şekil incelendiğinde duygular arası ilişki dairesel bir şekil oluşturmuş ve bu nedenle modelin ismi duyguların dairesel modeli olmuştur.

Şekil1. Russell’ın 28 İngilizce duygu kelimesiyle ilgili dairesel modeli.

Uyarılmışlık

<p>. Gayretli (uyarılmış) . heyecanlı . şaşkın (sürprize uğramış) . sevinçli HOŞ . memnun</p>	<p>. İlgili (dikkat kesilmek) . korkmuş . öfkeli . tedirgin . stres . hayal kırıklığı (engellenmiş) . kızgınlık HOŞ DEĞİL</p>
<p>. mutlu . tatmin olmuş . hoşnut . sakin . dingin . rahat . ferahlama</p>	<p>. hüsran . mutsuz . üzgün . hüznün . can sıkıntısı . yorgun . uykulu . bitkin</p>

Uyku Hali

Boyutsal yaklaşımlarla ilgili literatürdeki açıklamaların çoğunluğu hoşnutluk ve uyarılmışlık boyutları üzerinde iki boyutlu olduğunu kabul etmelerine rağmen; duygularla ilgili üçüncü bir boyutun olabileceği üzerinde tartışmalar dikkat çekmektedir. Çünkü yapılan çalışmalar sonucunda; üçüncü boyutun ne olduğu konusunda tam uzlaşma sağlanamamıştır. Örneğin; Plutchik (2003) duygularla ilgili yoğunluk, benzerlik (aşinalık), ve kutupluluk olmak üzere üç boyutlu bir dairesel model ileri sürerken; Markus ve Kitayama (1994) ve Kitayama, Markus ve Kurokawa (2000) uyarılmışlık ve hoşnutluluk boyutlarının yanında duyguların sosyal

olarak yaklaşma (engaged) – sosyal olarak uzaklaşma (disengaged) olarak da ayrıldığını ortaya koymuştur.

II. BÖLÜM

BİLİŞSEL DUYGU YAKLAŞIMLARI

2.1. Duygu ve Biliş Arasındaki İlişki İle İlgili Görüşler

1980'lerdeki duyguyla ilgili tartışmalarda; duygu ve bilişin birbirinden bağımsız birbirinden ayrık iki sistem olup olmadığına ve duygunun bilişten önce gelip gelmediğine; yani bilişsel süreçlerin ilk uyarılması olmadan duygunun oluşup oluşmadığına dikkat çekilmektedir. Bu bakış açısından bakıldığında; Zajonc (1984, 2004)'un biliş ve duygu hakkındaki görüşleri göze çarpmaktadır. Ona göre; biliş ve duygu birbirinden bağımsız sistemlerdir ve duyuşsal (affective) kararlar da bilişten bağımsızdır. Hatta duygu; algısal ve bilişsel aktivitelerden de önce oluşmaktadır. Bu bakımdan duyuş; algısal ve bilişsel kodlama olmaksızın oluşabildiğinden; duyuşa (affect) biliş sonrası (postcognitive) olarak bakmak yanlıştır. Bu yüzden Zajonc duyuş ve biliş birbirinden bağımsız alt sistemler olarak dikkate almıştır.

Duygu ve bilişin birbirinden bağımsız sistemler olup olmadığı sorusuna diğer bir görüşte; Lazarus'tan gelmiştir. Lazarus bilişin, duygunun nedensel öncülleri için yeterli ve gerekli olduğunu vurgulamakta ve duyguyu, organizma – çevre arasındaki uyumsal ilginin tahmin edilmiş, hayal edilmiş ya da yaşanmış bir olayın veya durumun sonucu olarak tanımlamaktadır (1982). Bu nedenle bilişsel süreçler Lazarus'a göre; daima duygunun ortaya çıkmasında başat rol oynamaktadır. Zajonc (1984) Lazarus'un biliş ve duygu arasındaki ilişki dinamiği hakkındaki görüşlerini red ederek; biliş kavramının sadece uyarıcıdan gelen bilgiyi işlemek için kullanıldığını; salt duyuşsal (pure sensory) bir girdinin biliş olarak nitelendirilemeyeceğini savunmuştur (akt: Schoror, 2001).

Leventhal ve Scherer (1987) duyguya karşı bilişin önceliği konusunda; bilişsel ve bilişsel olmayan süreçlerin faktörlerini ayırt etmeyi araştırmaktan ziyade; duyguyu oluşturan mekanizmaları çalışmanın daha gerekli olduğunu ileri sürmüştür. Leventhal ve Scherer (1987) Lazarus'a göre biraz daha karmaşık bir model önermiştir. Beş değerlendirme boyutu ya da uyarıcı değerlendirme kontrolleri onlara

göre; üç hiyerarşik seviyede uygulanmaktadır. Buna göre; ilk olarak Duyusal-motor (sensory – motor) seviye; daha sonra şematik seviye (duygusal durumların, deneyimlerin ve tepkilerin kaydındaki algısal hafıza sayesinde karakterize edilmektedir) ve son olarak da kavramsal seviye (duygusal deneyimleri ve iradesel davranışları işlemek için soyut hafıza tarafından karakterize edilmektedir) de duygular oluşmaktadır.

Leventhal ve Scherer (1987); duyguda hem otomatik hem de kontrollü bilgi işlemenin rol oynadığını belirtmektedir. Leventhal ve Scherer'ın modeline benzeterek, Smith (1996) şematik ve kavramsal değerlendirme arasındaki farkı açıklamıştır. Ona göre; şematik seviye; hızlı, otomatik, esnek olmayan ve somutken; kavramsal seviye; yavaş, isteyerek yapılan, esnek ve semantik şekilde ulaşılabilir bir bilgiye bağlıdır (akt: Cernetic, 2001)

Ayrıca Frijda'da (1987, 2004) bilişsel mekanizmaların duygularda; özellikle duygusal öncüllerin, deneyimin ve duygusal tepkinin oluşmasında çeşitli rolleri olduğuna inanmaktadır. Bilişsel öncüllerle duyguların ilişkili olmadığını savunan araştırmacıları eleştiren Frijda; duygusal deneyimin duygusal tepkiye bağlı olduğunu ve duyguların bilişsel öncüllerinin olayın görülmesi ve yorumlanması olduğunu iddia etmektedir. Ayrıca Frijda bilişi; duygunun ortaya çıkmasında duygusal deneyimde ve duygusal tepki de girdi ve çıktı gibi basit bir şekilde ele alan bir süreç olarak görmemektedir.

Zajonc'un varsayımlarını destekleyen ve Lazarus'un biliş tanımını reddeden Izard (1993,1994) duyguyla ilgili araştırmalarda yeni bilişsel bir bakış açısı getirmiştir. Izard (1993) Duygu Aktivasyonunun Çoklu Sistem Modeli'nde; duyguyu etkin hale getiren dört tip sistemin olduğunu ileri sürmüştür. Bu dört tip sistem sinirsel; duyusal-motor, güdüsel ve bilişsel süreçlerdir. Izard' a göre; ilk üç sistem bilişsel olmayan bilgi işleme sürecini içerirken; en son sistem bilişsel bilgi işleme sürecidir. Evrimci-gelişimsel bakış açısıyla İzard, bu sistemlerin temelde en basit ve en hızlı olan nöral sistemlerle ve en üstte de en karmaşık, çok yönlü bilişsel sistemlerle gevşek bir biçimde organize olan (düzenlenen) hiyerarşik bir düzenleme

olarak görülebileceğini iddia etmiştir. Ayrıca Izard sistemlerin hiyerarşik düzenlenmesiyle adaptif bir avantaj da sağlandığını iddia etmektedir.

Scherer; duyguyu uyarıcı ve tepki çifti tarafından çevresel olaylara uyum sağlamaya olanak tanıyan filogenetiksel (phylogenetic) olarak devamlı bir mekanizma olarak tanımlamaktadır (1999, 2001). Duygunun sabit hareket örüntüleri (fixed action patterns) ve refleksler gibi filogenetiksel olarak daha eski tepki mekanizmalarıyla etkileşim halinde olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda Scherer duygunun beş farklı işleve karşılık gelen beş unsurdan oluştuğunu ileri sürmüştür (2001). Aşağıda verilen Tablo1 duyguların beş işlevini ve bu işleve karşılık gelen unsurları ve bu unsurların organizmanın hangi alt sistemiyle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Tablo1. Duygu unsurları ve işlevleri ve bunlara hizmet eden biyolojik alt sistemler arasındaki ilişki

Duygunun İşlevleri	Duygunun Unsurları	Biyolojik Alt Sistemler
Olayların ya da nesnelerin değerlendirilmesi	Bilişsel Unsur	Bilgi İşleme Süreci Merkezi Sinir Sistemi
Sistem Düzenleme (Ayarlama)	Çevresel Etki Unsuru Peripheral efference unsur	Merkezi sinir sistemi; nöro – endokrin sistem ve otonom sinir sistemi
Hareket hazırlığı ve harekete yönelme	Güdüsel Unsur	İşlemci (Executive) (Merkezi Sinir sistemi)
Tepki İletişimi ve davranışsal amaç	Motor İfade Unsuru	Hareket (Somatik Sinir Sistemi)
İşsel durumun ve organizma – çevre ilişkisinin izlenmesi	Öznel His Unsuru	İzleme (Monitor) Merkezi Sinir Sistemi

Scherer, K.R. (2001). Appraisal considered as a processes of multilevel sequential checking, (s: 93). K. R. Scherer, A. Schoror ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* içinde (92 - 120). Oxford: Oxford University Press.

Scherer'a göre; duygu değerlendirme süreci devamlı olarak işlenmekte ve işlevsel olarak tanımlanan biyolojik alt sistemler ve böylelikle duygu unsurları çoklu ve tekrarlayıcı olarak karşılıklı bir ilişki içerisinde. Bu karşılıklı ilişki, bir unsurdaki değişikliğin doğrudan diğer unsurları etkileyip değiştirdiğini ifade etmektedir. Scherer buna “*unsur süreç modeli*” (the component process model) adını vermektedir. Unsur Süreç Modeline göre duygu; organizmanın istekleriyle ilgili olarak dışsal ya da içsel bir uyarıcı olayın değerlendirilmesinde beş biyolojik alt sistemin çoğunda ya da hepsinde karşılıklı bir ilişkinin ve eş zamanlı değişikliklerin olayı olarak tanımlanmaktadır (2001).

Bilişin duygu üzerinde oynadığı rol içerik bakımından farklı görüşleri barındırmasına rağmen, son zamanlarda yürütülen çalışmalar bilişsel süreçlerin duyguların ortaya çıkmasında ve yansıtılmasında çok önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Duygu ve bilişsel süreçlerin birbirinden ayrık ve bağımsız işlediği görüşler halen devam etmesine rağmen; biliş ve duyguların birbirinden ayrık ve bölünemez olmadığını; duygu ve biliş arasında dinamik bir ilişki olduğunu söyleyen kuramlar Bilişsel Değerlendirme Kuramları olarak adlandırılmaktadır.

2.2. Duyguya Bilişsel Değerlendirme Yaklaşımları

Bilişsel Değerlendirme Kuramları, temel duygusal ve bilişsel süreçleri birleştirerek duygusal değerlendirmeyi (“emotion appraisal”) açıklamaya çalışan kuramlardır (Ellsworth, 1994; Ellsworth ve Scherer, 2003; Frijda, 1987; Lazarus ve Smith, 1988; Mesquita, Frijda ve Scherer, 1997; Mesquita ve Frijda 1992; Mesquita, 2000, Roseman, 2001; Scherer, 2003). Bu yaklaşım temel duygu teorileri gibi duyguları ayrık olarak ele almalarına rağmen; duyguları daha karmaşık süreçlerle açıklamakta ve bilişsel süreçlere öncül rol vermektedir.

Bilişsel değerlendirme teorilerinin temelinde, insanların hayal ettikleri, hatırladıkları ya da o anda yaşadıkları durumu veya olayları bilişsel olarak değerlendirmesinin, duyguların oluşmasında ve farklılaşmasında merkez bir rol oynadığı fikri yatmaktadır (Scherer, 2003). Duyguları oluşturmak için

değerlendirdiğimiz olaylar bir patlama ya da bir güneşin doğuşu gibi fiziki bir olay olabilir; bu olaylar algılanan, hatırlanan ya da hayal edilen olaylar (evlenme, boşanma; gibi) olabilir ya da düşüncelerimiz olabilir. Değerlendirmeler ise; durumları ve uyarıcıları kişisel olarak anlamlandırma ya da organizmanın bu uyarıcıyı kişisel olarak yorumlaması şeklinde tanımlanmaktadır. Değerlendirme kuramları; duyguların öncü bir durum ya da olayın bireylerin öznel değerlendirmeleri tarafından oluştuğunu ve şekillendiğini ileri sürmektedir (Frijda, 1987; Lazarus, 1991; Roseman, 1984, 1991, 2001; Scherer, 1987a, 1987b, 1997, 2003; Smith ve Ellsworth, 1985). Duyguların oluşumunda değerlendirme süreçlerinin önemli bir rolü olduğunu düşünen bilişsel değerlendirme kuramcıları; değerlendirme sürecinde bir durum ya da uyarıcının özelliklerinin organizmanın ihtiyaçları, amaçları ve yetenekleri açısından görüldüğünü iddia etmektedir. Dolayısıyla bu kuramcılara göre; değerlendirme süreçleri organizmanın yaşadığı bir olayın uyumsal önemini belirlemektedir.

Değerlendirme teorilerinin kökeni, Arnold (1960)'un çalışmasına kadar gitmektedir. Arnold (1960)'a göre; insanlar kendi iyilik halleri (well being) için sürekli olarak çevreyle ilgili değerlendirme ve yorumlamalar yapmakta ve bu değerlendirmeler farklı duygulara neden olmaktadır. Arnold'un teorisi; değerlendirme-duygu ilişkilerini birleştirmeye çalışan ve "appraisal" (değerlendirme) kavramının ilk defa kullanıldığı ilk modern bilişsel yaklaşımdır. O'na göre; olay ya da durumun ilk değerlendirmesi, duygusal diziyi (ardışıklığı) başlatmaktadır. Bu ilk değerlendirme hem o olaya uygun tepkiyi hem de o duyguya ilişkin fizyolojik değişiklikleri ve duygusal deneyimleri uyarmaktadır (akt: Ellsworth ve Scherer, 2003).

Schacher ve Singer (1962) ise; daha önceki duygu teorilerine dayanarak; *İki Faktörlü Duygu Teorisi (Two Factor Teory of Emotion)*'ni ya da diğer bir ismiyle *Bilişsel-Uyarılmışlık Teorisi (Cognition Arousal Theory)*'ni ortaya atmıştır. Bu teoriye göre; duygusal deneyim; yüksek sempatik uyarılmışlık seviyesinde kişinin kendini algılaması ve durumsal ipuçlarının bilişsel olarak yorumlanmasıyla oluşmaktadır. Başka bir ifadeyle; Schacher ve Singer içsel tepkilerin bir dereceye

kadar belirsiz olduğunu belirterek duyguların doğrudan farkına varılmadığını dolayısıyla; bireylerin yaşadığı duyguları çoğunlukla bilişsel yorumlama ya da değerlendirme yoluyla belirlediğini; bunu da bireylerin hissettikleriyle ilgili ipuçlarına bakarak yaptıklarını belirtmiştir. Örneğin; fiziksel olarak uyarılmış hissediyorsak ve televizyonda gösterilen bir komedi filmine gülüyorsak; mutlu olduğumuz anlamını çıkarırız ya da kalabalık bir caddede birisinin bizi ittiğini fark ettiğimizde kızgın olduğumuz anlamını çıkarırız. Bu açıdan bakıldığında; Schacher ve Singer'in James-Lange Kuramındaki duygusal deneyimin fizyolojik uyarılmışlık ile bilişsel değerlendirme arasındaki zıtlığa odaklandığını söylemek mümkündür. Schacher ve Singer (1962) duyguların bilişsel ya da fizyolojik temelli oluşup oluşmadığını araştırmak için yaptıkları bir deneyde; bir grup üniversite öğrencisine epinefrin vererek sempatik aktivasyon semptomlarını azaltmıştır. Kontrol grubuna da epinefrin verilmemiştir. Epinefrin verilen deneklerin yarısına epinefrinin gerçek etkileri (örn: hızlı nefes alma, yüz kızarması ve hızlı kalp atışı gibi) söylenmiş, diğer yarısına da gerçekte epinefrinin üretmediği etkiler (baş dönmesi, hafif baş ağrısı gibi) söylenmiştir. Tüm katılımcılar daha sonra araştırmacının yardımcısıyla (işbirlikçisi) birlikte bir odaya alınmış ve katılımcılara bazı kağıtları okuyarak doldurmaları istenmiştir. Bir süre geçtikten sonra; araştırmacının yardımcısı odada kızgın ya da aşırı uç tavırlar sergilemeye başlamıştır. Schachter ve Singer deneyin sonunda; fiziksel deneyim hakkında çeşitli bilgiler verilen deneklerden; epinefrin hakkında yanlış bilgi verilen deneklerin kendi koşullarını açıklayabilmek için çeşitli araştırmalar yapma ihtiyacı hissettikleri ve bu deneklerin uyarılmışlıklarını açıklayabilmek için bazı çevresel ipuçlarına (araştırmacının yardımcısının davranışlarına) baktıkları görülmüştür. Epinefrin etkisi hakkında gerçek bilgi verilen deneklerde; epinefrin hakkında yanlış bilgi verilen deneklerin tersine; içinde buldukları içsel durumu açıklayabilmeleri için uyarılmışlıkları yeterli gelmiştir. Son olarak kontrol grubundaki denekler ise; içsel durumunu açıklama için herhangi bir uyarılmışlıkları olmadığı gibi aynı zamanda araştırmacının garip tavırlarını da fark etmemiştir (akt: Taylor, Peplau ve Sears, 2000).

Bu deneyin sonuçları; a) duyguyu hem bilişsel hem fizyolojik faktörlerin oluşturduğunu, b) belirli koşullar altında bilişsel değerlendirmelerin fizyolojik

uyarılmışlığı izlediğini, c) insanların duygusal durumlarına bir anlam, bir değer yüklediklerini; kısmende olsa; olayın insanları fizyolojik olarak nasıl uyardığını gözlemleyerek yaşadıkları olaya anlam verdiklerini göstermiştir (akt: Schoror, 2001). Schacter'a göre; duyguyu isimlendirme duruma bağlıdır ve belirli bir uyarılmışlık seviyesiyle ilişkilidir. Böylelikle Schacter, duygusal durumun fizyolojik uyarılmışlık ve biliş arasındaki etkileşimi ürettiğini öne sürmüştür (akt: Schoror, 2001).

Lazarus (2001) ise; bireyin yaşadığı olayın ya da durumun duyguyu oluşturarak bireyin kişisel durumunu etkilediğini belirtmektedir. Birey çevreden ya da bedenden gelen çeşitli kaynaklardaki bilgiyi değerlendirmekte ve bu bilgilerin değerlendirilmesi sonucu duygu oluşmaktadır. Ayrıca Lazarus; farklı duygusal tepkilerin altında yatan bilişsel mekanizmaların doğası ve bu mekanizmaları belirleyen öncü koşulların neler olduğu hakkındaki sorulara yanıt aramıştır. O'nun görüşüne göre; duygular sürekli akış halindedir; yani duygusal tepkiyi şekillendiren bilişler, duyguyu ortaya çıkaran koşullar ile baş edebilme süreçleri arasındaki ilişki tarafından etkilenmekte ve dolayısıyla "aynı" olay kişi tarafından tekrar tekrar değerlendirilebilmektedir. Lazarus (1966, 1968) değerlendirmeyi birincil değerlendirme (primary appraisal) ve ikincil değerlendirme (secondary appraisal) olarak ikiye ayırmıştır. Birincil değerlendirme; bir kişinin iyilik hali için bir olayın altında yatan anlamlarıken; ikincil değerlendirme, kişinin durumla baş edebilme yeteneğidir.

Tüm değerlendirme kuramları Lazarus'un bu ayrımını kabul etmekle birlikte; insan zihninin, çevreyi yorumlayabilme ve çevredeki değişikliği hesaba katabilme yeteneğine sahip olduğu; duyguların da bu değişiklikler tarafından şekillendiği görüşünü de onaylamaktadır. Yukarıda anlatılanlardan yola çıkarak, Lazarus'un değerlendirme kuramının; sınıfsal olarak farklılaşan sınırlı temel duygular düşüncesine de karşı çıktığı anlaşılmaktadır (Scherer, 2003).

1980'lerde değerlendirme yaklaşımı duygu çalışmalarında büyük bir gelişme göstermiş ve bu kuramsal görüşe göre; duygusal deneyimin organizma tarafından yorumlanan durumun (olayın) deneyimi olduğu görüşü temel rol oynamıştır. Başka

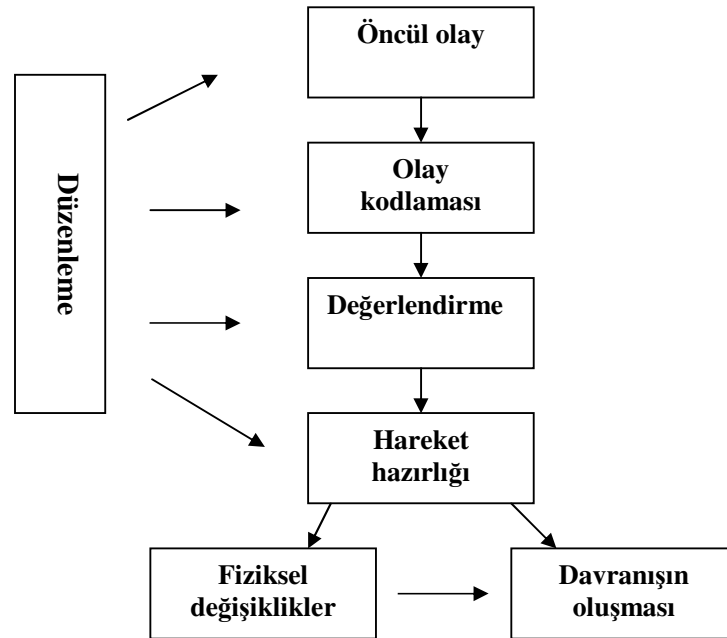
bir deyişle; insanların nasıl bir duygusal tepki verdiği; bu duygusal tepkiye göre nasıl bir olay yaşadığıyla ve bu olayı nasıl yorumladığıyla ilişkilendirilmektedir.

Bu yaklaşımın dayanak noktası; çevrelerini yorumlayan ya da değerlendiren insanların bilişsel süreçleri aracılığıyla bireyler arasında duyguların farklılaşabileceğine dayanmaktadır. Bu görüşe göre; iki birey aynı durumu aynı derecede değerlendirdiğinde aynı duyguyu hissedeceklerdir. Fakat aynı olayı farklı değerlendiren kişiler ya da aynı olayı farklı zamanlarda değerlendiren bir kişi farklı duygular yaşayabilecektir. Böylece; bilişsel değerlendirme yaklaşımları; duyguya neden olan değerlendirme eğilimlerini tanımlayarak sınırsız sayıdaki olayların (durum) ve bireysel farklılıkların aynı duyguyu nasıl ortaya çıkarabildiğini ve aynı olaya verilen duygusal tepkilerin nasıl çeşitlilik gösterebildiğini açıklayabilmektedir (Roseman ve ark., 1990). Yani duygu boyutunda değerlendirmede sosyal çevreyi yorumlayan insanların bu yorumlarındaki farklılaşma duygusal farklılaşmayı da beraberinde getirmektedir. Birçok değerlendirme kuramı doğuştan, evrensel duygulardan (temel duygulardan) varsayımları bakımından farklılık göstermektedir. Bu görüş temel duyguların evrenselliğini kabul etmekten daha ziyade bilişsel süreçlerin evrenselliğinden bahsetmektedir. Çünkü insanların yaşadıkları farklı sosyal çevrenin etkisiyle; insanlarda duygusal ifadelerin uygunluğu ya da uygunsuzluğu; duyguların anlamı ve duygusal davranışları hakkındaki inançları farklılaşabilmektedir. Kısacası; bu görüş duygu süreçlerinde insanların hangi durumlarda nasıl duygular yaşadıklarını, bu duyguları nasıl ifade ettiklerini araştırmaktadır.

Bu alandaki araştırmacılar duyguları bölünmez, basit davranışlar olarak düşünmek yerine; duyguları çok unsurlu bir olgu olarak bakmaktadır (Frijda, 1987; Lazarus, 1991, 2001; Scherer, 1987b). Mesquita ve Frijda (1992)'nın duygu süreç yaklaşımı; duygusal tepkilerin çevreyle oluştuğunu; duyguların birey için olayın anlamının bilişsel yansımaları olduğunu ve duyguları etiketlemenin duyguya ilişkin değerlendirmeleri etkileyebildiğini ortaya koymaktadır.

Mesquita (2000) duygusal deneyimleri tanımlayabilmek, farklı duygular arasındaki ayrımı yapabilmek ve duyguların nasıl ortaya çıktığını açıklayabilmek için bir model ileri sürmüştür. Bu model önceden geliştirilen duygunun bilişsel değerlendirme kuramlarına dayanmaktadır (Frijda, 1986; Lazarus, 1991; Ortony, Clore ve Collins, 1988; Scherer, 1987a, 1987b). Bu modele göre; insanlar yaşadıkları bir durumu ya da duyguyu ifade ederken bir takım bilişsel aşamalardan geçmektedir. Hem bu modelde hem de diğer bilişsel değerlendirme kuramlarında ağırlıklı olarak bilişsel değerlendirme aşamasına odaklanılmıştır.

Şekil 2. Duygunun Bilişsel Süreci.



Mesquita, B. G. (2000). *Cultural variations in Emotions* (s.5). New York, Oxford University Press. kitabından bu şekil izin alınarak eklenmiştir.

İlk aşamada; bir duygunun oluşabilmesi için bir olayın olması gerekmektedir. Bu duruma **öncü olay** (anecedent event) adı verilmiştir. Farklı bireyler ya da gruplar olayların farklı yönlerini ele alabilirler. Daha sonra insanlar karşılaştıkları bu olayı bireysel ya da kültürel deneyimlerine dayanarak kendi bilişlerinde

sınıflandırmaktadır. Bu aşama **olay kodlaması** (event coding) aşamasıdır. Bu işlem bireylerin daha önceden yaşadıkları bir takım olay ya da durumlar bağlamında kendi bilişsel şemalarında yer alan kategorilerle ilgilidir. Örneğin; kişinin konuşmasının karşı tarafça kesilmesi (öncü olay) hakaret, sabırsızlık, ciddiye alınmama gibi değişik kategorilerde sınıflandırılabilir. Üçüncü aşama da ise; insanların kodladıkları bu öncü olayın kendi bilişsel şemalarından hangisine girdiği ve bu olaya kendi şemasına göre nasıl bir değer verdiği önemlidir. Bu boyut **değerlendirme** (appraisal) boyutudur. Örneğin bir kişi negatif bir olaya (hastalık gibi.) yükleme yapmışsa kişi kendini üzgün ya da depresif hissedecektir. Eğer bu kişi kötü bir olayı başka bir kişinin hareketine bağlamışsa kişi kendini kızgın hissedecektir ya da bir kişi kendisini bu olaydan sorumlu görmüşse o zamanda kendisini suçlu hissedecektir.

Kişiler kodladıkları olayları değerlendirirken farklı boyutlar kullanabilmektedirler. Bu boyutlar; olumlu-olumsuz, hoşnutluk- hoşnutsuzluk, kontrol edilebilirlik - kontrol edilemezlik, uyarıcının yeniliği (novelty), sosyal değer ya da kişilere uygunluk - uygunsuzluk, olayın sonucunun belirliliği ya da belirsizliği, norma-uygunluk gibi boyutlardır. Bu olay benim amaçlarımı nasıl etkiler? Bu olaya kim ya da ne sebep oldu? Olayın sonuçları üzerinde kontrole ve güce sahip miyim? Olayın sonuçlarına uyum sağlayabilme yeteneğim var mı? Bu olayın sonuçları benim kişisel standartlarımla ve toplumsal normlarla uyuyor mu? Gibi soruları yaşadıkları olay bağlamında kendi bilişlerinde sormakta ve olayı bu sorular aracılığıyla değerlendirmektedir. Böylelikle aynı olayı iki kişi farklı şekilde değerlendirebilmekte ve sonuçta farklı duygusal tepkiler yaşayabilmektedir. Böylece değerlendirme boyutlarının farklı sentezleri farklı duyguları oluşturmaktadır.

Daha sonra kişilerin değerlendirdikleri bu değere göre bu olaya nasıl tepkide bulunacağına hazırlanma söz konusudur. Bu aşamaya **hareket hazırlığı** (action readiness) adı verilmiştir. Hareket hazırlığını takiben kişide yaşanan **fizyolojik değişiklikler** (physiological changes) meydana gelmektedir. En son olarak kişi yaşadığı bu olaya bir davranışla karşılık vermektedir. Bu aşama **davranışın yansıtılması** (behavior expression) aşamasıdır (Ellsworth, 1994; Mesquita ve Frijda 1992; Mesquita, Frijda ve Scherer 1997; Ortony ve Turner, 1990; Scherer, 1987a,

1987b; Smith ve Ellsworth, 1985). Mesquita (2000)'ya göre; tüm bu duygu yaşantı sürecinin her aşamasında **duygusal düzenleme** (emotional regulation) devreye girebilir.

2.3. Bilişsel Değerlendirme Boyutları

Bilişsel değerlendirme kuramlarının ilk çağdaş kuramcıları Arnold ve Lazarus, birden fazla anlama gelebilen uyarıcıya ya da duruma karşı bilişsel değerlendirmeler aracılığıyla o uyarıcıya ya da duruma verdiğimiz kişisel anlamlar üzerinde durmaktadır. Daha sonraları duyguların bilişsel değerlendirme kuramları, duyguların oluşması ve farklılaşmasını daha iyi açıklayabilmek ve tahmin edebilmek için karşı karşıya kalınan durum ya da olayı değerlendirirken bir takım boyutlar kullanıldığını belirterek; değerlendirmenin boyutları üzerine odaklaşmıştır (Frijda, 1987; Lazarus 1991, 2001; Mesquita, 2001; Roseman,1984, 2001; Roseman ve ark. 1990; Scherer 1987a, 1987b; Smith ve Ellsworth, 1985). Değerlendirmeler genellikle organizma için olayın önemine bağlı olan boyutlarla ve birçok kriterle ilgili çevresel uyarıcıların bilişsel işlemesiyle oluştuğu düşünülmektedir (Scherer, 1997). Özellikle 1980'lerde dört değerlendirme boyutu kuramı geliştirilmiştir. Bu kuramlar birbirinden farklı boyutlar önerse bile; bu boyutlar birbirine benzemektedir. Aynı zamanda bu boyutlarla ilgili yapılan çalışmalar değerlendirme ve duygusal tepki arasındaki ilişkiyi görgül olarak kanıtlamıştır (Folkman ve Lazarus, 1985, Frijda, 1987, Frijda, Kuipers ve Schure, 1989; Mauro, Sato ve Tucker,1992; Mesquita, 2000; Roseman, 1984; Roseman ve ark. 1990; Roseman ve ark. 1995; Scherer, 1997; Smith ve Ellsworth, 1985). Aşağıdaki tablo bilişsel değerlendirme yaklaşımlarında önemli olan teoristlerinin ileri sürdükleri değerlendirme boyutlarını göstermektedir. Tablo 2'yi incelediğimizde; farklı kuramcılar tarafından önerilen değerlendirme boyutlarının isimleri farklılaşsa bile; fazla değişiklik göstermediği anlaşılmaktadır.

Tablo2. Farklı kuramcılar tarafından ortaya atılan en önemli değerlendirme boyutlarının karşılaştırılması

	Frijda (1986)	Roseman (1984)	Scherer (1984)	Smith ve Ellsworth (1985)
Olayın yeniliği	Değişme Benzerlik	-	Olayın Yeniliği Anilik Benzerlik	Dikkatsel yönelim
Değerlendirme	Değerlendirme	-	Temel Hoşnutluk	Hoşnutluk
	Odaksallık	Yaklaşma-Kaçınma Gdüleri	Amaçsal önem İlgi (Concernrelevance)	Önem
Amaçlar-İhtiyaçlar	Belirlilik	Belirlilik	Çıktı olasılığı	Belirlilik
Aracılık	Kendi/ Diğeri Gayreti	Aracılık	Neden: aracı Neden: güdü	İnsan Aracılığı
Normlar/ Değerler	Değer İlgisi	-	Standartlarla uyusabilirlik: içsel - dışsal	Meşruluk

Ellsworth, P.C., & Scherer, K.R. (2003). *Appraisal processes in emotion*. R. J. Davidson, K. R. Scherer, & . H. H. Goldsmith (Eds.) *Handbook of Affective Sciences* içinde (sf: 572 - 595). Oxford: Oxford University Press.

Arnold (1960) bir kişinin hissedeceği duyguyu belirlemek için karşı karşıya kaldığı bir olay ya da durumu üç boyutta değerlendirdiğini ileri sürmüştür. Arnold' a göre; bir olayın ya da uyarıcının zararlı ya da yararlı olup olmaması; uyarıcı ya da olayların var olup ya da yok olup olmaması ve uyarıcı ya da olayın kolay, zor ya da yararlı olaylar karşısında o olayı başarmanın veya zararlı nesnelere karşısında o olayla baş edebilmenin zor olup olmaması yaşanılacak duyguyu belirlemektedir (akt: Roseman ve ark. 1990).

Roseman (1984) güdüsel koşul, durumsal koşul, aracı, güç ve olasılık olmak üzere beş değerlendirme boyutunun duyguları etkilediğini ileri sürmüştür. Daha sonra Roseman (2001) ortaya attığı değerlendirme boyutlarını tekrar gözden geçirmiş ve beklentisizlik (unexpectedness) ve problem türü olmak üzere iki değerlendirme boyutu daha eklemiştir. Ayrıca güç olarak isimlendirdiği değerlendirme boyutunu kontrol potansiyeli olarak değiştirmiştir. Roseman'ın en son oluşturduğu değerlendirme boyutları ise şöyledir: **Beklentisizlik** (unexpectedness) olarak isimlendirdiği boyut; bir olayın kişinin beklentilerini bozup bozmadığını

değerlendirmesidir. Yani, olayın kişinin beklentisi yönünde oluşup oluşmadığıdır. **Güdüsel Koşul** (motivational state); belirli bir durumda bireylerin güdüsünün isteksiz (aversive; kişinin cezadan kaçınmak için çabalaması) ya da istekli (appetitive; kişinin ödülü elde etmek için çabalaması) olup olmamasıdır. Smith ve Ellsworth'de ve Frijda'da böyle bir boyut yoktur. Roseman'a göre; ödül (istekli güdü) elde etmek için güdüyle uyumlu olaylar sevinç oluştururken; cezadan (isteksiz güdü) kaçınmak için güdüyle uyumlu olaylar rahatlama sağlamaktadır. Ödül elde etmek için güdüyle uyumsuz olaylar üzüntüye neden olurken; cezadan kaçınmak için güdüyle uyumsuz olaylar sıkıntıya neden olmaktadır. Olayın bir kişinin güdüleriyle uyumlu ya da uyumsuz olup olmadığını içeren boyut ise; **Durumsal Koşul** (situational state) boyutudur. Bu boyut Smith ve Ellsworth'un hoşnutluluk; Frijda'nın değer boyutuna denk gelmektedir. Bir olayın güdü – uyumlu olarak değerlendirilmesi olumlu duygu üretirken; bir olayın güdü-uyumsuz olarak değerlendirilmesi olumsuz duygu üretmektedir.

Roseman (1984, 2001)'in önerdiği diğer bir boyut olan **Olasılık** (probability) **Boyutu** ise; olayla ilgili sonucun belirli ya da belirsiz olmasıdır. Smith ve Ellsworth'de ve Frijda'da bu boyut belirlilik boyutuna denk gelmektedir. Olayın belirsiz sonuçlarının olması umut ya da korkuya; belirli sonuçlarının olması sevinç ya da üzüntüye yol açmaktadır. **Kontrol Potansiyeli** (control potential) (düşük kontrol – yüksek kontrol), olayın güdüyle ilgili koşulları hakkında kişinin bir şeyler yapabilme gücünün olması ya da hiçbir şey yapamamasıdır. Bir olayda olumsuz bir sonucu hak edip etmemesi ya da olumlu bir sonucu hak edip etmemesidir. Roseman bu boyutu ilk önce meşruluk (legitimacy) daha sonra “güç” olarak isimlendirmiştir. Osgood, May ve Miron (1975) bu boyutu “güç (potency)”; Kemper (1978) “güç (power)”, Russell (1978) “baskınlık (dominance)”; Scherer (1987b) “baş edebilme potansiyeli (coping potential)” ve Lazarus ve Smith (1988) “kontrol edilebilirlik” olarak isimlendirmiştir. Olayın sonucuna kişinin kendisinin ya da diğer başka kişilerin ya da kişisel olmayan sonuçların neden olup olmaması ise **Aracılık** (agency) boyutudur. Smith ve Ellsworth (1985) bu boyutu kendi / diğeri aracılığı ya da kendi / diğeri kontrolü olarak; Frijda (1987) aracı ya da sorumluluk olarak tanımlamıştır. Olaya bir kişinin kontrolünden daha ziyade koşulların neden olması üzüntü gibi duygulara; olaya başka bir kişinin neden olması kızgınlık gibi duygulara; olaya

kendisinin neden olduğunu düşünmesi de suçluluk gibi duygulara yol açmaktadır. Roseman'ın önerdiği son boyut olan **Problem Türü** (problem type) (Araçsal / Temel) **boyutu**, güdüyle tutarsız olan olayın bir amacı ketlediği ya da engellediği için istenmemesidir.

Roseman (2001)'a göre bu değerlendirme boyutlarının farklı etkileşimleri farklı duyguları oluşturmaktadır. Mesela; Roseman'ın kuramında; kişinin olaydan olumsuz bir sonuç elde etmesi, olaya kişisel olmayan sonuçların neden olması ve bu sonuçların belirli olduğu durumlarda kişinin bu sonuçlardan (ödülünden) yoksun kalması ve olay üzerinde kendi kontrolünü düşük algılaması sonucunda üzüntü ortaya çıkmaktadır. Öfke ise; kişinin güdüsüyle tutarsız bir olayın kişinin amaçlarını engellediği (araçsal bir problem), olaya başka bir kişinin neden olduğu ve olay üzerinde kişinin yüksek kontrol algıladığı olaylar sonucunda oluşmaktadır.

Roseman bu yedi değerlendirme boyutunun duygu oranlamalarında anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ve belirli duyguların belirli değerlendirme etkileşimleri arasındaki ilişkinin kuramsal olarak anlamlı bir şekilde yordandığını da bulmuştur. Arnold'un boyutları Roseman'ın boyutlarıyla karşılaştırıldığında; olayların zararlı olarak değerlendirilmesi Roseman'da güdü-uyumsuz boyutuna karşılık gelmektedir. Ayrıca Arnold'da olayları başarmada ya da olayların üstesinden gelmedeki zorluklar Roseman'da olaya aracılık yapanın zayıf olmasına denk gelmektedir (Roseman ve ark., 1990).

Smith ve Ellsworth (1985) ve Ellsworth ve Smith (1988); Roseman(1984) ve Scherer (1987b)'in teorilerini birleştirerek hoşnutluluk, belirlilik, kendi-diğeri aracılığı, dikkatsel yönelim, algılanan engel, sorumluluk ve beklenen çaba olmak üzere yedi değerlendirme boyutunun duyguları ortaya çıkarmada etkili olduğunu önermiştir. **Hoşnutluluk** (pleasantness), duygusal deneyimin kişiye ya da organizmaya zevk verip vermediği; olayın hoş bir deneyim olup olmadığıdır. **Belirlilik** (certainty), duygusal deneyimi ortaya çıkaran durumun ne olduğu hakkında belirliliğin olup olmamasıdır. **Kendi / Diğeri Kontrolü** (self-other control) ise; olayların kişinin kendisi ya da başka bir kişi tarafından kontrol edilip edilmediğidir.

Bir kişinin uyarıcıdan dikkatini ayırıp ayırmadığı ya da dikkatini verip vermediği **Dikkatsel Yönelim** (attentional activity) boyutudur. Yani; olaya dikkatini ne ölçüde yoğunlaştırdığıdır. Olayın kişinin amaçlarını engelleyip engellemediği algısı, **Algılanan Engel** (perceived obstacle), kişinin olayda kimi ya da neyi sorumlu görmesi ise; **Sorumluluk** (responsibility) boyutudur. Son olarak; **Beklenen Çaba** (anticipated effort) boyutu, durumun belli bir çaba gerektirip gerektirmediği hissidir.

Smith ve Lazarus (1993)'da duyguyu meydana getiren olayın yedi farklı boyutta değerlendirildiğini ileri sürmektedir. Smith ve Lazarus (1993)'un ortaya attığı boyutlara göre; **Güdüsel İlgi** (motivational relevance) durumun bir kişi için ne kadar önemli olduğunu değerlendirmesidir. Durumun kişinin o anki amaçlarıyla ya da istekleriyle ne kadar tutarlı ya da tutarsız olduğunu değerlendirmesi **Güdüsel Uygunluk-Benzerlik** (motivational congruence) boyutudur. Diğer bir boyut ise; **Problem Odaklı Baş Edebilme Potansiyeli** (problem-focused coping potential)dir. Bu boyut kişinin amaçlarına ulaşmada istekliliğini sürdürmek ya da arttırmak için duruma karşı harekete geçmede kişinin kendi yeteneğinin değerlendirilmesidir. **Duygu Odaklı Baş Etme Potansiyeli** (emotion-focused coping potential) ise; kişinin isteklerinin olamayacağı ya da söndüremeyeceği bir duruma psikolojik ve duygusal olarak uyum sağlama yeteneğinin algılanmasıdır. Kişinin olayın meydana gelmesinde ne kadar sorumlu olduğunu değerlendirmesi **Kendi – Sorumluluk** (self-accountability) boyutu iken; olayın meydana gelmesinde başka kişi(ler)in ya da başka şeylerin ne kadar sorumlu olduğunun değerlendirilmesi de **Diğeri – Sorumluluk** (other-accountability)boyutu olarak ileri sürülmüştür. Smith ve Lazarus'un önerdiği en son boyut ise; **Gelecek Beklentisi** (future expectancy)dir. Bu boyut olayın sonucunun gelecekte değişip değişmeyeceği beklentisidir.

Smith ve Lazarus (1993)' a göre; değerlendirme boyutlarındaki ilk iki boyut (güdüsel ilgi ve güdüsel uygunluk) bir olayın sonuçlarının kişinin iyilik haliyle (well being) ilgili olup olmadığı ve eğer ilgisiyle nasıl ilgili olduğuyula ilişkilidir. Ayrıca bu ilk iki boyut Lazarus'un belirttiği birincil değerlendirmeye girmektedir. Diğer boyutlar ise; kişinin olayın sonuçlarıyla baş edebilmesinde var olan olanakları ve

seçimleriyle ilgili olup; Lazarus'un belirttiği ikincil değerlendirmeye karşılık gelmektedir.

Buna göre; olay kişi için önemli (güdüsel ilgi), kişinin amaç ve istekleriyle tutarsız (güdüyle uyumsuzluk) ve olayın meydana gelmesinde başkaları sorumlu olduğunda (diğeri sorumluluk) kızgınlık hissi oluşmaktadır. Böylelikle kızgınlık; güdüsel ilgi, güdüyle uyumsuzluk ve olay sonucunun gelecekte değişme beklentisinin azalması etkileşimlerinden oluşan üzüntüden duygusal tepki olarak farklılaşmaktadır (akt: Smith ve Kirby, 2001).

Ayrıca; Scherer (1999,1987a, 1987b) duyguların değerlendirme öncülleri kuramını ileri sürerek, değerlendirme teorilerini düzenlemeye çalışmıştır. Bu bağlamda Scherer “*uyarıcı değerlendirme kontrolleri (stimulus evaluation checks)*” olarak adlandırdığı bir model ileri sürmüştür. Bu modele göre; duygular değerlendirmelerin serilerinden sonuçlanmaktadır; yani değerlendirmeler belli bir ardışıklığı takip etmektedir. Duygu oluşmasının bir süreç olduğunu kabul eden görüşler, değerlendirme yaklaşımlarının temel vurgusudur. Bu düşünce duyguları yapısal gören kuramlardan ayırmaktadır. Değerlendirmeleri ardışksal olarak oluşturan ve duygusal deneyim değişikliklerinin doğasına yeni bir değerlendirme ekleyen bu düşünce ilk kez Scherer (1987a) tarafından önerilmiştir. Bu modelde değerlendirmelerin genel olarak dört hedefi vardır ve bu hedefler organizmaya uygun tepkiyi hazırlamak için gereken bir olay ya da durumla ilgili bilginin tipini etkilemektedir:

- 1) Bu olay benim için ne kadar yararlıdır? Olay beni ya da sosyal grubumu doğrudan etkiliyor mu?
- 2) Bu olayın sonuçları nedir ve bu olay benim iyilik halimi, uzun dönemli ya da kısa dönemli amaçlarımı nasıl etkiler?
- 3) Bu olayın sonuçlarına nasıl uyum sağlayabilirim ya da bu olaya nasıl başa çıkabilirim?
- 4) Bu olayın benim benliğimle ve sosyal norm ve değerlerle önemi nedir?

Scherer için bu “*uyarıcı değerlendirme kontrolleri*” duygu öncülü bir olay anlatıldığında çoğunlukla otomatik bazen bilinçsiz yollarla olmasına rağmen; aynı ardışksal sırada yapılmaktadır. Scherer duygu ortaya çıkaran bir olay ya da durum değerlendirilirken beş boyutu üzerinden değerlendirildiğini ileri sürmektedir. Ayrıca Scherer’in uyarıcı değerlendirme kontrolleri adını verdiği değerlendirme boyutları bazı alt boyutları da içerisinde barındırmaktadır (Scherer, 2003).

a) Olayın Yeniliği (Novelty): Çevrede önemli bir değişikliğin olup olmadığıdır.

Bu değerlendirme boyutunda herhangi bir ani uyarıcı yeni ve dikkate değer olarak bilişte kaydedilmektedir. Bu bakımdan “olayın yeniliği (novelty)” değerlendirmesi farklı türler, farklı bireyler ve farklı durumlar için çok çeşitlilik gösterebilmekte ve bu çeşitlilik güdüsel duruma, uyarıcıyla daha önceki deneyimlere ve beklentilere bağlı olabilmektedir. Bu yenilik boyutunun *Anilik* alt boyutunu ifade etmektedir. *Aşinalık* alt boyutu ise; olay ya da durumun aşinalık derecesini belirlemekte ve bilişe kaydedilen uyarıcı olayın daha önceden kodlanmış bilişsel şemalarla eşleşme seviyesini belirlemektedir. Olayın işleme seviyesinde diğer bir alt boyut ise; bir uyarıcı olayın oluşma olasılığının ve tahmin edilebilirliğinin değerlendirilmesidir. Bu da yenilik boyutunun *Tahmin edilebilirlik* alt boyutu olarak adlandırılmıştır.

b) Temel Hoşnutluk (Intrinsic Pleasantness): Güdülerden ve amaçlardan bağımsız bir uyarıcının hoşnut ya da hoşnut olmaması olarak değerlendirilmesidir.

c) Amaçsal Önem (Goal Relevance): Organizmanın amaçları, planları ve istekleriyle bir olayın ilgili olup olmamasıdır. Kişinin amaçlarını ya da isteklerini etkileyebilecek bir olay kişinin duygusal durumunun önemli bir belirleyicisidir. Bu boyutta kendi içerisinde bazı alt boyutlar barındırmaktadır:

İlgisel Uygunluk (Concern relevance); bir olayın kişisel, ilişkisel ve sosyal düzenle (social order) ilgilisidir. *Sonuç olasılığı (outcome probability)*; olayın sonuçlarının gerçekleşme olasılığıdır. *Beklenti*; bir olayın sonuçlarının beklentilerle tutarlı ya da tutarsız olmasıdır. *Amaca Yardımedilebilirlik (goal conduciveness)*; organizmanın amaçlarına ulaşmasında olayın yardım edip

etmediği ya da amaçlarını engelleyip engellememesidir. *Aciliyet (Urgency)* ise; olaya verilecek uygun davranışsal tepkinin aciliyet derecesinin değerlendirilmesidir.

d) Baş Edebilme Potansiyeli (Coping Potential): Bireyin duygusal durumunu etkileyen bir olayla baş edebilmesinin yeteneğidir. Alt boyutları şunlardır: *Aracı*; olaya özel koşulların (doğüstü güçler, şans gibi), kişinin kendisinin ya da başka bir kişinin neden olup olmadığıdır. *Güdü (Motive)*: olaya neden olan aracının o olaya isteyerek sebebiyet verip vermemesidir. *Kontrol (Control)*: Kişinin bir olayı ve olayın sonuçlarını değiştirebilme ya da engelleyebilme kontrolüne sahip olma derecesidir. *Güç (Power)*: Kişinin hissettiği duygunun olayın sonuçlarını etkileme derecesidir. *Uyum (Adjustment)*: kişinin dışsal standartlardan ziyade içsel ilgileri ve amaçları değiştirmesiyle baş edebilme derecesidir.

e) Standartlarla Uyuşabilirlik (Compatibility With Standards): Olayın ahlaki standartlarla uygunluğudur. Scherer'a göre; bir kişinin düşünceleri, hisleri, hareketleri ve toplumsal ya da kişisel standartları arasındaki uyumu o kişinin duygusal durumunun önemli bir belirleyicisidir. Standartlarla Uyuşabilirlik boyutu içsel ve dışsal standartlar olarak iki alt boyuta ayrılmaktadır. *Dışsal standart*: Olayın kişinin içinde bulunduğu sosyal grubun değerlerine uygunluğudur. *İçsel standartlar*: Olayın kişinin kendi benliğiyle ya da imajıyla uygunluğudur.

Scherer (2001, 2003)'e göre; ilk iki değerlendirme boyutu (olayın yeniliği ve hoşnutluluk) çoğunlukla otomatik ve bilinçsiz olarak işlenmekte ve o olaya karşı yöneltilecek dikkatin seviyesini belirlemektedir. Diğer üç değerlendirme boyutu ise; ayrıntılı şema işlemeden, kavramsal düşünmeden ya da içsel ve dışsal standartlarla karşılaştırmadan dolayı daha karmaşık bilişsel bilgi işleme gerektirmektedir. Bu bakımdan Scherer ilk iki değerlendirme boyutundan ziyade; diğer üç boyutun farklı etkileşimlerinin farklı duyguları oluşturduğunu ileri sürmektedir: Bu olay benim amaçlarımı nasıl etkiler? Bu olaya kim ya da ne sebep oldu? Olayın sonuçları üzerinde kontrole ve güce sahip miyim? Olayın sonuçlarına uyum sağlayabilme yeteneğim var mı? Bu olayın sonuçları benim kişisel standartlarımla ve toplumsal

normlarla uyuyor mu? Böylelikle aynı olayı iki kişi farklı şekilde değerlendirebilmekte ve farklı duygusal tepkiler yaşayabilmektedir. Eğer bir kişi bir olayı amaçları ve ihtiyaçları için önemli ve bu amaçları gerçekleştirmede engel olarak görüyorsa ve bu olayın üzerinde kontrole ve sonuçlarıyla baş edebilme gücüne sahipse; fakat olayın sonuçlarının adaletsizlik yarattığına inanıyorsa; kişi öfke hissedecektir. Başka bir kişi; aynı olayı amaçlarıyla ve ihtiyaçlarıyla orta derecede ilgili, bu amaçları başarmada engel olarak görüyorsa ve olay üzerinde kontrolün kendinde olduğuna ve olayın sonuçlarına zor uyum sağlayabileceğini düşünürse; kişi o zamanda kaygı ya da endişe hissedecektir. Böylece ne kadar değerlendirme profili o kadar çok duygu tipi de vardır.

Scherer'e göre; (1987a, 1987b, 2001); Scherer'in amaca yardım edilebilirlik alt boyutu Roseman'ın durumsal koşul değerlendirme boyutuna; Scherer'in sonuç olasılığı alt boyutu Roseman'ın olasılık boyutuna; Scherer'in nedensel aracı alt boyutu Roseman'ın aracı boyutuna; Scherer'in güç alt boyutu; Roseman'ın Kontrol potansiyeli boyutuna, Scherer'in güdü alt boyutu Roseman'ın güdüsel koşul boyutuna karşılık gelmektedir.

Ayrıca Frijda, Kuipers ve Schure (1989) duygu ortaya çıkarıcı olayların değerlendirilmesinde on üç farklı değerlendirme boyutu önermiştir. Bu boyutlardan birincisi; **Değer (Valance)** boyutu, hoşnutluluk, dayanabilirlik ve amaca yardım edilebilirlik olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. *Hoşnutluluk*; durumun hoşnut ya da hoşnutsuz olmasıdır. *Dayanılabilirlik*; duruma ya da olaya katlanmakta zorluk çekilip çekilmediğidir. *Amaca Yardım Edilebilirlik* ise; durumun kişinin amaçlarına yardım etmesi ya da amaçlarını engellemesidir. İkinci boyut; durumun bireyin benlik değerini azaltması ya da arttırması olan **Benlik Değeri (self esteem)** boyutudur. Önerilen diğer boyutlar olayın sonuçlarının adil algılanıp algılanmadığı (**adillik**) ve olayın ya da durumun ilginç olup olmadığı (**ilginçlilik -interestingness**)dır. Başka bir boyut olan **Belirlilik (certainty)**, açıklılık ve sonuç olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. *Açıklık*, durumun açık ya da anlaşılabilir olup olmaması, *Sonuç* kişinin olayın sonunun nasıl olacağını bilip bilmemesidir. Diğer bir boyut ise; **Beklentilik (expectedness)** boyutu anilik, beklenirlik ve doğruluk olarak üç alt boyuttan

oluşmaktadır. *Anilik*, durumun aniden olup olmamasıdır. *Beklenirlik*, durumun beklenilir olup olmamasıdır. *Doğruluk* ise; durumun sonuçlarının kişinin beklentileri yönünde gerçekleşip gerçekleşmediğidir. Durumun bir çaba gerektirip gerektirmediği hissi **Beklenen Çaba (anticipated effort)**, Kişinin olayın sonucunu değiştirebilme gücüne sahip olup olmaması **Değişimlenebilirlik (modifiable)** olarak ileri sürülmüştür. Diğer bir boyut olan **Önem (importance)** boyutu, durumun kişisel olarak kişiyi etkileyip etkilememesi ve durumun birey için önemli olup olmamasıdır. **Kontrol edilebilirlik (controllable)** boyutu, kişinin olay üzerinde kontrolü olup olmadığıdır. **Aracılık (agency)** boyutu ise; Kişinin yaşadığı durumda kendini sorumlu hissedip hissetmemesi (*Kendi – Sorumluluk*) ve Kişinin yaşadığı durumda başka bir kişinin sorumlu olup olmadığını hissetmesi (*Diğeri – Sorumluluk*) olarak ikiye ayrılmaktadır. Başkalarının bu durumdan hangi oranda etkilenip etkilenmediği boyutu **Diğerleri (others)** boyutu olarak isimlendirilmiştir. Son olarak **Aşinalık (familiar)** boyutu; daha önce bu duruma benzer bir durumun yaşanıp yaşanmadığı (*Aşinalık*), bu durumun bilinen bir durum ya da yeni bir durum olup olmadığı *Bilindiklik (Knowledge)* ve durumun geçmişte mi, şimdi mi yoksa gelecekte mi olduğudur (*Olayın zamanı*).

Mesquita (2000); Frijda, Kuipers ve Terschure (1989)'in değerlendirme ve duygu ilişkisini açıklamak için oluşturdukları değerlendirme boyutlarından etkilenerek on dokuz tane değerlendirme boyutu önermiştir. Mesquita'nın değerlendirme boyutu Frijda ve ark. (1989)'nin değerlendirme boyutlarında bazı farklılıklar göstermektedir. Birincisi; Mesquita'nın değerlendirme boyutu soruları iki yönlüken, Frijda ve arkadaşlarının tek yönlüdür. Ayrıca Mesquita; Frijda ve ark.(1989)'nin değerlendirme boyutlarında bulunan “olayın zamanı (time of event)”, “olayın duruşu (stand)” ve “olayın gerçekliği (true)” boyutlarını çıkartmış; bu boyutların yerine Mesquita; “durumdan kaçınma (avoidability of the situation)” ve “diğerlerinden sağlanan benlik değeri” olmak üzere iki boyut eklemiştir.

Mesquita (2000)'nin ortaya attığı değerlendirme boyutları ise şöyledir: *Hoşnutluluk* (Durumun hoşnut olması ve durumun hoşnut olmaması), *Dayanabilirlik* (Duruma ya da olaya katlanmakta zorluk çekip çekmediği), *Amaca Yardım edilebilirlik* (Bireyin isteklerine ya da planlarına olayın yardım edip etmediği), *Kendi*

Benlik Değeri (Durumun bireyin benlik değerini arttırması ve azaltmasıdır), *Diğerlerinin Gözündeki Benlik Değeri* (Olayın diğerlerinin gözündeki benlik değerini arttırması ve azaltması), *Adillik* (durumun adil ve eşit olması ve durumun adil ya da eşit olmamasıdır), *İlgililik* (Durumun ilginç olup olmadığıdır), *Açıklık* (Durumun açık ve anlaşılır olup olmadığıdır), *Sonuç* (Olayın sonucunun belirsiz olması ve sonucun tahmin edilebilir olmasıdır), *Anilik* (Olayın aniden ortaya çıkmasıdır), *Beklenebilirlik* (Beklentilerin engellenmesi ve durumun beklenmezliğidir), *Beklenen Çaba* (Durumun belli bir çaba gerektirip gerektirmediği hissidir), *Önem (importance)* (Durumun kişi için önemli olup olmamasıdır), *Değişimlenebilirlik (modifiable)*, (Kişinin olayın sonucunu değiştirebilme gücüne sahip olup olmamasıdır), *Kontrol edilebilirlik* (Kişinin olay üzerinde kontrolü olup olmadığıdır), *Aracılık* (Durumdan kişinin sorumlu olması ya da durumdan başka birinin sorumlu olmasıdır), *Aşinalık* (Daha önce böyle bir durumla karşılaşmış olup karşılaşmadığıdır), *Diğerleri* (Durumun başkaları için hoşnut ya da uygun algılanıp algılanmayacağı hissidir) ve son olarak *Kaçınabilirlik (avoidable)* (kişinin olaydan ya da olayın sonuçlarından kaçınabilme gücüdür).

Görüldüğü gibi; değerlendirme boyutlarının tanımlarında, sayılarında ve belirli bir duygusal olay boyunca değerlendirme süreçleri hakkındaki varsayımlarda kuramcılar arasında tam bir fikir birliği sağlanamamıştır. Bu bilişsel değerlendirme yaklaşımlarının temel problemlerinden biridir. Fakat önerilen bu değerlendirme boyutları incelendiğinde; farklı değerlendirme kuramlarındaki boyutlarda yüksek oranda benzerlik olduğu dikkat çekmektedir. Ancak biz bu çalışmada genel olarak Scherer tarafından önerilen değerlendirme boyutlarına odaklanacağız. Çünkü Scherer'in önerdiği değerlendirme boyutları ya da Scherer'in ifadesiyle uyarıcı değerlendirme kontrolleri, ortaya atılan diğer tüm boyutlarını kapsayabilmektedir. Ayrıca Mesquita (2000)'nin boyutları arasından *dayanılabilirlik*, *kişinin benlik değeri* ve *diğerleri gözündeki benlik değeri* boyutları; Mauro, Sato ve Tucker (1991) *norma uygunluk* boyutları da bu çalışmada incelenecek değerlendirme boyutları arasındadır.

Değerlendirme yaklaşımlarında, duygunun farklı yoğunlukları çalışma konusu olarak fazla dikkat çekilmemiş ve çoğunlukla duygu yoğunluğu bir boyut olarak değerlendirilmemiştir (Frijda, Ortony, Sonnemans ve Clore, 1992). Duygu yoğunluğu konusunun çok boyutlu bir yapı olması ve bu karmaşık yapıyı ölçmenin zorluğu duygu yoğunluğu çalışmalarında bir problem yaratmaktadır. Frijda ve ark. (1992)'na göre; duygu yoğunluğunu duygu süreçlerindeki unsurlar (örneğin; bilişsel değerlendirmeler, hareket hazırlığı ve fiziksel değişiklikler) belirlemektedir. Bu yüzden; Frijda ve ark. (1992); tek –birleşik (unitary) “duygu yoğunluğu”ndan daha ziyade “duygu yoğunluğunun boyutları” hakkında düşünülmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Sonnemans ve Frijda (1994); katılımcılar tarafından hissedilen duyguların yoğunlukların beş bağımsız boyutta değiştiğini göstermiştir. Hissedilen duygunun yoğunluğunun değiştiği bu beş boyut; “olayın tekrar gözden geçirilerek kişi tarafından olay bilgilerinin tekrar zihninde toparlanması (recollection)”, olayın sürekliliği”, “hareket eğiliminin gücü”, bedensel değişikliklerin anlamı” ve “uzun dönemde duygunun davranışlara ve inançlara etkisinin önemi” olarak ortaya çıkmıştır.

Edwards (1995) duygu yoğunluğu ve değerlendirme arasındaki karmaşık ilişkiyi yaptığı çalışmasında göstermektedir. Edwards'a göre; duygu yoğunluğunu tek bir değerlendirme boyutu belirlememekte; farklı duygular için farklı değerlendirme boyutlarının en iyi sentezi belirlemektedir. Mesela; korku için değerlendirme boyutları arasında en iyi etkileşim; amaca yardım edilebilirliğin önemi ve beklenmezliğin derecesidir ve bu korku duygusunun yoğunluk derecesini de belirlemektedir.

Değerlendirme kuramcılarını bireysel bildirim (self-report) çalışmaları yaparak değerlendirme boyutlarında duyguların farklılaşmasını açıklamış ve görgül destekler sağlamıştır. Genellikle bu çalışmalarda katılımcılara bir olayı hayal etmeyle ya da geçmişte bir duygu yaşantısına neden olan bir olayı hatırlamayla ilgili sorular sorularak duygulara ulaşılmıştır (Frijda, Kuipers ve Ter Schure 1989; Smith ve Ellsworth, 1985) ya da belirli bir duygu için değerlendirme boyutlarının profillerine karşılık gelen senaryolarla katılımcılara sorular sorulmuştur (Roseman, 1984; Smith

ve Lazarus, 1993). Katılımcılara hem duyguları hem de farklı değerlendirme boyutlarına denk gelen olayın değerlendirmesi hakkında sorular sorulmaktadır. Fakat hem duygu yaşantısını hem de hangi değerlendirme boyutu sentezlerinin hangi duyguyu oluşturduğunu tanımlamak için katılımcılara soru sorma yöntemi olan bireysel bildirim (anket gibi) yönteminde bazı yöntemsel sorunlar vardır (Parkinson ve Manstead,1993; Parkinson 1997; Parkinson, 2001). Temel eleştiri, katılımcıların bireysel bildirimlerinde, değerlendirme ve duygusal tepki arasında var olabilen gerçek ilişkiden daha ziyade; hangi değerlendirmenin hangi duyguya karşılık geldiği hakkındaki kalıpyargılarının daha temsilci olmasıdır.

Özetle; bilişsel değerlendirme kuramları; temel duygusal ve bilişsel süreçleri birleştirerek duygusal değerlendirmeyi açıklamaya çalışan ve duyguların öncü bir olay ya da durumun bireylerin öznel değerlendirmeleri tarafından oluştuğunu ileri süren kuramlardır. Bu açıdan bakıldığında; bilişsel değerlendirme kuramları duygu boyutunda değerlendirmede sosyal çevreyi yorumlayan bireylerin bu yorumlarındaki farklılaşmanın duygusal farklılaşmayı da beraberinde getireceğini önermektedir.

III. BÖLÜM

DUYGUSAL DEĞERLENDİRMEDE KÜLTÜREL YAKLAŞIMLAR

3.1. Kültür Kavramı ve Kültürün Sınıflandırılması

Şimdiye kadar yapılan çalışmalarda kültür daha çok ülkeler arasındaki farklılıklar olarak ele alınmış ve kültürler-arası yapılan çalışmalar farklı kültürel özellikler gösteren ülkelerin karşılaştırmasına dayanmıştır (Hofstede, 1980, 2001; Schwartz, 1990). Kültürü bu şekilde ele alan ve ülke düzeyinde kültürü ölçen bu tür çalışmalar ülke içindeki farklı kültürler arasındaki çeşitlilikleri de gözden kaçırmaktadır. Ancak kültürün tanımını, *'tarihsel olarak aktarılan sembolik olarak ifadesini bulan anlam sistemleri ve belli bir gruba ait bireylerin bu anlam sistemleriyle girdikleri ilişkiler sürecinde geliştirdikleri tutum ve değerler bütünü'* (Geertz, 1973), olarak tanımladığımızda; işlevselci bir anlamda kültürleri ülkeler olarak kavramsallaştırmanın yetersizliği daha açık bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu eksikliği gidermek için kültüre ülke düzeyinden daha ziyade birey düzeyinde incelenmesi gerektiğini vurgulayan araştırmacılar birçok kültürel boyut önermiştir (Hofstede, 1980, 2001; Schwartz, 1990; Triandis, 1994, 1995).

Duygu ve kültürel bağlamda sıklıkla kullanılan kültürel odaklaşma (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Markus & Kitayama, 1991) noktaları ise; sosyal ilişkiler ve benliğin sosyal ilişkiler bağlamında nasıl tanımlandığıdır. Bu ilişki dinamiklerini yansıtan ve kültürler-arası benzerlik ve farklılıkları açıklamakta sıklıkla kullanılan boyut kültür düzeyinde bireycilik-toplulukçuluk veya birey düzeyinde bağımsız (interdependent) – bağımlı (dependent) benlik yapılarıdır (Kağıtçıbaşı, 1997; Markus & Kitayama, 1991, 1994a, 1994b; Singelis, 1994) .

Toplulukçu (karşılıklı-bağımlı benlik yapısı) kültürel eğilimli bireylerin bireysel amaç ve çıkarları kişinin ait olduğu iç-gruplarla (aile, iş, akraba) paralellik göstermekte, çatışma durumunda ise bu kişiler iç-grubun amaç ve çıkarları yönünde çatışmayı çözmekte ve kişinin ait olduğu iç-gruplar devamlı ve esnekler. Öte yandan, bireycilik (bağımsız benlik-yapısı) kültürel eğilimli bireylerin amaç yönelimli olarak

daha kısa süreli farklı gruplara üyelikleri söz konusudur ve birey kendi amaç ve çıkarlarına öncelik vermektedir. Bu temel ilişkisel farklılıklar nedeniyle, bağımsız benlik yapısındaki bireyler değişik durumlarda kendi tutum ve davranışlarını ön plana çıkartma eğilimindeyken, bağımlı benlik yapısındaki bireylerin durum ve ilişki yapısına göre kendilerini ayarlama eğilimlerini gözleme olasılığı daha yüksektir. Aynı bağlamda, toplulukçu kültürde ilişki türlerinin çoğu güç-farklılıklarını yansıtan boylamsal ilişkilerken; bireyci kültürde ağırlıklı bir şekilde benzer güç ilişkilerini yansıtan enlemsel özellikler mevcuttur (Hofstede, 1980, 2001; Hui, Triandis, 1986; Markus ve Kitayama,1991; Singelis, 1994; Triandis, 1994;). Bu kültür boyutu (bireyci-toplulukçu) ilk zamanlarda birbirinin zıttı kutuplar olarak kavramsallaştırıp, kullanılmışken (tek boyutlu), artık bu boyutun farklı iki eğilimi yansıttığı kültür ve birey düzeyinde farklılaşan oranlarda olsa da birlikte görülebileceği görüşü ağırlık kazanmaktadır. Bu yaklaşım kültürel eğilimlerin kültür-içi farklılaşmalarını ön plana çıkarması bakımından önemlidir. Özellikle Kağıtçıbaşı (1997), bireycilik-toplulukçuluğun iki farklı şekilde veya düzeyde yapılandırılabilmesine işaret etmektedir: normatif ve benlik-yönelimi (ilişkisellik). Normatif bireycilik-toplulukçuluk ağırlıklı bir şekilde birey-grup arasındaki ilişkilerin nasıl yapılması gerekliliği üzerine yaygın inançsal eğilimleri yansıtmaktadır. İlişkisel bireycilik-toplulukçuluk ise; birey-diğerleri arasında kurulan ilişkinin niteliği ön plandadır. Benzer şekilde; Triandis ve Gelfand (1998) güç mesafesi boyutuyla bireycilik-toplulukçuluk eğilimlerini birleştirerek yatay ve dikey bireycilik-toplulukçuluk kültürel boyutlarını ortaya atmıştır.

Bireycilik ve toplulukçuluğu birey düzeyinde ölçmek için farklı ölçekler geliştirilmiştir (Hui;1988; Matsumoto, 1997; Singelis, 1994; Triandis, 1994, 1995; Yamaguchi, 1994). Bu ölçekler kültürün sadece kültürden kültüre değişmediğini, tek bir kültür için de kültürel farklılıkların olabileceğini göz önünde tutarak, karşılaştırmalı kültürel çalışmaların yanında tek bir kültüre odaklanılarak kültür etkisinin anlaşılabilceğini söylemektedir. Triandis (1994) bireycilik ve toplulukçuluğun bireysel seviyedeki eğilimlerini ego merkezli (idiocentrism) ve sosyal merkezli (allocentrism) olarak tanımlamış ve bireycilik toplulukçuluk eğilimlerini, inançları, tutumları, değerleri içeren psikolojik bir fenomen olarak

gördüğü kültürü çoklu metot değer tekniğiyle ölçmüştür. Benzer şekilde; Hui (1988) bireycilik-toplulukçuluk kültürel eğiliminin bireyin farklı kişilerle kurduğu ilişkiye göre (eş, akraba, aile, komşu, arkadaş ve iş arkadaşı) göre farklılaşabileceğini ortaya koymak için “INDCOL” ölçeğini geliştirmiştir. Göregenli (1997) bu ölçeği kullanarak Türkiye örneğinde yürüttüğü çalışmada, genellikle toplulukçu boyutta değerlendirilen Türkiye'nin, farklı hedef ilişkiler göz önünde tutulduğunda bireycilik-toplulukçuluk eğilimlerinde farklılaştığını bulmuştur.

Matsumoto, Weissman, Preston ve Kupperbush (1997) ve Matsumoto, Takeuchi, Andayani, Kouznetzova ve Krupperbush (1998) belirli sosyal etkileşimlerin olduğu belirli sosyal bağlamlara bakarak bireycilik toplulukçuluğu ölçmek için bir ölçek geliştirmiştir. Bu ölçek dört sosyal ilişkiyle ilgili olarak davranışsal, tutumsal ve değer eğilimleriyle ilişkili aile üyeleri, yakın arkadaşlar, iş yada okul arkadaşları ve yabancılar olmak üzere dört sosyal ilişki tipine ayrılmakta ve bu dört sosyal ilişki tipi hem davranışsal hem değersel olarak iki alanda ölçülmektedir. Ölçekte yer alan sorular kendi içinde sosyal uyum, sosyal kimlik, öz denetim ve sosyal paylaşımın kabullenilmesi olarak dört boyuta ayrılmaktadır. Ölçekler arasındaki farklılıklar bireycilik ve toplulukçuluğun farklı durumlarını yansıtırken, ilişkiler arasındaki farklılıklar ise; iç grup – dış grup benlik eğilimlerine aracılık eden bireycilik–toplulukçuluğu yansıtmaktadır. Matsumoto ve arkadaşlarının geliştirdiği bu ölçek özellikle kültürün duyguya etkisini ölçmek için hem kültürler arası hem de kültür içi farklılıkları ortaya koyması bakımından önemlidir.

Benlik kavramı kültürün duyguyu etkilemesinde aracı bir rol oynamaktadır. Markus ve Kitayama (1991, 1994a, 1994b) belirli bir kültürde yapılandırılmış benliğin duygusal ilişkilerin yer aldığı sosyal durumların ve ilişkilerin değerlendirmelerini etkilediğini ileri sürmektedir. Markus ve Kitayama (1991)'ya göre; duygusal deneyim benlik yapılarıyla değişiklik gösterebilmektedir. Markus ve Kitayama bağımlı ve bağımsız benlik yapısı olmak üzere iki tip benlik yapısı tanımlamıştır. Bağımsız benlik yapısı özelliği gösteren kültürlerde; birey kendisini sosyal bağlamdan ayrı olarak düşünmekte; kendi amaçlarını ön planda tutmakta ve içsel atflara (örneğin; yeteneklere) önem vermektedir. Bu kültürlerdeki bireyler daha

çok öfke; engellenme gibi ego – merkezli duyguları daha çok deneyimler; ifade eder veya daha çok ayarlarken (düzenlerken); bağımlı benlik yapısındaki kültürlerde ise; birey kendini sosyal bağlamla ilişki içerisinde görmekte, kendi amaçlarından çok grubun amaçlarını desteklemekte ve dışsal atıflara daha çok önem vermektedir. Bu kültürlerdeki bireyler utanç; suçluluk gibi diğeri – odaklı sosyal duyguları daha çok yaşar, ifade eder ve düzenler. Markus ve Kitayama (1991)'nın çalışması; benlik yapısının bilişi etkileyen (dolayısıyla duygu deneyimini ve ifade etmeyi etkileyen) kültür tarafından nasıl şekillendiğini göstermesi bakımından önemlidir.

Bu kültürel farklılaşmanın birey üzerine etkisi iki temel şekilde görülebilmektedir. Birincisi benlik-yapısında, benlik ve sosyal ilişkiler dinamiği bakımından, benliğe yansıyan kültür-bağlı bilgiler, idealler, normlar ve değerlendirmeler şeklinde olabilmektedir. İkincisi ise, kültür-özgün sosyal uygulamalar olarak kişinin diğerleriyle olan ilişkilerini etkileyici dinamik bir süreç içerebilmektedir. Bu bağlamda düşündüğümüzde kültür temelli benlik yapılarının kişi-diğerleri ilişkilerinde ortaya çıkacak duygular ve duygusal yaşantılar da farklılıklara yol açacağı düşünülebilmektedir. İlk önce, birçok duygusal davranışa yol açan öncü olayların kişiler arası ilişkiler bağlamında ortaya çıktığını düşünürsek; kültür-bağımlı olarak farklı bir şekilde yapılandırılan benlikte ve ilişkilere bağlı öncü olaylarda veya bu olayların kodlanmasında farklılıklar ortaya çıkabilir. Aynı zamanda kültür-bağlı olarak yapılandırılan ideal benlik ve ideal sosyal ilişkiler, duygusal olayın bilişsel değerlendirmesinde de farklılıklara yol açabilir. Son olarak, kültürde yaygın olan uygulamalar (hem sosyal ilişkiler hem de duygusal yaşantılar) kişinin sıklıkla içerisinde olacağı duygusal öncü olaylarda ve bu olayların değerlendirilmesinde farklılıklara yol açacağı gibi, kültürde ağırlıklı olarak duygusal yaşantılar ile ilgili norm ve kurallar arasında da farklılıklara neden olabilir.

3.2. Duygularla İlgili Yapılan Kültürler-arası Çalışmalar

Temel duygu teorisine göre; bazı duyguların (kızgınlık, mutluluk, korku, üzüntü, tikslenme, şaşkınlık) evrensel olduğu iddiası yapılan kültürler arası çalışmalarla gösterilmiştir (Ekman ve Friesen, 1971; Ekman, Friesen, 1986; Ekman,

Friesen ve Ancoli, 1980, Ekman ve ark., 1987; Izard, 1992, 1994). Ekman (1969)'ın yaptığı çalışmada kullanılan bu altı yüzsel duygu ifadesi Amerika, Avrupa, Güney Amerika ve Asya kültürlerine gösterilmiş ve katılımcıların okudukları senaryolara göre bu yüzsel ifadeyi resimden seçmeleri istenmiştir. Çalışmanın sonunda bu altı yüzsel duygu ifadesini tanımada kültürler arası bir farklılığın olmadığı gözlenmiştir. Bu temel duygu yaklaşımına göre; bireyler ile kültürler arasında gözlenen duygusal farklılıklara, duygusal deneyimin oluşmasından ya da yüzsel olarak ifade edilmesinden ziyade kültürel olarak öğrenilmiş “gösterim kuralları (display rule)”nın sebep olduğunu belirtmektedir (Ekman, 1972; Ekman ve Friesen, 1971; Ekman, Friesen, 1986; Ekman ve ark., 1987). Bu bağlamda gösterim kurallarının ilk kez kültürler arasında duygusal ifadenin gösteriminde farklılıklar olabileceğinin ispatı; Ekman (1972) ve Friesen (1972)'in yaptığı bir araştırmada Amerikalı ve Japon deneklere yalnız olduklarında ve araştırmacıyla birlikte olduklarında olumsuz bir film izletilerek ortaya çıkartılmıştır. Olumsuz filmi yalnız seyreden ve film sonucu kızgınlık, korku veya üzüntü yüzsel ifadelerini üreten Amerikalı ve Japon katılımcılar kültürel gösterim kurallarını kullanmamışken; filmin araştırmacıyla birlikte izlenmesi aşamasında; Japon katılımcılar olumsuz duygu hislerini gizlemeye çalışarak gülümsemiş; Amerikalı katılımcılar ise; olumsuz hislerini göstermeye devam etmişlerdir. Bu iki kültür arasındaki farklılıklar; Japonların diğerlerinin varlığında olumsuz duygularını gizlemek için gösterim kurallarını kullandıklarını ve olumsuz duygularını ifade etmemeyi öğrendiklerini göstermiştir. Bireycilik ve toplulukçuluk ayırımındaki farklılıklar Ekman (1972) ve Friesen (1972)'in çalışmasını açıklamak için kullanılmıştır. Olumsuz duygularını maskeleyen Japon gösterim kurallarının araştırmacıya aykırı davranmaktan kaçınmak için geliştiği tahmininde bulunulmuştur. Böyle bir gösterim kuralı araştırmacı ve katılımcı arasındaki ilişkide uyumu teşvik etmeye yardım etmektedir. Ekman ve Friesen'a göre; eğer Japon katılımcı olumsuz duygusunu doğrudan yansıtmış olsaydı; araştırmacı ve katılımcı arasındaki ilişkinin zarar görme olasılığı da artardı. Amerikalılar ise; daha bireyci bir kültür olduğu için olumsuz duyguları daha rahat ifade edebilmektedir; çünkü katılımcı ile araştırmacı arasındaki uyumlu ilişkinin sürdürülmesine daha az ihtiyaç duymaktadırlar (Ekman, Friesen, 1986; Ekman ve ark., 1987; Matsumoto, Kupperbush, 2001).

Ayrıca Matsumoto (1990) 6 evrensel duyguda Amerikalı ve Japonlarla 8 sosyal bağlamın her birinde (yalnız, kamusal alanda, yakın arkadaşlarla, aileyle birlikte, rastgele tanışmalarla, yüksek statülü kişilerle, düşük statülü kişilerle ve çocuklarla) uygun gösterim (display) oranlamaları sağlamıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre; Amerikalılar Japonlara göre; bazı olumsuz duyguları iç gruplarında, bazı olumlu duyguları (örn: mutluluk) da dış gruplarında daha yüksek oranlarken; Japonlar, dış grup üyelerine olumsuz duyguları daha yüksek oranlamıştır. Ayrıca Japonlar Amerikalılara göre; tikslenme ve üzüntü gösterimlerini iç grup üyelerine daha az yansıtırken; öfke ve korku gösterimlerini de dış grup üyelerine daha çok göstermiştir.

Benzer bir çalışmada Matsumoto ve Hearn (1989) Amerikalı, Polonyalı ve Macar katılımcılardan sağlanan sonuçlar da yukarıdaki çalışmayı desteklemektedir. Amerikalılar, Polonyalı ve Macarlara göre olumsuz duyguları iç gruplarında göstermeyi daha uygun bulurken; Polonyalı ve Macarlar iç gruplarında daha çok mutluluğu (olumlu duyguları) daha rahat göstermişlerdir (akt: Matsumoto, 1990). Bu çalışmalar gösterim kurallarıyla ilgili olarak, Ekman (1972) ve Friesen (1972)' dan beri ilk kültürler arası çalışmalar olduğu için önemlidir. Ancak, bazı temel duyguların farklı kültürlerde aynı şekilde ifade edilmesi veya tanınması, buradaki duygusal yaşantıda bireysel veya kültürel farklılıklar olmayacağı anlamı taşımaz. Bu temel duygularda da olayların yorumlanmasında, bu olaylara yüklenen değerlerde, sonuç olarak ortaya çıkan duygunun anlamlandırılmasında da farklılık görülebilmektedir (Markus ve Kitayama,1991, 1994b).

Matsumoto (1989) Hofstede'in kültürel boyutlarını kullanarak (bireycilik – toplulukçuluk, güç aralığı, belirsizlikten kaçınma ve erkeksilik – kadınsılık) duyguların yüzsel ifade algılamalarında kültürel farklılıkların olup olmadığını incelemiştir. Bu çalışmada Hofstede (1980)'in ulus düzeyindeki kültür puanlamalarına göre oluşturduğu ülkeler arasında korku, öfke, üzüntü ve tikslenme duygularının yüzsel ifadede hangi oranda tanındığı açıklanmaya çalışılmıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre; bireycilik – toplulukçuluk ve güç aralığı (power

distance) boyutlarında yüksek ilişki çıkmıştır. Buna göre; bireyci özellik gösteren kültürlerle öfke ve korku gibi olumsuz duyguların daha doğru tanınması arasında olumlu bir ilişki olduğu; toplulukçu kültürlerde ise aynı olumsuz duyguların daha düşük yoğunluk oranlarıyla ilişkili olduğu gözlenmiştir. Aynı şekilde güç aralığında yüksek olan kültürlerde de öfke ve korku gibi olumsuz duygular daha çok tanınmıştır. Bu bulgular duygudaki kültürel farklılıkları ulus düzeyinde açıklaması bakımından oldukça önemlidir.

Duyguların algılanması ve deneyimi kültürel değerlerle ve benlik yapılarıyla uyumlu olarak bireyci ve toplulukçu kültürlerde farklılaşabildiği yapılan çalışmalarla desteklenmiştir. Kitayama, Markus ve Kurokawa (2000) Japon katılımcıların sosyal olarak yaklaşan (engaged) duyguları (minnettarlık ve sadakat gibi duygular) sosyal olarak uzaklaşan (disengaged) duygulara göre (gurur, öfke gibi duygular) daha çok yansıtılabildiklerini göstererek kültürün benlik üzerindeki etkisinin duyguları deneyimleme ve ifade etmedeki etkisine nasıl yansıdığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde; Mesquita (2001) toplulukçu ve bireyci duygusal yaşantıların nasıl farklılaştığını duygu yaşantısının değişik aşamalarına odaklanarak açıklamıştır. Buna göre; toplulukçu duygular veya toplulukçu kültürlerde yaşayan bireylerin genel olarak duygu yaşantıları bireyin ait olduğu gruplar veya sosyal ilişkilere göre şekillenmektedir. Öbür yandan bireyci kültürlerde ise; sosyal çevre daha az ön planda, duygular ağırlıklı bir şekilde bireyin iç dünyasıyla, özneliğiyle ilişkilidir.

Stephan, Stephan ve Cabezas de Vargas (1996) bireyci ve toplulukçu kültürlerde duyguların ifade edilmesiyle ilgili olarak, Amerikalı ve Costa Ricalı katılımcıları karşılaştırdıkları çalışmalarında; toplulukçu bir kültür olan Costa Rica'da karşılıklı bağımlı benliğin daha çok beslendiğini ve dolayısıyla ilişkisel duyguları (interdependent emotions) ifade etmeyi daha çok pekiştirdiğini; bireyci bir kültür olan Amerika'da ise; bağımsız benlik kavramlarının destelendiğini ve böylelikle daha çok bağımsız duyguların (independent emotions) ifade edilmesine teşvik edildiğini bulmuştur. Böylece Stephan ve ark. (1996) Costa Ricalı katılımcıların karşılıklı bağımlı benlik yapılarını sürdüren duyguları (örneğin; bir kişiye karşı bağlılık, sadakat gibi ilişkiyi devam ettirici duyguları) daha rahat bir

şekilde hissettiklerini ve ifade ettiklerini; Amerikalı katılımcıların ise; bağımsız benlik yapısını sürdüren duyguları (örneğin; gurur, kendine yeterlilik (self sufficiency) gibi bağımsızlığı artırıcı duyguları) daha rahat hissettiklerini ve ifade ettiklerini göstermiştir. Ayrıca bu çalışmada iç grup ve dış grup üyelerine karşı davranış şekilleri arasındaki farka da bakılmış ve Costa Ricalı katılımcıların Amerikalılara göre; iç grup ve dış gruba karşı duyguları yansıtma şeklinde daha büyük farklılıklar çıktığı gözlenmiştir. Buna göre; Costa Ricalıların Amerikalılara oranla iç gruplarına olumsuz duygularını daha az yansıtılabildikleri ortaya çıkmıştır.

Ayrıca Markus ve Kitayama (1994a, 1994b), kültürün duyguları nasıl şekillendirdiğini açıkladığı modelinde; duyguların sosyal ve kültürel üretimler olduğunu vurgulamaktadır. Bu modele göre; kültür gelenekler, alışkanlıklar ve davranış kalıpları gibi olgulara yansiyarak temel sosyal gerçeklerin bilgisine ulaşmakta ve grubun alışılmış duygusal eğilimleri ve hisleri hakkındaki bilgiyi sağlayarak duygusal ifadeyi etkilemektedir. Markus ve Kitayama (1994a) duygusal deneyim ve ifadenin kültürün önemli bir parçası olduğunu ve kültürün insanlara duyguları nerede ve ne zaman ifade edilmesi gerektiğinin yanında hangi duyguyu yansıtması gerektiğini de belirlediğini vurgulamaktadır. Ayrıca, Markus ve Kitayama her bir bireyin belirli kültürel gerçekliğinin önemine ve kültürler içindeki bakış açılarının çeşitliliğine de dikkat çekmektedir. Böylelikle duygular karmaşık kültürel üretimlerdir ve bireyin yaşanmış deneyimleridir.

Duyguyla ilgili yapılan kültürler arası çalışmalar, yöntemsel açıdan bazı eksiklikleri olması nedeniyle eleştirilmektedir. Bu problemlerden en önemlisi; yapılan çalışmalarda duygu kelimelerinin seçilmesinde farklı dillerdeki duygu kelimelerinin birebir karşılığına bulmada belli bir standart karşılaştırmanın olmamasıdır. Eğer duygulardaki kültürel farklılıklar ve benzerlikler farklı dillerden duygu kelimelerinin birebir denkliğiyle ilgili tanımlamalarından yola çıkılarak yürütülecekse; farklı dillerdeki bu kelimelerin birebir karşılığının bulunup bulunmadığı problemi ortaya çıkmaktadır. Bir yöntemi kullanarak birebir karşılığı olan kelimeler başka bir yöntem kullanıldığında birbirinin karşılığı olmayabilir. Bu bakımdan duygu kelimeleriyle ilgili ilk soru; *her duygu kelimesinin tüm dillerde*

birebir karşılığı olup olmadığı sorusudur. Bu soruya geçerli bir cevap verilebilmesi için öncelikle, duygu kelimelerinin birebir karşılığını ortaya çıkarabilecek bir kriterin belirlenmesi gerektirmektedir. Bu kriteri belirleyebilmek için şu soruya yanıt aranmalıdır: İki ya da daha fazla duygu kelimesi arasında duygu kelimelerinin anlamının birebir denkliği nasıl belirlenmelidir? Bu soruyla ilgili olarak; temel duygusal durumlara karşılık gelen duyguların evrensel kavramlar olduğu ve temel duyguların kültürel olarak ayrık duygu kelimeleri aracılığıyla temsil edildiği görüşünü savunan bazı araştırmacılar duygu isimlerinin içsel olarak isimlendirildiğine inanmakta (örn., Darwin, 1882); bazı yazarlar ise; bazı İngilizce duygu kelimelerinin evrensel durumlara karşılık geldiği görüşünü savunmaktadır (örn: Plutchick, 2003). Bu görüşe göre; duygu kelimeleri diğer dillerde de benzer anlamlar taşımaktadır (Mesquita, 2000; 2001).

Duygu konusunda kültürel süreçlere önemli katkıda bulunan görüşlerden en önemli görüşlerden sosyal inşacılık (social constructivism) ve sembolik etkileşim yaklaşımları olsa da, kendi içerisinde oldukça farklı kuramsal yaklaşımları barındırmaktadır. Bu görüşler, bireyin içinde bulunduğu sosyal çevrenin dolayısıyla kültürün bireyin davranışlarını şekillendirmesinde etkili olduğu için duyguların oluşmasında da, bireylerin bu duyguları anlamlandırmasında da farklılık gösterdiğini savunmaktadırlar. Bu görüşe göre; duyguların temel olarak kültürel anlam sistemleri tarafından oluşturulduğunu ve dil tarafından aracılık edildiğini varsaymaktadır. Onlara göre duygusal deneyimler tamamen duygulara yansıtılan kelimeler tarafından kurulmakta ve sonuç olarak da duygu kelimelerinde kültürel farklılıklar, duygularda da kültürel çeşitlilik oluşmaktadır. Bu görüşlerin çoğu duyguların ortaya çıkmasında fizyolojik veya biyolojik mekanizmaların rolünü kabul etseler de kültürel farklılıkların da etkili olduğunu iddia etmektedirler.

Psikolojide sosyal inşacılık görüşünde duygu çalışmaları 1980'lerde James Averill (1980) ve Rom Harre(1986) tarafından ortaya atılmıştır. Bu görüşe göre; duygular kültürel üretimlerdir ve bu kültürel üretimler öğrenilmiş sosyal kurallarda anlamlı ve tutarlılığa sahiptir. Averill'e göre, duygular ne bizim filogenetik geçmişimizin kalıntılarıdır ne de tam olarak fizyolojik kavramlarla

açıklanabilmektedir. Duygular sosyal yapılardır ve sadece sosyal analiz seviyesinde anlaşılabilir (akt: Averill,1998).

İkinci soru ise; *duygu kelimelerinin birbir denkliliğinin olup olmadığını belirleyebilecek en iyi yöntemi* saptamaktır. Üçüncü soru ise; *sözlüksel karşılığı oluşturan farklı dillerdeki duygu kelimeleri arasında anlamsal yönden bir farklılığın olup olmadığı* sorusudur. Farklı dillerdeki duygu kelimeleri bazı seviyelerde birbir karşılığı olabilirken; bazı seviyelerde de birbir karşılığı olmayabilir. Bu yüzden duygu kelimelerinin farklı boyutlar üzerinden karşılaştırılması gerekmektedir (Mesquita, 2000; 2001).

Wierzbicka (1987, 1992) duygu kelimelerini analiz etmek için semantik öncelikler (semantic primitives) içinde bir metot önermiştir. Semantik öncelikler evrensel olarak oluşan ve anlaşılabilir kelimelerdir. Bu model belirli dillerden duygu kelimelerinin semantik önceliklerin kavramlarında tanımlanabilirse; bu kelimelerin kültürler arasında karşılaştırılabilirliğini göstermektedir.

Wierzbicka'nın metotuna alternatif olarak; bazı duygu araştırmacıları duygu kelimelerinin kuramsal olarak anlamlı değerlendirme boyutları aracılığıyla analiz edilebileceğini iddia etmiştir (Frijda, 1989; Mauro ve ark., 1992; Mesquita ve Frijda, 1992; Smith ve Ellsworth, 1985). Mesquita ve Frijda (1992)'nin yaptığı çalışmada İngilizce ve Flemenkçe kelimeler belirli değerlendirme yönelimleriyle ya da belirli hareket hazırlığı modlarıyla ilgili olarak oranlanmıştır. Aynı şekilde Mauro ve ark. (1992) dört farklı kültürden gelen katılımcılara kendi dillerinde birçok duygu kelimesini oranlamaları için değerlendirme boyutlarıyla ilgili sorular sorulmuştur. Shaver ve Schwartz (1987) benzer duygu kelimelerinin duygu kavramlarının Rosch temelli hiyerarşinin temel seviyesinde kültürler arasında aynı olabileceğini iddia etmektedirler.

Duygu kelimelerinin anlamını analiz etmek için kullanılan en iyi tekniklerden birisi; semantik farksal analizi (semantic differential analyze) dir. Semantik farksal analizi, iyi – kötü, sıcak – soğuk gibi zıtlıkların ölçeklemesinden oluşan bir anket

teknikidir (akt: Mesquita, 2000). Duygu kelimeleri semantik farksal ölçeğiyle oranlandığında, hoşnutluluk (hoşnut - hoşnutsuz), uyarılmışlık (uyarılmış – uyku hali) ve baskınlık (güçlü - zayıf) olmak üzere üç yönlü boyut ortaya çıkmıştır ve bu üç boyutun kültürler arasında da tanıdığı anlaşılmıştır (Osgood, May ve Miron, 1975).

Russell (1983)'ın dört farklı ülke dilinde (Japonya, Çin, Hırvatistan ve Gujarati) ve Russell, Lewicka ve Niit (1989)'in üç ayrı ülke dilinde (Yunanistan, Estonya ve Polonya) kültürler arası yaptıkları çalışmalarda her bir katılımcıya üzerinde duygu sözcükleri yer alan 28 kart verilerek, duyusun dairesel modeli (Circumplex model of affect) karşılaştırılmıştır. Katılımcılara benzer duygusal durumları birlikte gruplaması istenmiştir. Her iki çalışmanın sonunda dairesel modelin her bir dil grubu için benzer bir yapı oluşturduğu gözlenmiştir. Sonuç olarak; Russell'in modeli duygu kelimelerinin kategorileştirilmesinde kültürler arası benzer durumlar ortaya çıkarmaktadır.

Duygu kelimelerinin anlamını belirleyebilmek için farklı boyutlara da gerek vardır. Çünkü çalışmaların çoğunda İngilizce duygu kelimelerinin çevirilerinden oluşan duygu kelimeleri kullanılmaktadır. Bu yüzden evrensel olarak iddia edilen bu üç boyutla ilgili bazı tartışmalar dikkat çekmektedir. Markus ve Kitayama (1991, 2000)'nın yaptığı çalışma yeni boyutlar üretmek ve yönetsel açıdan bu sorunları gidermek için önemli olabilir. Markus ve Kitayama Japonlarla yaptıkları çalışmada İngilizce'de karşılığı olmayan fakat Japon dilinde karşılığı olan duygu kelimelerini de içeren bir duygu listesi oluşturmuştur. Japon duygu kelimelerindeki çok boyutlu ölçek benzerlik oranlamaları sonucunda; evrensel olduğu iddia edilen uyarılmışlık ve hoşnutluk boyutlarının yanında kişiler arası ilişkilere sosyal olarak uzaklaşma (disengage) ve sosyal olarak yaklaşma (engage) olarak isimlendirilen iki boyut daha bulunmuştur. Böylelikle bu çalışma farklı diller arasında duygu kelimelerini tanımlayabilmek için başka boyutlarında olabileceğini göstermektedir.

3.3. Duygusal Değerlendirme ile İlgili Kültürler-arası Çalışmalar

Duygu ile kültür arasındaki karmaşık ilişkiyi değerlendirebilmek için kültürel farklılıkları ve kültürel benzerlikleri düşünmek durumundayız. Duyguların bazı durumları kültürler arasında çok genel ve evrensel olabilmesine rağmen insanların duygusal yaşamları da kültür tarafından etkilenmekte ve duygusal farklılıklar oluşabilmektedir. Scherer(1997), Mauro, Sato ve Tucker (1992), Mesquita ve Frijda (1992), Smith ve Ellsworth (1985) ve Semin (2002) çoğunlukla duygularla ilgili karşılaştırmalı kültürel çalışmalar yürütmüşler ve duyguların hem evrensel boyutlarını hem de kültüre özgü boyutlarını bularak kültürel benzerlik ve farklılıkların olabileceğini göstermiştir.

Değerlendirme teorilerinin temel prensiplerinden birisi, değerlendirme süreçlerinin yüksek derecede öznel olmasıdır. Değerlendirme teorileri aynı olayın niçin farklı kişilerde farklı duygulara yol açabildiğini açıklamaktadır. Bu ifade; hem değerlendirme süreçlerinde bireysel farklılığın hem de alışkanlıklar ve alışılmış değerlendirme eğilimleri aracılığıyla duygusal tepkide farklılıkların olabildiğini belirtmektedir. Buradan hareketle; olay ya da durumun değerlendirilmesinin özneliğiyle ilgili olarak; değerlendirme süreçlerinde kültürler arası farklılıklar beklenebilir (Scherer, 1997).

Bilişsel değerlendirme kuramlarının temel kültürler-arası tezi; evrensel olasılıklar (universal contingencies) hipotezidir (Ellsworth, 1994; Ellsworth ve Mesquita, 2001; Mesquita ve Walker, 2003; Scherer, 1997). Evrensel olasılıkların hipotezine göre; farklı kültürden gelen insanlar bir olayı aynı şekilde değerlendirirse aynı duyguyu yaşayacaklardır. Eğer bu kişiler farklı bir duygu yaşarlarsa o olayı farklı şekilde değerlendirdikleri anlamına gelmektedir. Değerlendirme teorileri bu farklılığın hangi derecede olduğunu belirtmeye olanak tanımaktadır. Evrensel olasılıklar hipotezi ne duyguları ortaya çıkaran öncül olayların evrenselliği anlamına gelir ne de duyguların evrensel olduğu anlamına gelmektedir. Değerlendirme teorileri belirli duyguların evrenselliğinden daha ziyade hem değerlendirme boyutlarına hem değerlendirmenin etkileşimlerine hem de bu boyutların duygusal

deneyimle ilişkisindeki kültürel benzerlikler ve farklılıklarına odaklanmaktadır. Böylelikle evrensel olasılıklar hipotezi; evrensel olduğu varsayılan değerlendirme boyutları ve duygu deneyimi arasındaki ilişkidir (Ellsworth ve Mesquita, 2001; Mesquita, 2003, Mesquita ve Walker, 2003; Mesquita, Frijda ve Scherer, 1997).

Değerlendirme boyutlarını basit ve karmaşık değerlendirmeler olarak ayıran görüş için de kültürler arası benzerlik ve farklılıkları inceleyen çalışmalar vardır. Mauro ve ark. (1992) ve Scherer (1997) değerlendirmeler ve duygular arasındaki ilişkinin kültürler arasında basit değerlendirmeler için (dikkatsel yönelim, hoşnutluluk, baş edebilme yeteneği ve amaca yardımcı edilebilirlik) çok benzer olduğunu; karmaşık değerlendirmelerde ise bu benzerliğin çok az olduğunu bulmuşlardır. Mauro ve ark. (1992) kontrol, sorumluluk ve beklenen çaba boyutlarında kültürel fark bulurken; Scherer (1997), ahlakilik, adillik ve aracıya yükleme boyutlarında kültürel farklılık bulmuştur. Bu iki çalışmanın bulguları arasında bazı farklılıklar olduğu dikkat çekmektedir. Her iki çalışmada da karmaşık değerlendirme boyutu olduğu düşünülen Scherer'in deyimiyile aracılık yüklemeleri; Mauro ve arkadaşlarının deyimiyile sorumlulukta (kontrol) temel kültürel farklılık bulmalarına rağmen, Mauro ve ark. (1992) duygu ve algılanan adillik, kişisel değer ve normlara uygunluk boyutlarında Scherer'den farklı olarak kültürel benzerlik bulmuştur.

Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988) Japon ve Amerikalı katılımcılara sevinç, korku, öfke, üzüntü, tikslenme, utanma ve suçluluk duygularının ortaya çıkmasını sağlayan duygusal durumların değerlendirmeleriyle ilgili sorular sorulmuştur. Bu çalışmada kullanılan değerlendirme boyutları; durumun hoşnutluğu ya da hoşnutsuzluğu, durumun beklenirliği, durumun adil olup olmadığı fikri, duygu ortaya çıkarıcı davranışın ahlaksızlığı ya da uygunsuzluğu, durumun bireyin amaçlarına yardım etmesi ya da amaçlarını engellemesi, durumun bireyin benlik değerini ya da kendine güvenini yükseltip yükseltmediği, bir kişinin ilişkisi için diğer kişide durumun önemi, olayın sorumluluğunun kime ya da neye yüklendiği ve bireyin yaşadığı olayla baş edebilme yeteneğinin düşüncesidir. Bu çalışmanın sonucunda; 6 duygunun değerlendirme boyutlarında kültürler arası benzerlikler ve

farklılıklar bulunmuştur. Japon ve Amerikalı katılımcılar arasında benlik değeri, sorumluluk ve baş edebilme yeteneği ile ilgili boyutlarda farklılık çıkarken diğer boyutlarda iki kültür arasında yüksek oranda kültürel benzerlikler gözlenmiştir. Benlik değeri ve sorumluluk boyutlarında gözlenen fark çok küçük çıkmıştır. Japonlara göre; Amerikalılarda duyguyu ortaya çıkaran olayların benlik değerine daha olumlu bir etki gösterdiği anlaşılmıştır. Ayrıca sorumluluğu yükleme boyutunda (içsel – dışsal) ortaya çıkan kültürel farklılık sadece üzüntü durumu için bulunmuştur. Buna göre; Amerikalı katılımcılar üzüntü yaratan olaylar için sorumluluğu başka bir kişiye yüklerken, Japon katılımcılar sorumluluğu kendilerine yüklemiştir.

Wallbott ve Scherer (1988) 27 ülkeden topladığı verilerle yaptığı bir çalışmada da benzer sonuçlar elde etmiş ve değerlendirme boyutlarında kültürel farklılıktan daha çok kültürel benzerlikler bulmuştur (akt: Scherer, 1997). Ayrıca Scherer (1986)'in İsraili ve Avrupalılarla yaptığı bir çalışmasının sonuçları duyguları ortaya çıkarıcı olaylar arasında kültürler arasında farklılık olabileceğini de göstermiştir. Buna göre; katılımcıların zevk (haz) duymalarına neden olan olaylarda İsraililer; ilişkilerden (%18) daha çok başarıyı (%25) seçmişlerdir. Avrupalılarda (%38) da en çok kabul edilen öncü kategori başarı olmuştur. Aynı zamanda olay tiplerini tanımlamadaki farklılıklar olay kodlamasındaki farklılıkları ve sonuçta olayın değerlendirilmesinde farklılıklara yol açmaktadır. Değerlendirmede kültürel farklılıklar değerlendirme boyutlarını kullanmadaki eğilimlerde farklılıklar olarak anlaşılmıştır. Aynı zamanda Scherer (1997) otuz yedi farklı ülkeden elde ettiği verilerle değerlendirme boyutlarında kültürler arası oldukça büyük benzerlikler bulmasına rağmen; bazı farklılıklarda bulmuştur. Scherer bu farklılıkların aracılık ve adalet boyutlarında olduğunu göstermiştir.

Mesquita ve Frijda (1992) Hollanda'da yaşayan Hollandalı, Surinamlı ve Türklerle değerlendirme süreçlerini inceledikleri bir çalışmada olaya neden olan aracı yüklemesi boyutunu da kapsayan birçok farklılık bulmuştur. Örneğin; Hollandalı katılımcılar Türk ve Surinamlı katılımcılara göre; kızgınlık ortaya çıkaran olaylarda sorumluluğu başkalarına daha az yüklemiştir. Aynı zamanda Frijda,

Markam, Sato ve Wiers (1995) Hollandalı, Endonezyalı ve Japon katılımcılar arasında değerlendirme boyutlarını kullanmada benzerlikler bulmuştur. Fakat, Japonlar, Hollandalı ya da Endonezyalı bireylere göre durumları (olayları) daha değişmez ve kaçınılmaz olarak değerlendirmiştir (akt: Mesquita, Frijda ve Scherer, 1997). Tüm bu çalışmalar duyguları ortaya çıkaran olaylarda, bu olayların kodlanmasında ve değerlendirilmesinde kültürel farklılıkların olabileceğini ispatlamaktadır.

3.4. Duygusal Değerlendirme ile İlgili Türkiye’ de Yapılan Çalışmalar

Duygunun bilişsel değerlendirmeleriyle ilgili Türkiye’de herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Bu bakımdan bu tez hem Türkiye’de bir ilk olması hem de bu alanda başka çalışmalara öncülük etmesi bakımından önemlidir. Türkiye’deki duygu çalışmalarında Voltan – Acar (1987, 1990) Türkçe’de duygu ifade eden sözcük ve deyimleri anlamsal çözümlemesine ilişkin çalışmalar yaptığı dikkat çekmektedir. Bu çalışmalarda, Türkçe’de duygu ifade eden sözcük ve deyimler olumlu ve olumsuz olmak üzere iki genel kategoriye ayrılmış; olumlu duygu kategorilerindeki sözcük ve deyimler yeterlilik, mutluluk temel duygu kategorilerine ve olumsuz duygu kategorilerindeki sözcük ve deyimler yetersizlik, mutsuzluk, korku, kaygı, kuşku ve öfke temel duygu kategorilerine ayrılarak; klinikçiler ve anlambilimciler üzerinde anlam çözümlemeleri yapılmıştır.

Voltan – Acar (1987)’ın duygu yansıtan sözcük ve deyimlerin anlamsal çözümlemesine ilişkin yaptığı çalışmasında kullanılan duygu ifade eden sözcük ve deyimlerin listesine çeşitli Türkçe sözlükler taranarak seçilmiştir. Daha sonra sözlükten bulunan duygu ifade eden sözcük ve deyimler çeşitli uzmanlar tarafından olumlu ve olumsuz iki kategoriye ayrılmıştır. Olumlu duygu ifade eden sözcük ve deyimler yeterlilik ve mutluluk alt boyutuna; olumsuz duygu ifade eden sözcük ve deyimler yetersizlik, mutsuzluk, korku, kaygı, kuşku ve saldırganlık alt boyutlarına ayrılmıştır. Bu listede toplam 215 duygu ifade eden sözcük ve deyim yer almaktadır.

IV. BÖLÜM

ŞİMDİKİ ÇALIŞMA

4.1. DUYGU KELİMELERİ ÇALIŞMALARI

İlk üç çalışmanın amacı; Türkiye örnekleminde en sık ve en yaygın olarak kullanılan duygu kelimelerinin neler olduğunu belirlemektir. Hem Türkiye bağlamında hem de birçok kültürler-arası çalışmada önemli görünen bu ilk kısım atlanmış ve bu çalışmalarda incelenecek duygulara önceden çalışılmış duygu listelerinin (daha çok ABD bağlamında) çevirisine dayanılarak karar verilmiştir. Bu ilk üç çalışmada temel hedef 4. ve 5. çalışmaya temel olacak Türkiye örnekleminde uygun duygu havuzunu oluşturmaktır. Türkiye örnekleminde en sık ve en yaygın kullanılan duygu ifadelerini anlayabilmek ve Çalışma 4 ve 5’de kullanılacak duygu ifadelerini belirleyebilmek için 1. Çalışmada üç ayrı çalışma yapılmıştır. Çalışma 1’in ilk kısmı; katılımcılara ilk 15 dakika içerisinde akıllarına gelen duygu ifadeleri sorulmuştur. İkinci kısımda katılımcılar 10 gün boyunca günün değişik saatlerinde ve her gün üç defa o saatte hangi duyguyu yaşadığı ve bu duyguyu hissetmesine neden olan olayı onlara verilen anket formlarına yazmaları istenmiştir. Son olarak; katılımcılara bir duygu listesi verilmiş ve bu listedeki yer alan duygularla ilgili bazı soruları yanıtlamaları istenmiştir. Tüm bu üç çalışma sonucunda ortak yer alan duygu kelimelerine bakılmış ve Çalışma 4 ve Çalışma 5 için gerekli olacak duyguların seçilmesi sağlanmıştır. Ayrıca bu üç çalışma daha sonraki duygu çalışmalarına temel oluşturma potansiyeline sahiptir. Bu bağlamda; Türkiye örnekleminde en sık kullanılan en önemli duyguların hangileri olduğu; bu alanda daha önceden yapılan çalışmalarda ortaya çıkan duygu ifadeleriyle, Türkiye örnekleminde ortaya çıkacak duygu ifadeleri ve kullanma sıklıkları arasında benzerliklerin veya farklılıkların olup olmadığı ve sık kullanılan duygu ifadelerinde demografik (cinsiyet ve yaş) farklılaşmanın olup olmadığı incelenmiştir.

ÇALIŞMA 1

4.1.1. YÖNTEM

4.1.1.1. Örneklem

Muğla Üniversitesi'nde Sınıf Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği, İngilizce Öğretmenliği ve Çocuk Gelişimi bölümlerinde öğrenim gören 82'i kadın; 108'i erkek olmak üzere toplam 190 öğrenci bu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Bu katılımcıların yaşı 17 – 32 arasında değişirken, yaş ortalaması da 20.83'dür.

4.1.1.2. Araçlar

Katılımcılara doldurmaları için '*Duygu Sıklık Ölçeği*' verilmiş ve bu ölçeği takiben katılımcıların demografik özelliklerini ortaya çıkartıcı sorular sorulmuştur (yaş, cinsiyet, eğitim, SED, vb.). "Duygu Sıklık Ölçeği" önceki çalışmalarda da olduğu gibi (Gregg, 1976; Mesquita, 2000), katılımcılara 15 dakika içerisinde akıllarına gelen tüm duygu ifadelerini kendilerine verilen (kısa bir yönerge içeren) kağıda yazmalarını içermektedir (Anket yönergesi için bkz: Ekler 5 s: 158).

4.1.2. SONUÇLAR

Bu elde edilen toplam duygu ifadeleri içinde duygu çalışmalarınca incelenen ve duygu olarak kabul gören kelimelerin yanında duygusal durumların özelliklerini (örneğin; güzel, çirkin), duygusal durumları (örneğin; ayrılık, vb.) ya da duyguları ifade etmemize olanak tanıyan davranışları (örneğin; ağlamak, gülmek, vb.) belirten kelimelerde bulunmaktadır. Ayrıca aynı duygu ifadesini katılımcılar sıfat, fiil ya da isim olarak belirtmelerine rağmen; biz böyle belirtilmiş duygu kelimelerini tek bir grupta birleştirdik. Örneğin; mutlu, mutluluk ve mutlu olmak şeklinde belirtilen ve aynı anlamda kullanılan bu duygu kelimeleri "mutluluk" kategorisi altında birleştirilmiştir.

Tablo 3. Duygu Sıklık Ortalamaları

	Katılımcı Sayısı	Toplam Duygu Sayısı	Her katılımcı için kelimelerin ortalaması	Her katılımcı için kelimelerin varyansı
Kadın	82	557	6.79	5.16
Erkek	108	930	8.86	6.65
Toplam	190	1508	7.94	6.19

Katılımcılar toplam 1508 duygu ifadesi belirtmiştir. Katılımcı başına düşen ortalama duygu ifadesi kadınlarda 6.79, erkeklerde 8.86, genel ortalama ise; 7.94'dür. Katılımcılardan 123 farklı, özgün duygu ifadesi elde edilmiştir.

Tablo 4. İlk % 20'ye giren duygu kelimeleri ve cinsiyete göre yüzdeleri

SIRA	DUYGU İFADELERİ	Kadın n:77	Erkek n:105	Toplam n:185
1	SEVGİ	74.4	78.7	76.8
2	MUTLULUK	59.5	83	73.7
3	AŞK	75.9	67.6	71.1
4	SEVİNÇ	52	68.5	62.1
5	ÜZÜNTÜ	52	55	53.7
6	NEFRET	30.4	54.6	44.7
7	ÖZLEM	34.2	38.9	37.4
8	KARAMSARLIK	19	40.7	31.6
9	HEYECAN	29.1	29.6	30
10	KORKU	26.6	29.6	28.9
11	HÜZÜN	20.3	31.5	26.8
12	KİN	17.7	32.4	26.8
13	KISKANÇLIK	27.8	24.1	26.3
14	ÖFKE	19	31.5	25.8
15	YALNIZLIK	15.2	28.7	23.2
16	HIRS	20.3	24.1	22.6
17	ACI	17.7	26.9	22.6
18	GÜVEN	19	22.2	21.1
19	KEDER	20.3	21.3	21.1
20	SAYGI	22.8	17.6	20.5
21	KIZGINLIK	15.2	24.1	20
22	KAYGI, ENDİŞE	13.9	25	20
23	AĞLAMAK	11.4	25	18.9
24	UMUT	20.3	16.7	% 18.4
25	ARKADAŞLIK	19	17.6	% 17.9

Elde edilen duygu ifadelerinin Frekans Analiziyle yüzdeleri alınmıştır (bkz: Ekler 1) ve Tablo 4 en sık ve en yaygın belirtilen duygu ifadelerinin ilk % 20'sini göstermektedir. Frekans değerlerine göre; katılımcılar sırasıyla; en çok sevgi, mutluluk, aşk, sevinç, üzüntü, nefret, özlem, karamsarlık, heyecan, korku, hüzn, kin, kıskançlık, öfke, yalnızlık, hırs, acı, güven, keder, saygı, kızgınlık, kaygı, ağlamak, umut ve arkadaşlık ifadelerini en yaygın duygu ifadesi olarak belirtmiştir.

Ayrıca belirtilen duygu kelimelerinin cinsiyetler arasında çok fazla farklılık göstermediği dikkat çekmektedir. İlk 25 sırada yer alan duygu kelimeleri arasında en çok cinsiyetler arası farklılık; mutluluk, karamsarlık, kin, öfke, kaygı ve ağlamak kelimelerinde çıkmıştır. Bu kelimeler için cinsiyetler arası ortalamalara baktığımızda; bu duygu kelimelerini en sık ve en yaygın belirten grup erkeklerdir.

ÇALIŞMA 2

4.1.3. YÖNTEM

4.1.3.1. Örneklem

Muğla Üniversitesi'nde Sosyoloji, Felsefe ve Fizik bölümlerinde öğrenim gören 99'u kadın; 49'u erkek olmak üzere toplam 148 öğrenci bu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Bu katılımcıların yaşları 17-31 arasında değişirken, yaş ortalaması 20.58'dir.

4.1.3.2. Araçlar

Katılımcılardan 10 gün boyunca hissettikleri duyguyu ve bu duyguya neden olan olayı tanımlamaları için“ *Duygu Günlük Ölçeği*” verilmiştir. Bu ölçek, Mesquita ve Karasawa (2002)' dan uyarlanmıştır. Katılımcılar on gün boyunca her gün günün üç değişik saatinde hissettikleri duyguyu ve bu duyguya neden olan olayı ilgili saatlerde bırakılan boşluğa tanımlamıştır (bkz: Ekler 6). Katılımcılar kendilerine verilen anket formunu onuncu günün bitiminden sonra araştırmacıya teslim etmiştir. Ayrıca bu ölçeği takiben katılımcılara demografik özellikleriyle ilgili sorularda yöneltilmiştir.

4.1.4. SONUÇLAR

Birinci çalışmaya çok benzer olarak; elde edilen toplam duygu ifadeleri içinde duygu çalışmalarınca incelenen ve duygu olarak kabul gören kelimelerin yanında duygusal durumların özelliklerini (örneğin; güzel, çirkin), duygusal durumları (örneğin; ayrılık, vb.) ya da duyguları ifade etmemize olanak tanıyan davranışları (örneğin; ağlamak, gülmek, vb.) belirten kelimelerde bulunmaktadır. Ayrıca aynı duygu ifadesini katılımcılar sıfat, fiil ya da isim olarak belirtmelerine rağmen; biz böyle belirtilmiş duygu kelimelerini tek bir grupta birleştirdik. Örneğin;

mutlu, mutluluk ve mutlu olmak şeklinde belirtilen ve aynı anlamda kullanılan bu duygu kelimeleri “mutluluk” kategorisi altında birleştirilmiştir.

Tablo 5. Duygu sıklık ortalamaları

	Katılımcı Sayısı	Toplam Duygu Sayısı	Her katılımcı için kelimelerin ortalaması
Kadın	99	2225	15.64
Erkek	49	684	14.25
Toplam	148	1549	15.04

Katılımcılar toplam 1549 duygu ifadesi belirtmiştir. Katılımcı başına düşen ortalama duygu ifadesi 15.04'dür. Katılımcılardan 125 farklı, özgün duygu kelimesi elde edilmiştir. Elde edilen duygu ifadelerinin Frekans Analiziyle yüzdeleri alınmıştır. (bkz: Ekler 2) ve Tablo 6 en sık ve en yaygın belirtilen duygu ifadelerinin ilk % 20'sini göstermektedir. Frekans değerlerine göre; katılımcılar sırasıyla; en çok mutluluk, yorgunluk, sıkıntı, sinirli, üzüntü, rahat, heyecan, huzurlu, sevinç, telaşlı, özlem, mutsuzluk, açlık, korku, kızgınlık, stresli, uyku hali, şaşkınlık, tedirginlik, merak, kararsız, sakin, endişe, yalnızlık, nötr, neşeli, düşünceli, huzursuzluk, hüznün ve iyi ifadelerini en çok hissetmiş ve en yaygın duygu ifadesi olarak belirtmiştir.

Tablo 6. İlk % 20'ye giren duygu ifadeleri ve cinsiyete göre yüzdeleri

SIRA	DUYGU KELİMELERİ	Kadın n: 99	Erkek n: 49	Toplam n: 148
1	MUTLULUK	98	97.9	98
2	YORGUNLUK	75.8	66.7	73
3	SIKINTI	73.7	68.8	72.3
4	SİNİRLİ	68.7	60.4	65.5
5	ÜZÜNTÜ	68.7	52.1	62.8
6	RAHAT	48.5	58.3	52
7	HEYECAN	51.5	45.8	50
8	HUZURLU	52.5	43.8	50
9	SEVİNÇ	42.4	47.9	43.9
10	TELAŞLI	50.5	20.8	40.5
11	ÖZLEM	37.4	56.3	39.2
12	MUTSUZLUK	35.4	45.8	38.5
13	AÇLIK	37.4	31.3	35.1
14	KORKU	37.4	31.3	35.1
15	KIZGINLIK	30.3	22.9	31.8
16	STRESLİ	29.3	31.8	29.7
17	UYKU HALİ	34.3	16.7	28.4
18	ŞAŞKINLIK	23.2	18.8	21.6
19	TEDİRGİNLİK	23.2	18.8	21.6
20	MERAK	22.2	18.8	20.9
21	KARARSIZ	23.2	14.6	20.3
22	SAKİN	23.2	10.4	19.6
23	ENDİŞE	18.2	20.8	19.6
24	YALNIZLIK	17.2	25	19.6
25	NÖTR	24.2	10.4	19.6
26	NEŞELİ	17.2	22.9	18.9
27	DÜŞÜNCELİ	16.2	25	18.9
28	HUZORSUZLUK	19.2	16.7	18.2
29	HÜZÜN	17.2	16.7	17.6
30	İYİ	21.2	8.3	17.6

Ayrıca belirtilen duygu kelimelerinin cinsiyetler arasında çok fazla farklılık göstermediği dikkat çekmektedir. İlk 30 sırada yer alan duygu kelimeleri arasında en çok cinsiyetler arası farklılık için ortalamalara baktığımızda; üzüntü, telaşlı, özlem, uyku hali ve iyi kelimelerinde olduğu gözlenmiştir. Cinsiyetler arası farklılıklarda üzüntü, telaşlı, uyku hali ve iyi kelimelerini en fazla kadınlar belirtirken, sadece özlem kelimesinde erkekler kadınlara göre daha sık kullanmıştır.

ÇALIŞMA 3

4.1.5. YÖNTEM

4.1.5.1. Örneklem

Bu çalışmaya Muğla Üniversitesi'nde Sosyoloji, Felsefe ve Fizik bölümlerinde öğrenim gören 80'i kadın; 120'si erkek olmak üzere toplam 200 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Bu katılımcıların yaşı 18-26 arasında değişirken, yaş ortalaması 21.96'dır.

4.1.5.2. Duygu Kelimelerinin Seçilmesi

Türkçe duygu kelimelerinin geniş ve temsil edici kelimelerini elde etmek için ilk önce; daha önce bu alanda Amerika, Fransa, Endonezya ve İtalya' da yapılan çalışmalarda, ilgili ülkenin dilinde kullanılan duygu kelimelerinin İngilizce duygu kelimeleriyle hangi oranda örtüşüp örtüşmediği hakkında yapılmış çalışmalarda duygu kelimeleri listelerinden seçilmiştir (Niedenthal ve ark., 2004; Shaver, Murdaya ve Fraley, 2001, Shaver, Schwartz, Kirson ve O' Connor, 1987, Zammuner, 1998). Ayrıca bu üç çalışmada bulunmayan, fakat bizim yapmış olduğumuz ilk iki çalışmada yer alan duygu kelimelerini de duygu listemize ekledik. Sonuç olarak 292 duygu kelime listesi oluşturduk (kullanılan duygu kelimelerinin tüm listesi için bkz. Ekler 7). Duygu kelimelerinin sırası seçkisiz bir şekilde oluşturulmuştur.

4.1.5.3. Süreç

Çalışmada yer alan her bir ifade için katılımcılara o kelimenin hangi oranda bir duygu olduğu, ne kadar yoğun yaşandığı, ne kadar hoş ya da hoş olmayan bir kelime olduğu ve o kelimeye ne kadar aşina olduğu hakkında toplam dört soru yöneltilmiştir. Sorular 7'li Likert Tipi ile derecelendirilmiştir Her kelime için ayrı ayrı değerlendirilen sorular aşağıda verilmiştir:

- 1) Sizce size sunulan bu ifade hangi oranda bir duygu ifadesine denk gelmektedir? (Hangi Oranda Duygu) 1 (*Kesinlikle duygu ifadesi değil*)' den 7 (*Kesinlikle bir duygu ifadesidir*)' ye kadar derecelendirilmiştir.
- 2) Sizce bu ifade size hangi oranda tanıdık gelmektedir? (Aşinalık) 1 (*Bana oldukça yabancı geliyor*)' den 7 (*Bana oldukça tanıdık geliyor*)' ye kadar derecelendirilmiştir.
- 3) Size verilen bu ifade hangi oranda olumlu (hoş) ya da olumsuz (hoş olmayan) bir durumu yansıtmaktadır? (Hoşluk) 1 (*Hiç hoş değil*)'den 7 (*Oldukça hoş*)' ye kadar derecelendirilmiştir.
- 4) Size verilen bu ifade ne kadar yoğunur? (Yoğunluk) 1 (*Hiç yoğun değil*)' den 7 (*Oldukça yoğun*)' ye kadar derecelendirilmiştir.

Bu çalışmada kullanılan duygu kelime listelerinin çok uzun olması nedeniyle çalışma iki gruba ayrılmıştır. Birinci grup seçkisiz bir şekilde oluşturulan 146 duygu kelimesi, ikinci grupta geriye kalan 146 duygu kelimesi için her bir soruyu ayrı ayrı değerlendirmiştir. Ayrıca her anketin sonunda katılımcılar demografik bilgilerini içeren soruları da yanıtlamıştır.

4.1.6. SONUÇLAR

Sorulara denk gelen cevapların aşinalık, yoğunluk, hangi oranda duygu ve hoşnutluk değişkenlerinin ortalaması alınmıştır (Tüm ortalama sonuçları için bkz Ekler 3) Ayrıca önceki çalışmalara dayanarak, hangi oranda duygu, yoğunluk ve aşinalık değişkenlerinin toplamının ortalamaları alınmış ve prototipiklik değişkeni elde edilmiştir. Bu prototipik değişkenin de her kelime için ortalaması alınmıştır. Tablo7 hangi oranda duygu, prototipiklik, yoğunluk ve aşinalık ortalama değerlerinin ilk % 20 sırasını göstermektedir. Sıralamalar kelimelerin elde edilen prototipik değişkenine göre belirlenmiştir. Bu tablo incelendiğinde; sevgi kelimesinin en aşına ve en yoğun hissedilen bir duygu ifadesi olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 7. Prototipik duygu Kelimelerinin ilk % 20 sıralaması

DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
SEVGİ	6.33	6.50	6.36	6.15
ÖZLEMEN	6.17	6.33	6.15	6.03
ÖZLEM	6.08	6.23	6.14	5.89
AŞK	6.07	6.46	5.84	5.91
SEVİNME	6.05	6.28	6.18	5.69
SEVİNÇ	5.90	6.41	5.87	5.43
MUTLULUK	5.89	6.55	5.68	5.45
HOŞLANMA	5.88	6.22	5.96	5.46
DUYGUSALLIK	5.87	6.28	5.84	5.50
SİNİRLİLİK	5.67	5.86	5.86	5.29
VİCDAN	5.62	5.29	5.76	5.81
COŞKU	5.60	6.06	5.52	5.20
ZEVK	5.59	5.88	5.69	5.20
STRES	5.57	5.41	5.74	5.56
KAYGI	5.55	6.06	5.56	5.03
ÇILGINCA SE.	5.52	5.93	5.29	5.35
GURUR	5.50	5.65	5.62	5.23
COŞKULU	5.50	6.04	5.33	5.14
ÖZGÜRLÜK	5.49	5.23	5.55	5.71
NEŞE	5.49	5.56	5.62	5.31
GÜVEN	5.48	5.70	5.51	5.24
GÜLMEK	5.48	4.94	6.03	5.40
HUZUR	5.46	5.77	5.45	5.17
VEFARKALIK	5.45	5.41	5.68	5.27
ÜZGÜN	5.45	5.95	5.49	4.89
HÜZÜN	5.45	6.05	5.38	4.91
MERHAMET	5.44	5.53	5.54	5.22
HEYECAN	5.44	5.90	5.42	4.96
MERAK	5.42	5.44	5.65	5.15
SADAKAT	5.42	5.26	5.45	5.54
DOSTLUK	5.41	4.89	5.89	5.49
SORUMLULUK	5.41	4.70	6.12	5.37
ARZU ETMEK	5.39	5.48	5.57	5.14
ŞEFKAT	5.39	5.84	5.27	5.06
KORKU	5.38	5.99	5.25	4.90
FEDAKARLIK	5.35	5.02	5.83	5.22
CESARET	5.34	5.42	5.53	5.06
MORAL BOZ.	5.33	5.44	5.58	4.96
HOŞNUTLUK	5.26	5.51	5.43	4.83
KISKANÇLIK	5.26	5.83	4.89	5.07
KIZGIN	5.23	5.79	5.27	4.64
ACI	5.21	5.53	5.25	4.86
HAYAL KIRIK.	5.21	5.55	5.28	4.84

Tablo 7. Prototipik duygu Kelimelerinin ilk % 20 sıralaması (Devamı).

DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞINALIK	YOĞUNLUK
İYİMSERLİK	5.21	4.92	5.56	5.13
UTANMA	5.20	5.84	5.00	4.78
ONUR	5.19	4.97	5.55	5.04
MUTSUZLUK	5.19	5.94	5.02	4.66
MESUT	5.19	5.55	4.99	4.73
ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK	5.19	5.09	5.46	5.02
CAN SIKINTISI	5.18	4.91	5.69	4.92
BEĞENME	5.16	4.91	5.50	5.06
SAMİMİYET	5.15	4.60	5.65	5.24
KARARSIZLIK	5.14	4.97	5.57	4.88
TAHAMMÜL	5.12	4.26	4.98	4.59
DERİN ÜZÜNTÜ	5.08	5.63	4.80	4.81
HIRS	5.08	5.52	5.08	4.61
İNANÇ	5.07	4.70	5.32	5.21
HUZURLU	5.06	5.21	5.01	4.86
SAYGI DUYMA	5.05	4.40	5.63	5.12

4.1.6.1. Duygu İfadelerinin Hoşnutluk Değeri Sonuçları

Her bir kelime için hoşnutluk değerlendirmelerinin ortalamaları alınmıştır (Tüm Tablo için bkz Ekler 4). Tablo 8; 292 kelimenin en hoş olarak değerlendirilen ifadelerin ilk % 10'unu, Tablo 9 ise; en hoşnutsuz ifadelerin ilk % 10' unu göstermektedir.

Tablo 8. Hoş olarak belirtilen duygu ifadelerinin ilk % 10 sıralaması

Sıra	Duygu İfadeleri	Hoşluk	Hangi Oranda Duygu	Aşinalık	Yoğunluk
1	SEVGİ	6,65	6.50	6.36	6.15
2	SEVİNME	6,43	6.28	6.18	5.69
3	ÖZGÜRLÜK	6,40	5.23	5.55	5.71
4	MUTLULUK	6,38	6.55	5.68	5.45
5	MEMNUN	6,36	5.36	5.58	4.79
6	HUZURLU	6,33	5.21	5.01	4.86
7	HUZUR	6,32	4.94	6.03	5.40
8	FERAHLAMA	6,31	4.88	5.14	4.36
9	BARIŞ	6,29	3.68	4.91	5.00
10	NEŞE	6,28	5.56	5.62	5.31
11	ZAFER	6,26	4.49	4.87	4.61
12	SEVİNÇ	6,23	6.41	5.87	5.43
13	ZEVK	6,23	5.88	5.69	5.20
14	MESUT	6,20	5.55	4.99	4.73
15	SEVECEN	6,19	4.68	5.35	4.71
16	DOSTLUK	6,18	4.89	5.89	5.49
17	GÜVEN	6,18	5.70	5.51	5.24
18	GÜLMEK	6,16	4.94	6.03	5.40
19	BAŞARI	6,14	4.35	4.98	4.84
20	HOŞNUTLUK	6,12	5.51	5.43	4.83
21	SÜRPRİZ	6,11	3.63	4.97	4.90
22	ERDEM	6,10	4.60	5.21	4.89
23	ADALET	6,10	3.37	4.57	4.41
24	İÇ RAHATLA.	6,10	4.97	4.97	4.60
25	ALÇAK GÖNÜL	6,09	5.09	5.46	5.02
26	GÖNÜL HOŞ.	6,08	4.83	4.86	5.02
27	ONUR	6,07	4.97	5.55	5.04
28	COŞKULU	6,02	6.04	5.33	5.14
29	ZİNDE	6,00	4.30	4.63	4.65
30	COŞKU	6,00	6.06	5.52	5.20

Tablo 8'in "hoşluk" ve "hangi oranda duygu" sütunu incelendiğinde; en hoş olan duyguların sevgi, sevinme, mutluluk, memnun, sevinç, neşe, zevk ifadeleri

olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca en hoş olan duygulardan sevgi, sevinme, mutluluk ve sevinç ifadeleri en yoğun ve en aşına duygular olarak belirtilmiştir.

Tablo 9. Hoş olmayan duygu ifadelerinin ilk % 10 sıralaması

Sıra	Duygu İfadeleri	Hoş olmayan	Hangi Oranda Duygu	Aşinalık	Yoğunluk
1	TERÖR	1,27	2.30	3.62	3.44
2	HASET	1,34	4.29	3.56	3.64
3	AŞAĞILAMA	1,39	3.55	2.90	3.30
4	HEVESİ KIRILMIŞ	1,44	4.50	4.79	4.21
5	KÜÇÜKGÖRME	1,44	3.21	3.57	2.84
6	TERKEDILMIŞ	1,44	4.24	3.96	3.70
7	ALTÜSTOLMUŞ	1,46	4.37	4.10	4.12
8	HUZURSUZ	1,47	4.77	4.65	4.23
9	DIŞLANMA	1,48	3.58	3.44	3.42
10	ASIKSURATLILIK	1,48	3.08	3.89	3.32
11	İHANET	1,50	3.82	3.21	3.43
12	İGRENC	1,50	3.59	3.73	3.15
13	BUNALIM	1,51	5.33	4.71	5.09
14	HAKARET	1,52	2.74	3.89	3.18
15	İTİCİ	1,53	2.64	3.28	2.80
16	KÖTÜMSERLİK	1,54	4.97	4.23	4.06
17	CESARETİ KIRIL.	1,55	4.06	3.93	3.66
18	DERT	1,57	4.68	5.05	4.81
19	HORGÖRME	1,58	3.36	3.08	2.85
20	SEFALET	1,59	2.24	3.51	3.47
21	ÜMİTSİZLİK	1,59	4.88	4.63	4.26
22	UTANÇ DUYMA	1,59	5.30	3.47	3.96
23	KİN	1,59	5.29	3.95	4.09
24	YILIŞMAK	1,61	2.34	2.66	2.26
25	EZİK	1,62	4.28	3.79	3.48
26	KORKAK	1,62	4.54	3.87	3.76
27	GÜVENSİZLİK	1,63	5.09	4.88	4.42
28	GAREZ	1,63	4.48	3.31	3.22
29	HÜSRAN	1,63	4.82	4.41	4.36
30	PASİF	1,65	3.06	3.26	3.25

Tablo 9'un "hoş olmayan" ve "hangi oranda duygu" sütunları incelendiğinde; en hoş olmayan duyguların utanç duyma, güvensizlik, kin, huzursuz, hevesi kırılmış, kötümserlik, hüsrana, ümitsizlik, dert ve bunalım ifadeleri olduğu gözlenmektedir. Bu ifadelerden en yoğun ve en aşına olarak belirtilen duygu ifadeleri ise; bunalım, güvensizlik, hüsrana, kin, dert ifadeleridir.

4.1.6.2. Prototipiklik Değişkenleri Arası Korelasyon Sonuçları

Tablo 10. Duygunun belirleyici değişkenleri arasındaki ilişki.

	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)	Tipiklik (5)
1	1,00				
2	,240*	1,00			
3	,309**	,367**	1,00		
4	,209*	,565**	,454**	1,00	
5	,657**	,785**	,516**	,784**	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Pearson korelasyon katsayısı sonuçları Tablo 10'da sunulmuştur. Tablodan da anlaşılacağı gibi; hangi oranda duygu değişkeni; aşinalık, hoşnutluk, yoğunluk ve prototipiklik değişkenleriyle pozitif yönde ilişkilidir. Ancak hangi oranda duygu değişkeni bu değişkenler arasında en yüksek hoşnutluk belirleyicisiyle ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca prototipiklik belirleyicisi de tüm değişkenlerle yüksek derecede pozitif yönde ilişkili çıkmıştır.

Hoşnutluk oranlamalarının değerleriyle diğer değişkenler pozitif şekilde ilişkili çıkmıştır. Aynı şekilde; aşinalık ve yoğunluk oranlamalarının değerleri ile diğer tüm değişkenler de pozitif yönde ilişkilidir. Hangi oranda duygu ve aşinalık doğrudan prototipikliği ölçmeye yönelik sorulardır ve bunlar yoğunluk ve hoşnutluk değerlendirmelerinin diğer prototipik soruları (hangi oranda duygu ve aşinalık) veya ortalama prototipikle (yoğunluk + hangi oranda duygu + aşinalık / 3) ilgili çıkması bu iki değerlendirmenin boyutsal duygu çalışmalarında görüldüğü gibi (Russell, 1980); duyguların değerlendirmelerinde önemli bir kriter olduğunu göstermektedir.

4.1.6.3. Bazı Duygu İfadelerinin Değerlendirme Boyutları Arasındaki Korelasyonları

Çalışmada incelenen kelimelerin hoşnutluk sırası temel alınarak ilk 5 sıradaki hoş olan ve hoş olmayan kelimelerin hangi oranda duygu, yoğunluk, aşinalık ve hoşnutluk değişkenleriyle aralarındaki ilişkiye bakılmıştır. Toplam 10 kelimenin bu dört değişkenle ilişkisi Pearson korelasyon katsayılarına göre aşağıda her bir kelime tablolaştırılmıştır.

Tablo 11. Sevgi ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

SEVGİ	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,360**	1,00		
3	,368**	,659**	1,00	
4	,196	,452**	,471**	1,00

** Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Sevgi kelimesi hoşnutluk temel alınarak incelendiğinde; diğer tüm değişkenlerle pozitif yönde ilişkilidir ve en yüksek seviyedeki korelasyon hoşnutluk belirleyicisidir. Sevginin hangi oranda bir duygu kelimesi olduğunu belirlemede aşinalık ve hoşnutluk pozitif yönde ilişkiliyken; yoğunluk ilişkili çıkmamıştır. Buradan hareketle; sevgi kelimesinin bir duygu ifadesi belirleyen öncüller aşinalık ve hoşnutluktur; yoğunluk sevgi kelimesi için bir belirleyici değildir.

Tablo 12. Sevinme ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

SEVİNME	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,280**	1,00		
3	,470**	,274**	1,00	
4	,270**	,319**	,220*	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Sevinme kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle olan ilişkisi incelendiğinde; aşinalık, yoğunluk ve hoşnutluk değişkenleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu görünmektedir. Bu bilgi bize; sevinme kelimesinin hangi oranda duygu kelimesi olduğunu belirlemede hem o kelimeye aşinalığın, hem yoğunluğun hem de o kelimenin ne kadar hoş olduğunu belirleyebildiğini göstermektedir.

Tablo 13. Özgürlük ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

ÖZGÜRLÜK	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,273**	1,00		
3	,194**	,295**	1,00	
4	,197*	,340**	,342**	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Özgürlük kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle olan ilişkisi incelendiğinde; aşinalık, hoşnutluk ve yoğunluk değişkenleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Buna göre; özgürlük ifadesinin hangi oranda duygu kelimesi olduğunu; hem o kelimeye aşinalığın, hem yoğunluğun ve hem de o kelimenin ne kadar hoş olduğunun belirlemektedir.

Tablo 14. Mutluluk ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

MUTLULUK	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,447**	1,00		
3	,335**	,423**	1,00	
4	,251*	,405**	,234*	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Mutluluk kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle olan ilişkisi incelendiğinde; aşinalık, yoğunluk ve hoşnutluk değişkenleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Bu sonuçlara göre; mutluluk kelimesinin hangi oranda duygu kelimesi olduğunu belirlemede hem o kelimeye aşinalığın, hem yoğunluğun hem de o kelimenin ne kadar hoş olduğunu belirleyebildiğini göstermektedir. Ancak değişkenler arası ilişkilerin puanları incelendiğinde, yoğunluk değişkenin hoşnutluk ve aşinalık değişkenlere göre daha az belirleyici olduğu görülmektedir.

Tablo 15. Memnun ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

MEMNUN	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,247*	1,00		
3	,265**	,121	1,00	
4	,412**	,391**	,332**	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Memnun kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle olan ilişkisi incelendiğinde ise; aşinalık, yoğunluk ve hoşnutluk değişkenleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Bu sonuçlara göre; memnun kelimesinin hangi oranda duygu kelimesi olduğunu belirlemede; hem o kelimeye aşinalığın, hem yoğunluğun hem de o kelimenin ne kadar hoş olup olmadığının önemli bir belirleyicisi olduğu ortaya çıkmaktadır. Ancak değişkenler arası ilişkilerin puanları incelendiğinde, aşinalık değişkenin hoşnutluk ve yoğunluk değişkenlere göre daha az belirleyici olduğu görülmektedir.

Tablo 16. Terör ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

TERÖR	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,224*	1,00		
3	,449**	,068	1,00	
4	,041	,503**	,093	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Terör kelimesinin hangi oranda bir duygu kelimesi olduğunu belirlemede aşinalık ve hoşnutluk pozitif yönde ilişkiliyken; yoğunluk ilişkili çıkmamıştır. Buradan hareketle; terör kelimesinin bir duygu ifadesi belirleyen öncüller aşinalık ve hoşnutluktur; yoğunluk terör kelimesi için bir belirleyici değildir.

Tablo 17. Haset kelimesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

HASET	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,299**	1,00		
3	,226*	,025	1,00	
4	,205*	,427**	,243*	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Haset kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde; aşinalık, hoşnutluk ve yoğunluk değişkenleriyle pozitif ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Ancak değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarına bakıldığında ise; haset kelimesinin hangi oranda duygu belirleyicisinin en fazla aşinalık değişkeniyle olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 18. Aşağılama kelimesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

AŞAĞILAMA	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,067	1,00		
3	-,090	,235*	1,00	
4	,119	,379**	,236*	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Aşağılama kelimesi için hangi oranda duygu değişkeninin diğer değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde ise; aşinalık, hoşnutluk ve yoğunluk değişkenleriyle ilişkili çıkmamıştır. Aşağılama kelimesinde hoşnutluk ve aşinalık; yoğunluk ve aşinalık, hoşnutluk ve yoğunluk değişkenleri arasında yüksek korelasyon olduğu gözlenmiştir.

Tablo 19. Hevesi kırılmış ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

HEVESİ KIRILMIŞ	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,180	1,00		
3	,047	-,064	1,00	
4	,159	,416**	-,131	1,00

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Hevesi kırılmış ifadesi için diğer değişkenlerle ilişkisine bakıldığında; sadece yoğunluk ve aşinalık arasında yüksek korelasyon çıkmıştır.

Tablo 20. Küçük görme ifadesinin değerlendirme boyutları arasındaki korelasyonları

KÜÇÜK GÖRME	Hangi Oranda Duygu (1)	Aşinalık (2)	Hoşnutluk (3)	Yoğunluk (4)
1	1,00			
2	,190	1,00		
3	-,085	,258**	1,00	
4	,129	,371**	,197*	1,00

*Korelasyonlar 0.05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyonlar 0.01 seviyesinde anlamlıdır.

Küçük görme ifadesinde hangi oranda duygu değişkeni diğer değişkenlerle ilişkili çıkmamıştır. Ancak aşinalık değişkeni hem hoşnutlukla hem de yoğunlukla; yoğunluk değişkeni de hem aşinalık hem de hoşnutluk değişkeniyle pozitif yönde ilişkili çıkmıştır.

4.2. TARTIŞMA (ÇALIŞMA 1, 2, 3)

İlk üç çalışmanın amacı; Türkiye örnekleminde en sık ve en yaygın olarak kullanılan duygu kelimelerinin neler olduğunu belirlemek ve Türkiye örneklemine uygun duygu havuzunu oluşturmaktır. Mesquita (2000)'nin Hollandalı, Surinamlı ve Hollanda'da yaşayan Türklerde en sık kullanılan duygu ifadelerini incelediği çalışmasının Türklerle ilgili sonuçları bu tez çalışmasındaki birinci çalışmanın sonuçlarıyla örtüşmektedir. Ancak Mesquita (2000)'nin çalışmasında sadece bu tez çalışmasındaki birinci çalışmayı kapsadığı için, sınırlı sayıda duyguya ulaşılmıştır. Bu tez çalışmasında bu sorunu aşmak için ikinci ve üçüncü çalışma yapılmıştır. Fakat Mesquita'nın çalışmasıyla bu tezin birinci çalışmasının sonuçları karşılaştırıldığında; elde edilen duygu ifadelerinin birbirine çok benzer olduğu anlaşılmaktadır. Tablo 21 Birinci Çalışmadan ve Mesquita'nın Hollandalı, Surinamlı ve Türklerle yaptığı çalışmasından en sık kullanılan duygu ifadelerini göstermektedir. Bu tablo incelendiğinde; üç dilde de en yaygın kullanılan duygu kelimelerinin ilk 5 sırası (öfke, üzüntü, korku, mutluluk ve sevgi) birbirine çok benzer çıkmıştır. Özellikle Mesquita'nın Türklerle ilgili sonuçlarıyla, birinci çalışmanın sonuçlarına baktığımızda; diğer dillerden farklı olarak “özlem” kelimesi dikkat çekmektedir. Türkler özlem kelimesini en sık kullandıkları kelimeler arasında belirtmiştir. Bunun nedeni; bu çalışmada örneklemin üniversite öğrencilerinden, Mesquita'nın çalışmasında ise; Hollanda'ya göç eden Türklerden oluşması olabilir. Çünkü hem Mesquita'nın çalışmasında hem de bizim 1. çalışmamızdaki katılımcıların ortak özelliği memleketlerinden uzakta olmalarıdır. Ayrıca; bu çalışmada Mesquita'nın çalışmasından farklı olarak; karamsarlık, kin, hüzn, kıskançlık, yalnızlık, hırs ve güven kelimeleri de en sık ve en yaygın duygu ifadeleri olarak belirtilmiştir.

Çalışma 2'nin sonuçları birinci çalışmayı desteklemektedir. Ancak birinci çalışmadan farklı olarak dikkat çeker bir biçimde yorgunluk, sıkıntı ve açlık kelimeleri de en yaygın kullanılan kelimeler arasında yer almıştır. İkinci çalışmada açlık – tokluk gibi ifadelerin duygu ifadeleri olarak gösterilmesi göze çarpmaktadır. Gerçekten de açlık ya da tokluk gibi ifadeler birer duygu ifadesi olarak kabul edilebilir mi? Bu soru duygu ile his arasındaki farkın ayrımında yatmaktadır. Hisler

daha çok bireyin vücudundaki anlık değişikliklere karşılık gelen, bedensel değişimlerin ön planda olduğu (kalp çarpıntısı, yüz ve göz hareketlerindeki değişimler, vb.) süreçlerken; duygular; daha çok belirli bir uyarıcıya verilen yapılandırılmış tepkilerdir. Bu açıdan bakıldığında; açlık ya da tokluk birer duygu değil; histir. Fakat bu çalışmada açlık ve tokluk kelimeleri birer duygu kelimesi olarak belirtilmiştir.

Ayrıca üç çalışmada da benzer olarak temel duygu olduğu kabul edilen duygulardan (mutluluk, öfke, şaşkınlık, tikslenme, korku ve üzüntü) şaşkınlık ve tikslenme kelimelerinin daha az yaygın kullanıldığı dikkat çekmektedir.

Tablo 21. Bu çalışmadaki duygu ifadeleri ile Mesquita'nın çalışmasındaki duygu ifadelerini karşılaştırılması

	1. Çalışma	Hollandalı Türkler	Hollandalı	Surinamlı
1	Sevgi	Sevgi	Sevinç	Üzüntü
2	Mutluluk	Nefret	Mutluluk	Sevgi
3	Aşk	Ağlamak	Üzüntü	Öfke
4	Sevinç	Acımak	Sevgi	Mutluluk
5	Üzüntü	Hasret	Korku	Ağlamak
6	Nefret	Aşk	Çılgınlık	Gülmek
7	Özlem	Üzüntü	Aşk	Sevinç
8	Karamsarlık	Sinirlilik	Neşe	Yorgunluk
9	Heyecan	Gülmek	Öfke	Korku
10	Korku	Korku	Şefkat	
11	Hüzün	Özlem / Özlemek	Kederli	
12	Kin	Tutku	Heyecanlı	
13	Kıskançlık	Öfke	Hoşlanma	
14	Öfke	Küsmek	Sinirli	
15	Yalnızlık	Sevilmek		
16	Hırs	Acı		
17	Acı	Yardımsızlık		
18	Güven	Mutluluk		
19	Keder	Bağırarak		

4.3. BOYUTSAL DUYGU ÇALIŞMASI (ÇALIŞMA 4)

İlk üç çalışmada Türkiye örnekleminde en yaygın ve en sık kullanılan duygular ortaya konduktan sonra, ikinci aşamada amaç, duyguların belirli yapısal (ayrışan boyutlar) özelliklere göre sınıflandırılmasını Türkiye örnekleminde çalışmaktır. Bu alanda yapılan önceki çalışmalarda ortaya çıkan temel boyut hoşnutluk (hoş-hoş olmayan duygular) veya olumluluk boyutudur (negatif-pozitif) (Smith ve Fujita, 1995). Bu boyutun yanı sıra, Russell (1980, 1983, 1989) uyarılmışlık boyutunu da (tam uyarılma-uyku hali) duyguları dinamik bir şekilde sınıflamak için kullanmış ve bu iki boyuta göre duyguların sınıflandırıldığını kültürler-arası çalışmalarda ortaya koymuştur. Bu dördüncü çalışmada Türkiye örnekleminde benzer boyutların ortaya çıkıp çıkmayacağı ortaya konulmaya çalışılmıştır. Ayrıca duyguların bilişsel değerlendirme boyutlarına odaklaşacak beşinci çalışma için seçilecek duyguların dengeli bir şekilde (her boyutu yansıtan duygusal ifadeler) dağılımı içinde temel olması hedeflenmiştir. Bu çalışmada öncelikle Türkiye örnekleminde de duyguların benzer boyutlar kullanılarak (hoşnutluk ve uyarılmışlık şeklinde) sınıflandırılacağını ve ayrıca bu temel boyutlar yanında, Türkiye örnekleminde özgün farklı duygusal sınıflama boyutu (ları) ortaya çıkabileceğini beklemekteyiz.

4.3.1. YÖNTEM

4.3.1.1. Örneklem

Bu çalışmaya Muğla Üniversitesi'nde Fen Edebiyat Fakültesinden Sosyoloji ve Felsefe, Eğitim Fakültesinden Sosyal Bilgiler Öğretmenliği ve Meslek Yüksek Okulu'ndan Çocuk Gelişimi ve Büro Yönetimi ve Sekreterlikte öğrenim gören 40'ı kadın; 107'si erkek olmak üzere toplam 147 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Bu katılımcıların yaşları 18-27 arasında değişmekte; yaş ortalamaları 21.77'dir.

4.3.1.2. Duygu Kelimelerinin Seçilmesi

Bu çalışmada toplam 55 duygu kelimesi kullanılmıştır. Bu kelimelerden 25 tanesi bu alanda öncü çalışmalardan birisi olan Russell (1980)'ın Dairesel Modelini oluşturduğu duygu kelime listesinden alınmış ve diğer kelimeler ise; 1 - 2 ve 3. çalışmadan sağladığımız duygu kelimeleri havuzundan seçilmiştir. Russell'ın Dairesel Model çalışmalarında kullandığı duygu kelimesi sayısı 28 iken; biz bu tez çalışmasında Russell'ın bazı duygu kelimeleri alınmamıştır (at ease, satisfied ve droopy). Ancak bu ifadelerin çevirisinde karşılaşılan sorunlar (örneğin; diğer duygu ifadelerine çok benzer olması) yüzünden bu kelimeler listeye eklenmemiştir. Bu 55 duygu listesi; daha önceki çalışmalarda temel duygular olarak isimlendirilen kelimeleri (öfke, üzüntü, korku ve mutluluk gibi), prototipik duygu kelimeleri (can sıkıntısı, hüznün gibi) ve duygu olarak kabul edilen ya da edilmeyen duyuşsal durumları ifade eden kelimeleri (sakin, uykulu, telaş gibi) kapsamaktadır (tüm duygu listesi için bkz: Ekler 8). Russell (1980, 1989)'ın İngilizce 28 duyguyla ilişkili kelimeleri Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu tez çalışmasında incelenen ve Russell'ın kullandığı 25 İngilizce duygu kelimelerinin Türkçe karşılığı Tablo 22'de belirtilmiştir.

Tablo 22. Russell’ın 28 İngilizce Duygu Kelimesinin Türkçe Karşılıkları

İngilizce	Türkçe
Afraid	Korku
Alarmed	İlgili (Dikkat Kesilmek)
Angry	Öfke
Annoyed	Kızgınlık (Sinirli)
Aroused	Gayretli
Astonished	Şaşkınlık(Sürprize Uğrama)
Bored	Can sıkıntısı
Calm	Sakinlik
Content	Hoşnutluk
Delighted	Sevinç (keyif, neşe)
Depressed	Mutsuz
Distressed	Stres (Kaygı)
Excited	Heyecan
Frustrated	Hayal Kırıklığı (Engellenmiş)
Glad	Memnun
Gloomy	Hüzün
Happy	Mutluluk
Miserable	Hüsran
Pleased	Kıvanç (Tatmin Olmuş)
Relaxed	Ferahlama (rahatlama)
Sad	Üzüntü
Sleepy	Uykulu
Serene	Huzur
Tense	Tedirgin
Tired	Yorgun (İlgisiz)
At ease	Kullanılmadı
Droopy	Kullanılmadı
Satisfied	Kullanılmadı

4.3.1.3. Süreç

Çalışmada kullanılan 55 duygu ifadesi, her karta bir duygu ifadesi gelecek şekilde kartların üzerine yazılmıştır (2.5 cm X 3.5). Daha sonra duygu ifadelerini içeren 55 kart bire bir katılımcılara verilmiştir. Kartlara yazılan duygu ifadelerinin sıralanışı seçkisiz bir şekilde katılımcılara dağıtılmıştır. Katılımcılardan bu kartlarda yazılan duygu kelimelerini “kendi düşündükleri biçimde” benzerlik veya farklılık derecelerine göre “istedikleri sayıda” sınıflandırmaları istenmiştir.

4.3.2. SONUÇLAR

İlk önce katılımcıların oluşturdukları duygu sınıflandırmalarına dayanarak, benzerlik matrisleri (uzaklık katsayılarına dayanan) oluşturulmuştur. Benzerlik matrisleri “Çok-Boyutlu Ölçekleme” (Multidimensional Scaling) istatistik yöntemiyle test edilmiştir. Bu süreç belirtilen boyutsallığın geometrik bir alanında (biz bu çalışmada Euclidean alanı kullandık.) kelimeler arasındaki ilişkilerin görsel temsillerini sağlayabilmektedir. İki kelime arasındaki büyük benzerliğin olup olmadığına benzerlik alanına yakınsallıklarıyla temsil edilmektedir. Boyutların çözümlenmesinde uygun boyutun sayısı “stres” tarafından tahmin edilmektedir. Stres, çözümlenmenin orijinal veriyi nasıl başarısız bir şekilde açıkladığını ölçmektedir. Stres sıfıra yaklaştıkça uygunluk derecesi de artmaktadır. Bu çalışma için, genellikle boyutlar stres yeterince düşük oluncaya kadar eklenmiştir. Tablo 24 boyutlara yüklenen stres değerlerini ve bu stres değerlerinin her boyuttaki gelişme değerlerini göstermektedir. Buna göre; boyutsal çözüme ikinci boyut eklendiğinde stres değeri .07561 değerinde gelişmektedir. Fakat üçüncü ve dördüncü boyutlar eklendiğinde stres değerinde pek fazla bir gelişme olmadığı anlaşılmaktadır. Bu değerlerin sonucunda boyutsal çözümün iki boyutlu olduğuna karar verilmiştir. Analiz sonuçları 55 duygu kelimesi için iki boyutsal çözümü doğrulamıştır.

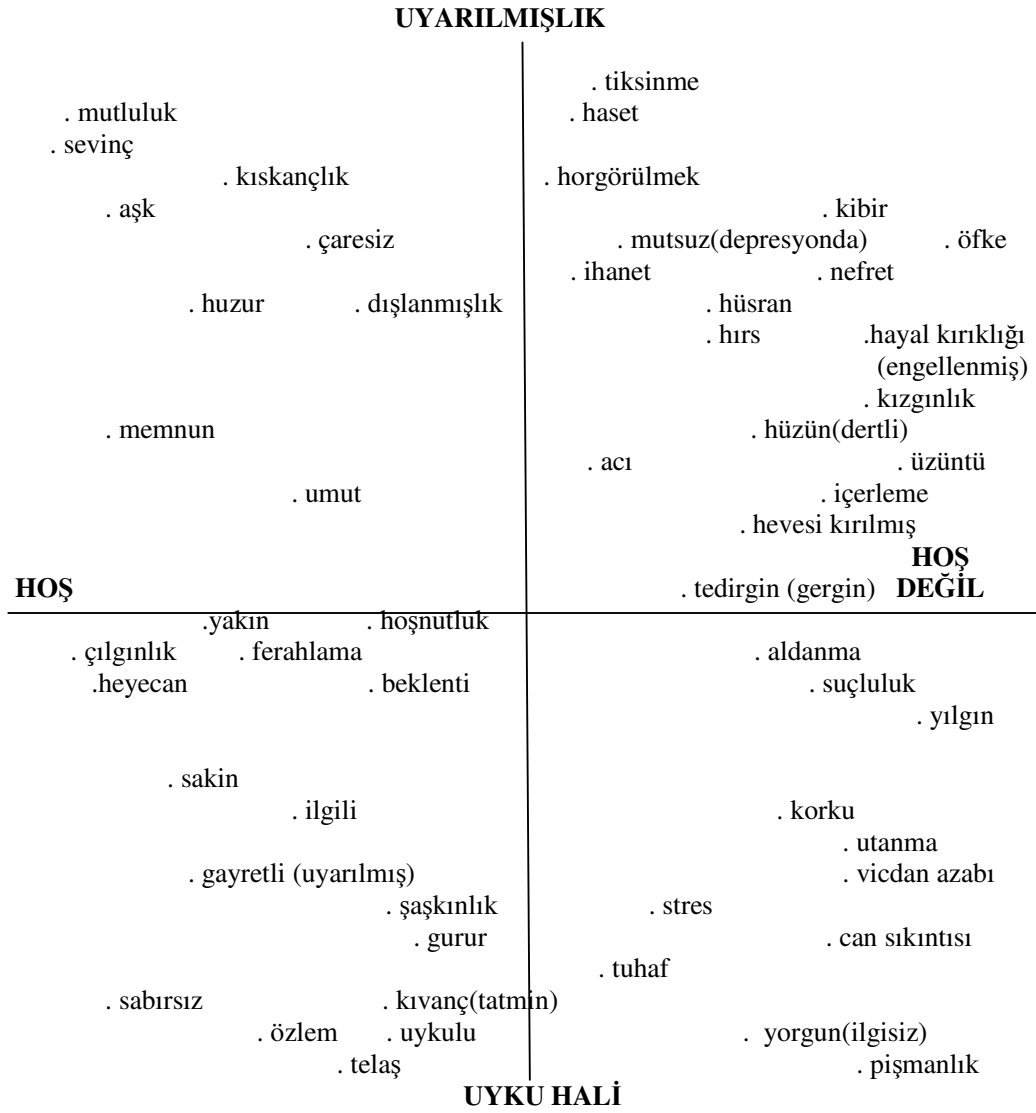
Tablo 23. Boyutlara Yüklenen Stres Değerleri ve Bu Boyutların Gelişmesi

Maddeler	S- Stres	Gelişme (improvement)
1	0,48345	
2	0,40784	0,07561
3	0,40151	0,00634
4	0,40040	0,00110
5	0,40016	0,00025

Matriksler için; stres, .29338; RSQ: .53957

Şekil 3, iki boyutsal SSA -1 çözümlerini göstermektedir. Şekil 3 iki boyutsal çözümlümü dört alana bölmüştür. İlk boyut (yatay eksen) olumlu (hoş) olan duygularla olumsuz (hoş olamayan) duygular arasındayken; ikinci boyut (dikey boyut) yüksek uyarılmışlıkla düşük uyarılmışlık arasında kalan duyguları içine almaktadır. Ayrıca her alana düşen duygu ifadeleri kendi aralarında bir grup oluşturmaktan çok daireye benzer bir şekilde çıkmıştır. Şekil 3 incelendiğinde; mutluluk, sevinç, aşk, huzur, memnun, kıskançlık, umut duygu ifadeleri hoş ve uyarılmışlığı çok alanında toplanmışken; sakin, beklenti, kıvanç (tatmin olmuş), şaşkınlık (sürprize uğramış), heyecan, ferahlama, hoşnutluk, özlem, uyukulu, gurur ifadeleri hoş ve uyarılmışlığı az alanında toplanmıştır. Öfke, nefret, tikslenme, üzüntü, hayal kırıklığı (engellenmiş), sinirli, acı, hevesi kırılmış, hırs, hüsrana, hüznü (dertli), tedirgin (gergin), kızgınlık (sinirli) gibi ifadeler hoş olmayan ve uyarılmışlığı çok alanında yığılırken; can sıkıntısı, korku, yılmın, vicdan azabı, yorgun (ilgisiz), stres ve suçluluk gibi ifadeler de hoş olmayan ve uyarılmışlığı az alanında yığılmıştır. İlginç olarak; “çaresizlik” ve “dışlanmışlık” duygu ifadeleri hoş ve yüksek uyarılmışlık bölmesinde yer almıştır.

Şekil 3. Duyguların dairesel temsili; 55 Türkçe kelimenin iki boyutlu ölçekleme modeli.



Ayrıca bu çalışmada Russell (1980)'ın 28 duygu ifadesiyle oluşturduğu dairesel modeli de test edilmiştir. Ancak çalışmada 28 duygu kelimesinin 25'i alınmıştır. Bu 25 kelimenin benzerlik matrisleri “Çok-Boyutlu Ölçekleme” (Multidimensional Scaling) istatistik yöntemiyle analiz edilmiş ve boyutsal çözüm iki boyut ortaya çıkarmıştır. Aşağıdaki tablo boyutlara yüklenen stres değerlerini ve bu stres değerlerinin her boyuttaki gelişme değerlerini göstermektedir. Buna göre; boyutsal çözüme ikinci boyut eklendiğinde stres değeri ,07110 değerinde gelişmektedir. Fakat üçüncü ve dördüncü boyutlar eklendiğinde stres değerinde pek fazla bir gelişme olmadığı anlaşılmaktadır. Bu değerlerin sonucunda boyutsal çözümün iki boyutlu olduğuna karar verilmiştir.

Tablo 24. Boyutlara Yüklenen Stres Değerleri ve Bu Boyutların Gelişmesi

Maddeler	S- Stres	Gelişme (improvement)
1	0,30642	
2	0,23532	0,07110
3	0,23279	0,00253
4	0,23251	0,00028

Matriksler için; stres, .18459; RSQ: .80738

Şekil 4, 25 Türkçe duygu kelimesinin iki boyutsal SSA -1 çözümlerini; Şekil 5'de Russell (1980)'ın 28 İngilizce duygu kelimesinin iki boyutlu çözümünü göstermektedir. Russell'in modeline benzer şekilde 25 duygu kelimesinin boyutsal çözümlerinde; İlk boyut (yatay eksen) olumlu (hoş) olan duygularla olumsuz (hoş olmayan) duygular arasındayken; ikinci boyut (dikey boyut) yüksek uyarılmışlıkla düşük uyarılmışlık arasında kalan duyguları içine almaktadır. Ayrıca her alana düşen duygu ifadeleri kendi aralarında bir grup oluşturmaktan çok daireye benzer bir şekilde çıkmıştır. Şekil 4 incelendiğinde; mutluluk, sevinç, huzur, memnun, heyecan ve ferahlama duygu ifadeleri hoş ve uyarılmışlığı çok alanında toplanmışken; sakin, kıvanç (tatmin olmuş), hoşnutluk, gayretli (uyarılmışlık) ve uykulu ifadeleri hoş ve uyarılmışlığı az alanında toplanmıştır. Hayal kırıklığı (engellenmiş), öfke, üzüntü, sinirli gibi ifadeler hoş olmayan ve uyarılmışlığı çok alanında yığılırken; can sıkıntısı, korku, yorgun ve stres gibi ifadeler de hoş olmayan ve uyarılmışlığı az alanında yığılmıştır.

Şekil 4. Duyguların dairesel temsili; Russell'ın çalışmasına göre seçilmiş 25 Türkçe duygu ifadesinin iki boyutlu ölçekleme modeli

UYARILMIŞLIK

<p>. mutluluk . sevinç . heyecan . huzur . memnun . ferahlama</p> <p>HOŞ</p>	<p>. hayal kırıklığı(engellenmiş) . hüsrân . mutsuz . öfke . kızgınlık (sinirli) . üzüntü . hüzün . tedirgin</p> <p>HOŞ DEĞİL</p>
<p>. hoşnutluk . gayretli (uyarılmış) . sakinlik . kıvanç (tatmin olmuş) . uykulu</p>	<p>. şaşkınlık . can sıkıntısı . korku . stres (kaygı) . yorgun (ilgisiz)</p>

UYKU HALİ

Şekil 5. Russell (1980)'ın duyguların dairesel temsili; 28 İngilizce kelimenin iki boyutlu modeli

Uyarılmışlık	
<p>. Gayretli (uyarılmış) . heyecanlı</p> <p>. şaşkın (sürprize uğramış)</p> <p>. sevinçli</p> <p>HOŞ . memnun</p>	<p>. İlgili (dikkat kesilmek)</p> <p>. korkmuş . öfkeli . tedirgin . stres . hayal kırıklığı (engellenmiş) . kızgınlık</p> <p>HOŞ DEĞİL</p>
<p>. mutlu</p> <p>. tatmin olmuş . hoşnut (content) . sakin . dingin . rahat (at ease) . ferahlama (rahat)</p>	<p>. hüsrân . mutsuz . üzgün</p> <p>. hüzün . can sıkıntısı . yorgun</p> <p>. uykulu . bitkin(droopy)</p>
Uyku Hali	

Russell, J. A. (1980); A circumplex model of affect; *Journal of Social Psychology*, 39, 1161-1178

Şekil 4 ve Şekil 5 karşılaştırıldığında; duygu ifadelerinin benzerliklerine göre ayrılmasında Russell'ın modeline çok benzer olmadığı anlaşılmaktadır. Duygu ifadelerinin ilişkileri arasında benzerlikler de olmasına rağmen farklılıklar daha çok dikkat çekmektedir. Örneğin bu çalışmada şaşkınlık (sürprize uğrama) hoş olmayan ve uyarılmışlık az alanında yer alırken; Russell'ın modelinde şaşkın ifadesi hoş ve uyarılmışlık çok alanında yer almıştır. Ayrıca uykulu ifadesi de bu çalışmada hoş ve uyarılmışlığı az bölmesinde yer alırken; Russell'ın modelinde hoş olmayan ve uyarılmışlığı az bölmesinde yer almıştır. Ayrıca ferahlama (rahatlama) ve huzur ifadeleri bu çalışmada hoş ve uyarılmışlık yüksek alanında yer alırken, Russell'ın modelinde; hoş ve uyarılmışlık az bölmesinde yer almıştır.

4.3.3. TARTIŞMA

Bu çalışmanın sonuçları, kültürler arasında evrensel olduğu varsayılan hoşnutluk ve uyarılmışlık boyutlarını kısmen de olsa desteklemesi açısından önemlidir. Çünkü yapılan çalışmada hem 55 duygu ifadesinde hem de 25 duygu ifadesinde duygu kelimeleri arasındaki benzerliğin iki boyutlu (hoşnutluk ve uyarılmışlık) olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bakımdan Russell'ın duygular arası benzerlik matrislerinin iki boyut üzerinden değerlendirildiğini ve bu boyutların kültürler arasında değişmediğini ileri sürmesi Türkiye örneklemeyle de desteklenmiştir. 55 duygu ifadesinde çıkan sonuçlarda, duygu kelimeleri uyarılmışlık ve hoşnutluk boyutlarında farklılık göstermektedir. Bu sonuçlara göre; mutluluk, aşk, huzur, kıskançlık ve umut gibi duygu ifadeleri hoş ve uyarılmışlığı çok alanında toplanmışken; sakin, şaşkınlık (sürprize uğramış), heyecan, ferahlama, özlem, uykulu, gurur gibi ifadeler hoş ve uyarılmışlığı az alanında toplanmıştır. Öfke, nefret, tikslenme, üzüntü, hayal kırıklığı (engellenmiş), sinirli, hevesi kırılmış, hırs, hüsrana, hüznü (dertli), kızgınlık (sinirli) gibi ifadeler hoş olmayan ve uyarılmışlığı çok alanında yığılırken; can sıkıntısı, korku, yıldı, vicdan azabı, yorgun (ilgisiz), stres ve suçluluk gibi ifadeler de hoş olmayan ve uyarılmışlığı az alanında yığılmıştır. İlginç olarak; “çaresizlik” ve “dışlanmışlık” duygu ifadeleri hoş ve yüksek uyarılmışlık bölgesinde yer almıştır.

Ancak 25 duygu ifadesiyle Russell'ın sonuçları karşılaştırıldığında; Türkiye örnekleminde duyguların benzerliklerine göre gruplanması Russell'ın modeliyle örtüşmemektedir. Çünkü Russell'ın modelinde duygu ifadelerinin yer aldığı alanlarla; Türkiye örnekleminde duygu kelimelerinin yer aldığı alanlar birbirine benzer çıkmamıştır. Örneğin; Russell'ın modelinde şaşkın duygu ifadesi uyarılmışlığı yüksek ve hoş olan duygular arasında yer alırken; Türkiye örnekleminde şaşkınlık (sürprize uğrama) kelimesi hoş olmayan, uyarılmışlığı az duygular arasında çıkmıştır. Aynı şekilde uykulu ifadesi Russell'ın modelinde uyarılmışlık az ve hoş olmayan duygular arasındayken, Türkiye örnekleminde hoş ve uyarılmışlığı az duygular arasında yer almıştır.

Tüm bu sonuçlar göz önüne alındığında; aslında duygular arasındaki benzerliklerin Russell'ın iddia ettiği uyarılmışlık ve hoşnutluk boyutlarının yanında başka boyut(lar)un olabileceğine işaret etmektedir. Çünkü 55 duygu ifadesiyle yapılan incelemede dışlanmışlık ve çaresizlik kelimeleri hoş ve uyarılmışlığı yüksek boyutunda yer almıştır. Bu sonuçlar bize Türkiye örneğinde bu iki boyut dışında başka boyutlarında kullanılabildiğini göstermektedir. Aslında duygu kelimelerinin benzerliklerine göre kategorilendirilmesi iki boyutlu değildir. Ayrıca 25 duygu kelimesiyle Russell'ın modelinin karşılaştırıldığı çalışmada ise; boyutlar arasında yer alan duyguların birbir örtüşmediği dikkat çekmektedir. Bunun nedeni; Russell'ın modelinde kullanılan İngilizce kelimelerin Türkçe karşılığının birbir örtüşmemesi olabilir. Ayrıca Russell'ın kullandığı kelimeler birbirine anlam olarak çok benzer ve yakın kelimeler olduğundan kelimelerin iki boyut üzerinden aynı bölmelerde yer alması muhtemeldir. Bu bakımdan bu çalışmanın sonuçları Türkiye örneğinde duygu kelimelerinin benzerliklerine göre ayrılmasında kaç boyut üzerinden değerlendirildiğini ortaya koymaya yardımcı olması bakımından önemlidir.

4.4. BİLİŞSEL DUYGU DEĞERLENDİRME SÜRECİ ÇALIŞMASI

4.4.1. ÇALIŞMA 5

İlk üç çalışmada Türkiye örneklemin de sıklıkla kullanılan duyguları belirleyip, ikinci aşamada ise; duygusal boyutları ortaya koyduktan sonra bu çalışmadan seçilen duygular hakkında “Bilişsel Değerlendirme Kuramları” temel alınarak detaylı bilgiye ulaşacağımızı hedeflemekteyiz. Bu aşamada çalışmanın temel amacı, seçilen duyguların bilişsel boyutları hakkında profiller oluşturmaktadır. Ayrıca bu duygu deneyimlerinin hangi oranda kültürel eğilimler tarafından etkilendiği de araştırılmıştır.

Bu çalışma, 12 farklı duyguya neden olan olayların değerlendirmesiyle her bir duygunun öncülü olarak görülebileceği bilişsel süreçler hakkında bilgiye ulaşmayı hedeflemektedir. Böylelikle bu tez çalışmasında her bir duyguya yol açan süreçler hakkındaki değerlendirmeler incelenmiştir. Her bir katılımcıya 3 duygunun içinde bulunduğu bir anket verilmiştir. Her bir duygu için katılımcılara, anket formunda belirtilen duyguyu yaşadıkları bir anı ve varsayımlanan değerlendirmeleri ölçmek için duygulara neden olan olayları oranlamalarla ilgili sorular sorulmuştur.

4.4.2. YÖNTEM

4.4.2.1. Örneklem

Bu çalışmaya Muğla Üniversitesi’nde Sosyoloji, Felsefe, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, İktisat, Türk Dili ve Edebiyatı ve Meslek Yüksek Okulu’nda öğrenim gören 147’si kadın; 118’i erkek olmak üzere toplam 264 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Bu katılımcıların yaşları 17-26 arasında değişmekte ve yaş ortalaması 23.31’dir.

4.4.2.2. Ölçekler

4.4.2.2.1. Duygu Değerlendirme Ölçek Bataryası:

Bu çalışmada mutluluk, utanma, korku, özlem, suçluluk, tikslenme, üzüntü, öfke, pişmanlık, şaşkınlık, umutsuzluk ve gurur olmak üzere toplam 12 duygu çalışılmıştır. Bu çalışmada kullanılan duygular; daha önce 4. çalışmada yapılan boyut çalışmasından ve daha önceki literatür çalışmalarında temel duygu olarak varsayılan duygulardan seçilmiştir. İncelenen 12 duygu 4 eşleştirmede gruplanmıştır: Bu gruplandırmalar şöyledir: Mutluluk – Utanç –Korku / Şaşkınlık – Umutsuzluk – Gurur / Özlem – Suçluluk – Tikslenme / Üzüntü – Öfke – Pişmanlık.

Belirli duygular arasında değerlendirmelerdeki farklılıkları elde etmek için her bir katılımcının 3 duyguyu anımsamaları istenmiş ve her duyguyla ilgili sorular sorulmuştur. Duyguları gruplara bölmemizin nedeni; her bir duygu ile ilgili oldukça fazla sayıda soru yöneltileceği için, seçilen bu 12 duygunun hepsini bir katılımcının değerlendirmesinin zor olmasıdır. Her bir katılımcı eşleştirilen gruplardan birisine seçkisiz olarak atanmıştır. Bir eşleştirme içinde bulunan duyguların veriliş sırası katılımcılar arasında seçkisiz bir yolla (counterbalance) farklı sırada sunulmuştur. Ayrıca her bir grubun içinde yer alan duygularda “temel duygular” olarak kabul edilen duygulardan ve olumlu –olumsuz duygulardan da en az bir tane olmasına dikkat edilmiştir.

Ankette yer alan duygularla ilgili olarak katılımcılara, o duyguyu yaşatan bir olayı (durumu) hatırlamaları ve bu ilgili olayı ankette bırakılan boşluğa yazmaları istenmiştir. Aşağıda belirtilen üzüntü durumuyla ilgili katılımcılara verilen giriş yönergesi örnek olarak sunulmuştur:

“ ŞİMDİ sizden geçmişte ÜZÜNTÜ hissettiğiniz bir olayı ya da durumu düşünmenizi istiyoruz. Oldukça üzüntülü hissettiğiniz bir durumu düşünün. Size üzüntü hissettiren bu olayı zihninizde resimleştirmeye çalışınız. Geçmişteki üzüntü hissettiğiniz bu durumun ya da olayın neye benzediğini; bu olayda neler olduğunu ve sizin için ne gibi sonuçlar getirdiğini hatırlamaya çalışınız. Daha sonra sizde üzüntü

yaratan bu olayı aşağıda bırakılan boşluğa kısa cümleler halinde tanımlayınız.”

Katılımcılara sorulan duygularla ilgili olayın tanımlamasını anket formuna kısaca yazmalarını istememizin nedeni; katılımcıların geçmişte yaşadıkları bu olayı zihinlerinde uyandırmak ve daha iyi canlandırabilmektir. Ayrıca katılımcılara olayla ilgili olarak olayın nerede, ne zaman ve kiminle olduğuna dair bazı temel sorular da sorulmuştur. Daha sonra katılımcılar hissettikleri duyguya neden olan olayı her biri ayrı bir değerlendirme boyutuna denk gelen her bir duygu için toplam 44 soruyla değerlendirmiştir. Bu değerlendirme boyutlarını oluşturan sorulara “*Duygu Değerlendirme Ölçek Bataryası*” adı verilmiştir.

Bu çalışmada kullanılan Duygu Değerlendirme boyutlarıyla ilgili sorular Scherer (2002)’in Geneva Değerlendirme Anketi (Geneva Appraisal Questionnaire -GAQ)’den, Smith ve Ellsworth (1985), Mesquita (2000) ve Mauro, Sato ve Tucker (1996)’ in boyutlarından uyarlanarak elde edilmiştir. Scherer, Smit ve Ellsworth, Mesquita ve Mauro, Sato ve Tucker’in değerlendirme boyutlarıyla ilgili soruları anlam bütünlüğünü kaybetmeyecek şekilde Türkçe’ye çevrilmiştir. Bu çalışmada 10 temel boyut ve bu boyutların kendi içinde ayrıldığı bazı alt boyutlarla birlikte toplam 32 boyut kullanılmıştır. Çalışmada incelenen duygu - ortaya çıkarıcı olayın değerlendirme boyutları şöyledir:

1) Yenilik

- Anilik : Olayın beklenmeden ve aniden ortaya çıkıp çıkmadığı,
- Aşinalık: Daha önce böyle olaylara alışık olup olmadığı,
- Tahmin edilebilirlik: Olayın gerçekleşmesini önceden tahmin edip etmediği,

2) Temel Hoşnutluk: Olayın hoş ya da hoş olamayan bir olay olup olmadığı,

- Amaçve İhtiyaç Önemi: Olayın kişi için önemli sonuçları olup olmadığı,

3) Amaç ve İhtiyaç Anlamı

- Neden : Aracılık: Olaya kişinin, özel koşul, şans ve doğa üstü güçlerin ya da başka kişilerin neden olup olmadığına dair ayrı ayrı üç soru sorulmuştur.

- Neden: Güdü: bu olaya kişinin isteyerek neden olup olmadığı ve bu olaya başka kişilerin isteyerek neden olup olmadığına dair iki soru sorulmuştur.

- Çıktı Olasılığı: Kişinin Olayın sonucunu hissetmesi ve olayın sonucunun tahminleri yönünde oluşup oluşmadığına dair 3 soru sorulmuştur.

- Beklentilerle Tutarsızlık: Olayın sonucunun beklenen zaman ve beklenen şekilde olup olmadığı,

- Amaca Yardımedilebilirlik: Olayın sonuçlarının kişinin amaçlarına yardım etmesi yada amaçlarını engellemesi,

- Aciliyet: Olayın hemen harekete geçilmesi gereken acil bir durum olup olmadığı,

4) Başedebilme Potansiyeli

- Kontrol: Kişinin olayın olmasını engelleme ya da olayı değiştirebilme gücünün kontrolünü kendinde hissedip hissetmediği,

- Güç: kişinin olayın sonuçlarından kaçınabilme ya da sonuçları kendi avantajına değiştirebilme gücüne sahip olup olmadığını düşünmesi,

- Uyma: kişinin olayı değiştiremediği durumda bu olaya alışıp yum sağlayıp sağlayamadığı,

5) Standartlarla Uyuşabilirlik

- İçsel Standartlar: Bu alt boyut kendi içinde iki boyuta ayrılmaktadır. Olayı meydana getiren davranışların kişinin kendisi için Ahlaki açıdan kabul edilip edilmediği (Ahlakilik) ve olayın kişinin kendi davranışlarından kaynaklıysa kişinin kendilik imajına uyup uymadığıdır (Kendilik İmajı).

- Dışsal Standartlar: Bu alt boyutta kendi içinde üç boyuttan oluşmaktadır. Olayı meydana getiren davranışların ahlaki ve etik açıdan kabul edilip edilmediği (Ahlakilik), Olayı meydana getiren davranışların sosyal normları çiğneyip çiğnemediği (Sosyal normlara uygunsuzluk) ve olayın sonuçlarının adaletsiz olarak algılanıp algılanmadığı (Adillik) dir.

6) Kontrol: Bu boyutta kendi içinde dört alt boyuttan oluşmaktadır:

- Özel Koşullar / Kontrolü: olayın meydana gelmesinde herhangi bir kişinin ya da herhangi bir şeyin kontrolünün olup olmaması

- Kontrol / herhangi Birisi: Olayın olduğu özel koşullar dışında, herhangi bir kimsenin kontrolünün olup olmaması,

- Kontrol / Kişinin Kendisi: Olay üzerinde kişinin kendisinin kontrolü olup olmadığı,

- Kontrol / Başka Kişiler: Olay üzerinde başka kişilerin kontrolünün olup olmadığı,

7) Benlik Değeri: Bu boyutta iki alt boyuttan oluşmaktadır:

- Kendi Benlik Değeri: Olayın kişinin kendi benlik değerini artırıp artırmadığı,

- Başkaları Benlik Değeri: Olayın diğer insanların benlik değerini artırıp artırmadığı,

8) Norm Uygunluk: Bu boyutta iki alt boyuttan oluşmaktadır:

- Kendi / Norm Uygunluk: olay karşısında hissedilen duygunun yaşadığı duruma hangi oranda uygun düştüğü;

- Diğerleri / Norm Uygunluk: Olay karşısında hissedilen duygunun başka kişiler tarafından hangi oranda uygun görüldüğü,

9) Dayanılabilirlik: Kişinin yaşadığı olaya katlanmakta güçlük çekip çekmediği,

10) Çaba: Kişinin olayla başa çıkıp çıkamayacağından emin olup olmamasıdır.

Katılımcılar değerlendirme sorularını 6'lı Likert Tipi kullanılarak derecelendirmiştir. Ayrıca her bir soru için o sorunun kişinin yaşadığı olaya uygulanıp uygulanmayacağına dair bir seçenekte bulunmaktadır (0 *Hiç Değil'* den 6 *Tamamen'* e kadar). Değerlendirme sorularının sıralanışı da seçkisiz bir şekilde oluşturulmuştur. Anket çalışmasında yer alan tüm değerlendirme soruları Ekler kısmında bulunmaktadır (Bknz. Ekler 9). Ayrıca katılımcının anımsadığı olayın sorulara uygulanamaması durumunda "*Bu duruma uygulanamaz*" seçeneği verilmiştir.

Ayrıca katılımcılar yaşadıkları her bir duygunun ifade edilmesi ile ilgili 3 soruyu da yanıtlamıştır. Bu sorular katılımcıların yaşadıkları duyguyu başka kişilerden gizleyip gizlemediği, başka kişiler bu duyguyu hissettiklerinde diğer kişilerden gizleyip gizlemediği ve son olarak başka kişiler katılımcıların yaşadıkları olayın aynısını yaşadıklarında aynı duyguyu hissettip hissetmeyeceğiyle ilgilidir. Daha sonra katılımcılar yaşadıkları bu duyguyu hangi oranda yoğun, sık ve ne kadar sürede yaşadığıyla ilgili soruları yanıtlamıştır. Her bir duygu için yoğunluk, sıklık ve

duygunun süresiyle ilgili oranlamalar 6'lı Likert Tipi ile derecelendirilmiştir. (0=Hiç Değil, 3= orta düzeyde, 6= Tamamen).

4.4.2.2.2. Bireycilik-Toplulukçuluk Kişilerarası Değer Ölçeği

Ayrıca ankette Matsumoto (1997)'dan uyarlanan ve Türkçe'ye çevrilen “*Bireycilik - Toplulukçuluk Kişiler Arası Değer Ölçeği (Individualism – Collectivism Interpersonal Assessment Inventory)*” bulunmaktadır (bkz. Ekler 9). Bu ölçekte katılımcılar dört sosyal ilişki tipiyle ilgili olarak davranışsal eğilimlerini her bir ilişki tipini ayrı ayrı 19 soruda değerlendirmiştir. Bu dört sosyal ilişki tipi; aile üyeleri, yakın arkadaşlar, iş yada okul arkadaşları ve yabancılar olarak ayrılmaktadır. Ölçeğin gerçek halinde bu dört sosyal ilişkide katılımcıların hem değersel hem de davranışsal eğilimleri dikkate alınırken; biz bu çalışmada sadece davranışsal eğilimler üzerine odaklandık. Ayrıca ölçekte yer alan sorular 4 ayrı boyutu oluşturmaktadır. Bu dört boyut şunlardır:

a) Sosyal Uyum (Social harmony): Kişinin sosyal çevresine ne kadar önem verdiğini ölçmeye çalışan bu boyut 9 maddeden oluşmaktadır ($\alpha = 0,91$).

“Onların gelenek ve göreneklerine değer verir ve saygı duyarım.”

b) Sosyal Kimlik (Social identification): ağırlıklı bir şekilde kişinin benliğinde diğerlerine ne kadar yer verdiğini ölçen bu boyut 4 maddeyle ölçülmektedir ($\alpha=0,89$).

“Onlar gibi olur veya onlara benzerim.”

c) Öz Denetim (Self kontrol): Kişilerin davranışlarını hangi ölçüde kontrol ettiğini ölçmektedir. Bu boyutta 2 maddeden oluşmaktadır ($\alpha=0,71$).

“ Onlarla olan ilişkilerimde kontrollü olurum.”

d) Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi (Social sharing of recognition): Bireyin sosyal paylaşım ve işbirliğine ne kadar önem verdiğini ölçen bu boyut ise, 4 maddeden oluşmaktadır ($\alpha = 0.85$).

“Onlar başarılı olduklarında kendime pay çıkartırım.”

Ölçekler arasındaki farklılıklar bireycilik ve toplulukçuluğun farklı durumlarını yansıtırken; ilişkiler arasındaki farklılıklar da iç grup ve dış grup benlik eğilimlerine aracılık eden bireycilik ve toplulukçuluk puanlarını elde etmemize

olanak tanımaktadır. Ayrıca genel anlamda bireycilik ve toplulukçuluk eğilimlerini de bu ölçek ölçme imkanı vermektedir. Genel anlamda bireycilik ve toplulukçuluk α değeri .94 çıkmıştır.

4.4.3. SONUÇLAR

Bu çalışmanın amacı; farklı duyguları ortaya çıkaran olayların bilişsel değerlendirmesinde farklılıkların olup olmadığını ve eğer varsa her varsayımlanan değerlendirmelerin duygular arasında farklılık yaratıp yaratmadığını ve Türkiye örneğinde seçilen duygusal yaşantıların bilişsel değerlendirme boyutlarında hangi özellikler gösterdiğini ve kültürün bu değerlendirmeleri belirlemede bir farklılık yaratıp yaratmadığı incelenmiştir.

4.4.3.1. Duygusal Deneyimle İlgili Demografik Bilgi Sonuçları

Duygusal deneyimin tanımlayıcı bilgilerinde duygu ortaya çıkarıcı olayların ne zaman, nerede ve kiminle olduğunun duygular arasında farklı olup olmadığını anlamak için her sorunun her duygu için ayrı ayrı yüzdeleri alınmıştır. Tablo25, Tablo 26 ve Tablo 27 her soru için her duygunun yüzdelerini göstermektedir. Ayrıca hissedilen bu duyguların yoğunluğu, sıklığı ve yaşanma süresinin duygular arasında farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için ayrı ayrı ANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 25. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Zamanının Yüzdeler Payları

	M	Ş	K	U	Um	G	Ö	S	T	Ü	Öf	P
1.Saatler önce	4.5	1.5	1.5	1.6	3.0	1.6	3.2	–	10.5	1.5	3.0	1.6
2.Günler önce	9.1	16.7	4.6	9.7	9.1	7.9	3.2	13.1	15.8	1.5	10.6	12.5
3.Haftalar önce	15.2	4.5	3.1	6.5	3.0	4.8	6.5	6.6	8.8	4.6	13.6	3.1
4.Aylar önce	24.2	34.8	29.2	21.0	22.7	17.5	32.3	16.4	21.1	38.5	22.7	28.1
5.Yıllar önce	42.4	39.4	46.2	46.8	56.1	63.5	37.1	36.1	31.6	50.8	42.4	48.4
6.Çokuzun zaman önce	4.5	3.0	15.4	14.5	6.1	4.8	17.7	27.9	12.3	3.1	7.6	6.3

M: Mutluluk, Ş: Şaşkınlık, K: Korku, U: Utanma, Um: Umutsuzluk, G: Gurur, Ö: Özlem, S: Suçluluk, T: Tiksinme, Ü: Üzüntü, Öf: Öfke, P: Pişmanlık.

Tablo 25 incelendiğinde; çalışmada incelenen duyguları ortaya çıkaran olayların en çok yıllar önce yaşandığı seçeneği işaretlenmiştir. Duygu ortaya çıkaran olayın “yıllar önce” seçeneğinde duygular, gurur > umutsuzluk > üzüntü > pişmanlık > utanma > korku > öfke = mutluluk > şaşkınlık > özlem > suçluluk > tiksinme şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlara göre; en fazla gurur ve umutsuzluk duygularını ortaya çıkaran olayların yıllar önce yaşandığı ortaya çıkmaktadır.

Tablo 26. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Yaşandığı Yerin Yüzdeler Payları

	M	Ş	K	U	Um	G	Ö	S	T	Ü	Öf	P
1.Evinde	45.9	27.3	43.8	28.3	5.0	38.1	36.9	41.3	24.1	45.3	33.8	38.1
2.Arkadaşlarının tanıdıklarının evinde	4.9	15.2	7.8	5.0	6.3	11.1	7.7	6.3	17.2	4.7	6.2	17.5
3.Okulda(işyeri)	13.1	21.2	6.3	36.7	23.4	31.7	23.1	28.6	17.2	20.3	30.8	28.6
4.Bir yabancı evinde ya da resmi bir kurum	8.2	10.6	10.9	1.7	4.7	11.1	10.8	6.3	6.9	6.3	9.2	3.2
5.Ulaşım araçları	–	4.5	9.4	5.0	3.1	–	–	1.6	5.1	6.3	3.1	1.6
6.Bir caddede, açık alanda	18.0	16.7	10.9	20.0	9.4	6.3	10.8	11.1	20.7	9.4	15.4	7.9
7.Doğada	9.8	4.5	10.9	3.3	3.1	1.6	10.8	4.8	8.6	7.8	1.5	3.2

M: Mutluluk, Ş: Şaşkınlık, K: Korku, U: Utanma, Um: Umutsuzluk, G: Gurur, Ö: Özlem, S: Suçluluk, T: Tiksinme, Ü: Üzüntü, Öf: Öfke, P: Pişmanlık.

Yukarıdaki tablo incelendiğinde; utanma ve umutsuzluk duyguları hariç diğer duyguları ortaya çıkaran olayların en fazla kişinin kendi evinde yaşandığı;

umutsuzluk ve utanma duygularına neden olan olayların ise; en fazla kişinin okuduğu okulda ya da çalıştığı işyerinde yaşandığı anlaşılmaktadır.

Tablo 27. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayın Kiminle Olduğunun Yüzdeler Payları

	M	Ş	K	U	Um	G	Ö	S	T	Ü	Öf	P
1.Yalnız	18.2	18.5	23.1	7.9	31.8	6.3	24.6	27.4	18.3	31.8	1.6	37.1
2.Eş,dost, arkadaş	42.4	35.4	52.3	30.2	43.9	46.0	40.0	35.5	31.7	31.8	12.5	35.5
3.Tandık yada okul arkadaşı	16.7	16.9	6.2	17.5	4.5	11.1	15.4	14.5	11.7	7.6	3.1	9.7
4.Birkaç arkadaş	9.1	18.5	10.8	14.3	7.6	12.7	9.2	9.7	16.7	10.6	28.1	8.1
5.Kim olduğunu bilmediğiniz kişi(ler)	3.0	_	1.5	4.8	10.6	3.2	1.5	1.6	5.0	1.5	48.4	4.8
6.Kalabalık	10.6	10.8	6.2	25.4	1.5	20.6	9.2	11.3	16.7	16.7	6.3	4.8

M: Mutluluk, Ş: Şaşkınlık, K: Korku, U: Utanma, Um: Umutsuzluk, G: Gurur, Ö: Özlem, S: Suçluluk, T: Tikslenme, Ü: Üzüntü, Öf: Öfke, P: Pişmanlık.

Tablo 2'ye göre; korku > gurur > umutsuzluk > mutluluk > öfke > suçluluk > şaşkınlık > üzüntü > tikslenme > utanma ortaya çıkarıcı olayların ağırlıklı bir şekilde kişinin “eşi, dostu ya da arkadaşıyla birlikteyken” yaşandığı, öfke ortaya çıkarıcı olayların “kim olduğunu bilmediği bir ya da birkaç kişiyle birlikteyken”, pişmanlık ortaya çıkarıcı olayların ise; daha çok “yalnızken” yaşandığı anlaşılmaktadır.

Duygu Yoğunluğu: Hissedilen duygunun yoğunluğunun duygular arasında farklılaşp farklılaşmadığı yapılan ANOVA analizi sonuçlarına göre ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11, 429) = 4.99 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk > gurur > şaşkınlık = korku = umutsuzluk = özlem > üzüntü = öfke = utanma = pişmanlık = suçluluk > tikslenme şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar mutluluk (X= 5.75, SS= .50) ortaya çıkarıcı olayların en yoğun, tikslenme (X= 4.32, SS= 1.78) olaylarının ise en az yoğun yaşandığını göstermiştir.

Duyusal Deneyimin Yoğunluğunu Azaltma: Katılımcıların hissettikleri duygusal deneyimi kısaltmak için duygusal deneyimin yoğunluğunu azaltmasının duygu ana etkisi ANOVA analizi sonuçlarına göre anlamlı çıkmıştır [F (11,754) =

6.93 $p < .05$, $\eta^2 = .092$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; umutsuzluk = suçluluk = tikslenme = üzüntü = korku = şaşkınlık = öfke = pişmanlık = utanma > özlem = gurur = mutluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların en fazla umutsuzluk ($X = 4.12$, $SS = 1.44$) ve suçluluk ($X = 3.94$, $SS = 1.90$) duygularının, en az da mutluluk ($X = 2.16$, $SS = 2.57$) ve gurur ($X = 2.22$, $SS = 2.46$) duygularının yoğunluğunu azaltmaya çalıştığını göstermektedir.

Hissedilen Duyguyu Anlamak İçin Verilen Çaba: Katılımcıların yaşadıkları olay karşısında hissettiklerini anlamak için hangi ölçüde kendini verip vermediğini ölçmek için yapılan ANOVA analizi sonuçları duygu ana etkisinin anlamlı olduğunu göstermiştir [$F(11, 746) = 2.69$ $p < .05$, $\eta^2 = .038$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; umutsuzluk > şaşkınlık = üzüntü = suçluluk = mutluluk = özlem = öfke = pişmanlık = korku = gurur = utanma > tikslenme şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, katılımcıların umutsuzluk ortaya çıkaran olaylar karşısında ne hissettiklerini anlamak için çaba verdiklerini belirtirken, tikslenme ortaya çıkaran olaylar karşısında ise çok fazla çaba göstermediklerini belirtmektedir.

Duygunun Yaşanma süresi: duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 753) = 4.42$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizine göre; umutsuzluk = üzüntü > gurur = suçluluk = özlem = mutluluk > pişmanlık = öfke = korku = şaşkınlık = utanma > tikslenme şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar duygunun en uzun umutsuzluk ($X = 4.45$, $SS = 1.12$) ve üzüntü ($X = 4.39$, $SS = .87$) duygularını en kısa da tikslenme ($X = 3.40$, $SS = 1.46$) duygusunun hissedildiğini göstermektedir.

Duygunun Sıklığı: Duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 752) = 3.67$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizine göre; gurur = özlem = tikslenme = mutluluk = öfke = korku = üzüntü = umutsuzluk = şaşkınlık = pişmanlık = suçluluk > utanma şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en sık yaşanan duyguların gurur ($X = 3.14$, $SS = 2.04$), tikslenme ($X = 2.82$, $SS = 2.47$) ve

mutluluk ($X= 2.68$, $SS= .08$) duyguları olduğunu; en az sık yaşanan duygunun ise utanma ($X= 1.19$, $SS= 1.54$) duygusu olduğunu göstermektedir.

4.4.3.2. Farklı Duyguları Ortaya Çıkaran Olayların Değerlendirilmesinde Farklılıklar Var mıdır?

Duyguları belirleyen olayların bilişsel olarak değerlendirilmesinde duygular arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek için; Çoklu Varyans Analizi (MANOVA) yapılmıştır. Bu analizde yordayıcı değişken incelenmek istenen 12 duyguyken; bağımlı değişkenlerde incelenmek istenen tüm değerlendirme boyutlarıdır. MANOVA'nın sonuçlarına göre; değerlendirme boyutlarının belirtilen duygular için ana etkisi yüksek derecede anlamlı bir farklılık yaratmıştır [Wilks' Lambda = .16, $F(352, 5173) = 2.84$ $p < .05$]. Böylece; duyguları belirleyen olayların değerlendirilmesi duygudan duyguya farklılaşabilmektedir.

4.4.3.3. Duygu Ortaya Çıkarıcı Olayların Değerlendirmesinde Duygular Arasındaki Farklılıklar

Duygular arasında farklılaşan değerlendirme boyutlarını incelemek için her bir boyut için ayrı ayrı Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Bu analizde yordayıcı değişken katılımcıların anımsadıkları duygularken, bağımlı değişken de her bir değerlendirme boyutlarıdır. Sonuçlar Tablo 28'de özetlenmiştir. Tablo 28'de gösterildiği gibi; "Kendi / norm uygunluk", "Özel koşullar aracılık" ve "Olay tahminin zor ve sonuçlarının uzak zamanda olma" boyutları dışındaki diğer tüm boyutların ana etkisi istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır.

A) Olayın Yeni Olması (Novelty) Boyutu

1) Anilik. Duyguları ortaya çıkaran olayın ani olup olmadığının duyguları belirlemede bir farklılık yaratıp yaratmadığı yapılan Anova analizi sonuçlarına göre anlamlı çıkmıştır [$F(11, 741) = 4.55$; $p < .05$]. Anilik boyutundaki ana etkinin farklılıkları Newman – Keuls Post Hoc analizine göre incelenmiş ve Post Hoc

sonuçlarına göre; duyguların sıralanışı şöyledir: şaşkınlık > korku = utanma = tikslenme = öfke = suçluluk = üzüntü = umutsuzluk = pişmanlık = özlem = mutluluk > gurur. Bu sonuçlar şaşkınlık (X= 5.14, SS= 1.62) ortaya çıkaran durumların genellikle aniden, beklenmedik; gurur (X= 3.03, SS= 2.53) ortaya çıkaran olayların ise; daha çok beklendik olaylar olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

2) Tahmin edilebilirlik: Duygu ortaya çıkarıcı olayın gerçekleşmesinin önceden tahmin edilip edilmediğinin duygular arasında farklılık yaratıp yaratmadığı yapılan ANOVA analizinin sonuçlarına göre ana etki istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır [F (11,739) = 5.98 p < .05]. Tahmin edilebilirlik boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre, duygular şöyle sıralanmıştır: gurur > özlem = umutsuzluk = pişmanlık = mutluluk = suçluluk = üzüntü > utanma = tikslenme = öfke > korku = şaşkınlık. Bu sonuçlar korku (X=1.71, SS= 2.35) ve şaşkınlık (X= 1.62, SS= 2.19) yaratan olayların önceden gerçekleşmesinin genellikle tahmin edilemediğini; gurur (X= 4.00, SS= 2.14) yaratan olayların ise daha çok tahmin edilebildiğini göstermektedir.

3) Aşinalık: duyguları belirleyen olaylara aşına olup olmama da duygular arasında anlamlı bir fark yaratmıştır [F (11, 736) = 4.39 p < .05]. Aşinalık boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre, duygular şu şekilde sıralanmıştır: gurur = özlem > mutluluk = umutsuzluk > tikslenme = suçluluk = pişmanlık = şaşkınlık = öfke = korku = utanma = üzüntü. Bu sonuçlara göre; en aşına, en alışıldık en bildik olaylar gurur (X= 2.82, SS= 2.26) ve özlem (X= 2.81, SS= 2.41) yaratan olaylar olarak değerlendirilirken, en alışılmadık, en aşına olunmayan olay üzüntü (X= 1.11, SS= 1.95) yaratan olaylar olarak değerlendirilmiştir.

B) Olayın Hoşnutluk Boyutu

Duygu ortaya çıkaran olayların hoşnut ya da hoşnutsuz olarak değerlendirilmesi duygular arasında ana etkinin anlamlı bir farklılık yarattığını göstermiştir [F (11, 659) = 39.72 p < .05]. Hoşnutluk boyutundaki ana etkinin

farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk > özlem = gurur > şaşkınlık = üzüntü > pişmanlık = umutsuzluk = utanma = öfke = suçluluk = tikslenme = korku şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, en hoşnut duygunun mutluluk ($X= 5.74$, $SS= .77$), en az hoş olan duyguların ise; korku ($X= .75$, $SS= 1.88$), tikslenme ($X= .90$, $SS= 1.75$), suçluluk ($X= 1.04$, $SS=1.71$), öfke ($X= 1.05$, $SS= 1.94$), utanma ($X= 1.11$, $SS= 1.83$), umutsuzluk ($X= 1.22$, $SS= 2.18$) ve pişmanlık ($X= 1.45$, $SS= 2.03$) duyguları olduğunu göstermektedir.

1) Amaç ve İhtiyaç Önemi: Olayın sonuçlarının önemli sonuçlar getirip getirilmediğinin değerlendirilmesinde duygular arasındaki ana etki anlamlı çıkmasına [$F (11, 738) = 2.18$ $p < .05$] rağmen yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarında duygular farklılık göstermemiştir.

C) Amaç ve İhtiyaç Anlamı

1) Neden: Aracılık:

Neden : Kendi / Aracılık: Duyguya neden olan olaya kişinin kendisinin aracı olup olmadığını değerlendirmede duygular arasında ana etkinin istatistiksel olarak anlamlı çıktığı gözlenmiştir [$F (11, 738) = 2.18$ $p < .05$]. Kendi / Aracılık boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > pişmanlık = suçluluk = mutluluk = umutsuzluk = utanma > şaşkınlık = özlem = üzüntü > korku = tikslenme = öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, en çok gurur yaratan olaylarda kişinin kendisinin aracı olduğu, olaya kişinin kendisinin aracı olması en az korku ($X= 2.71$, $SS= 2.93$), tikslenme ($X= 2.57$, $SS= 2.90$) ve öfke ($X= 2.29$, $SS= 2.42$) yaratan olaylarda değerlendirildiğini göstermektedir.

Neden: Başka kişi(ler) / Aracılık: Duyguya neden olan olaya başka kişi(ler)nin aracı olup olmadığını değerlendirmede duygular arasında ana etkinin istatistiksel olarak anlamlı çıktığı gözlenmiştir [$F (11, 721) = 4.68$ $p < .05$]. Başka kişi (ler) / Aracılık boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; tikslenme > öfke > korku = şaşkınlık = özlem = umutsuzluk = suçluluk = mutluluk = üzüntü = gurur > pişmanlık = utanma şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlara göre katılımcılar en çok tikslenme ($X= 4.97$, $SS= 1.96$)

daha sonra da öfke ($X= 4.14$, $SS= 2.32$) yaratan olayların; en az da pişmanlık ($X= 2.55$, $SS= 2.39$) ve utanma ($X= 2.32$, $SS= 2.55$) ortaya çıkaran olayların nedenini diğer kişilere yüklemiştir.

Özel Koşullar / Aracılık: Duygu ortaya çıkarıcı olayların nedeninin özel koşullara yüklenmesinde duygular arasında ana etki anlamsız çıkmıştır [$F (11,728) = 1.20$ $p > .05$].

2) Neden: Güdü: Duygu ortaya çıkarıcı olaya kişinin kendisinin isteyerek neden olması ve olaya başka kişilerin isteyerek neden olması için yapılan ayrı ayrı ANOVA analizi sonuçları istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır [$F (11,734) = 3.96$; $F (11,731) = 2.75$; $p < .05$]. Olayın kişinin kendisinin isteyerek neden olması ve olaya başka kişilerin isteyerek neden olmasında duygular arasındaki farklılıkları Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; en çok gurur ($X= 3.98$, $SS= 2.49$), en az da öfke ($X= 1.46$, $SS= 2.41$) ortaya çıkaran olayları kişinin kendisinin isteyerek neden olduğu olaylar olarak değerlendirildiği; en çok tikslenme ($X= 4.08$, $SS= 2.46$), en az da utanma ($X= 1.98$, $SS= 2.64$) ve pişmanlık ($X= 2.57$, $SS= 2.62$) ortaya çıkaran olayların ise; başka kişilerin isteyerek neden olduğu yüklemesi yapılmıştır.

3) Çıktı Olasılığı: Bu boyut üç ayrı alt boyuttan oluşmaktadır:

Olay sonucunun tahmin edilebilirliği: olay sonucunun kişinin tahminleri yönünde oluşup oluşmadığının duygular arasında ana etkisi anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir [$F (11, 742) = 3.72$ $p < .05$]. olayın nasıl bir sonuç getirebileceğinin tahmin edilebilmesinde duygular arasındaki farklılıkları Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçları gurur > mutluluk = özlem > tikslenme = üzüntü = pişmanlık = umutsuzluk = suçluluk = şaşkınlık = öfke > korku = utanma şeklinde sıralamıştır. Bu sonuçlara göre; olayın sonucunun en çok gurur ($x: 3.85$, $ss: 2.28$), daha sonra mutluluk ($X= 3.49$, $SS= 1.98$) ve özlem ($X= 3.43$, $SS= 2.37$), en az da korku ($X= 2.05$, $SS= 2.63$) ve utanma ($X= 2.02$, $SS= 1.98$) yaratan olayların tahmin edilebildiği anlaşılmıştır.

Olay sonucunun kısa zamanda oluşabilme beklentisi: Olay sonucunun önceden tahmin edilebildiği ve sonucun kısa zamanda gerçekleşebileceği beklentisinin duygular arasında farkın ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F (11, 727) = 2.97$].

$p < .05$]. Olay sonucunun kısa zamanda oluşabilme beklentisinin duygular arasındaki farklılıkları Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > mutluluk = özlem = tikslenme = umutsuzluk = suçluluk = üzüntü = pişmanlık = korku > şaşkınlık = öfke olarak sıralanmıştır. Bu sonuçlar en çok gurur ($X=3.75, SS= 2.24$), en az da utanma ($X= 2.34, SS= 2.41$), şaşkınlık ($X= 2.34, SS= 2.40$) ve öfke ($X= 2.31, SS= 2.27$) yaratan olayların sonucunun kısa zamanda oluşabilme beklentisinin olduğunu göstermiştir.

Olayın tahmin edilebilirliğinin zor ve sonuçlarının uzak zamanda olma beklentisi: Olayın sonucunun tahmin edilebilirliğinin zor ve olayın sonuçlarının uzak zamanda olma beklentisinin duygular arasında farklılık yaratıp yaratmadığı yapılan ANOVA analizi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamsız çıkmıştır [$F(11, 740) = 1.77, p > .05$].

4) Beklentilerle tutarsızlık: Olayın beklenen şekilde ve beklenen zamanda olup olmadığının değerlendirilmesi duygular arasında anlamlı bir farklılık yaratmıştır [$F(11, 741) = 3.17, p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > mutluluk = özlem = tikslenme = umutsuzluk > üzüntü = öfke = pişmanlık = suçluluk = şaşkınlık = korku = utanma şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar gurur ($X= 3.79, SS= 2.40$) ortaya çıkaran olayların genellikle daha beklenilir olduğunu; üzüntü ($X= 2.48, SS= 2.60$), öfke ($X= 2.35, SS= 2.44$), pişmanlık ($X= 2.32, SS= 2.23$), suçluluk ($X= 2.29, SS= 2.41$), şaşkınlık ($X= 2.29, SS= 2.70$), korku ($X= 1.98, SS= 2.65$) ve utanma ($X= 1.89, SS= 2.42$) ortaya çıkaran olayların ise; daha az beklenilir olduğunu göstermektedir.

5) Amaca Yardımedilebilirlik: Olayın kişinin amaçlarına ulaşmasında yardım etmesi ya da amaçlarını engellemesi duygular arasında ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 736) = 24.90, p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk > gurur > özlem > şaşkınlık > korku = tikslenme = umutsuzluk = utanma = üzüntü = öfke = suçluluk = pişmanlık şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar mutluluk ($X= 5.20, SS= 1.14$) ortaya çıkaran olayların kişinin amaçlarına ulaşmasında daha çok yardım ettiğini gösterirken; korku ($X= 2.63, SS= 2.29$), tikslenme ($X= 2.21, SS= 2.19$), umutsuzluk ($X= 2.18,$

SS= 2.13), utanma (X= 2.06, SS= 1.83), üzüntü (X= 1.84, SS= 2.22), öfke (X= 1.82, SS= 1.88), suçluluk (X= 1.69, SS= 1.78) ve pişmanlık (X= 1.61, SS= 1.77) yaratan olayların kişinin amaçlarına ulaşmasını engellediği yönünde değerlendirilmiştir.

6) Aciliyet: Olayın hemen harekete geçilmesi gereken acil bir durum olmasının duygular arasında ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11, 750) = 2.31 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; korku > üzüntü = tikslenme = gurur = şaşkınlık = utanma = öfke = umutsuzluk = suçluluk = özlem > pişmanlık = mutluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar korku (X= 4.60, SS=: 2.28) ortaya çıkaran olayların hemen harekete geçilmesi gereken acil durumlar olduğunu gösterirken, pişmanlık (X= 3.01, SS= 2.41) ve mutluluk (X= 2.86, SS= 2.87) ortaya çıkaran olayların acil durumlar olmadığını göstermektedir.

D) Baş Edebilme Potansiyeli

Kontrol: Gerekli çaba sarfedildiğinde olayın engellenebilme veya değiştirilebilme kontrolünün olup olmadığını değerlendirmede duygular arasında ana etki anlamlı çıkmıştır. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; suçluluk > pişmanlık = umutsuzluk = tikslenme = üzüntü = utanma = gurur = korku = şaşkınlık = öfke = özlem > mutluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla suçluluk (X= 5.11, SS= 1.68), en az da mutluluk (X= 3.48, SS= 3.05) ortaya çıkaran olayların değiştirebilme veya engelleyebilme kontrolünün olduğunu göstermektedir.

Güç: olayın sonuçlarından kaçınabilme veya kişinin kendi avantajına değiştirebilme gücüne sahip olması duygular arasında ana etkisi anlamlı bir fark yaratmıştır [F (11, 748) = 2.81 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; suçluluk = pişmanlık = gurur = utanma > umutsuzluk = öfke = şaşkınlık = üzüntü = mutluluk = özlem = tikslenme > korku şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, en fazla suçluluk (X= 4.48, SS= 1.94), pişmanlık (X= 4.33, SS= 2.08), gurur (X= 4.16, SS= 2.58), utanma (X= 4.02, SS= 2.04), en az da korku (X= 2.64, SS= 2.55) ortaya çıkaran durumların

sonuçlarından kaçınabilme ya da kişinin kendi avantajına değiştirebilme gücüne sahip olduklarını göstermiştir.

Uyma: Olayın değiştirilemediği durumda duygu ortaya çıkarıcı olaya uyum sağlayabilmenin duygular arasında ana etkisi anlamlı bir fark çıkarmıştır [F (11, 751) = 4.62 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk > gurur = özlem = üzüntü = şaşkınlık = pişmanlık = tikslenme > suçluluk = umutsuzluk = utanma > korku = öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, en fazla mutluluk (X= 4.83, SS= 2.34) ortaya çıkarıcı olaya uyum sağlanabildiğini, korku (X= 3.02, SS= 2.60) ve öfke (X= 2.73, SS= 2.54) ortaya çıkarıcı olaya ise; uyum sağlanamadığını göstermektedir.

4) *Çaba:* Kişinin duygu ortaya çıkarıcı olayla baş edebileceğinden ne kadar emin olduğunu değerlendirmesinde duygu ana etkisi anlamlı bir fark yaratmıştır [F (11, 751) = 4.46].]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = mutluluk > özlem = şaşkınlık > öfke = tikslenme = pişmanlık = üzüntü = suçluluk = utanma = umutsuzluk > korku şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en çok gurur ve mutluluk, en az korku ortaya çıkaran olaylarla baş edebileceğinden emin olduklarını göstermektedir.

E) Standartlarla Uyuşabilirlik

İçsel Standartlarla Uyuşabilirlik: Bu alt boyut kendi içinde de iki boyuta ayrılmaktadır. Birincisi; duyguyu ortaya çıkaran olayın kişinin kendi davranışından kaynaklanması durumunda; olayla ilgili davranışların kişinin kendilik imajına uyup uymaması, ikincisi ise; olayı meydana getiren davranışların kişi için ahlaki ve etik açıdan kabul edilip edilmemesidir.

Olayın Kişinin Kendilik İmajına Uygunluğu; duygu ortaya çıkarıcı olayın kişinin kendi davranışından kaynaklanması durumunda olayı meydana getiren davranışların kişinin kendilik imajıyla uygun olup olmadığının duygular arasında ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11,725) = 10.80 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = özlem = mutluluk > şaşkınlık = korku = üzüntü > tikslenme = umutsuzluk = pişmanlık = öfke = utanma > suçluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar, en çok gurur (X= 4.35, SS=

2.36), özlem ($X= 4.33$, $SS= 2.50$) ve mutluluk ($X= 4.12$, $SS= 2.34$) ortaya çıkaran olayların kişilerin kendilik imajıyla uyduğunu; suçluluk ($X= 1.13$, $SS= 2.06$) ortaya çıkaran olayların ise kişilerin kendilik imajıyla uymadığını göstermektedir.

Ahlaki Davranışlar; Olayı oluşturan davranışların ahlaki ve eti açıdan kabul edilip edilmediği duygular arasında anlamlı bir ana etki yaratmıştır [$F (11, 739) = 15.08$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = mutluluk > özlem > umutsuzluk > korku = üzüntü = şaşkınlık = utanma = pişmanlık > suçluluk = tikslenme > öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların, en fazla gurur ($X= 5.66$, $SS= 1.59$) ve mutluluğa ($X= 5.53$, $SS= 1.45$) yol açan davranışların ahlaki ve etik açıdan kabul edildiğini; en az da öfkeye ($X= 1.59$, $SS= 2.46$) neden olan davranışların ahlaksız ve etik olarak kabul edilemeyeceğini belirttiklerini göstermektedir. Utanmaya neden olan davranışlar ilginç bir şekilde daha ahlaki olarak değerlendirilmemiştir. Belki de kültür etkisi dikkate alındığında böyle bir fark görebiliriz.

Dışsal Standartlarla Uyuşabilirlik: Bu alt boyutta kendi içinde iki alt boyuta ayrılmaktadır: Birincisi; olayın sonuçlarının adaletsizlik yaratıp yaratmadığı, ikincisi ise; olayı oluşturan davranışların yasaları ya da sosyal normları çiğneyip çiğnememesidir.

Olayın Adaletsizliği: Olayın sonuçlarının adaletsiz ya da eşitsizlik yaratıp yaratmadığı duygular arasında anlamlı bir ana etki yaratmıştır [$F (11, 746) = 5.04$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; tikslenme = suçluluk = öfke > korku = pişmanlık > umutsuzluk > şaşkınlık = utanma = üzüntü = özlem = gurur > mutluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların en fazla tikslenme ($X= 4.26$, $SS= 2.66$), suçluluk ($X= 4.20$, $SS= 2.51$) ve öfke ($X= 4.10$, $SS= 2.35$) ortaya çıkaran olayların sonucunda adaletsizlik olduğunu değerlendirirken, en az da mutluluk ($X= 2.03$, $SS= 2.79$) ortaya çıkaran olayların sonucunda adaletsizlik olduğunu değerlendirmişlerdir.

Olayın Sosyal Normları Çiğnemesi: Olayı meydana getiren davranışların yasaları ya da sosyal normları çiğneyip çiğnemediğinin değerlendirilmesinde duygu için ana etki anlamlı çıkmıştır [$F (11, 739) = 4.86$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; korku = tikslenme = öfke = pişmanlık > üzüntü = umutsuzluk = utanma = şaşkınlık = suçluluk = özlem =

gurur > mutluluk şeklinde sıralanmaktadır. Bu sonuçlar katılımcıların en çok korku ($X= 4.43$, $SS= 2.96$), tikslenme ($X= 4.39$, $SS= 2.70$), öfke ($X= 4.27$, $SS= 2.74$) ve pişmanlığa ($X= 4.27$, $SS= 2.76$) neden olan olaylardaki davranışların sosyal norm ve değerleri çiğnediğini, mutluluk ($X= 1.81$, $SS= 2.94$) ortaya çıkaran davranışların ise; sosyal norm ve değerleri çiğnemediğini belirtmişlerdir.

F) Olay Üzerinde Kontrol

Özel Koşullar / Kontrolü: Duygu ortaya çıkaran olayın meydana gelmesinde özel koşulların kontrolü olup olmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 750) = 3.26$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > öfke = tikslenme = şaşkınlık = mutluluk = umutsuzluk = suçluluk > pişmanlık = özlem = utanma = üzüntü = korku şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların en çok gurur ($X= 4.13$, $SS= 2.00$), en az da pişmanlık ($X= 2.84$, $SS= 2.28$), özlem ($X= 2.76$, $SS= 2.32$), utanma ($X= 2.57$, $SS= 2.42$), üzüntü ($X= 2.54$, $SS= 2.26$) ve korku ($X= 2.43$, $SS= 2.63$) ortaya çıkaran olayların meydana gelmesinde özel koşulların aracı olduğunu belirtmişlerdir.

Kendi / Kontrolü: Duygu ortaya çıkaran olayın meydana gelmesinde kişinin kendisinin kontrolü olup olmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 752) = 11.48$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = suçluluk = mutluluk = utanma = pişmanlık > umutsuzluk = özlem > şaşkınlık = üzüntü = öfke = tikslenme > korku şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların, en fazla gurur ($X= 4.43$, $SS= 2.07$), suçluluk ($X= 4.08$, $SS= 1.73$), mutluluk ($X= 4.03$, $SS= 2.18$), utanma ($X= 3.90$, $SS= 2.15$) ve pişmanlık ($X= 3.86$, $SS= 1.88$) ortaya çıkaran olaylarda kişinin kendisinin olay üzerinde kontrole sahip hissettiklerini; korku ($X= 1.78$, $SS= 2.34$) ortaya çıkaran olaylarda ise; olay üzerinde kontrole sahip olmadıklarını düşünmüşlerdir.

Diğeri / Kontrolü: Duygu ortaya çıkaran olayın meydana gelmesinde diğer kişilerin kontrolü olup olmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [$F(11, 748) = 3.08$ $p < .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık

Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; tiksizme = öfke > gurur > özlem = umutsuzluk = mutluluk = şaşkınlık = suçluluk = üzüntü = korku = utanma > pişmanlık şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlara göre; katılımcılar en fazla tiksizme (X= 3.55, SS= 2.24) ve öfke (X= 3.48, SS= 2.24) en az da pişmanlık (X= 1.92, SS= 2.02) ortaya çıkaran olayların oluşmasında diğerk kişilerin kontrolü olduğunu değerlendirmiştir.

Herhangi birisi / Kontrolü: Olayın oluştuğı özel koşullar dışında herhangi bir kişinin olay üzerinde kontrolü olup olmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmasına [F (11, 746) = 2.63 p< .05] rağmen yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarında duygular farklılık göstermemiştir.

G) Benlik

Kişinin Kendi Benlik Değeri: Duygu ortaya çıkarıcı olayın kişinin kendi benlik değerini, öz saygısını artırıp artırmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı bir fark yaratmıştır [F (11, 747) = 18.80 p< .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk = gurur = özlem > şaşkınlık = tiksizme > korku = öfke > üzüntü = umutsuzluk > pişmanlık = utanma > suçluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar mutluluk (X= 5.34, SS= 1.19) gurur (X= 5.27, SS= 1.60) ve özlem (X= 5.02, SS= 1.57) ortaya çıkaran olayların kişinin benlik değerine daha olumlu bir etkiye sahip olduğunu gösterirken, suçluluk (X= 2.32, SS= 1.78) ortaya çıkaran olayların ise kişinin benlik değerinde olumsuz bir etki yarattığı anlaşılmaktadır.

Başka Kişilerin Benlik Değeri: Duygu ortaya çıkarıcı olayın kişinin gözünde başka kişilerin benlik değerini, öz saygısını artırıp artırmadığının değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı bir fark yaratmıştır [F (11, 749) = 4.46 p< .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; özlem = mutluluk > gurur = şaşkınlık = suçluluk = korku = umutsuzluk = pişmanlık > utanma = üzüntü = tiksizme > öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar özlem (X= 4.67, SS= 1.78) ve mutluluk (X= 4.66, SS= 1.50) ortaya çıkaran olayların kişinin gözünde başkalarının benlik değerine daha olumlu bir etkiye sahip olduğunu gösterirken, öfke (X= 2.98, SS= 2.28) ortaya çıkaran olayların ise

kişinin gözünde diğerlerinin benlik değerinde olumsuz bir etki yarattığı anlaşılmaktadır.

H) Norma Uygunluk

Kişinin Kendi Normlarına Uygunluk: Kişinin duygu ortaya çıkarıcı olay karşısında hissettiği duygunun hangi oranda o duruma uygun düşüp düşmediğinin duygu ana etkisi anlamsız çıkmıştır [F (11, 734) = 1.36 p > .05].

Diğerleri Normlara Uygunluk: Kişinin yaşadığı olay karşısında hissettiği duygunun hangi oranda başka kişiler tarafından uygun görüldüğünün değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11, 748) = 5.22 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = mutluluk > özlem = şaşkınlık > korku = tikslenme = üzüntü > öfke = utanma = umutsuzluk = pişmanlık > suçluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar gurur (X= 4.87, SS= 1.60) ve mutluluk (X= 4.76, SS= 1.60)ortaya çıkaran olayların diğerleri tarafından daha uygun karşılanabileceğini; suçluluk (X= 3.04, SS= 2.54) yaratan olayların ise; diğerleri tarafından uygun görülmediği değerlendirilmiştir.

I) Dayanılabilirlik

Kişinin duygu ortaya çıkarıcı olaya katlanmakta güçlük çekip çekmediğinin değerlendirilmesinde duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11,751) = 9.84 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk = gurur > özlem = şaşkınlık = utanma = pişmanlık = korku = tikslenme = üzüntü = öfke = suçluluk > umutsuzluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olaylara katlanmakta güçlük çekilmediğini; umutsuzluk ortaya çıkaran olaylara ise katlanmanın daha zor olduğunu göstermiştir.

4.4.3.4. Duyguların İfade Edilmesi ile İlgili Anova Sonuçları

Hissedilen Duygunun Başka Kişilerden Gizlenmesi ya da Bastırılması:

katılımcıların hissettikleri duyguyu başka kişilerden saklamaya veya bastırmaya çalışmasının yapılan ANOVA analiz sonuçlarına göre ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11, 752) = 4.11 p < .05, $\eta^2 = .05$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; İ suçluluk = üzüntü = umutsuzluk = utanma > tikslenme = özlem = pişmanlık = öfke = korku = şaşkınlık > gurur = mutluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla suçluluk (X= 3.93, SS= 1.95), üzüntü (X= 3.69, SS= 2.02) duygularının başka kişilerden gizlendiğini gösterirken, en az gurur (X= 2.11, SS= 2.27) ve mutluluk (X= 2.07, SS= 2.50) duygularının başka kişilerden gizlendiğini göstermektedir. Bu sonuçlara göre; en çok bastırılan duyguların olumsuz ve sosyal duygular olduğunu, en az bastırılan duyguların ise; olumlu duygular olduğunu belirtmektedir.

Diğerlerinin Benzer Duygu Yaşamaları:

Başka kişilerin olayı yaşayan kişiyle aynı olayı yaşamaları durumunda aynı duyguyu hissedip hissetmediği duygular arasında Anova sonuçlarına göre anlamlı bir etki göstermiştir [F (11,745) = 3.21 p < .05]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > korku = mutluluk = şaşkınlık = umutsuzluk = tikslenme = pişmanlık = öfke = utanma = özlem = üzüntü > suçluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların yaşadığı aynı olayı başka kişilerinde yaşamaları durumunda en çok gurur (X= 4.98, SS= 1.28) duygusunun, en az da suçluluk (X= 4.00, SS= 1.83) duygusunun benzer yaşanabildiğini düşündüklerini ifade etmektedir.

Başka Kişilerin Hissettikleri Duyguyu Gizlemesi:

Başka kişilerin aynı olay karşısında hissettikleri duyguyu hangi oranda gizleyip gizlemediğinin duygular arasında yapılan ANOVA analiziyle ana etkisi anlamlı çıkmıştır [F (11, 750) = 4.28 p < .05, $\eta^2 = .059$]. Duygu ortalamalarındaki bu farklılık Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; utanma > üzüntü = suçluluk = pişmanlık = öfke = umutsuzluk > tikslenme = korku = şaşkınlık = özlem = mutluluk > gurur şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar katılımcıların en çok utanma (X= 3.95, SS= 1.94) duygusunun, en az da gurur (X= 1.80, SS= 2.23) duygusunun başka kişilerin de

gizleyebileceğini düşündüklerini göstermektedir. Buradan hareketle; yukarıdaki sonuçların desteklendiğini söylemek mümkündür. En çok bastırılan duyguların sosyal ve olumsuz duygular olduğu; an az da olumlu duyguların bastırıldığı yorumunu yapabiliriz.

Tablo 28.
Her Bir Anımsanan Duygu Deneyimi İçin Tüm Anamlı Testler Ve Etki Büyüklüğüyle Değerlendirme Boyutlarının Ortalamaları ve Anova Sonuçları

BOYUTLAR	M	Ş	K	U	Um	G	Ö	S	T	Ü	Öf	P	F	η^2
Temel Hoşnutluk	5.74	2.43	0.75	1.11	1.22	4.76	4.26	1.04	0.90	1.79	1.05	1.45	39.73*	.40
Anılık	3.36	5.14	4.66	4.48	3.50	3.03	3.40	3.92	4.28	3.69	4.24	3.40	4.55*	.06
Aşinalık	2.01	1.61	1.29	1.11	2.02	2.83	2.82	1.66	1.72	1.11	1.50	1.61	4.39*	.06
Tahmin edilebilirlik	3.06	1.62	1.71	2.50	3.12	4.00	3.52	3.01	2.27	2.76	2.04	3.10	5.99*	.08
Amaç/ İhtiyaç Önemi	5.29	4.86	4.37	4.21	5.08	4.97	4.82	4.56	4.19	4.63	4.39	4.47	2.18*	.03
Neden: Kendi Aracı	4.16	3.45	2.71	3.90	4.08	4.77	3.35	4.48	2.57	3.34	2.29	4.52	6.99*	.09
Neden: Başka kişi Aracı	2.87	3.46	3.56	2.32	3.02	2.80	3.41	2.90	4.97	2.85	4.15	2.56	4.68*	.07
Neden: Özel Koşullar Aracı	3.48	3.38	4.05	2.98	3.19	3.41	3.10	3.00	2.71	2.85	3.05	2.61	1.20	.02
Neden: Kendin İsteyerek	3.54	2.13	2.65	1.90	2.74	3.98	3.10	2.77	2.47	3.01	1.47	2.67	3.96*	.06
Neden: Başkası İsteyerek	3.40	3.37	3.20	1.98	3.48	3.82	3.16	2.90	4.08	3.03	3.92	2.57	2.75*	.04
Olayın Sonuç Tahmini	3.49	2.45	2.05	2.02	2.73	3.85	3.44	2.62	3.18	3.11	2.40	2.98	3.72*	.05
Olay tahmini Kısa Zaman	3.53	2.34	2.54	2.33	3.40	3.75	3.48	2.93	3.46	2.83	2.32	2.81	2.97*	.04
Olay Tahmini Uzak Zaman	2.93	3.36	3.89	3.35	2.67	2.38	3.27	3.22	3.31	3.28	3.05	2.67	1.77	.02
Beklentilerle Tutarsızlık	3.25	2.29	1.98	1.89	2.65	3.79	3.07	2.29	2.98	2.47	2.35	2.32	3.17*	.04
Amaca Yardımedilebilirlik	5.20	3.5	2.63	2.06	2.18	4.73	4.11	1.69	2.21	1.84	1.82	1.61	24.90*	.02
Aciliyet	2.86	4.02	4.60	3.98	3.77	4.05	3.30	3.75	4.07	4.14	3.83	3.02	2.32*	.03
Baş edebilme: Kontrol	3.48	3.72	3.77	4.03	4.60	3.99	3.65	5.12	4.38	4.04	3.68	4.67	2.38*	.03
Baş edebilme: Güç	1.98	3.67	4.25	3.90	4.91	2.64	3.54	4.68	4.38	4.50	4.52	4.12	9.84*	.13
Baş edebilme: Uyma	4.83	3.89	3.02	3.11	3.18	4.58	4.47	3.19	3.38	3.94	2.73	3.50	4.62*	.06

M: Mutluluk, Ş: Şaşkınlık, K: Korku, U: Utanma, Um: Umutsuzluk, G: Gurur, Ö: Özlem, S: Suçluluk, T: Tiksinme, Ü: Üzüntü, Öf: Öfke, P: Pişmanlık.

* p < .05.

Tablo 28.

Her Bir Anımsanan Duygu Deneyimi İçin Tüm Anlamlı Testler Ve Etki Büyüklüğüyle Değerlendirme Boyutlarının Ortalamaları ve Anova Sonuçları (Devamı).

BOYUTLAR	M	Ş	K	U	Um	G	Ö	S	T	Ü	Öf	P	F	η^2
İçsel Standart: kendi İmajına Uyuma	4.12	3.30	3.28	1.37	2.12	4.35	4.33	1.13	2.63	3.05	1.89	2.05	10.81*	.01
Dışsal Standart: Adillik	2.03	3.09	3.93	2.84	3.71	2.38	2.58	4.20	4.26	2.82	4.11	3.89	5.04*	.07
Dışsal Standart: Ahlakilik	5.53	3.52	3.81	3.13	4.30	5.66	5.15	2.80	2.75	3.57	1.59	3.03	15.08*	.18
Dışsal Standart: Sosyal Norm Çiğne	1.81	3.21	4.43	3.74	3.75	2.48	3.05	3.05	4.39	3.98	4.27	4.27	4.86*	.07
Kontrol / Özel Koşullar	3.42	3.49	2.43	3.24	2.76	4.13	2.76	3.11	3.51	2.55	3.72	2.84	3.27*	.05
Kontrol / Kendisi	4.03	2.46	1.78	3.90	3.61	4.43	2.91	4.08	2.13	2.33	2.22	3.86	11.48*	.01
Kontrol / Başkaları	2.70	2.62	2.44	2.17	2.74	3.23	2.89	2.53	3.55	2.51	3.48	1.92	3.08*	.04
Kontrol / Herhangi Birisi	2.18	2.49	1.84	1.95	2.38	2.95	2.05	1.92	3.02	1.85	2.92	1.70	2.63*	.04
Kendi Benlik Değeri	5.34	4.51	3.98	2.61	3.23	5.27	5.02	2.32	4.47	3.43	3.83	2.74	18.80*	.02
Diğeri Benlik Değeri	4.66	4.16	3.93	3.43	3.85	4.32	4.67	3.96	3.21	3.34	2.98	3.55	4.46*	.02
Kendi Normlarına Uygunluk	4.93	4.34	3.93	4.34	4.29	4.47	4.27	3.75	4.32	4.29	4.09	4.00	1.36	.02
Diğerleri Normlara Uygunluk	4.76	4.23	4.16	3.42	3.41	4.87	4.56	3.05	4.03	3.70	3.49	3.34	5.22*	.07
Dayanılabilirlik	4.11	3.68	2.65	3.60	3.45	4.40	3.77	3.88	3.29	3.38	3.65	3.84	3.54*	.05

M: Mutluluk, Ş: Şaşkınlık, K: Korku, U: Utanma, Um: Umutsuzluk, G: Gurur, Ö: Özlem, S: Suçluluk, T: Tiksinişme, Ü: Üzüntü, Öf: Öfke, P: Pişmanlık.

* p < .05.

4.4.3.5. Değerlendirme Boyutlarında Duygu ve Kültür Ana Etkileri

Değerlendirme boyutlarında duygu çeşidi ve kültür ana etkisini ölçmek için MANOVA analiziyle test edilmiştir. Kültür bağımsız değişkeni 4 ilişki tipinde (sosyal uyum, sosyal kimlik, özdenetim ve sosyal paylaşımın kabullenilmesi) ve genel bireycilik – toplulukçuluk değişkeninde incelenmiştir. Fakat kültür değişkenleri devamlı değişken olduğundan ilk önce değişkenlerin meydanları alınarak kategorik değişken haline getirilmiştir. Buna göre; sosyal uyum değişkeninin medyanı 4.50 (Sosyal uyum düşük > 4.50 > Sosyal uyum yüksek), Sosyal kimlik değişkeninin medyanı 2.30 (sosyal kimliği düşük > 2.30 > sosyal kimliği yüksek), Özdenetim değişkeninin medyanı 3.75 (özdenetimi yüksek>3.75> özdenetimi düşük), Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi değişkeninin medyanı 2.21 (sosyal paylaşımın kabullenilmesi yüksek > 2.21> sosyal paylaşımın kabullenilmesi düşük) ve son olarak genel bireycilik-toplulukçuluk değişkeninin medyanı 3.52 (toplulukçuluk > 3.52 > bireycilik) çıkmıştır.

Manova analizi sonuçlarına göre; değerlendirme boyutlarında duygular arasında anlamlı bir farkın olduğu gözlenmiştir [(F (352, 4255) = 2.62, Wilks' Lambda = .13, $\eta^2 = .17$, $p < .05$]. Daha önce değerlendirme boyutlarında duygular arası farklılıklar ayrıntılı bir şekilde yorumlanmıştır. Kültür ana etkisinde ise; değerlendirme boyutlarında sosyal uyum [F (32, 405) = 1.15, Wilks Lambda = .91, $\eta^2 = .08$, $p < .05$] ve genel bireycilik – toplulukçuluk [F (32, 405) = .90, Wilks Lambda = .93, $\eta^2 = .07$, $p < .05$] arasında anlamsız bir fark çıkarken; Sosyal Kimlik [F (32, 405) = 1.64, Wilks' Lambda = .89, $\eta^2 = .12$, $p < .05$]; Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi (F [32, 405] = 1.80, Wilks' Lambda = .87, $\eta^2 = .13$, $p < .05$) ve Öz Denetim [F (32, 405) = 1.54, Wilks' lambda = .89, $\eta^2 = .11$, $p < .05$] arasında anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir.

Ayrıca yapılan MANOVA analizinde duygu çeşidi ve 5 kültür değişkeninin karşılıklı etkileşimlerine de bakılmıştır. Etkileşim sonuçlarına göre; Duygu Çeşidi X Genel Bireycilik – Toplulukçuluk (F [352, 4255] = 1.15, Wilks Lambda = .39,

$\eta^2 = .08$, $p < .05$), Duygu Çeşidi X Öz Denetim değişkenlerinde (F [352, 4255]= 1.17, Wilks Lambda = .38, $\eta^2 = .08$, $p < .05$) karşılıklı etkileşim anlamlı çıkarken, Duygu Çeşidi X Sosyal Uyum (F [352, 4255] = .92, Wilks Lambda = .47, $\eta^2 = .07$, $p > .05$), Duygu Çeşidi X Sosyal Kimlik (F [352, 4255] = .91, Wilks Lambda = .47, $\eta^2 = .07$, $p > .05$) ve Duygu Çeşidi X Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi (F [384, 4600] = 1.0, Wilks Lambda = .40, $\eta^2 = .07$, $p > .05$) karşılıklı etkileşimleri istatistiksel olarak anlamsız çıkmıştır.

Değerlendirme boyutlarının Sosyal Kimlik ana etkisine göre; Dışsal standartlarla uyusabilirlik boyutunun sosyal norm çığneme alt boyutunda (F [1,436] = 4.66, $\eta^2 = .01$, $p < .05$), olaya güdüsel neden etkisinde olaya başka kişilerin isteyerek neden olması alt boyutunda (F[1, 436] = 9.89, $\eta^2 = .02$, $p < .05$), olayın tahminin zor ve sonuçlarının uzak zamanda oluşma beklentisinde (F [1, 436] = 3.93, $\eta^2 = .009$, $p < .05$), amaca yardım edilebilirlik (F[1, 436] = 5.58, $\eta^2 = .01$, $p < .05$) ve kendi benlik değeri boyutunda (F [1,436] = 10.98, $\eta^2 = .02$, $p < .05$) anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmıştır. Bu sonuçlara göre; sosyal kimliği düşük olan katılımcılar (X= 3.83, SS= 3.07) sosyal kimliği yüksek olan katılımcılara göre (X= 3.22, SS= 2.99) olayı meydana getiren davranışların yasaları ve sosyal normları daha fazla çığnediğini belirtmişlerdir. Ayrıca sosyal kimliği düşük olan katılımcılar (x: 3.47, SS= 2.86) yüksek olan katılımcılara (X= 2.94, SS= 2.72) göre duygu ortaya çıkaran olayları başka kişilerin isteyerek neden olduğunu daha yüksek oranda değerlendirmişlerdir. Ayarica yine, sosyal kimliği düşük olan katılımcılar (X= 2.96, SS= 2.36) sosyal kimliği yüksek olan katılımcılara (X= 2.61, SS= 2.28) göre; duyguya neden olayların kendi amaçlarına ulaşmada daha fazla yardım ettiğini değerlendirmişlerdir. Son olarak, sosyal kimliği düşük olan katılımcılar (X= 4.15, SS= 2.14) sosyal kimliği yüksek olan katılımcılara göre (X= 3.64, SS= 2.11) yaşadıkları olayların kendi benlik değerini pozitif yönde daha çok etkilediğini, benlik değerini daha çok arttırdığını belirtmiştir.

Değerlendirme boyutlarının Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi ana etkisine göre; Dışsal standartlarla uyusabilirlik Adillik alt boyutunda (F [1,436] = 4.53, $\eta^2 = .01$, $p < .05$); Kontrol / Herhangi birisi boyutunda (F [1,436] = 7.67, $\eta^2 = .02$,

$p < .05$), Kontrol / Başka Kişi(ler) boyutunda ($F [1,436] = 3.90, \eta^2 = .01, p < .05$) anlamlı farklılıklar olduğu gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre; sosyal paylaşımlarının kabullenilmesi düşük olan katılımcıların ($X= 3.14, SS= 2.90$) yüksek olan bireylere ($X= 3.49, SS= 2.76$) göre olayın sonuçlarını daha adaletsiz ya da eşitsiz olarak değerlendirdikleri anlaşılırken; sosyal paylaşımlarının kabullenilmesi yüksek olan katılımcıların düşük olan katılımcılara göre olay üzerinde başka kişilerin ve özel koşulların kontrolü olduğunu daha fazla belirtmiştir.

Değerlendirme boyutlarının Öz denetim (Self Kontrol) ana etkisine göre; diğerleri kontrolü boyutunda ($F [1,436] = 4.78, \eta^2 = .00$); Baş edebilme yeteneği boyutunun uyma alt boyutunda ($F [1, 436] = 3.71, \eta^2 = .01$) ve diğerleri norm uygunluk boyutunda ($F [1,436] = 4.91, \eta^2 = .01$) anlamlı farklılıklar olduğu gözlenmiştir. bu sonuçlara göre; öz denetimi yüksek olan katılımcılar ($X= 2.85, SS= 2.25$) özdenetimi düşük olan katılımcılara ($X= 2.60, SS= 2.25$) göre olaylar üzerinde başka kişilerin kontrolü olduğunu; aynı zamanda özdenetimi yüksek olan katılımcılar ($X= 3.77, SS= 2.65$) özdenetimi düşük olan katılımcılara ($X= 3.46, SS= 2.56$) göre olayın değiştirilemediği durumlarda o olaya uyum sağlayabildiklerini belirtmiştir. Son olarak özdenetimi düşük olan katılımcılar ($X= 4.23, SS= 2.10$) öz denetimi yüksek olan katılımcılara ($X= 3.57, SS= 2.16$) göre yaşadıkları olay karşısında hissettikleri duygunun başka kişiler tarafından daha uygun görüldüğünü belirtmiştir.

Değerlendirme boyutlarının Duygu Çeşidi X Bireycilik – Toplulukçuluk etkileşiminde olayın tahmin edilebilirlik boyutu ($F [11, 436] = 1.90, \eta^2 = .05, p < .05$), Özel Koşullar Aracı boyutu ($F [11,436] = 2.06, \eta^2 = .05, p < .05$), Baş edebilme Yeteneği Kontrol alt boyutu ($F [11, 436] = 2.46, \eta^2 = .06, p < .05$) ve Kendi Kontrolü boyutlarında ($F [11,436] = 1.87, \eta^2 = .05, p < .05$) anlamlılık olduğu gözlenmiştir. Anlamlı çıkan değerlendirme boyutlarında; Duygu Çeşidi X Bireycilik – Toplulukçuluk etkileşiminin nereden kaynaklandığını anlayabilmek için her bir anlamlı çıkan değerlendirme boyutu için Basit ANOVA testi yapılmıştır.

Tahmin edilebilirlik boyutu için test edilen etkileşimin sonuçları incelendiğinde; mutluluk ($F [1,57] = .00, \eta^2 = .00, p > .05$), üzüntü, suçluluk, utanma, gurur, tikslenme, öfke, şaşkınlık, özlem, umut ve korku ortaya çıkaran olaylarda anlamlı bir farklılık çıkmazken; sadece pişmanlığa neden olan olaylarda ($F [1,56] = 5.71, \eta^2 = .09, p < .05$) anlamlı bir fark gözlenmiştir. Bu sonuçlar pişmanlık yaratan olayların gerçekleşmesini bağımsız kişilik özelliği gösteren katılımcılara göre ($X= 2.21, SS= 2.43$) bağımlı kişilik özelliği gösteren katılımcıların ($X= 3.68, SS= 2.43$) daha çok tahmin edebildiklerini göstermektedir.

Olaya Özel koşulların Aracı olması sonuçlarına göre; üzüntü, suçluluk, utanma, gurur, tikslenme, öfke, şaşkınlık, özlem, umut ve mutluluk duygularında anlamlı etki çıkmazken; korku ($F [1,57] = 4.24, \eta^2 = .07$) ve pişmanlık ($F [1,53] = 4.87, \eta^2 = .08, p < .05$) duygularında etkileşim anlamlı çıkmıştır. Bu sonuçlar; korku ortaya çıkaran olaylara özel koşulların aracılık etmesi yönündeki değerlendirmeye bağımsız kişilik özelliği gösteren katılımcıların ($X= 4.67, SS= 2.63$) bağımlı kişilik özelliği gösteren katılımcılara ($X= 3.17, SS= 2.94$) göre daha fazla oranladıkları ortaya çıkarmıştır. Ayrıca korkunun tersine; pişmanlık ortaya çıkaran olaylarda, bağımlı kişilik özelliği gösteren katılımcıların ($X= 3.0, SS= 2.45$) bağımsız kişilik özelliği gösteren katılımcılara ($X= 1.59, SS= 2.11$) göre özel koşulların daha çok aracı olduğu belirtilmiştir.

Gerekli çaba gösterildiğinde olayı değiştirebilme veya engelleyebilme kontrolü sonuçlarında ise; üzüntü, suçluluk, utanma, tikslenme, özlem, umut, mutluluk, korku ve pişmanlık ortaya çıkaran duygularda Basit Anova etkisi anlamsız çıkarken, şaşkınlık ($F [1,57] = 13.19, \eta^2 = .19, p < .05$), öfke ($F [1,57] = 4.10, \eta^2 = .06, p < .05$) ve gurur ($F [1,56] = 7.11, \eta^2 = .11, p < .05$) duygularında etkileşim anlamlı çıkmıştır. Bu sonuçlara göre; şaşkınlık ve gurur ortaya çıkarıcı olayları bağımlı kişilik özelliği gösteren katılımcılardan (şaşkınlık için; $X= 2.45, SS= 2.76$; gurur için, $X= 2.87, SS= 3.09$) bağımsız kişilik özelliği gösteren katılımcılar (şaşkınlık için, $X= 4.77, SS= 2.11$; gurur için, $X= 4.89, SS= 2.66$) olayı değiştirebilme ya da engelleyebilme kontrolüne daha çok sahip olduklarını oranlamıştır. Fakat öfke ortaya çıkaran durumlar için sonuç tam tersine çıkmıştır.

Bağımlı kişilik özelliği gösteren katılımcılar ($X= 4.18$, $SS= 1.88$) öfke orataya çıkaran durumları bağımsız kişilik özelliği gösteren katılımcılara ($X= 3.0$, $SS= 2.58$) göre engelleyebilme ya da değiştirebilme kontrolüne daha fazla sahip olduklarını değerlendirmiştir.

Son olarak, duygu çeşidi X Bireycilik – Toplulukçuluk Karşılıklı etkileşiminde anlamlı çıkan kendi kontrolü boyutu için Basit Anova sonuçları incelendiğinde; duygular arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlenmiştir. Ancak duyguların ortalamaları incelendiğinde; bağımsız benlik yapısındaki katılımcıların (mutluluk, $X= 4.54$, $SS= 1.81$; üzüntü, $X= 2.50$, $SS= 2.46$; öfke, $X= 2.50$, $SS= 1.88$) mutluluk, üzüntü ve öfke ortaya çıkaran olaylar üzerinde bağımlı benlik yapısındaki katılımcılara (mutluluk, $X= 3.66$, $SS= 2.36$; üzüntü, $X= 1.92$, $SS= 2.38$; öfke, $X= 1.68$, $SS= 1.93$) göre kendi kontrollerini daha çok görürken; bağımlı benlik yapısındaki katılımcıların (gurur, $X= 4.64$, $SS= 1.79$; pişmanlık, $X= 4.12$, $SS= 1.92$) bağımsız benlik yapısındaki katılımcılara (gurur, $X= 4.07$, $SS= 2.39$; pişmanlık, $X= 3.76$, $SS= 1.89$) göre gurur ve pişmanlık yaratan olaylar üzerinde kendi kontrollerini daha fazla algılamıştır.

Duygu Çeşidi X Öz Denetim etkileşiminde MANOVA anlamlı çıkmasına rağmen, değerlendirme boyutlarının hangisinde farklılık olduğunu incelediğimizde; tüm değerlendirme boyutlarında ANOVA ana etkisi anlamsız çıkmıştır.

4.4.3.6. Kuramsal Olarak Oluşturulan Değerlendirme Boyutları İçin Faktör Analizi

Bu çalışmada teoriksel olarak yordanan 10 temel ve bu temel boyutların alt boyutlarından oluşan toplam 32 bilişsel değerlendirme boyutuna odaklanılmıştır. Bu bilişsel boyutları daha az boyut haline getirebilmek için duygusal durumların tepkiler arasındaki korelasyonlarının ilkesel – unsur analizini (temel bileşenler analizi) test ettik. Temel bileşenler analizinde scree plot'ın kırılma noktaları incelendiğinde, 5 ya da 6 boyutsal çözüm önerilmiştir. Ancak Varimax Rotasyonu 5 boyutsal çözümün 6'lı boyutsal çözüme göre daha yorumlanabilir olduğunu göstermiştir (bknz Tablo 30). Ayrıca 5 boyutlu faktör arasında korelasyonlarda oldukça yüksek çıkmıştır. Boyutları oluşturan maddelerin .30 ve üzeri değerlere yüklenenler dikkate alınmış ve 2 maddenin .30'dan düşük değer aldığı için hiçbir boyuta yüklenememiştir. Bu faktörlerin tümü varyansın % 43.30 'unu açıklayabilmektedir (bknz. Tablo 29).

İlk faktör (*Benlik Değeri*), temel hoşnutluk, dışsal standartlarla uyuşabilirlik: Ahlakilik, içsel standartlar, amaca yardımı edilebilirlik, baş edebilme potansiyeli: Uyma, kendi benlik değeri, diğerleri benlik değeri, dayanılabilirlik ve diğerleri norma uygunluk teoriksel boyutlarından oluşmaktadır (α : .68). Kişinin kendi benlik değerini arttıran olaylar, aynı zamanda zevk veren, olaya katlanmakta güçlük çekilmeyen, diğerlerinin gözünde de benlik değerini yükseltiren, amaçlara ulaşmayı engelleyemeyen olaylar olarak değerlendirilmiştir.

İkinci faktör (*Olayın Beklenirliği*); anilik, aşinalık, tahmin edilebilirlik, olayın sonuç tahmini, beklentilerle tutarsızlık ve olay tahmininin kolay ve sonucun kısa zamanda gerçekleşmesi boyutlarından oluşmaktadır (α : .62). Duygu ortaya çıkaran olayın beklenen şekilde ve zamanda olması, aynı zamanda o olayın tahmin edilebilirliğini, o olaya aşinalığı ve olayın nasıl sonuçlanacağını da etkilemektedir.

Üçüncü faktör (*Olay Sonucunun Sosyal Normlara Uygunluğu*); Adillik, Sosyal Normları Çığneme, özel koşullar aracı, uzak tahmin, baş edebilme potansiyeli

kontrol alt boyut ve aciliyet boyutlarından oluşmaktadır (α : .52). Olayın sonucunun eşitsizlik yada adaletsizlik yaratması, olayın sosyal normları çiğnemesini, olaya özel koşulların aracılık etmesini, olayı değiştirebilme ya da engelleyebilme kontrolüne sahip olunmadığını ve harekete geçilmesi gereken acil bir olay olmadığını göstermektedir.

Dördüncü faktör (***Diğerleri Kontrolü***); Aracı – Başkaları, Diğer – Günü, Kontrol – Özel Koşullar, Kontrol – Herhangi bir kişi ve Kontrol – Diğer boyutlarından oluşmaktadır (α : .74). Olayın kontrolünün başka kişilerin elinde olması, olaya başka kişilerin aracılık ettiğini ve başka kişilerin olaya isteyerek neden olduğunu göstermektedir.

Son olarak beşinci faktör (***Kendi Kontrolü***); kendi – aracı, olaya kişinin isteyerek neden olması, kendi kontrolü ve güç boyutlarından oluşmaktadır (α : .64). Olayın olmasına kişinin kendisinin aracılık etmesi; bu olaya isteyerek neden olduğunu, olay üzerinde kontrole ve olayın getirebileceği sonuçlarından kaçınabilme ya da kendi avantajına değiştirebilme gücüne sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 29. Beş Bilişsel Değerlendirme Boyutunun Faktör Analizi

Madde	Faktör 1 Benlik	Faktör 2 Olayın Beklenirliği	Faktör 3	Faktör 4 Diğerleri Kontrolü	Faktör 5 Kendi Kontrolü
			Olay Sonucu Sosyal Norm Uygunluk		
Kendi Benlik Değeri	,73				
Amacayardımedilebilirlik	,72	,164	-,15		,12
İçsel Standartlar	,61	,220		,17	,16
Ahlakilik	,61			-,212	,169
Temel Hoşnutluk	,60	,10	-,331		,144
Diğeri Benlik Değeri	,58		,222	-,131	,172
Diğerleri NormUygunluk	,48			,163	-,165
Dayanılabilirlik	-,45		,349		
Başedebilme Yeteneği: Uyma Alt Boyutu	,42		,112		,123
Beklentilerle Tutarsızlık	,155	,82			
Olayın Sonuç Tahmini	,124	,82			
Olay Sonucu Tahmini, Kısa Zamanda Olması	,108	,81	,130		
Tahmin edilebilirlik		,59	-,113		,279
Aşinalık	,219	,39			,143
Anilik		-,37	,333	-	-,142
Dışsal Standart Adillik	-,193		,64	,119	
Sosyal Norm Çiğneme			,59		
Aciliyet			,47	,140	,107
Özel Koşullar Aracı	,317		,45		
Başedebilme Potansiyeli: Kontrol Alt Boyutu			,44		,428
Olay Tahmini Zor, Uzak Zamanda Olması	,100	,135	,37		-,154
Kontrol / Herhangi Birisi Diğerleri Kontrolü				,81	
Kontrol / Özel Koşullar				,80	
Başka Bir Kişi Aracı	,105		,338	,76	,159
Başka Kişi Bilerek Mi Neden Oldu?	,151	,160	,270	,48	-,281
Kendi Aracı	,110	,147		,39	-,118
Kontrol / Kendisi		,164	-,176		,73
Çaba	,289	,129	,180		,72
Kendin Bilerek mi Neden Oldun?	,257	,373			,52
Amaç İhtiyaç Önemi			,109	,189	,274
Kendi Norma Uygunluk	,232		,137		
Açıklanan Varyans	3.62	3.02	2.54	2.50	2.17
% Açıklanan Toplam Varyans	11.31	9.46	7.94	7.80	6.79

Faktör analizi sonucundan elde edilen benlik değeri, olayın beklenirliliği, olay sonucunun sosyal normlara uygunluğu, diğerleri kontrolü ve kendi kontrolü boyutlarının duygular arasında ve her bir kültür tipi değişkeninde (Genel Bireycilik – Toplulukçuluk, Sosyal Uyum, Sosyal Kimlik, Öz Denetim ve Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi) farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için MANOVA yapılmıştır. MANOVA analizi sonuçlarına göre; bilişsel değerlendirme boyutlarının duygu ana etkisi anlamlı çıkarken ($F [55, 2040] = 6.75$, Wilks' Lambda = .46, $\eta^2 = .14$, $p < .05$); kültür etkisinde beş ilişki tipi de istatistiksel olarak anlamsız çıkmıştır (Genel Bireycilik – Toplulukçuluk için; $F [5,440] = .91$, Wilks' Lambda = .99, $\eta^2 = .01$; Sosyal Uyum için, $F [5,440] = 1.24$, Wilks' Lambda = .99, $\eta^2 = .01$; Sosyal Kimlik için, $F [5, 440] = 2.02$, Wilks' Lambda = .98, $\eta^2 = .02$; Öz Denetim için, $F [5,440] = .46$, Wilks' Lambda = .99, $\eta^2 = .00$; Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi için, $F [5,440] = .99$, Wilks' Lambda = .99, $\eta^2 = .01$; $p > .05$). Ayrıca 5 bilişsel değerlendirme boyutunun duygu ve kültür değişkenleri için karşılıklı etkileşimlerine de bakılmıştır. Buna göre; Duygu X Bireycilik – Toplulukçuluk ($F [55, 2040] = 1.0$ Wilks' Lambda = .88, $\eta^2 = .02$); Duygu X Sosyal Uyum ($F [55,2040] = 1.21$, Wilks' Lambda = .86, $\eta^2 = .03$); Duygu X Sosyal Kimlik ($F [55, 2040] = .91$ Wilks' Lambda = .89, $\eta^2 = .02$); Duygu X Öz Denetim ($F [55, 2040] = 1.19$, Wilks' Lambda = .86, $\eta^2 = .03$) ve Duygu X Sosyal Paylaşımın Kabullenilmesi ($F [60, 2064] = .96$ Wilks' Lambda = .88, $\eta^2 = .02$) etkileşimleri de anlamsız çıkmıştır (tüm değerler için $p > .05$).

Empiriksel olarak test edilen beş değerlendirme boyutunun duygular arasında anlamlı etki gösterdiği MANOVA analiziyle anlaşılmıştır. Değerlendirme boyutlarının duygular arasında hangi boyutlarda farklılaştığını anlayabilmek için her bir boyuta ayrı ayrı ANOVA yapılmıştır. anova sonuçlarına göre; benlik değeri, olayın beklenirliliği, diğerleri kontrolü ve kendi kontrolü boyutlarında duygu ana etkisi anlamlı çıkarken; olay sonucunun sosyal normlara uygunluğu boyutu duygular arasında anlamsız etki yaratmıştır.

Benlik Değeri: Benlik değeri boyutunda duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır (F [11, 444] = 21.21, $\eta^2 = .34$, $p < .05$). Benlik Değeri boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; mutluluk = gurur = özlem > şaşkınlık = korku = üzüntü = umutsuzluk > tikslenme = pişmanlık = öfke = utanma = suçluluk şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla mutluluk (X= 4.75), gurur (X= 4.55) ve özlem (X= 4.39); en az da öfke (X= 2.66), utanma (X= 2.65) ve suçluluk (X= 2.63) ortaya çıkaran olayların kişinin kendi benlik değerini arttırdığını, aynı zamanda zevk veren, olaya katlanmakta güçlük çekilmeyen, diğerlerinin gözünde de benlik değerini yükselten, amaçlara ulaşmayı engelleyemeyen olaylar olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

Olayın Beklenirliği: Olayın beklenirliği boyutunda duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır (F [11, 444] = 2.98, $\eta^2 = .07$, $p < .05$). Olayın beklenirliği boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur = mutluluk > özlem = umutsuzluk = tikslenme = pişmanlık = üzüntü = suçluluk = korku = utanma = şaşkınlık = öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla gurur (X= 3.71) ve mutluluk (X= 3.31), en az da öfke (X= 2.34) ve şaşkınlık (X= 2.38) ortaya çıkaran olayların beklenen şekilde ve zamanda olduğunu ve dolayısıyla olayın tahmin edilebildiğini ifade etmektedir.

Olayın Sonucunun Sosyal Normlara Uygunluğu: Bu boyutun duygu ana etkisi anlamsız çıkmıştır (F [11, 444] = 1.72, $\eta^2 = .04$, $p > .05$).

Diğerleri Kontrolü: Olay üzerinde başka kişilerin kontrolü boyutunda duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır (F [11, 444] = 3.75, $\eta^2 = .08$, $p > .05$). Diğerleri Kontrolü boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; tikslenme > öfke = gurur = umutsuzluk = mutluluk = şaşkınlık > korku = özlem = suçluluk > üzüntü = pişmanlık = utanma şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla tikslenme (X= 3.90) ve öfke (X= 3.61), en az da üzüntü (X= 2.45), pişmanlık (X= 2.33) ve utanma (X= 2.17) ortaya çıkaran olayların başka kişiler tarafından aracılık edildiğini, dolayısıyla olay üzerinde başka kişilerin kontrole sahip olduğunu göstermektedir.

Kendi Kontrolü: Olay üzerinde kişinin kendisinin kontrolü olması boyutunda duygu ana etkisi anlamlı çıkmıştır (F [11, 444] =7.33, $\eta^2 = .15$, $p > .05$). Kendi Kontrolü boyutundaki ana etkinin farklılıkları yapılan Newman – Keuls Post Hoc analizi sonuçlarına göre; gurur > mutluluk = pişmanlık = suçluluk > umutsuzluk = özlem = utanma > üzüntü = şaşkınlık = korku = tikslenme > öfke şeklinde sıralanmıştır. Bu sonuçlar en fazla gurur (X= 4.53), en az da öfke (X= 2.18) ortaya çıkaran olayların meydana gelmesinde kişinin kendisinin isteyerek aracı olduğunu ve olay değiştirebilme ya da engelleyebilme gücüne sahip olduğunu dolayısıyla ; kişinin olay üzerinde kontrol sahibi olduğunu göstermektedir.

4.4.4. TARTIŞMA

4.4.4.1. Duygular Arasındaki Farklılıklar

Bu çalışmanın en temel amacı, seçilen on iki duygunun bilişsel boyutları hakkında profiller oluşturmaktadır. Ayrıca bu duygu deneyimlerinin ve bilişsel değerlendirme boyutlarının hangi oranda kültürel eğilimler tarafından etkilendiği de araştırılmış, Türkiye örneğinde seçilen duygusal yaşantıların bilişsel değerlendirme boyutlarında hangi özelliklerinin gözlemlendiği incelenmiştir.

Duyguların demografik özellikleriyle ilgili olarak; duyguların yoğunluğu, duygusal deneyimin yoğunluğunun azaltılması, duygunun sıklığı ve duygunun yaşanma süresinde farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuçlara göre; mutluluk, gurur, korku ve şaşkınlık en yoğun; tikslenme, suçluluk, utanma ve pişmanlık en az yoğun yaşanan duygulardır. Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un Amerikalı ve Japonlarla yaptığı mutluluk, korku, suçluluk, utanma, öfke, üzüntü ve tikslenme duygularını incelediği çalışmasında; en yoğun yaşanan duygu üzüntü, mutluluk, öfke ve korkuyken, en az yoğun yaşanan duygu ise, utanma ve suçluluk çıkmıştır. Bu sonuçlar şimdiki çalışmanın bulgularını destekler yöndedir. Aynı zamanda hissedilen duygunun yoğunluğunu azaltmada en fazla olumsuz ve sosyal olan duyguların yoğunluğu azaltılmaya çalışılmaktadır. En uzun süreli yaşanan duygu umutsuzluk ve üzüntüyken; en kısa süreli yaşanan duygu da tikslenmedir. Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasında ise; en uzun yaşanan duyg mutluluk ve üzüntü, en kısa yaşanan duygu ise tikslenmedir. Bu sonuçlar da şimdiki çalışmayı desteklemektedir. Son olarak en sık yaşanan duygu gurur, özlem ve tikslenme olurken, en az sık yaşanan duygu da utanma duygusu olduğu anlaşılmıştır.

Ayrıca duygular; duyguların düzenlenmesi ve kontrol edilmesinde, diğer kişilerin duyguları düzenlemesi ve kontrol etmesinde ve diğer kişilerinde benzer duygular yaşamasında farklılık göstermiştir. Bu sonuçlara göre; en fazla suçluluk, üzüntü, umutsuzluk ve utanma duyguları sosyal kontrol gerektirirken, mutluluk ve

gurur duyguları da en az sosyal kontrol gerektirmektedir. Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un bulgularına baktığımızda; en çok sosyal kontrol gerektiren duygular utanma, suçluluk ve üzüntü duygularıyken; en az sosyal kontrol gerektiren duygular mutluluk ve tikslenme çıkmıştır. Bu sonuçlar şimdiki çalışmayı desteklemekle birlikte; en çok olumsuz ve sosyal duyguların düzenlendiğini ya da kontrol edildiğini göstermektedir. Aynı zamanda başka kişiler için de en fazla utanma, en az da gurur duygularında sosyal kontrol gerektirdiği anlaşılmıştır. Son olarak aynı olayı yaşayan başka kişilerin de en çok gurur, en az da suçluluk ortaya çıkaran olaylarda benzer duygular yaşanacağı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmanın bilişsel değerlendirme ile ilgili sonuçları ise; farklı değerlendirme boyutları arasındaki etkileşime bağlı olarak duyguların farklılaştığı ve değerlendirmelerdeki farklılıkların duyguları farklılaştırdığı görüşünü destekler yöndedir (Frijda, 1987; Lazarus 1991, 2001; Mesquita, 2001; Roseman, 1984, 2001; Roseman ve ark. 1990; Scherer 1987a, 1987b; Smith ve Ellsworth, 1985). Bu çalışmada kullanılan boyutlardan Aracılık – Özel Koşullar, Olay sonucunun tahmininin zor ve sonucun uzak zamanda olması ve olayın kendi normlarına uygunluğu boyutları dışındaki varsayılan tüm boyutlarda duygular arasında farklılık gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre; değerlendirmenin hoşnutluk boyutunda en hoş olarak algılanan mutluluk, özlem ve gurur ortaya çıkaran durumlarken, korku, tikslenme, öfke ve sosyal duyguların tümü (utanma, pişmanlık, suçluluk) hoşnutsuz olaylar olarak algılanmıştır. Bu sonuçlar Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un sonuçlarıyla da örtüşmektedir. Bu çalışma da mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olayların kişinin amaçlarına ulaşmasına yardım ettiği, sosyal duyguların, üzüntü ve öfke yaratan olayların ise amaçları engellediği gözlenirken; Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasında benzer bir şekilde öfke ve suçluluk yaratan duyguların amaçları engellediği; mutluluk yaratan duyguların ise, amaçları kolaylaştırdığı bulunmuştur.

Aynı şekilde; Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988) öfke, suçluluk ve tikslenme yaratan olayların adaletsiz ve ahlaksız davranışları barındıran olaylar olarak, mutluluk olaylarının ise; adil ve ahlaki olarak algılandığını göstermiş ve bu

çalışmanın bulguları bu sonuçları desteklemiştir. Ancak ilginç bir şekilde; hem Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasında hem de bu çalışmada utanma duygusu ahlaki olarak algılanmamıştır. Ayrıca mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olaylar kişinin benlik değerine olumlu bir etki gösterirken; suçluluk, utanma, pişmanlık ve umutsuzluk ortaya çıkaran olayların kişinin benlik değerine olumsuz etkilediği gözlenmiştir. Benzer olarak; Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasında da sosyal duyguların kişinin benlik değerini düşürdüğü ve olumsuz etkilediği; mutluluk olaylarının ise olumlu etki yarattığı bulunmuştur. Son olarak; bu çalışmada gurur, pişmanlık, suçluluk, mutluluk, utanma, umutsuzluk ortaya çıkaran olaylara kişinin kendi aracı olurken; öfke, tikslenme ve korku yaratan durumlara ise başka kişilerin aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasındaki bulgular bu sonuçlarla da desteklenmektedir.

Bu çalışmada incelenen on iki duygunun ayrı ayrı boyutlarla ilişkisi incelendiğinde; mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olayların; en beklenen, en hoş, amaçlara ya da ihtiyaçlara yardım eden, kişinin benlik değerini arttıran, kişinin kendilik imajına uygun olan, ahlaki açıdan kabul edilen, olayın sonuçları adaletli olan, olayla baş edebileceğine inanılan, başka kişilerin gözünde de kişinin benlik değerini arttıran, olaya kendisinin aracı olduğu düşünülen dolayısıyla olay üzerinde kendi kontrolü olduğuna inanılan, en dayanılabilir olaylar olarak değerlendirildiği anlaşılmaktadır.

Öfke ortaya çıkaran olaylar ise; hoşnutsuz, aşına olunmayan, olaya başka kişilerin aracılık ettiği dolayısıyla olay üzerinde başka kişilerin kontrolü olduğuna inanılan, kişinin amaçlarını engelleyen, olayın değiştirilemediği durumda olaya uyum sağlayabilmenin zor olduğu düşünülen, kişinin kendilik imajına uymayan, ahlaki olarak kabul edilmeyen, sosyal normları çiğneyen, adaletsizlik yaratan, diğerlerinin gözünde kişinin benlik değerini azaltan ve olaya katlanılması zor olan olaylar olarak değerlendirilmiştir. Tikslenme yaratan olaylar da; hoşnutsuz, olaya başka kişilerin isteyerek aracılık ettiği ve dolayısıyla olay üzerinde başka kişilerin

kontrolü algılandığı, ahlaki açıdan kabul edilmeyen, adaletsizlik yaratan ve sosyal normları çiğneyen olaylar olarak değerlendirilmiştir.

Utanma, suçluluk ve pişmanlık ortaya çıkaran olaylar; hoşnutsuz, olaya kişinin aracılık ettiği ve dolayısıyla olay üzerinde kişinin kendisinin kontrolü olduğu, olay sonucunun beklentilerle uyuşmadığı, kişinin amaçlarını engelleyen, kişinin kendilik imajıyla uyuşmayan, kendi benlik değerini düşüren, acilen harekete geçilmesi gerektiğine inanılan fakat olayın sonuçlarından kaçınabilme ya da kendi avantajına değiştirebilme gücüne sahip olduğu düşünülen olaylar olarak değerlendirilmiştir.

Korkuyu ortaya çıkaran olaylar ise; en beklenmedik, olayın tahmin edilmesinin güç olduğu, hoşnutsuz, olaya başka kişilerin neden olduğu ve dolayısıyla olay üzerinde kendi kontrolünün en az algılandığı, beklentilerle uyuşmayan, acilen harekete geçilmesi gerektiği düşünülen, sosyal normları çiğneyen, olayın sonuçlarından kaçınabilme ya da kendi avantajına değiştirebilme gücünün olmadığı ve bu tür olaylara uyum sağlanamayan olaylar olarak değerlendirilmiştir. Şaşkınlık meydana getiren olaylar ise; en beklenmedik, tahmin edilmesi zor, orta derecede hoşnut, başka kişilerin neden olduğu ve beklentilerle uyuşmayan olaylar olarak yorumlanmıştır.

Özlem yaratan olaylar da; tahmin edilmesi yüksek, bilindik, hoş, olayın sonucunun kısa zamanda olacağı düşünülen, ahlaki ve etik açıdan kabul edilebilir, kişinin kendilik imajına uygun dolayısıyla kişinin benlik değerini arttıran, başka kişilerin gözünde de kendi benlik değerini arttıran, beklentiler yönünde oluşan fakat gerekli çaba gösterildiğinde olayı engelleyebilme ve değiştirebilme kontrolünün olmadığı olaylar olarak değerlendirilmiştir. Son olarak üzüntü ortaya çıkaran durumlar, hoşnutsuz, başka kişilerin aracı ve olay üzerinde başka kişilerin kontrolü olduğu, aşına olunmayan, amaçları engelleyen, gerekli çaba gösterildiğinde olayı engelleyebilme veya değiştirebilme kontrolünün olmadığı dolayısıyla zor uyum sağlanabilen olaylar olarak değerlendirilmiştir.

Tüm bu sonuçlar evrensel olduğu iddia edilen duygu öncüllerinin değerlendirilmesi ve duygu öncüllerine verilen tepkileri güçlü bir şekilde desteklemektedir. Ayrıca Scherer (1988, 1997)'in duygu unsur süreç modelini de desteklemektedir.

4.4.4.2. Kültürel Farklılıklar

Bu çalışmada bazı kültürel farklılıklarda bulunmuştur. İncelenen beş kültür değişkenin üçünde (Sosyal Kimlik, Özdenetim ve Sosyal Paylaşımın Kabulülmesi) değerlendirme boyutları arasında farklılıklar olduğu ortaya çıkarken; Sosyal Uyum ve Genel Bireycilik-Toplulukçuluk değişkenlerinde fark çıkmamıştır. Değerlendirme boyutlarının Sosyal Kimlik etkisinde, dışsal standartlarla uyuşabilirlik boyutunun sosyal norm çığneme alt boyutunda, olaya güdüsel neden etkisinde olaya başka kişilerin isteyerek neden olması alt boyutunda, olayın tahminin zor ve sonuçlarının uzak zamanda oluşma beklentisinde, amaca yardım edilebilirlik ve kendi benlik değeri boyutunda farklılık çıkmıştır. Bu sonuçlara göre; sosyal kimliği düşük olan katılımcılar, sosyal kimliği yüksek olan katılımcılara göre olayı meydana getiren davranışların yasaları ve sosyal normları daha fazla çığnediğini, duygu ortaya çıkaran olayları başka kişilerin isteyerek neden olduğunu, duyguya neden olayların kendi amaçlarına ulaşmada daha fazla yardım ettiğini, yaşadıkları olayların kendi benlik değerini pozitif yönde daha çok etkilediğini, benlik değerini daha çok arttırdığını belirtmişlerdir. Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasında duygu ortaya çıkaran olayların Japonlara göre Amerikalılarda da benlik değerini daha olumlu etkilediği sonucu çıkmıştır. Bu çalışmada ise; sosyal kimliği düşük olan bireylerin sosyal kimliği yüksek olan bireylere göre duygu ortaya çıkaran olayların benlik değerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle; bu çalışmanın Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)'un çalışmasını desteklediğini söyleyebiliriz.

Değerlendirme boyutlarının Sosyal Paylaşımın Kabulülmesi etkisinde; Dışsal standartlarla uyuşabilirlik Adillik alt boyutunda; Kontrol / Herhangi birisi boyutunda, Kontrol / Başka Kişi(ler) boyutunda anlamlı farklılıklar olduğu

gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre; sosyal paylaşımın kabullenilmesi düşük bireyler yüksek olan bireylere göre olayın sonuçlarını daha adaletsiz ya da eşitsiz olarak değerlendirmiş; sosyal paylaşımın kabullenilmesinde yüksek bireyler düşük olan bireylere göre olay üzerinde başka kişilerin ve özel koşulların kontrolünü daha çok algılamıştır.

Değerlendirme boyutlarının Öz denetim (Self Kontrol) etkisinde ise; Kontrol – Diğerleri boyutu; Baş edebilme yeteneği boyutunun uyma alt boyutu ve diğerleri norm uygunluk boyutu farklılık göstermiştir. Bu sonuçlar; öz denetimi yüksek olan bireylerin özdenetimi düşük olan bireylere göre olaylar üzerinde başka kişilerin kontrolü olduğunu; olayın değiştirilemediği durumlarda o olaya uyum sağlanabildiğini ortaya çıkarmıştır. Ayrıca özdenetimi düşük olan bireylerin özdenetimi yüksek olan bireylere göre yaşadıkları olay karşısında hissettikleri duygunun başka kişiler tarafından daha uygun görüldüğü anlaşılmıştır.

Ayrıca duygu çeşidi ve beş kültür değişkeninin karşılıklı etkileşim sonuçları Duygu çeşidi X Genel Bireycilik – Toplulukçuluk, Duygu Çeşidi X Özdenetim değişkenlerinde anlamlı farklılıklar da görülmüştür. Değerlendirme boyutlarının Duygu Çeşidi X Bireycilik – Toplulukçuluk etkileşiminde olayın tahmin edilebilirlik boyutu, Özel Koşullar Aracı boyutu, Baş edebilme Yeteneği Kontrol alt boyutu ve Kendi Kontrolü boyutu anlamlı farklılıklar göstermiştir. Bu sonuçlara göre; Tahmin edilebilirlik boyutunda pişmanlık yaratan olayların gerçekleşmesini bağımlı kişilik özelliği gösteren bireyler bağımsız kişilik özelliği gösteren bireylere göre daha çok tahmin edebilmektedir. Bu sonuç sosyal bir duygu olarak kabul edilen pişmanlık duygusunun sosyal ilişkilerle daha çok iç içe olan bağımlı kişilik özelliği gösteren bireylerin bu duyguyu ortaya çıkaran olayları daha çok tahmin edebildiklerini göstermektedir. Korku ortaya çıkaran olaylarda bağımsız kişilik özelliği gösteren bireyler bağımlı kişilik özelliği gösteren bireylere göre özel koşulların daha fazla aracılık ettiğini düşünmektedir. Ayrıca korkunun tersine; pişmanlık ortaya çıkaran olaylarda, bağımlı kişilik özelliği gösteren bireylerde bağımsız kişilik özelliği gösteren bireylere göre özel koşulların daha çok aracı olduğu ortaya çıkmıştır. Gerekli çaba gösterildiğinde olayı değiştirebilme veya engelleyebilme kontrolü

sonuçlarında ise; şaşkınlık ve gurur ortaya çıkarıcı olayları bağımlı kişilik özelliği gösteren bireylerden ziyade bağımsız kişilik özelliği gösteren bireylerin olayı değiştirebilme ya da engelleyebilme kontrolüne daha çok sahip oldukları anlaşılmaktadır. Fakat öfke ortaya çıkaran durumlar için sonuç tam tersine çıkmıştır. Bağımlı kişilik özelliği gösteren bireyler öfke ortaya çıkaran durumları bağımsız kişilik özelliği gösteren bireylere göre engelleyebilme ya da değiştirebilme kontrolüne daha fazla sahip olduklarını düşünmüştür. Bu sonuçlar kısmen de olsa önceki çalışmalarını destekler yöndedir (Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott, 1988; Mauro, Sato ve Tucker, 1992; Mesquita ve Frijda 1992; Scherer, 1997; Wallbott ve Scherer, 1988).

Son olarak kendi kontrolü boyutunda, bağımsız benlik yapısındaki bireyler mutluluk, üzüntü ve öfke ortaya çıkaran olaylar üzerinde bağımlı benlik yapısındaki bireylere göre kendi kontrollerini daha çok görmekteyken, bağımlı benlik yapısındaki bireyler bağımsız benlik yapısındaki bireylere göre gurur ve pişmanlık yaratan olaylar üzerinde kendi kontrollerini daha fazla algılamıştır. Duygu Çeşidi X Öz Denetim etkileşiminde ise; değerlendirme boyutları farklılaşmamıştır.

4.4.4.3. Görgül Olarak Ortaya Çıkan Değerlendirme Boyutlarında Duygular Arası Farklılıklar

Tüm değerlendirme boyutları için yapılan faktör analizi sonuçlarına göre; görgül olarak Benlik Değeri, Olayın Beklenirliği, Olay Sonucunun Sosyal Normlara Uygunluğu, Diğerleri – Kontrolü ve Kendi Kontrolü olmak üzere beş değerlendirme boyutu elde edilmiştir. Bu boyutlardan benlik değeri, olayın beklenirliği, diğerleri kontrolü ve kendi kontrolünde duygular arasında farklılıklar çıkmıştır. Buna göre; mutluluk, özlem ve gurur ortaya çıkaran olayların kişinin benlik değerini arttıran, amaçlara ulaşmaya yardım eden ve hoş olaylar olarak değerlendirilmiştir. Aynı şekilde; mutluluk ve gurur oluşturan olayların beklentiler yönünde olduğu ve olayın tahmin edilebildiği anlaşılmıştır. Ayrıca tikslenme ve öfke yaratan olaylara başka kişilerin neden olduğu ve dolayısıyla olay üzerinde başka kişilerin kontrole sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Son olarak, gurur üreten olayların gerçekleşmesinde kişinin

olay üzerinde kontrolünün olduğu ve olayı değiştirebilme ya da engelleyebilme gúcüne sahip olduğu gözlenmiştir. Tüm bu sonuçlar; kuramsal olarak ortaya atılan boyutlarla, bu çalışmada faktör analiziyle oluşturulan görgüll boyutların örtüştüğünü göstermektedir.

GENEL SONUÇ

Bu çalışma Türkiye’de duygular hakkında genel ve sistematik verilere ulaşması bakımından önem taşımaktadır. Türkiye’de duygu konusunu çalışmak için ilk önce Türkçe’de yaygın olarak kullanılan duygu kelimelerinin neler olduğunu bulmak bu çalışmanın ilk temel problemlerinden birisi olmuştur. Türkiye’de duygu konusunda daha önceki çalışmalarda bu verilere ulaşılmamıştır. Bu konuda yürütülen kültürlerarası ya da tek kültürlü çalışmalar ise; genellikle İngilizce duygu kelimelerinin birebir çevirisinden yola çıkılarak yapılmıştır. Ayrıca bir kültürde hangi duygunun çalışılacağı da bu önceki çalışmalardan etkilenecek sınırlı sayıda duygu yaşantısını incelemiştir. Ancak diller arasında kullanılan duygu kelimelerinin her dilde aynı yoğunlukta kullanılmadığı ya da bire bir karşılık gelmediği hatta bazen bir dilde olan bir kelimenin başka bir dilde olmadığı da yapılan başka çalışmalarda ortaya konmuştur (Mesquita, 2000; Semin ve ark., 2002; Wierzbicka, 1986, 1994). Bu yüzden Türkiye’de duygu konusunu çalışmak için, ilk olarak Türkiye’de en sık ve en yaygın kullanılan duygu kelimelerinin neler olduğunu belirlemek önemlidir.

Bu anlamda çalışmada farklı yöntemlerle üç ayrı çalışma yapılmış ve bu çalışmaların sonucunda Türkiye’de en yaygın kullanılan duygu kelimeleri arasında sevinç, mutluluk, özlem, üzüntü, aşk, korku, heyecan, hüzn, kin, acı, keder, merak, kızgınlık ifadeleri ön plana çıkmıştır. Ayrıca Türkiye’de açlık – tokluk gibi fizyolojik belirtilerin veya ağlamak, gülmek, yorulmak gibi duygusal tepkilerin ve başarı, dostluk gibi kavramların da birer duygu ifadesi olarak görüldüğü ortaya çıkmıştır. Wierzbicka (1986)’da tartıştığı gibi; İngilizce duygu (emotion) kelimesinin karşılığı olan kelimeler genel olarak birçok kültürde bazı temel benzerlikler gösterse de; “duygu” kelimesinin kendisi evrensel değildir. İngilizce’de duygu yaşantısını tasvir etmek için kullanılan yaygın ifadelerden birisi “hissetmek” veya “his” (feeling, feel ya da sensation) ifadesidir. Fakat duygunun ne olduğu hakkında açıklamalar yapan kuramcılar, his ile duygu arasında anlam bakımından farklılıklar olduğunu ileri sürmektedir. Bu kuramcılara göre; his bedensel değişikliklere denk gelen ve vücuttaki anlık değişmelerin ön planda olduğu (kalp çarpıntısı, titreme, gibi) bir süreçtir. Wierbizcka (1994) duygu ile his arasındaki ayrımın yapay olduğunu,

İngilizce dilinde duygunun bilişsel temelli hisleri kapsadığını ve birçok dilde (örn; Almanya ve Polonya dillerinde) his ve duygu arasındaki gibi bir ayrımın olmadığını veya farklı şekillerde yapılandığını savunmaktadır. Örneğin; Fransızca dilinde “emotion” kelimesi yoğun ve kontrol edilmesi zor içsel süreçleri tanımlamak için kullanılmaktadır. Bu açıdan bakıldığında; bu çalışmada bireylerin açlık, tokluk, ağlamak, gülmek gibi ifadeleri duygu kelimesi olarak belirtmeleri, Türk dilinde de duygu ile his arasında anlamsal olarak bir fark görülmediği ve bu kelimelerin birbirinin yerine kullanılabilen kelimeler olduğu yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Belki de Türkçe’de kullandığımız “aşık hissetmek”, “yorgun hissetmek” “yalnız hissetmek” ya da “özgür hissetmek” gibi kelimeler duygu ile his arasındaki ayrımın Türkçe’de var olmadığına işaret etmektedir.

Bazı duygu çalışmalarında o kültüre özgün duygulara ulaşmak için katılımcılardan o anda akıllarına gelen duygu ifadelerini belirtmeleri istenmiştir (örneğin; Mesquita, 2000). Diğer çalışmalarda ise; kullanılacak duygu ifadeleri sözlüklerden yararlanılarak (lexical studies) elde edilmiştir (örneğin; Russell, 1980). Duygu çalışmalarında kullanılan diğer bir yöntem ise günlük yöntemidir. Duygu günlük ölçeğini kullanmak, bireyin zaman içerisindeki duygularını ortaya koymak için kullanılsa bile, duygu ifadelerine ulaşmada yaygın bir yöntem değildir. Bu tez çalışması, Türkiye’ye özgün duygu ifadelerini belirleyebilmek için farklı yöntemler kullanarak bu alandaki yöntemsel sınırlılıkları azaltmaya çalışmıştır. Geniş bir duygu havuzuna ulaşıldıktan sonra kelimelerin hangi oranda duygu, hangi oranda olumlu-olumsuz olduğu katılımcılara sorularak yapılan prototipiklik çalışması ile Türkiye özgün duygu ifadeleri hakkında bilgi sağlanmıştır. Böylelikle bu alandaki bu tez çalışması diğer çalışmalar ve bu tezin son iki çalışması için veri tabanı oluşturmuştur. Ancak özellikle ilk iki çalışmada (duygu sıklık ve duygu günlük çalışmaları) katılımcılar üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır ve sadece tek bir üniversitede öğrenim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Bu açıdan bakıldığında, bu tez çalışması örneklem konusunda bazı sınırlılıklara sahip olduğundan yürütülecek diğer çalışmaların farklı örneklem gruplarına genişletilmesi gerekmektedir. Örneğin; öğrencilerin daha sık yaşadığı duygular ile farklı grupların (örgütlerde, diğer sosyo-ekonomik gruplarda, vb.) daha sık yaşadığı duygular farklılaşabilir.

Türkiye öğrenci örnekleminde hangi duyguların sıklıkla kullanıldığı veya katılımcıların hangi ifadeleri duygu olarak değerlendirdiği Türkiye kültürel bağlamında yaşanan duygular hakkında bize belirli bir bilgi birikimi için ilk adımı oluşturmuştur. Bu konudaki diğer önemli bir açılımda duygular arasındaki ilişkidir ya da duygular arasındaki ilişkinin nasıl yapılandırıldığıdır. Bu konuda boyutsal çalışmalar göze çarpmaktadır (Diener, Larsen, Levine ve Emmons, 1985; Diener ve Nejad, 1986; Diener, Smith ve Fujita, 1995; Russell, 1980). Boyutsal çalışmalarda duygusal ifadelerin altında yatan temel boyutları ortaya koymak, bu boyutları yansıtan duygusal ifadeleri belirlemek, kültürel geçerliliği bulmak ve bu boyutlar arasında ilişki dinamiğini açıklamak temel amaçtır. Yapılan çalışmalar sonucunda duyguların özellikle hoşnutluluk temel boyutu (hoşnutluk-hoşnutsuzluk veya olumlu-olumsuz boyutları) üzerinden farklılaştığı bulunmuştur. Duygular arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmacılardan en önemlisi olan Russell (1980) *Dairesel Duyuş Modeli (Circumplex Model of Affect)* ile duygusal ifadeler arasındaki dinamik ilişkinin iki temel boyutta yer aldığını görgül çalışmalarla ortaya koymuş ve bu boyutların hoşnutluk – hoşnutsuzluk; uyarılmışlık – uyku hali arasında değiştiğini ortaya koymuştur. Bu tez çalışması, elde edilen duygu ifadeleri arasındaki ilişkiye de odaklanmıştır ve çalışmanın sonuçları Türkiye örnekleminde duyguların benzerlik ve farklılıklarına göre kategorilendirilmesinde, duyguların olumlu-olumsuz ve uyarılmış-uyku hali boyutlarında gruplanabileceğini göstermiştir. Ancak bu tez çalışmasının bulgularına baktığımız zaman; Russell (1980)'ın modeline göre sınıflandırılan duyguların bu modelle örtüşmediği ortaya çıkmıştır. Örneğin; Russell'in modelinde üzgün duygu ifadesi hoş olmayan-uyku hali arasında yer alırken; bu çalışmada hoş olmayan-uyarılmış arasında bulunmaktadır. Yine aynı şekilde şaşkınlık ifadesi Russell'in modelinde hoş-uyarılmış arasında yer alırken; bu çalışmada hoş olmayan-uyku hali arasında çıkmıştır. Bu uyumsuzluk; duyguların katılımcılar tarafından farklı bir şekilde ilişkilendirilebileceği gibi, aynı zamanda bu duygusal boyutların yanında farklı boyutların olabileceğine de işaret edebilir. Örneğin; Markus ve Kitayama (1994) ve Kitayama, Markus ve Kurokawa (2000) uyarılmışlık ve hoşnutluluk boyutlarının yanında sosyal olarak yaklaşma (engaged) – sosyal olarak uzaklaşma (disengaged) olarak üçüncü bir boyutun olduğunu iddia

etmektedir. Ancak bu çalışmanın amacı ağırlıklı bir şekilde duyguları, Türkiye’de yaygın olarak kullanılan duygularla birlikte Russell’ın öne sürdüğü model bağlamında incelemek olduğundan; Russell(1980)’ın önerdiği boyutlardan farklı olarak başka bir boyut önerilmemiştir. Bu konuda hem Russell(1980)’ın modelinin Türkiye örnekleminde test edilmesine hem de Türkiye kültürel bağlamında diğer çalışmalarda olduğu gibi (örneğin; Markus ve Kitayama, 1994) Türkiye’de de başka boyutların olup olmayacağı konusunda yapılacak başka çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Ayrıca çalışmada seçilen bazı duyguların (mutluluk, gurur, üzüntü, utanma, suçluluk, öfke, umutsuzluk, pişmanlık, tikslenme, şaşkınlık, korku ve özlem) bilişsel değerlendirme boyutları kuramı bağlamında detaylı bir şekilde incelenmesi bu duygu ifadeleri hakkında birebir daha detaylı bilgi sağlayabilir. Bu tez çalışmasında duyguları ortaya çıkaran olayların bilişsel değerlendirilmesinde farklılıkların olması, duyguları da farklılaştırdığını ileri süren yaklaşımlar doğrultusunda; Türkiye örnekleminde hangi olayların hangi duygulara yol açtığını, bilişsel değerlendirme boyutlarında hangi boyutların hangi duyguları oluşturduğunu ortaya koyması bakımından da önem taşımaktadır. Buna göre; mutluluk ve öfke duygularının neden birbirinden farklı duygular olduğunu, mutluluk ortaya çıkaran olaylarla öfke ortaya çıkaran olayların bilişsel olarak farklı değerlendirmesinden kaynaklandığını açıklayan bilişsel değerlendirme kuramları temelinde Türkiye’deki duyguların profilini ortaya koyması bakımından da önemlidir. Bu çalışma da mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olayların kişinin amaçlarına ulaşmasına yardım ettiği, sosyal duyguların, üzüntü ve öfke yaratan olayların ise amaçları engellediği gözlenirken; Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)’un çalışmasında benzer bir şekilde öfke ve suçluluk yaratan duyguların amaçları engellediği; mutluluk yaratan duyguların ise, amaçları kolaylaştırdığı bulunmuştur. Ayrıca mutluluk ve gurur ortaya çıkaran olaylar kişinin benlik değerine olumlu bir etki gösterirken; suçluluk, utanma, pişmanlık ve umutsuzluk ortaya çıkaran olayların kişinin benlik değerine olumsuz etkilediği gözlenmiştir. Benzer olarak; Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott (1988)’un çalışmasında da sosyal duyguların kişinin benlik değerini düşürdüğü ve olumsuz etkilediği; mutluluk olaylarının ise olumlu etki yarattığı

bulunmuştur. Son olarak; bu çalışmada gurur, pişmanlık, suçluluk, mutluluk, utanma, umutsuzluk ortaya çıkaran olaylara kişinin kendi aracı olurken; öfke, tikslenme ve korku yaratan durumlara ise başka kişilerin aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Matsumoto, Kudoh, Scherer ve Wallbott'un çalışması da bu bulgularla örtüşmektedir. Böylelikle bu tez çalışması Türkiye'de duygular konusunda genel bir profil çizmesi ve gelecek çalışmalara bir fikir vermesi bakımından öncül bir rol oynamaktadır.

Bu çalışmanın bulgularında bazı kültürel farklılıklarda bulunmuştur. Ancak çalışmada hem farklı bir ülke yer almamakta hem de örneklem sadece öğrenciler olduğu için kültürel etkiler sınırlı oranda çıkmıştır. Bu yüzden Türkiye'deki duygu yaşantılarına neden olan bilişsel değerlendirme süreçlerinin hangi oranda kültür-özgün, hangi oranda evrensel olduğunu veya Türkiye bağlamında kültür-içi hangi ölçüde farklılaştığını sistematik bir şekilde ortaya koymak için farklı örneklemelerde farklı çalışmalara ihtiyaç vardır.

Son olarak önceden değinildiği gibi, duygu yaşantısı oldukça farklı aşamalardan oluşabilmektedir (değerlendirme, hareket hazırlığı, fizyolojik değişiklikler gibi). Bu tez çalışması sınırlı sayıda duygu ve sınırlı sayıda bilişsel değerlendirme boyutuyla ilişkilendirilmiştir. Duygu yaşantılarının tam olarak ortaya konulabilmesi için duygusal deneyimin farklı dinamiklerine odaklaşacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Örneğin bu konudaki temel ayrımlardan birisi, öznel duygu yaşantısı (subjective feeling) ile duygunun yansıtılması arasındaki farktır. Bu çalışmada ağırlıklı bir şekilde öznel deneyimin ortaya çıkmasında öznel deneyimin öncülü olarak bilişsel değerlendirmelere odaklanılmıştır. Duyguların yansıtılmasına odaklaşacak ileriki çalışmalar bu konuda Türkiye örneğinde bilgi sağlama potansiyeline sahiptir. Ayrıca kişilerin duygularını nasıl yansıttığı veya öznel duygu yaşandıktan sonra ortaya çıkabilecek duygusal düzenleme stratejileri, kişilerin duyguları hangi sıklıkla yaşadıklarını, neyi duygu olarak gördüklerini, duygular arasındaki ilişkileri nasıl ortaya koyduklarını veya yaşadıkları duyguları başlatan öncül olayların bilişsel olarak değerlendirmesini etkileyebilir. Bu durum tez çalışmasına yöntemsel yanlılık katabilir. Örneğin, bir kültürde bazı duygular sıklıkla

yaşansa bile (öfke, utanma gibi) duygunun yansıtılması o kültürce istenmiyorsa -bu duygular birey tarafından yaşansa bile- bu çalışmada yansıtılmamış olabilir. Bu bakımdan Türkiye kültürel bağlamında duygusal gösterim kurallarını ya da duygunun yansıtılmasını içine alan çalışmalara da gerek vardır.

Tüm bu sınırlılıklara rağmen bu tez çalışmasında farklı yöntemler kullanılarak ve duyguya farklı açılardan yaklaşarak sonraki çalışmalar için önemli bir aşama sağlayacaktır.

KAYNAKLAR:

- Averill, J. R. (1998). What are emotions, really? *Cognition and Emotion*, 12(6), 849-855.
- Cernetic, M., (2001). Investigating the role of appraisal processes in emotion: benefits from the pyramid approach to cognitive neuroscience. *Information Society*, 18, 54-57.
- Çukur, C.Ş., Guzman, M. R., & Carlo, C. (2004.). Religiosity, values and horizontal and vertical individualism-collectivism: A Study on Turkey, the USA, and the Philippines. *Journal of Social Psychology*, 144 (6), 613-637.
- Dağ, İ. (2000). Belirti tarama listesi (SCL-90-R). O. Aydemir & E. Köroğlu (Ed.) içinde, *Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler*, (33-40), Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- Derlega, V. J., Çukur, C. Ş., Kuang, J.C.Y, & Forsyth, D. R (2002). Independent construal of self and the endorsement of conflict resolution strategies in interpersonal, intergroup and international disputes. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33 (6), 610-625.
- Diener, E., & Iran- Nejad, A. (1986). The relationship in experience between various types of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1031-1038.
- Diener, E., Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality of structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 130 – 141.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1971). Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17, 124 – 129.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1986). A new pan-cultural expression of emotion. *Motivation and Emotion*, 10, 159 – 168.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Ancoli, S. (1980). Facial signs of emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1125 – 1134.
- Ekman, P. (1992a). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169 – 200.
- Ekman, P. (1992b). Are there basic emotions? *Psychological Review*, 99, 550 – 553.

- Ekman, P. (2004). What we become emotional about. In A. S.R. Manstead, N. Frijda & A. Fischer (Eds.) *Feelings and Emotion: The Amsterdam Symposium* (119 - 135). Cambridge, Cambridge University Press.
- Ekman, P., Friesen, W. V. Q' Sullivan, M., Chan, A., Diacoyanni-Tarlatzis, I., Heider, K., Krause, R., LeCompte, W. A., Pitcairn, T., Ricci-Bitti, P.E., Scherer, K.R., Tomita, M., & Tzavaras, A. (1987). Universals and cultural differences in the judgments of facial expression of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (4), 712 – 717.
- Ellsworth, P.C., & Smith, C.A. (1988). From appraisal to emotion: Differences among unpleasant feeling. *Motivation and Emotion*, 12, 271 – 302.
- Ellsworth, P.C. (1994). Sense, culture, sensibility. In S. Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (23-50). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ellsworth, P.C., & Scherer, K.R. (2003). Appraisal processes in emotion. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H. Goldsmith (Eds.) *Handbook of Affective Sciences* (572 - 595). Oxford: Oxford University Press.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466 – 475.
- Fridlund, A.J. (1992). The behavioral ecology and sociality of human faces. *Review of Personality and Social Psychology*, 13, 90 – 121.
- Frijda, N.H., Kuipers, P., ter Schure, E. (1989). Relation among emotion, appraisal and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 212-228.
- Frijda, N.H. (1987). Emotion, cognitive structure and action tendency. *Cognition and Emotion*, 1, 115-143.
- Frijda, N. H. (2004). Emotions and activation. In A. S.R. Manstead, N. Frijda & A. Fischer (Eds.) *Feelings and Emotion: The Amsterdam Symposium* (158 - 173). Cambridge, Cambridge University Press.
- Frijda, N. H., & Zeelenberg, M. (2001). Appraisal: What is the dependent? In A. Schoror, K. R. Scherer, & T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (141-156). Oxford: Oxford University Press.

- Frijda, N.H., Mesquita, B.(1994). The social roles and functions emotions. In S.Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (23-50). Washington, DC: American Psychological Association.
- Frijda, N. H., Ortony, A., Sonnemans, J., & Clore, G. (1992). The complexity of intensity: issues concerning the structure of emotion intensity. In W.Clark (Ed.), *Review of Personality and Social Psychology*,(13), 60-89, Beverly Hills: Sage.
- Geertz, C. (1973). Person, time, and conduct in Bali. In C. Geertz *The Interpretation of Cultures* (360-411). Newyork: Basic Boks.
- Göregenli, M. (1997). Individualist-collectivist tendencies in a Turkish sample. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 28, 787-794.
- Gregg, V. (1976). Word frequency, recognition and recall. In J. Brown (Ed.), *Recognition and Recall*. Chicester, England: John Wiley.
- Hess, U. (2001). The experience of emotion: Situational influences on the elicitation and experience of emotions. In A. Kaszniak (Ed.), *Emotions, Qualia, and Consciousness* (386-396). World Scientific Publishing.
- Hess, U., & Kirouac, G. (2000). Emotion expression in groups. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones (Eds). *Handbook of Emotion* (368-381). Second Edition, New York, London, The Guilford Press.
- Hofstede, G. (1980). *Cultural consequences*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hofstede, G. (2001). *Cultural consequences: comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations*. Second Edition, London, Sage Publications.
- Hui, C. H. (1988). Measurement of individualism-collectivism. *Journal of Research in Personality*, 22, 17-36.
- Hui, C. H., & Triandis, H.C. (1986). Individualism-collectivism: A study of cross-cultural researchers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17(2), 225-248.
- Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions and emotion-cognition relations. *Psychological Review*, 99, 561-565.

- Izard, C. E. (1993) Four systems for emotion activation: Cognitive and noncognitive processes. *Psychological Review*, 100, 68-90.
- Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expression: Evidence from developmental and cross-country research. *Psychological Bulletin*, 115, 288-299.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1997). Individualism and collectivism. In J.W. Berry, M. H. Segall & Ç. Kağıtçıbaşı (Eds). *Handbook of cross-cultural psychology: Social behaviour and applications* (3, 1-51), MA: Allyn & Bacon.
- Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Facial expression of emotion. M. Lewis, J. M. Haviland – Jones (Eds). *Handbook of Emotion* içinde (sf:236 - 249). Second Edition, New York, London, The Guilford Press.
- Kitayama S., Markus, H.R. (1994). Introduction to Cultural Psychology and Emotion Research. In S. Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (1-19). Washington, DC:American Psychological Association.
- Kitayama,S., Markus, H.R., & Matsumoto,H. (1995). Culture, self and emotion: A cultural perspective on “Self- Conscious” emotions. In J.P. Tangney& K.W. Fischer(Ed.). *Self- conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride* (439-464). New York: Guilford Press.
- Kitayama, S., Markus, H.R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion and well-being: good feelings in Japan and United States. *Cognition and Emotion*, 14(1), 93-124.
- Lang, P. J. (1988). What are the data of emotion? In V. Hamilton, G. H. Bower, & N. Frijda (Eds) *Cognitive on Emotion and Motivation*, (NATO ASI, Series D, Vol. 44, 173-191). Dordrecht, The Netherlands: Kluwer.
- Lazarus, R. S., & Smith, C.A. (1988). Knowledge and appraisal in the cognition-emotion relationship. *Cognition and Emotion*, 2, 281 – 300.
- Lazarus, R. S. (2001). Relational meaning and discrete emotions. In A. Schoror ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (37-67). Oxford: Oxford University Press.

- Leventhal, H., & Scherer, K. R. (1987). The relationship of emotion to cognition: A functional approach to a semantic controversy. *Cognition and Emotion*, 1, 3 – 28.
- Markus, H.R., & Kitayama, S. (1994a). The cultural construction of self and emotion: Implications for social behavior. In S.Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (89-130). Washington, DC: American Psychological Association.
- Markus, H.R., & Kitayama, S. (1994b). The cultural shaping of emotion: A conceptual framework. In S.Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (339-351). Washington, DC: American Psychological Association.
- Markus, H.R., & Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Matsumoto, D. (1989). Cultural influences on the perception of emotion. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 20, 92-105.
- Matsumoto, D., Takeuchi, S, Andayani, S., Kouznetzova, N., & Krupp, D. (1998). The contribution of individualism vs. collectivism to cross-national differences in display rules. *Asian Journal of Social Psychology*, 1, 147-165.
- Matsumoto, D., Weissman, M., Preston, K., Kupperbush, C. (1997). Context-specific measurement of individualism- collectivism on the individual level. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 67, 743-767.
- Matsumoto, D. (1990). Cultural similarities and differences in display rules. *Motivation and Emotion*, 14(3), 195-214.
- Matsumoto, D., Kasri, F., & Kookan, K. (1999). American- Japanese cultural differences in judgements of expression intensity and subjective experience. *Cognition and Emotion*, 13(2), 201-218.
- Matsumoto, D., Kudoh, T., Scherer, K.R., & Wallbott, H. (1988). Antecedents of and reactions to emotions in the United States and Japan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 19(3), 267-286.
- Matsumoto, D., & Kupperbush, C. (2001). Idiocentric ve allocentric differences in emotional expression, experience, and the coherence between expression and experience. *Asian Journal of Social Psychology*, 4, 113-131.

- Mauro, R., Sato, K., & Tucker, J. (1992). The role of appraisal human emotions: A cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 301-317.
- Mesquita, B. (2000). *Cultural variations in emotions: a comparative study of Dutch, surinamese and Turkish people in Netherland*. New York, Oxford University Press.
- Mesquita, B. (2001). Culture and emotion: Different approaches to the question. In T. J. Mayne, & G. A. Bonanno (Eds). *Emotions: current issues and future directions* (214 - 250). New York: London, The Guildford Press.
- Mesquita, B.; Frijda, N.H.; & Scherer, K.R. (1997). Culture and emotion. In J.E. Berry, P.b. Dasen, T.S. Saraswathi (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology: (2) Basic Process and developmental psychology*, (255-297). Boston: Allyn & Bacon.
- Mesquita, B.,& Frijda, N. H. (1992). Cultural variations in emotions: a review. *Psychological Bulletin*, 112, 179-204.
- Mesquita, B., & Ellsworth, P. C. (2001). The role of culture in appraisal. In K. R. Scherer, A. Schoror ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Thery, methods, research* (233- 248). Oxford: Oxford University Press.
- Mesquita, B., & Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: a context for interpreting emotional experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 777-793.
- Mesquita, B. (2003). Emotions as dynamic cultural phenomena. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & . H. H. Goldsmith (Eds.) *Handbook of Affective Sciences* (871-890). Oxford: Oxford University Press.
- Mesquita, B.; Karasawa, M. (2002). Different emotional lives. *Cognition and Emotion*, 16(1), 127-141.
- Niedenthal, P. M., Auxiette, C., Nugier, A., Dalle, N., Bonin, P., & Fayol, M. (2004). A prototype analysis of the French category “emotion”. *Cognition and Emotion*. 18 (3), 289 – 312.
- Ortony, A., & Turner, T. J. (1990). What’s basic about basic emotions? *Psychological Review*, 97, 315-331.

- Oatley, K., & Jhonson-Laird, P. N. (1987). Towards a cognitive theory of emotions. *Cognition and Emotion*, 5, 65-79.
- Osgood, C.E., May, W. H., & Miron, M. S. (1975). *Cross cultural universals of affective meaning*. Urbana: University of Illinois Press.
- Parkinson, B., & Manstead, A. (1993). Making sense of emotion in social stories and social life. *Cognition and Emotion*, 7, 295-323.
- Parkinson, B. (1997). Untangling the appraisal emotion connection. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 62-79.
- Parkinson, B. (2001). Putting appraisal in context. In K. R. Scherer, A. Schorror ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (173-186). Oxford: Oxford University Press.
- Plutchick, R. (2003). *Emotions and life: Perspectives from psychology, biology, and evolution*. Washington, American Psychological Association.
- Roseman, I. J. (1984). Cognitive determinants of emotion: A structural theory. In P. Shaver (Ed.), *Review of Personality and Social Psychology: Emotions, relationships and health* (Vol.5, 11-36). Beverly Hills, CA: Sage.
- Roseman, I.J., Dhawan, N., Rettek, S.I., Naidu, R.K., Thapa, K. (1995). Cultural differences and cross- cultural similarities in appraisal and emotional responses. *Journal of Cross- Cultural Psychology*. 26, 23-48.
- Roseman, I.J., Spindel, M.S., Jose, P.E. (1990). Appraisal of emotion – eliciting events: testing a theory of discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 899-915.
- Russell, J.A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1161-1178.
- Russell, J. A. (1983). Pancultural aspects of human conceptual organization of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1281-1288.
- Russell, J. A., Bullock, M. (1986). Fuzzy concepts and the perception of emotion in facial expressions. *Social Cognition*, 4, 309 – 341.
- Russell, J. A., Fehr, B. (1994). Fuzzy concepts in a fuzzy hierarchy: Varieties of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 186-205.

- Russell, J.A., Lewicka, M., & Niit, T. (1989). A cross – cultural study of a circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 848-856.
- Russell, J. A., & Sato, K. (1995). Comparing emotion words between languages. *Journal of Cross – Cultural Psychology*, 26 (4), 384 – 391.
- Scherer, K.R. (1987a). On discrete emotions and social motives: A reexamination. *Social Psychology and the Emotions*, January, 5 – 9.
- Scherer, K. R. (1987b). Toward a dynamic theory of emotion: The component process model of affective states. Geneva Studies in Emotion and Communication, 1, 1-98. [WWWdocument.]URL
<http://www.unige.ch/fapse/emotion/genstudies/genstudies.html>.
- Scherer, K. R. (1997). The role of culture in emotion- antecedent appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 902-922.
- Scherer, K.R. (1999). On the sequential nature of appraisal processes: Indirect evidence from a recognition task. *Cognition and Emotion*, 13 (6), 763-793.
- Scherer, K.R. (2001). Appraisal considered as a processes of multilevel sequential checking. In K. R. Scherer, A. Schoror ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Thery, methods, research* (92-120). Oxford: Oxford University Press.
- Scherer, K.R. (2003). Introduction: Cognitive components of emotion. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & . H. H. Goldsmith (Eds.) *Handbook of Affective Sciences* (563 – 571). Oxford: Oxford University Press.
- Schorr, A. (2001). Appraisal: The evolution of an idea. In K. R. Scherer, A. Schoror, ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Thery, methods, research* (20 - 34). Oxford: Oxford University Press.
- Schwartz, S. (1990). Individualism- collectivism: critique and proposed refinements. *Journal of Cross- Cultural Psychology*, 21, 139-157.
- Semin, G. R., Gorts, C. A., Nandram, S., & Semin-Goossens, A. (2002). Cultural perspectives on the linguistic representation of emotion and emotion events. *Cognition and Emotion*, 16, 11-28.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580-591.

- Shaver, P., & Schwartz, J., Kirson, D., & O' Connor, C. (1987). Emotion knowledge: further exploration of a prototype approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1061-1086.
- Shaver, P., & Murdaya, U. (2001). Structure of Indonesian emotion lexicon. *Asian Journal of Social Psychology*, 4, 201-224.
- Smith, C.A., & Ellsworth, P. (1985). Patterns of cognitive appraisal in emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 813-838.
- Smith, P. B. & Schwartz, S. (1997). Values. In J. W. Berry, M. H. Segall, & Ç. Kağıtçıbaşı (Eds). *Handbook of cross-cultural psychology: Social behaviour and applications (3)*, 77- 118, MA: Allyn & Bacon.
- Smith, C.A., & Lazarus, R. S. (1993). Appraisal components, core relational themes, and the emotions. *Cognition and Emotion*, 7, 233-269.
- Smith, C. A., & Ellsworth, P. C. (1987). Patterns of appraisal and emotion related to taking an exam. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 475-488.
- Smith, C.A., & Kirby, L. D. (2001). Toward delivering on the promise of appraisal theory. In A. Schoror, K. R. Scherer, ve T. Johnston (Eds), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (121-138). Oxford: Oxford University Press.
- Sonnemans, J., & Frijda, N. H. (1994). The structure of subjective emotional intensity. *Cognition and Emotion*, 8, 329 – 350.
- Stephan, W. G., Stephan, C. W., & Cabezas de Vargas, M. (1996). Emotional expression in Costa Rica and United States. *Journal of Cross- Cultural Psychology*, 27, 147-160.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O.(2000). *Social Psychology*. Tenth Edition, Prentice Hall: USA.
- Tomkins, S. S. (1984). Affect theory. In K. R. Scherer & P. Ekman (Eds). *Approaches to emotion* (163 - 196). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Triandis, H.C. (1994). Major cultural syndromes and emotion. In S.Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (285-306). Washington, DC: American Psychological Association.
- Triandis, H. C. (1995). Individualism and collectivism. *Boulder, CO: Westview*.

- Triandis, H. C., & Gelfand, M. F. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 118-128.
- Wallbott, H. G., & Scherer, K. R. (1995). Cultural determinants in experiencing shame and guilt. In J.P. Tangney & K.W. Fischer (Eds.). *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride* (465-487). New York: Guilford Press.
- Wierzbicka, A. (1994). Emotion, language and cultural scripts. In S. Kitayama & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical studies of mutual influence* (133-196). Washington, DC: American Psychological Association.
- Wierzbicka, A. (1992). Talking about emotions: semantics, culture and cognition. *Cognition and Emotion*, 6, 285-319.
- Voltan – Acar, N. (1987). Duygu yansıtan sözcüklerin anlamsal çözümlemesi. *Medial Nöroloji, Nöroşirürji ve Psikiyatri Dergisi*, 3, 1.
- Voltan – Acar, N. (1990). Duygu yansıtan sözcük ve deneyimlerin anlamsal çözümlemesi 2. V. Ulusal Psikoloji Kongresi, *Psikoloji Seminer Dergisi*, Özel Sayısı, 8.
- Zajonc, R. B. (1984). On the primacy of affect. In K. R. Scherer & P. Ekman (Eds.). *Approaches to emotion* (259 - 270). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Zajonc, R. B. (2004). Exposure effects: An unmediated phenomenon. In A. S. R. Manstead, N. Frijda & A. Fischer (Eds.) *Feelings and Emotion: The Amsterdam Symposium* (194-203). Cambridge, Cambridge University Press.
- Zammuner, V. L. (1998). Concepts of emotion: “Emotionness”, and dimensional ratings of Italian emotion words. *Cognition and Emotion*, 12 (2), 243 – 272.

EKLER**Ek 1.****Tüm Duygu İfadeleri Sıklık Yüzdeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı**

SIRA	DUYGU İFADELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
1	SEVGİ	%74.4	%78.7	%76.8
2	MUTLULUK	%59.5	%83	%73.7
3	AŞK	%75.9	%67.6	%71.1
4	SEVİNÇ	%52	%68.5	%62.1
5	ÜZÜNTÜ	%52	%55	%53.7
6	NEFRET	%30.4	%54.6	%44.7
7	ÖZLEM	%34.2	%38.9	%37.4
8	KARAMSARLIK	%19	%40.7	%31.6
9	HEYECAN	%29.1	%29.6	%30
10	KORKU	%26.6	%29.6	%28.9
11	HÜZÜN	%20.3	%31.5	%26.8
12	KİN	%17.7	%32.4	%26.8
13	KISKANÇLIK	%27.8	%24.1	%26.3
14	ÖFKE	%19	%31.5	%25.8
15	YALNIZLIK	%15.2	%28.7	%23.2
16	HIRS	%20.3	%24.1	%22.6
17	ACI	%17.7	%26.9	%22.6
18	GÜVEN	%19	%22.2	%21.1
19	KEDER	%20.3	%21.3	%21.1
20	SAYGI	%22.8	%17.6	%20.5
21	KIZGINLIK	%15.2	%24.1	%20
22	KAYGI, ENDİŞE	%13.9	%25	%20
23	AĞLAMAK	%11.4	%25	%18.9
24	UMUT	%20.3	%16.7	%18.4
25	ARKADAŞLIKLA BENZET	%19	%17.6	%17.9
26	SIKINTI	%10.1	%17.6	%15.3
27	SİNİRLENMEK	%12.7	%17.6	%15.3
28	GÜLMEK	%10.1	%17.6	%14.2
29	HOŞLANMAK	%17.7	%11.1	%13.7
30	AİLEYLE İLİŞKİLENDİRME	%15.2	%13	%13.7
31	İHANET	%15.2	%12	%13.2
32	UTANÇ	%10.1	%15.7	%13.2
33	ACIMAK	%13.9	%13	%13.2
34	HASRET	%5.1	%18.5	%13.2
35	HOŞGÖRÜ	%11.4	%12	%12.1
36	BAĞLILIK	%13.9	%10.2	%12.1
37	HAYAL KIRIKLIĞI	%11.4	%12	%11.6
38	HUZUR	%3.8	%15.7	%11.1
39	ÖZGÜRLÜK	%10.1	%11.1	%11.1
40	İNTİKAM	%7.6	%13	%10.5

SIRA	DUYGU İFADELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
41	FİZYOLOJİK ÖZELLİKLER	%12.7	%9.3	%10.5
42	TUTKU	%13.9	%7.4	%10
43	ARZU	%13.9	%7.4	%10
44	SADAKAT	%12.7	%7.4	%9.5
45	MERAK	%8.9	%10.2	%9.5
46	PİŞMANLIK	%3.8	%11.1	%8.9
47	ÜMİTSİZLİK	%7.6	%10.2	%8.9
48	SABRETMEK	%7.6	%9.3	%8.9
49	ÇARESİZLİK	%10.1	%8.3	%8.9
50	ŞAŞKINLIK	%6.3	%9.3	%8.4
51	İHTİRAS	%15.2	%3.7	%8.4
52	MUTSUZLUK	%6.3	%9.3	%7.9
53	CESARET	%11.4	%3.7	%7.4
54	STRES	%3.8	%10.2	%7.4
55	KIRILMAK	%5.1	%9.3	%7.4
56	MERHAMET	%7.6	%6.5	%7.4
57	AYRILIK	%6.3	%7.4	%7.4
58	GURUR	%6.3	%7.4	%6.8
59	İYİMSERLİK	%7.6	%6.5	%6.8
60	NEŞE	%6.3	%7.4	%6.8
61	YAŞAMA SEVİNCİ	%3.8	%8.3	%6.3
62	DEPRESYON HALİ	%6.3	%6.5	%6.3
63	ŞEFKAT	%2.5	%7.4	%6.3
64	ŞÜPHE	%2.5	%8.3	%5.8
65	FEDAKARLIK	%2.5	%7.4	%5.8
66	BİTKİNLİK	%3.8	%7.4	%5.8
67	BEKLENTİ	%5.1	%5.6	%5.8
68	KARARSIZLIK	%5.1	%6.5	%5.8
69	DİNGİNLİK	%5.1	%6.5	%5.8
70	TİKSİNMEK	%2.5	%7.4	%5.3
71	İKİYÜZLÜLÜK	%7.6	%3.8	%5.3
72	KÖTÜLÜK	%3.8	%5.6	%4.7
73	DEĞER	%6.3	%3.7	%4.7
74	ÇEKİNGENLİK	%6.3	%3.7	%4.7
75	COŞKU	%5.1	%3.7	%4.2
76	GÜZEL	%3.8	%3.7	%4.2
77	TELAŞ	%6.3	%1.9	%4.2
78	DERT	%2.5	%4.6	%4.2
79	İNANÇ	%5.1	%3.6	%4.2
80	UMUTLANMAK	%1.3	%4.6	%3.7
81	AŞAĞILIK DUYGUSU	%1.3	%5.6	%3.7
82	RENKLE İLİŞKİLENDİRME	%6.3	%1.9	%3.7
83	VİCDAN	%7.6	% .9	%3.7
84	SORUMLULUK	%5.1	%2.8	%3.7

SIRA	DUYGU İFADELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
85	BUHRAN	%3.8	%3.7	%3.7
86	ERDEMLİ	%2.5	%3.7	%3.2
87	ACIMASIZLIK	%0	%5.6	%3.2
88	HAYATA BAĞLILIK	%1.3	%4.6	%3.2
89	İMRENME	%2.5	%2.8	%2.6
90	NANKÖRLÜK	%2.5	%2.8	%2.6
91	KÖTÜMSERLİK	%3.8	%1.9	%2.6
92	SIKILGANLIK	%1.3	%3.7	%2.6
93	USANMAK	%1.3	%3.7	%2.6
94	SİTEM	%1.3	%3.7	%2.6
95	İÇTENLİK	%0	%4.6	%2.6
96	AHLAK	%6.3	%0	%2.6
97	HİSSETMEK	%1.3	%3.7	%2.6
98	ÇİRKİN	%1.3	%3.7	%2.6
99	ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK	%3.8	% .9	%2.1
100	KIVANÇ	%3.8	% .9	%2.1
101	İNATLIK	%0	%3.7	%2.1
102	SAYGISIZLIK	%1.3	%2.8	%2.1
103	CESARETSİZLİK	%1.3	%2.8	%2.1
104	GÜCENMEK	%0	%2.8	%1.6
105	REKABET	%1.3	%1.9	%1.6
106	HÜSRAN	%1.3	%1.9	%1.6
107	HOŞNUTLUK	%0	%2.8	%1.6
108	AFFETMEK	%1.3	%1.9	%1.6
109	SUÇLULUK	%0	%1.9	%1.1
110	HİRÇİNLİK	%1.3	% .9	%1.1
111	YAS	%0	% .9	%1.1
112	METANET	%0	%1.9	%1.1
113	SADAKATSİZ	%0	%1.9	%1.1
114	SOYUTLANMAK	%1.3	% .9	%1.1
115	KAPRİS	%0	%1.9	%1.1
116	İBRET	%0	% .9	% .5
117	NAZ	%0	% .9	% .5
118	CİLVE	%0	% .9	% .5
119	ZALİMLİK	%0	% .9	% .5
120	OLGUNLUK	%0	% .9	% .5
121	REHAVET	%1.3	%0	% .5
122	ÖNYARGI	%0	% .9	% .5
123	KARA SEVDA	%0	% .9	% .5

Ek 2.

Günlük Yöntemine Göre Tüm Duygu İfadeleri Sıklık Yüzdeleri ve Cinsiyete Göre Dağılımı

SIRA	DUYGU KELİMELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
1	MUTLULUK	% 98	% 97.9	% 98
2	YORGUNLUK	% 75.8	% 66.7	% 73
3	SIKINTI	% 73.7	% 68.8	% 72.3
4	SİNİRLİ	% 68.7	% 60.4	% 65.5
5	ÜZÜNTÜ	% 68.7	% 52.1	% 62.8
6	RAHAT	% 48.5	% 58.3	% 52
7	HEYECAN	% 51.5	% 45.8	% 50
8	HUZURLU	% 52.5	% 43.8	% 50
9	SEVİNÇ	% 42.4	% 47.9	% 43.9
10	TELAŞLI	% 50.5	% 20.8	% 40.5
11	ÖZLEM	% 37.4	% 56.3	% 39.2
12	MUTSUZLUK	% 35.4	% 45.8	% 38.5
13	AÇLIK	% 37.4	% 31.3	% 35.1
14	KORKU	% 37.4	% 31.3	% 35.1
15	KIZGINLIK	% 30.3	% 22.9	% 31.8
16	STRESLİ	% 29.3	% 31.8	% 29.7
17	UYKU HALİ	% 34.3	% 16.7	% 28.4
18	ŞAŞKINLIK	% 23.2	% 18.8	% 21.6
19	TEDİRGİNLİK	% 23.2	% 18.8	% 21.6
20	MERAK	% 22.2	% 18.8	% 20.9
21	KARARSIZ	% 23.2	% 14.6	% 20.3
22	SAKİN	% 23.2	% 10.4	% 19.6
23	ENDİŞE	% 18.2	% 20.8	% 19.6
24	YALNIZLIK	% 17.2	% 25	% 19.6
25	NÖTR	% 24.2	% 10.4	% 19.6
26	NEŞELİ	% 17.2	% 22.9	% 18.9
27	DÜŞÜNCELİ	% 16.2	% 25	% 18.9
28	HUZORSUZLUK	% 19.2	% 16.7	% 18.2
29	HÜZÜN	% 17.2	% 16.7	% 17.6
30	İYİ	% 21.2	% 8.3	% 17.6
31	UYKUSUZ	% 18.2	% 16.7	% 17
32	KAYGI	%17.2	% 12.5	% 15.5
33	GERGİN	% 18.2	% 8.3	% 14.9
34	SABIRSIZ	% 17.4	% 10.4	% 14.9
35	BEZGİNLİK	% 12.1	% 14.6	% 12.8
36	ÜMİT	% 10.1	% 18.8	% 12.8
37	DUYGULARIN KARMAŞIK OLMASI	% 13.1	% 8.3	% 12.2
38	DURGUN	% 16.2	% 4.2	% 12.2
39	ÜŞÜMEK	% 17.2	% 2.1	% 12.2

SIRA	DUYGU KELİMELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
40	KÖTÜ	% 14.1	% 6.3	% 11.5
41	ACI ÇEKMEK	% 4.2	% 14.1	% 10.8
42	HAYAL KIRIKLIĞI	% 12.1	% 6.3	% 10.1
43	MORAL BOZUKLUĞU	% 9.1	% 10.4	% 10.1
44	HALSİZ	% 7.1	% 14.6	% 9.5
45	PİŞMANLIK	% 6.1	% 16.7	% 9.5
46	KARAMSAR	% 4	% 18.8	% 8.8
47	KEYİFLİ	% 9.1	% 8.3	% 8.8
48	GÜVEN	% 10.1	% 4.2	% 8.1
49	DUYGUSAL	% 7.1	% 10.4	% 8.1
50	ÖFKE	% 6.1	% 10.4	% 7.4
51	AŞK	% 6.1	% 10.4	% 7.4
52	EĞLENCELİ	% 8.1	% 4.2	% 6.8
53	KARARLI	% 4	% 10.4	% 6.1
54	NEFRET	% 6.1	% 4.2	% 5.4
55	HIRS	% 3	% 10.4	% 5.4
56	AĞLAMAK	% 6.1	% 4.2	% 5.4
57	BELİRSİZLİK	% 8.1	% 0	% 5.4
58	KISKANÇLIK	% 5.1	% 4.2	% 4.7
59	UMURSAMAZLIK	% 3	% 8.3	% 4.7
60	ÇARESİZLİK	% 5.1	% 4.2	% 4.7
61	PANİK	% 7.1	% 0	% 4.7
62	BURUK	% 6.1	% 2.1	% 4.7
63	VİCDAN AZABI	% 6.1	% 0	% 4.1
64	UTANMA	% 4	% 4.2	% 4.1
65	ZİNDE	% 4	% 4.2	% 4.1
66	DUYGULARI KÖRELMEK	% 8.3	% 2	% 4.1
67	TOKLUK	% 3	% 2.1	% 4.1
68	BEKLENTİLİ	% 3	% 6.3	% 4.1
69	SERSEM	% 6.1	% 0	% 4.1
70	BUNALIM	% 5.1	% 2.1	% 4.1
71	KIRGIN	% 3	% 4.2	% 3.4
72	DİKKATLİ	% 5.1	% 0	% 3.4
73	GURUR	% 3	% 4.2	% 3.4
74	HOŞNUTLUK	% 2	% 4.2	% 2.7
75	ŞÜPHE	% 2	% 4.2	% 2.7
76	CİNSEL İSTEK	% 0	% 8.3	% 2.7
77	SORUMLULUK	% 3	% 2.1	% 2.7
78	SUÇLULUK	% 2	% 4.2	% 2.7
79	GÜLMEK	% 4	% 0	% 2.7
80	COŞKU	% 1	% 2.1	% 2
81	UNUTGANLIK	% 2	% 2.1	% 2

SIRA	DUYGU KELİMELERİ	KADIN n:77	ERKEK n:105	TOPLAM n:185
82	İSTEKSİZ	% 2	% 2.1	% 2
83	TİKSİNME	% 2	% 2.1	% 2
84	AYRILIK	% 2	% 2.1	% 2
85	HOŞNUTSUZLUK	% 2	% 2.1	% 2
86	GARİP	% 3	% 0	% 2
87	ÖZGÜRLÜK	% 2	% 2.1	% 2
88	SORUMSUZLUK	% 2	% 2.1	% 2
89	İMRENME	% 2.1	% 2	% 2
90	BEDENSEL DEĞİŞİKLİKLER	% 0	% 6.3	% 2
91	SABIRLI	% 1	% 2.1	% 1.4
92	TEMBELLİK	% 1	% 2.1	% 1.4
93	TEPKİLİ	% 1	% 2.1	% 1.4
94	İSTEKLİ	% 2	% 0	% 1.4
95	HASRET	% 1	% 2.1	% 1.4
96	AZİMLİ	% 2	% 0	% 1.4
97	ZEVK	% 0	% 4.2	% 1.4
98	ZORUNLULUK	% 2	% 0	% 1.4
99	KEDER	% 0	% 4.2	% 1.4
100	ROMANTİK	% 1	% 2.1	% 1.4
101	DALGIN	% 1	% 2.1	% 1.4
102	ACIMAK	% 1	% 2.1	% 1.4
103	ŞANSLI	% 2	% 0	% 1.4
104	ŞOK OLMUŞ	% 1	% 2.1	% 1.4
105	ENGELLENME	% 1	% 0	% .7
106	İSYAN	% 0	% 2.1	% .7
107	ETKİLEYİCİ	% 1	% 0	% .7
108	İNAT	% 1	% 0	% .7
109	AFFETMEK	% 1	% 0	% .7
110	ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK	% 0	% 2.1	% .7
111	HÜSRAN	% 1	% 0	% .7
112	İYİMSERLİK	% 1	% 0	% .7
113	AŞAĞILIK HİSSİ	% 1	% 0	% .7
114	EFKARLI	% 0	% 2.1	% .7
115	İLGİLİ	% 0	% 2.1	% .7
116	CESARET	% 0	% 2.1	% .7
117	DİKKATSİZ	% 1	% 0	% .7
118	FEDAKARLIK	% 1	% 0	% .7
119	GÜÇLÜ	% 0	% 2.1	% .7
120	DARGIN	% 0	% 2.1	% .7
121	ÇILGIN	% 1	% 0	% .7

Ek 3.

Prototipiklik Duygu Listesi Ortalamaları

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
1	SEVGİ	6.33	6.50	6.36	6.15
2	ÖZLEMEK	6.17	6.33	6.15	6.03
3	ÖZLEM	6.08	6.23	6.14	5.89
4	AŞK	6.07	6.46	5.84	5.91
5	SEVİNME	6.05	6.28	6.18	5.69
6	SEVİNÇ	5.90	6.41	5.87	5.43
7	MUTLULUK	5.89	6.55	5.68	5.45
8	HOŞLANMA	5.88	6.22	5.96	5.46
9	DUYGUSALLIK	5.87	6.28	5.84	5.50
10	SİNİRLİLİK	5.67	5.86	5.86	5.29
11	VİCDAN	5.62	5.29	5.76	5.81
12	COŞKU	5.60	6.06	5.52	5.20
13	ZEVK	5.59	5.88	5.69	5.20
14	STRES	5.57	5.41	5.74	5.56
15	KAYGI	5.55	6.06	5.56	5.03
16	ÇILGINCA SEVME	5.52	5.93	5.29	5.35
17	GURUR	5.50	5.65	5.62	5.23
18	COŞKULU	5.50	6.04	5.33	5.14
19	ÖZGÜRLÜK	5.49	5.23	5.55	5.71
20	NEŞE	5.49	5.56	5.62	5.31
21	GÜVEN	5.48	5.70	5.51	5.24
22	GÜLMEK	5.48	4.94	6.03	5.40
23	HUZUR	5.46	5.77	5.45	5.17
24	VEFAKALIK	5.45	5.41	5.68	5.27
25	ÜZGÜN	5.45	5.95	5.49	4.89
26	HÜZÜN	5.45	6.05	5.38	4.91
27	MERHAMET	5.44	5.53	5.54	5.22
28	HEYECAN	5.44	5.90	5.42	4.96
29	MERAK	5.42	5.44	5.65	5.15
30	SADAKAT	5.42	5.26	5.45	5.54
31	DOSTLUK	5.41	4.89	5.89	5.49
32	SORUMLULUK	5.41	4.70	6.12	5.37
33	ARZU ETMEK	5.39	5.48	5.57	5.14
34	ŞEFKAT	5.39	5.84	5.27	5.06
35	KORKU	5.38	5.99	5.25	4.90
36	FEDAKARLIK	5.35	5.02	5.83	5.22
37	CESARET	5.34	5.42	5.53	5.06
38	MORAL BOZUKLUĞU	5.33	5.44	5.58	4.96
39	HOŞNUTLUK	5.26	5.51	5.43	4.83
40	KISKANÇLIK	5.26	5.83	4.89	5.07
41	KIZGIN	5.23	5.79	5.27	4.64
42	ACI	5.21	5.53	5.25	4.86

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
43	HAYAL KIRIKLIĞI	5.21	5.55	5.28	4.84
44	İYİMSERLİK	5.21	4.92	5.56	5.13
45	UTANMA	5.20	5.84	5.00	4.78
46	ONUR	5.19	4.97	5.55	5.04
47	MUTSUZLUK	5.19	5.94	5.02	4.66
48	MESUT	5.19	5.55	4.99	4.73
49	ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK	5.19	5.09	5.46	5.02
50	CAN SIKINTISI	5.18	4.91	5.69	4.92
51	BEGENME	5.16	4.91	5.50	5.06
52	SAMİMİYET	5.15	4.60	5.65	5.24
53	KARARSIZLIK	5.14	4.97	5.57	4.88
54	TAHAMMÜL	5.12	4.26	4.98	4.59
55	DERİN ÜZÜNTÜ	5.08	5.63	4.80	4.81
56	HIRS	5.08	5.52	5.08	4.61
57	İNANÇ	5.07	4.70	5.32	5.21
58	HUZURLU	5.06	5.21	5.01	4.86
59	SAYGI DUYMA	5.05	4.40	5.63	5.12
60	BUNALIM	5.04	5.33	4.71	5.09
61	TUTKU	5.04	5.18	5.00	4.96
62	ARZU	5.03	4.83	5.15	5.11
63	SABIR	5.01	4.56	5.36	
64	KEYİF	5.00	5.07	5.17	4.77
65	KÜPLERE BİNMEK	5.00	5.16	5.07	4.78
66	KALBİ KIRILMIŞ	4.98	5.04	5.04	4.86
67	SEMPATİ	4.97	5.00	5.27	4.66
68	KENDİNDEN HOŞNUT OLMA	4.96	4.97	5.07	4.85
69	AHLAK	4.96	3.69	5.83	5.36
70	ENDİŞE	4.96	5.20	5.17	4.51
71	HAZ	4.95	5.39	4.68	4.75
72	KIZMIŞ	4.95	5.09	5.07	4.68
73	SIKILGANLIK	4.95	5.21	5.07	4.57
74	KARAMSARLIK	4.95	5.37	4.82	4.66
75	AYRILIK	4.92	4.28	5.30	5.18
76	GÖNÜL HOŞLUĞU	4.92	4.83	4.86	5.02
77	ALINMAK	4.91	5.13	5.07	4.55
78	PİŞMANLIK	4.91	5.40	4.86	4.47
79	SEVECEN	4.91	4.68	5.35	4.71
80	ERDEM	4.90	4.60	5.21	4.89
81	YALNIZLIK	4.90	5.29	4.86	4.54
82	İTİMAT	4.90	4.77	4.90	4.96
83	GAYRET	4.87	3.95	5.45	5.24
84	BEKLENTİ	4.86	4.37	5.35	4.87
85	DEĞER	4.85	4.31	5.31	4.98
86	UTANÇ	4.85	5.82	4.41	4.32
87	KARARSIZ	4.84	4.63	5.32	4.55
88	İÇ RAHATLAMASI	4.84	4.97	4.97	4.60

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
89	DERT	4.84	4.68	5.05	4.81
90	İNAT	4.84	4.24	5.51	4.76
91	AĞLAMAK	4.84	4.77	4.76	4.80
92	KARA SEVDA	4.82	5.52	4.42	4.54
93	EĞLENCELİ	4.82	4.15	5.35	5.01
94	HEVESLİ	4.81	4.23	5.48	4.69
95	KEDER	4.80	4.94	5.07	4.42
96	GÜVENSİZLİK	4.79	5.09	4.88	4.42
97	FERAHLAMA	4.79	4.88	5.14	4.36
98	YÜREĞİ CIZ ETMEK	4.79	5.14	4.82	4.39
99	HUZORSUZLUK	4.78	5.15	4.82	4.36
100	SAKİNLİK	4.77	4.74	4.89	4.65
101	NEFRET	4.76	5.90	4.22	4.14
102	BIKMAK	4.76	4.62	5.10	4.58
103	KORKMUŞ	4.75	5.10	4.71	4.48
104	AİTLİK	4.72	4.75	4.91	4.55
105	SAKİN	4.72	4.53	5.00	4.62
106	GURBET	4.72	3.48	5.32	5.35
107	ŞEVK	4.72	4.83	4.72	4.57
108	SORUMSUZLUK	4.70	3.73	4.02	3.53
109	DEPRESİF OLMA	4.70	5.20	4.42	4.51
110	ÇARESİZLİK	4.70	4.87	4.65	4.53
111	GERGİNLİK	4.69	4.80	4.96	4.29
112	MORAL	4.67	4.65	4.91	4.45
113	TAKDİR	4.67	4.36	4.91	4.76
114	KİBİR	4.67	4.20		3.22
115	ZAFER	4.66	4.49	4.87	4.61
116	MİNNET	4.65	4.97	4.77	4.20
117	ŞAŞIRMİŞ	4.64	4.52	5.06	4.29
118	CANLILIK	4.64	4.25	4.88	4.80
119	KUŞKU	4.64	5.02	4.46	4.39
120	RAHAT	4.62	4.23	5.00	4.65
121	ŞÜPHE	4.61	4.65	4.82	4.37
122	MEMNUN	4.60	5.36	5.58	4.79
123	İFTİHAR	4.60	4.66	4.59	4.56
124	TEREDDÜTTE KALMA	4.60	4.02	5.27	4.52
125	ÜMİTSİZLİK	4.59	4.88	4.63	4.26
126	HAYRANLIK	4.58	4.63	4.77	4.36
127	MEMNUNİYET	4.58	4.75	4.67	4.27
128	TOKLUK	4.58	3.55	5.24	4.94
129	HÜSRAN	4.56	4.82	4.41	4.36
130	İFTİHARLA GÖĞSÜ KABARMAK	4.55	4.88	4.50	4.34
131	HUZORSUZ	4.55	4.77	4.65	4.23
132	SUÇLULUK	4.54	5.29	4.13	4.22
133	HAYRET	4.54	4.55	4.85	4.19
134	ZİNDE	4.54	4.30	4.63	4.65

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
135	GÜÇLÜ	4.54	3.89	4.91	4.81
136	BARIŞ	4.53	3.68	4.91	5.00
137	ÖVÜNÇ	4.51	4.58	4.43	4.54
138	KAHIR	4.51	5.26	4.18	4.09
139	PANİK	4.50	4.53	4.57	4.40
140	SÜRPRİZ	4.50	3.63	4.97	4.90
141	USANMAK	4.50	4.30	4.82	4.38
142	HEVESİ KIRILMIŞ	4.50	4.50	4.79	4.21
143	VİCDAN AZABI	4.49	5.35	3.97	4.13
144	İLGİLİ	4.48	3.78	4.89	4.77
145	İNCELİK	4.48	4.13	4.64	4.68
146	MAHÇUP OLMA	4.45	4.90	4.50	3.90
147	KİN	4.44	5.29	3.95	4.09
148	ÇEKİNGENLİK	4.44	4.67	4.51	4.13
149	İNTİKAM	4.43	5.07	4.11	4.12
150	ÇÖKÜNTÜ	4.43	4.74	4.37	4.17
151	TATMİN	4.43	4.45	4.45	4.40
152	ŞÜPHELENME	4.42	4.39	4.58	4.27
153	AÇLIK	4.41	3.69	5.17	4.39
154	KÖTÜMSERLİK	4.40	4.97	4.23	4.06
155	GÜCENMEK	4.38	4.53	4.51	4.07
156	KIVANÇ	4.38	4.50	4.49	4.10
157	İSTEKSİZ	4.37	4.50	4.59	4.04
158	ETKİLEYİCİ	4.37	3.89	4.81	4.36
159	ÇILGINLIK	4.36	4.17	4.51	4.40
160	KAFA KARIŞIKLIĞI	4.34	3.53	3.53	4.46
161	HÜRMET	4.34	3.56	5.07	4.40
162	KÜSKÜN	4.34	4.35	4.53	4.13
163	ÖÇ	4.34	5.29	3.82	3.91
164	EMPATİ	4.33	4.48	4.43	4.08
165	SİTEM	4.32	4.35	4.52	4.09
166	KANAAT	4.32	3.80	4.73	4.45
167	TÜKENMİŞLİK	4.29	4.39	4.38	4.11
168	ŞAŞIRTICI	4.29	3.59	4.86	4.45
169	ŞOK OLMA	4.26	4.53	4.26	4.05
170	UTANÇ DUYMA	4.25	5.30	3.47	3.96
171	YIKILMIŞ	4.25	4.36	4.22	4.16
172	KENDİNİ DIŞTA HİSSETMEK	4.24	3.90	3.90	3.82
173	YAS	4.22	4.77	4.04	3.88
174	ŞEHVET	4.22	4.54	3.97	4.12
175	ÇEKİCİLİK	4.21	3.35	4.92	4.36
176	İMRENME	4.21	4.48		3.79
177	DUYGULARINA YENİK DÜŞMÜŞ	4.21	4.49	4.13	4.02
178	İĞRENME	4.21	4.63	4.18	3.82
179	AKTİF	4.21	3.16	4.86	4.62
180	KALP SIZISI	4.20	4.10	4.20	4.30

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞINALIK	YOĞUNLUK
181	TİKSİNME	4.20	4.73	4.04	3.80
182	ALT ÜST OLMUŞ	4.20	4.37	4.10	4.12
183	UYSAL	4.18	3.84	4.53	4.13
184	HIRÇINLIK	4.17	4.29	4.39	3.77
185	ÖLÜM	4.15	3.36	4.53	4.56
186	REFAH	4.14	3.81	4.44	4.18
187	SARSINTI	4.13	4.35	4.05	3.96
188	ADALET	4.12	3.37	4.57	4.41
189	YILGIN	4.12	4.21	4.26	3.84
190	SUKÜNET	4.10	3.80	4.37	4.13
191	GERİLİM	4.09	4.21	4.18	3.85
192	ÖNYARGI	4.08	3.65	4.74	3.85
193	SİNİRLENDİRME	4.08	3.53	4.47	4.26
194	YABANCILAŞMA	4.08	4.15	4.17	3.91
195	KUTSAL	4.06	3.05	4.69	4.44
196	KORKAK	4.04	4.54	3.87	3.76
197	ÇİLE	4.04	3.78	4.19	4.15
198	KAPRİS	4.02	3.95	4.40	3.70
199	BAĞIMLILIK	4.01	3.37	4.51	4.16
200	RAHATSIZLIK	4.01	3.76	4.45	3.84
201	KASVET	4.00	4.36	4.07	3.55
202	GAM	3.99	4.39	3.94	3.60
203	TAKINTI	3.99	3.89	4.50	3.57
204	SİNİRLENDİRİCİ	3.98	3.81	4.31	3.83
205	TERKEDİLMİŞ	3.97	4.24	3.96	3.70
206	EVHAM	3.95	4.42	3.68	3.66
207	FAZİLET	3.95	3.83	4.03	3.90
208	GEVŞEMİŞ	3.94	3.63	4.31	3.87
209	TEŞVİK	3.93	3.21	4.37	4.23
210	KENDİNİ BEĞENME	3.93	4.10	4.08	3.62
211	BOCALAMA	3.93	3.60	4.37	3.82
212	BUHRAN	3.93	4.28	3.63	3.93
213	İRKİLME	3.92	3.70	4.28	3.78
214	TAHRİK	3.92	4.03	4.13	3.55
215	GARİPLİK	3.91	3.75	4.27	3.73
216	KABAHAHAT	3.90	3.13	4.20	4.39
217	RED EDİLMİŞ	3.90	3.91	3.92	3.92
218	İHTİRAS	3.89	4.60	3.44	3.60
219	YENİLGİ	3.88	3.76	3.95	3.93
220	CESARETİ KIRILMIŞ	3.88	4.06	3.93	3.66
221	HASET	3.87	4.29	3.56	3.64
222	EZİK	3.86	4.28	3.79	3.48
223	YOKSUNLUK	3.86	4.02	3.86	3.70
224	NAZ	3.83	3.43	4.19	3.88
225	DEHŞET	3.82	4.17	3.62	3.63
226	CAZİBE	3.82	2.85	4.57	4.04
227	YÜCELTME	3.78	3.28	4.15	3.92
228	KURTULMA	3.78	3.23	4.00	4.04

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
229	BÜYÜLEYİCİ	3.77	3.17	4.18	3.96
230	PERİŞANLIK	3.76	3.71	3.84	3.74
231	REHAVET	3.76	4.07	3.87	3.37
232	SORUMSUZ	3.76			
233	KORKUNÇ	3.75	3.86	3.75	3.66
234	YILGI	3.75	3.85	3.72	3.67
235	UYUŞUKLUK	3.73	2.88	4.55	3.78
236	KALP ÇİRPİNMASI	3.73	3.58	3.93	3.38
237	ALİMLİLİK	3.73	2.88	4.20	4.04
238	DİNGİN	3.73	3.95	3.72	3.68
239	CİLVE	3.71	3.35	4.11	3.45
240	ÜRPERME	3.70	3.52	3.88	3.68
241	SOMURTMA	3.70	3.48	4.04	3.58
242	GAREZ	3.68	4.48	3.31	3.22
243	UYARILMIŞLIK	3.65	3.48	3.70	3.72
244	İBRET	3.64	3.58	3.77	3.54
245	ACINMAK	3.63	3.72	3.79	3.40
246	TIKANMIŞLIK	3.63	3.65	3.73	3.52
247	TETİKTE	3.63	3.06	3.73	4.12
248	AZARLAMA	3.63	3.06	4.30	3.45
249	KURUNTU	3.61	3.65	3.76	3.40
250	BAHT	3.59	2.92	4.08	3.77
251	HİŞİM	3.53	3.42	3.53	3.63
252	KADİRŞİNASLIK	3.52	3.51	3.76	3.25
253	UYARILMA	3.50	3.03	3.75	3.73
254	VESVESELİK	3.50	3.65	3.46	3.37
255	DIŞLANMA	3.49	3.58	3.44	3.42
256	İHANET	3.49	3.82	3.21	3.43
257	İĞRENC	3.48	3.59	3.73	3.15
258	ÜRKEK	3.47	3.80	3.53	3.06
259	ENGELLENME	3.45	3.10	3.93	3.31
260	ASIK SURATLILIK	3.45	3.08	3.89	3.32
261	MELANKOLİK	3.44	4.02	3.12	3.23
262	TUTULMUŞ	3.44	3.36	3.55	3.39
263	GAZAP	3.40	3.77	3.25	3.14
264	NİSPET	3.38	3.39	3.67	3.09
265	ZİHİN DARALMASI	3.38	3.03	3.70	3.43
266	AJİTASYON	3.37	3.29	3.16	3.50
267	BORÇLU	3.31	2.28	4.08	3.59
268	DONMAK	3.30	3.10	3.56	3.17
269	SERSEMLEME	3.28	3.25	3.52	3.09
270	HAKARET	3.27	2.74	3.89	3.18
271	YABAN	3.26	3.23	3.30	3.10
272	MİSKİNLİK	3.26	3.15	3.59	3.06
273	AŞAĞILAMA	3.25	3.55	2.90	3.30
274	KÜÇÜK GÖRME	3.21	3.21	3.57	2.84
275	PASİF	3.19	3.06	3.26	3.25
276	DONUKLUK	3.18	3.10	3.36	3.19

	DUYGU İFADELERİ	PROTOTİP ORT.	HANGİ ORANDA DUYGU	AŞİNALIK	YOĞUNLUK
277	PİŞKİN	3.15	3.17	3.30	2.98
278	TERÖR	3.12	2.30	3.62	3.44
279	TALİH	3.11	2.42	3.54	3.44
280	İKİRCİKLİK	3.11	3.16	3.05	2.94
281	KAYIP	3.11	2.49	3.52	3.32
282	HORGÖRME	3.10	3.36	3.08	2.85
283	VAHŞET	3.07	3.09	2.83	3.30
284	SEFALET	3.06	2.24	3.51	3.47
285	ŞANS	3.05	2.69	4.10	3.70
286	İTİCİ	2.90	2.64	3.28	2.80
287	TİTREME	2.89	2.43	3.31	2.93
288	HİSTERİ	2.45	2.95	2.28	2.98
289	ŞİŞKİN	2.45	2.32	2.64	2.41
290	YILIŞMAK	2.43	2.34	2.66	2.26
291	BAGLILIK	2.41	2.71	2.17	2.03
292	BAŞARI	2.41	2.35	2.98	2.84

Ek.4

Duygu İfadeleri Hoşnutluk Ortalamaları

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
SEVGİ	6,65	,99
SEVİNME	6,43	1,07
ÖZGÜRLÜK	6,40	1,16
MUTLULUK	6,38	1,25
MEMNUN	6,36	,99
HUZURLU	6,33	1,22
HUZUR	6,32	1,35
FERAHLAMA	6,31	1,18
BARIŞ	6,29	1,30
NEŞE	6,28	1,23
ZAFER	6,26	1,23
SEVİNÇ	6,23	1,26
ZEVK	6,23	1,13
MESUT	6,20	1,23
SEVECEN	6,19	1,13
DOSTLUK	6,18	1,47
GÜVEN	6,18	1,53
GÜLMEK	6,16	1,37
BAŞARI	6,14	1,51
HOŞNUTLUK	6,12	1,29
SÜRPRİZ	6,11	1,40
ERDEM	6,10	1,48
ADALET	6,10	1,52
İÇ RAHATLAMASI	6,10	1,40
ALÇAK GÖNÜLLÜLÜK	6,09	1,32
GÖNÜL HOŞLUĞU	6,08	1,31
ONUR	6,07	1,25
COŞKULU	6,02	1,28
ZİNDE	6,00	1,41
COŞKU	6,00	1,28
AŞK	5,99	1,73
KEYİF	5,98	1,51
İYİMSERLİK	5,96	1,22
TOKLUK	5,96	1,45
ŞANS	5,95	1,52
SADAKAT	5,95	1,61
EĞLENCELİ	5,93	1,49
MEMNUNİYET	5,90	1,28
ŞEFKAT	5,90	1,29
SEMPATİ	5,89	1,33
SAYGI DUYMA	5,86	1,48
VEFAKARLIK	5,85	1,57
TAKDİR	5,85	1,50
MORAL	5,81	1,52
AHLAK	5,80	1,39

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
GÜÇLÜ	5,79	1,51
CESARET	5,77	1,40
SAMİMİYET	5,77	1,39
REFAH	5,76	1,51
BEĞENME	5,70	1,60
KENDİNDEN HOŞNUTOLMA	5,70	1,59
AKTİF	5,68	1,35
CANLILIK	5,65	1,50
ARZUETMEK	5,63	1,24
FEDAKARLIK	5,61	1,49
HOŞLANMA	5,56	1,78
İNCELİK	5,55	1,68
DEĞER	5,53	1,53
KIVANÇ	5,51	1,38
VİCDAN	5,51	1,76
MERHAMET	5,48	1,83
RAHAT	5,48	1,54
İLGİLİ	5,43	1,54
İFTİHAR	5,43	1,80
İNANÇ	5,39	1,79
HAZ	5,36	1,74
HEVESLİ	5,33	1,52
ÇEKİCİLİK	5,29	1,57
ETKİLEYİCİ	5,28	1,75
SAKİN	5,26	1,70
İTİMAT	5,22	1,73
GURUR	5,20	2,08
KURTULMA	5,17	1,84
ÖVÜNÇ	5,17	1,83
GAYRET	5,15	1,68
SABIR	5,11	1,94
CAZİBE	5,06	1,82
SAKİNLİK	4,98	1,72
HEYECAN	4,97	1,81
ARZU	4,97	1,69
ÇILGINCA SEVME	4,96	2,05
ŞEVK	4,96	1,72
KUTSAL	4,94	1,80
TALİH	4,93	1,80
TATMİN	4,88	1,65
HÜRMET	4,87	1,88
UYSAL	4,87	1,73
İFTİHARLA GÖĞSÜ KABARMAK	4,8	1,96
TUTKU	4,85	1,76
EMPATİ	4,85	1,93
TEŞVİK	4,76	1,71
KANAAT	4,76	1,80
DUYGUSALLIK	4,74	1,90
AİTLİK	4,72	1,70

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
FAZİLET	4,71	1,95
ALİMLİLİK	4,70	1,99
SORUMLULUK	4,65	1,78
BÜYÜLEYİCİ	4,62	1,93
BAĞLILIK	4,58	2,09
HAYRANLIK	4,53	1,77
ŞAŞIRTICI	4,48	1,58
ÖZLEMEK	4,44	2,12
SUKÜNET	4,38	1,92
BAHT	4,36	1,90
ÇILGINLIK	4,27	1,96
ŞEHVET	4,20	2,10
YÜCELTME	4,17	2,08
MİNNET	4,17	1,91
TAHAMMÜL	4,17	2,05
GEVŞEMİŞ	4,11	2,18
MERAK	4,09	1,84
HIRS	3,98	3,78
BEKLENTİ	3,96	1,88
CİLVE	3,61	1,87
KARASEVDA	3,57	2,22
ŞAŞIRMIŞ	3,50	1,53
DİNGİN	3,50	1,78
KADİRŞİNASLIK	3,48	1,97
TETİKTE	3,35	1,93
NAZ	3,35	1,86
HAYRET	3,34	1,60
İBRET	3,29	1,96
ÖZLEM	3,29	2,17
TUTULMUŞ	3,28	6,88
UYARILMIŞLIK	3,13	1,65
İHTİRAS	3,12	1,73
İNAT	2,91	1,80
İMRENME	2,89	1,56
MAHÇUP OLMA	2,76	1,92
UYARILMA	2,71	1,75
AJİTASYON	2,68	1,91
KALP ÇİRPINMASI	2,67	1,72
ÇEKİNGENLIK	2,64	1,77
REHAVET	2,63	1,73
BAĞIMLILIK	2,55	1,65
ŞOK OLMA	2,54	1,62
HİRÇİNLİK	2,51	1,84
YÜREĞİ CIZ ETMEK	2,51	1,70
MELANKOLİK	2,50	1,67
ŞÜPHE	2,45	1,73
HAYAL KIRIKLIĞI	2,41	6,14
PİŞMANLIK	2,39	1,81
ŞÜPHELENMEK	2,37	1,37

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
TAHRİK	2,34	1,55
UTANMA	2,3	1,43
KENDİNİ BEĞENME	2,32	1,84
GARIPLİK	2,30	1,41
HÜZÜN	2,29	1,72
ALINMAK	2,26	1,45
DUYGULARINA YENİK DÜŞMÜŞ	2,24	1,58
ÜZGÜN	2,22	1,69
ENDİŞE	2,22	1,41
KIZMIŞ	2,21	1,53
ÖLÜM	2,20	2,02
ÜRPERME	2,19	1,13
UTANÇ	2,18	1,53
BOCALAMA	2,17	1,42
İSTEKSİZ	2,16	1,41
YABAN	2,14	1,32
KUŞKU	2,14	1,38
SİTEM	2,13	1,52
KISKANÇLIK	2,13	1,47
KORKMUŞ	2,13	1,31
TEREDDÜTTE KALMA	2,13	1,45
HİSTERİ	2,10	1,58
KIZGIN	2,10	1,31
GERİLİM	2,09	1,38
AÇLIK	2,09	1,64
PANİK	2,07	1,58
GÜCENMEK	2,07	1,41
SİNİRLENDİRİ	2,06	1,53
TAKINTI	2,06	1,47
NEFRET	2,04	1,69
ŞİŞKİN	2,03	1,32
KASVET	2,03	1,45
KEDER	2,03	2,04
YALNIZ	2,02	1,50
KAYGI	2,02	1,66
HİŞİM	2,01	1,09
SİNİRLENDİRME	2,01	1,49
İNTİKAM	2,00	1,67
SERSEMLEME	2,00	1,27
SIKILGANLIK	2,00	1,47
BIKMAK	1,98	1,15
CANSIKINTISI	1,97	1,75
NİSPET	1,96	1,37
KALPSİZİSİ	1,96	1,33
KAYIP	1,96	1,36
İKİRCİKLİK	1,96	1,41
GURBET	1,95	1,34
BUHRAN	1,95	1,23

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
KARARSIZ	1,94	1,43
İĞRENME	1,94	1,35
DONMAK	1,94	1,33
VİCDANAZABI	1,92	1,60
YILGIN	1,92	1,42
KABAHAHAT	1,91	1,29
KURUNTU	1,91	1,31
ACINMAK	1,91	1,62
ENGELLENME	1,91	1,39
KAPRİS	1,90	1,29
ÜRKEK	1,90	1,17
USANMAK	1,90	1,24
MİSKİNLİK	1,90	1,46
KİBİR	1,90	1,86
GAM	1,89	1,39
ACI	1,87	1,62
YILGI	1,87	1,23
DONUKLUK	1,87	1,28
KORKU	1,87	1,48
UYUŞUKLUK	1,87	1,22
SİNİRLİLİK	1,86	1,50
SUÇLULUK	1,85	1,57
RAHATSIZLIK	1,85	1,14
YABANCILAŞ	1,84	1,20
YOKSUNLUK	1,84	1,13
KÜPLERE BİNMEK	1,83	1,22
DEHŞET	1,83	1,32
DERİN ÜZÜNTÜ	1,83	1,43
İRKİLME	1,83	1,10
DEPRESİF OLMA	1,83	1,48
TİKSİNME	1,82	1,50
TIKANMIŞLIK	1,82	1,37
KÜSKÜN	1,81	1,18
SORUMSUZLUK	1,81	1,41
ÖNYARGI	1,80	1,27
BORÇLU	1,80	1,35
PİŞKİN	1,80	1,32
KAFA KARIŞIKLIĞI	1,79	1,08
MUTSUZLUK	1,79	1,59
KORKUNÇ	1,78	1,35
TÜKENMİŞLİK	1,77	1,36
GAZAP	1,77	1,21
KAHIR	1,76	1,18
KALBI KIRILMIŞ	1,75	1,32
YAS	1,75	1,55
SOMURTMA	1,75	1,28
ÖÇ	1,75	1,31
KARAMSARLIK	1,74	1,39

DUYGU İFADELERİ	ORT	STANDART SAPMA
HUZURSUZLUK	1,73	1,28
PERİŞANLIK	1,73	1,29
AYRILIK	1,72	1,31
SARSINTI	1,72	1,48
VESVESELİK	1,72	1,13
TİTREME	1,72	1,09
EVHAM	1,71	1,21
ÇÖKÜNTÜ	1,71	1,19
GERGİNLİK	1,70	1,10
KENDİNİ DIŞTA HİSSETMEK	1,70	1,2
KARARSIZ	1,69	1,36
STRES	1,69	1,42
RED EDİLMİŞ	1,69	1,29
ÇARESİZLİK	1,68	1,43
ZİHİN DARALMASI	1,68	1,16
YENİLGİ	1,67	1,20
YIKILMIŞ	1,67	1,09
AZARLAMA	1,67	1,14
MORAL BOZUK.	1,66	1,17
ÇİLE	1,65	1,46
PASİF	1,65	,960
HÜSRAN	1,63	1,04
GAREZ	1,63	,923
GÜVENSİZLİK	1,63	1,02
KORKAK	1,62	1,08
EZİK	1,62	1,02
YILIŞMAK	1,61	1,19
KİN	1,59	1,28
UTANÇ DUYMA	1,59	1,12
ÜMİTSİZLİK	1,59	1,08
SEFALET	1,59	1,21
HORGÖRME	1,58	1,38
DERT	1,57	1,15
CESARETİ KIRILMIŞ	1,55	1,10
KÖTÜMSERLİK	1,54	,97
İTİCİ	1,53	1,01
HAKARET	1,52	1,14
BUNALIM	1,51	1,24
İĞRENÇ	1,50	,973
İHANET	1,50	1,20
ASIK SURATLILIK	1,48	1,04
DIŞLANMA	1,48	1,23
HUZURSUZ	1,47	1,07
ALT ÜST OLMUŞ	1,46	1,08
TERKEDİLMİŞ	1,44	1,08
KÜÇÜKGÖRME	1,44	,93
HEVESİ KIRILMIŞ	1,44	,91
AŞAĞILAMA	1,39	1,08
HASET	1,34	,94
TERÖR	1,27	,76

Ek 5.**Çalışma 1****Duygu Sıklık Ölçeği**

Biz duygularla ilgili bir çalışma yürütmekteyiz. Bildiğiniz gibi duygular günlük hayatımızın önemli bir parçasıdır. Duygular hem kendimiz hem de diğerlerini anlamakta önem kazanmaktadır. Nelerin duygu olarak adlandırıldığı bireyden bireye göre değişebilir.

Biz bu çalışmada sizin aklınıza gelen (yaşadığımız, gözlemlediğiniz, ifade ettiğiniz, vs.) ve duygu olarak değerlendirdiğiniz ifadelerle ilgilenmekteyiz. Sizden, arka sayfada size sunulan boşluklara aklınıza gelen duygu ifadelerini veya duygu kelimelerini yazmanızı istiyoruz. Bunlar, aklınıza gelen ve duygu olarak değerlendirdiğiniz tüm kelime veya ifadeler olabilir. Bu iş için size 15 dakikalık süre tanınacaktır. Lütfen şimdi aklınıza gelen tüm duygu kelimelerini size verilen 15 dakikalık süre içerisinde arka sayfadaki boşluklara yazınız.

Bu çalışmada kimliğinizi açığa çıkaracak yönde hiçbir bilgi alınmayacağından kendinizi güvende hissedebilirsiniz. Bu çalışmaya gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz.

Ek 6.

Çalışma 2

Duygu Günlük Ölçeği

Biz duygularla ilgili bir çalışma yürütmekteyiz. Bildiğiniz gibi duygular günlük hayatımızın önemli bir parçasıdır. Duygular hem kendimiz hem de diğerlerini anlamakta önem kazanmaktadır. Aynı zamanda duygu yaşanan bir olaya ya da duruma karşı göstermiş olduğumuz tepkilerdir.

Biz bu çalışmada size 10 gün boyunca günün değişik saatlerinde hissettiğiniz duyguyu ve o duyguyu ortaya çıkaran olayı tanımlamanızı istiyoruz. Bunun için size sunulan anket formunda hangi gün hangi saatte neler hissettiğinizi ve hangi olayın bu duyguyu ortaya çıkardığını belirtebilmeniz için sizlere boşluklar verilmiştir. Lütfen siz, size verilen bu boşluklara o anda ve o saatte hangi duyguyu hissettiğinizi ve bu duyguyu ortaya çıkaran olayı ya da durumu kısaca açıklayınız. Örneğin; “26.12.2005 Pazartesi günü saat sabah 11:00’da mutluydum. Çünkü geçen gün olduğumuz sınavdan gayet iyi bir puan aldığımı öğrendim.” gibi. Bu anket formunda hissedilen duygu ve bu duyguya neden olan olay toplam 10 gün boyunca, her gün 3 defa değişik saatlerde belirtilmesi gerekmektedir. Hangi gün ve saatte olduğu anketin ilgili sayfalarında belirtilmiştir. Bazı durumlarda günün o anını ya da o saatini kayırabilirsiniz. O zaman lütfen o saate en yakın zamanı düşünerek kendi duygu durumunuzu tarif etmeye çalışın. Ayrıca ankette sizin doldurmanız için ayrılan boşluklar yetmez ise; anket formunun en arka sayfasında bırakılan boş sayfayı gün ve saati belirterek kullanabilirsiniz.

Bu çalışmada kimliğinizi açığa çıkaracak yönde hiçbir bilgi alınmayacağından kendinizi güvende hissedebilirsiniz. Bu çalışmaya gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz.

1. Gün
19.12.2005 (Pazartesi)

ŞİMDİ saat sabah 10:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğleden sonra 15:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 20:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

2. Gün
20.12.2005 (Salı)

ŞİMDİ saat sabah 9:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğle 14:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 19:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

3.Gün
21.12.2005 (Çarşamba)

ŞİMDİ saat öğle 13:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 19:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat gece 22:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

4. Gün
22.12.2005 (Perşembe)

ŞİMDİ saat öğle 12:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 17:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat gece 22:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

5. Gün
23.12.2005 (Cuma)

ŞİMDİ saat sabah 8: 00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğle 13:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 18:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

6. Gün
24.12.2005 (Cumartesi)

ŞİMDİ saat sabah 11:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 17:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 20:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

7. Gün
25.12.2005 (Pazar)

ŞİMDİ saat sabah 11:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğleden sonra 16:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat gece 21:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

8. Gün
26.12.2005 (Pazartesi)

ŞİMDİ saat sabah 9:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğleden sonra 15:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 18:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

9. Gün
27.12.2005 (Salı)

ŞİMDİ saat sabah 10:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat öğleden sonra 16:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 19:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

10. Gün
28.12.2005 (Çarşamba)

ŞİMDİ saat öğle 12:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat akşam 18:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

ŞİMDİ saat gece 21:00 hissettiğiniz duygu veya duyguları belirtin ve bu duyguya yol açan olayları kısaca tanımlayın.

DUYGU

BU DUYGUYU ORTAYA ÇIKARAN OLAY

Ek 7.
Çalışma 3

Duygu Prototipiklik Ölçeği

Biz duygularla ilgili bir çalışma yürütmekteyiz. Bildiğiniz gibi duygular günlük hayatımızın önemli bir parçasıdır. Duygular hem kendimiz hem de diğerlerini anlamakta önem kazanmaktadır. Bu çalışmada sizden farklı ifadeleri değerlendirmenizi isteyeceğiz. Verilen her bir ifade size sunulan 4 soru ışığında değerlendirilecektir. Bu ifadeler (kelimeler) size liste halinde sunulmaktadır. Anketi nasıl yanıtlayacağınız konusunda size bir örnekte sunulmuştur. Lütfen örneği dikkatlice okuyun, anlamadığınız yer olursa araştırmacıdan yardım alın.

Bu ankette doğru veya yanlış cevap yoktur. Önemli olan sizin değerlendirmenizdir. Her bir ifadeyi ayrı ayrı okuyarak 4 soru eşliğinde değerlendirmeniz oldukça önemlidir. Bu süreçte göstereceğiniz önem ve ilgi bizler için oldukça büyük önem taşımaktadır. Bu yüzden, lütfen içtenlikle sorulara cevap vermeye çalışın.

Bu çalışmada kimliğinizi açığa çıkaracak yönde hiçbir bilgi alınmayacağından kendinizi güvende hissedebilirsiniz. Bu çalışmaya gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz.

SORULAR

Biz sizden anket formunda size verilen bu ifadelerin hangi ölçüde bir duygu ifadesi olabileceğini, bu ifadelerin hangi ölçüde sizlere günlük hayatınızda bilindik geldiğini, bu ifadelerin hangi oranda sizde hoşnut ya da hoşnut olmayan bir durumu belirttiğini ve bu ifadelerin hangi ölçüde yoğun bir durumu yansıttığını belirmenizi istemekteyiz.

SİZDEN her bir ifadeyi 4 soru çerçevesinde değerlendirmenizi istiyoruz. Sorular ve soruları takip eden ölçekler aşağıda sunulmuştur. BU ÖLÇEKLERİ kullanarak size sunulacak listedeki HER BİR İFADEYİ AYRI AYRI değerlendireceksiniz.

1. Sizce size sunulan aşağıdaki bu ifade hangi oranda bir duygu ifadesine denk gelmektedir?

(HANGİ ORANDA DUYGU)

1	2	3	4	5	6	7
KESİNLİKLE bu bir duygu ifadesi DEĞİLDİR						KESİNLİKLE bu bir duygu İFADESİDİR

2. Sizce bu ifade size hangi oranda tanıdık gelmektedir? (Günlük hayatınızda kullandığınız,

İşittığınız ve bildiğiniz ifadeler) (AŞİNALIK)

1	2	3	4	5	6	7
Bana oldukça YABANCI geliyor						Bana oldukça TANIDIK geliyor

3. Sizce size verilen bu ifade hangi oranda olumlu (hoş) veya olumsuz (hoş olmayan) bir durumu yansıtmaktadır? (HOŞLUK)

1	2	3	4	5	6	7
Hiç Hoş Değil						Oldukça Hoş

4. Sizce size verilen bu ifade (durum) ne kadar yoğundur? (Bu ifade şiddetli bir şekilde ortaya konmaktadır?)

(YOĞUNLUK)

1	2	3	4	5	6	7
Hiç Yoğun Değil						Oldukça Yoğun

ÖRNEK

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk

MUTLULUK	7	6	5	3
MERAK	2	7	4	6

--				

Yukarıda, katılımcılardan bir tanesinin cevapları sunulmuştur. Örneğin kısa tutulması için yalnızca 2 tane ifadenin değerlendirilmesi verilmiştir.

Bu cevaplara göre, katılımcımız MUTLULUK ifadesini 4 soru boyutunda şöyle değerlendirmiştir:

Mutluluk ifadesinin kesinlikle bir duygu ifadesi olduğunu düşünmektedir (Hangi oranda duygu sorusuna kutu içersine 7 puan vererek);

Mutluluğu günlük hayatında çok bildiğini ve tanıdığını söylemiş (Aşinalık sorusu kutucuğuna 6 puan vererek);

Mutluluk ifadesinin aynı zamanda orta düzeyde hoş bir durumu yansıttığını düşünmekte (Hoşluk sorusu kutucuğuna 5 puan vererek) ve son olarak;

Bu ifadenin düşük yoğunluk yansıtan bir durumu gösterdiğini düşünmektedir (Yoğunluk sorusu kutucuğuna 3 puan vererek).

ÖBÜR YANDAN, katılımcımız MERAK ifadesini 4 soru boyutunda şöyle değerlendirmiştir.

Merak ifadesinin bir duygu ifadesi olmadığını düşünmektedir (Hangi oranda duygu sorusuna kutu içersine 2 puan vererek);

Merak ifadesine günlük hayatında oldukça aşina olduğunu ve bu ifadeyi oldukça tanıdığını düşünmektedir (Aşinalık sorusu kutucuğuna 7 puan vererek);

Merak ifadesinin hoş veya hoş olmayan bir ifade olmadığından emin olmadığını, ortada bir ifade olduğunu düşünmektedir (Hoşnutluk sorusu kutucuğuna 4 puan vererek) ve;

Bu ifadenin oldukça yoğun bir durumu yansıttığı düşünmektedir (Yoğunluk sorusu kutucuğuna 6 puan vererek).

ŞİMDİ sizde; diğer ifadeleri bu örnekte olduğu gibi, ANCAK kendi görüşleriniz doğrultusunda yanıtlayınız. İFADELERİ değerlendirmek için kullanılacak sorular ifadelerin üzerinde kısaca belirtilmiştir. SORULARIN tam şekli önceden sunulmuştur. Gerekirse bu soruları ve soruları takip eden ölçekleri BURADAN bakarak kullanabilirsiniz.

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
SEVECEN				
HASET				
BAĞIMLILIK				
KENDİNİ DIŞTA HİSSETMEK				
UYUŞUKLUK				
AHLAK				
ÇÖKÜNTÜ				
COŞKULU				
ZAFER				
CAZİBE				
TAHAMMÜL				
BAĞLILIK				
ÇILGINCA SEVME				
HAKARET				
DONUKLUK				
KÜÇÜK GÖRME				
SABIR				
ÖZLEMEK				
BÜYÜLEYİCİ				
ENGELLENME				
ŞOK OLMA				
ŞİŞKİN				
UYARILMIŞLIK				
GAZAP				
DERT				
UTANMA				
CİLVE				
ALINMAK				
SADAKAT				
MAHÇUP OLMA				
ZİHİN DARALMASI				
KÖTÜMSERLİK				
SIKILGANLIK				
ÖNYARGI				
AYRILIK				
VİCDAN				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
TEREDDÜTTE KALMA				
KALP ÇIRPINMASI				
GÜVENSİZLİK				
VEFAKARLIK				
İTİMAT				
YILIŞMAK				
BIKMAK				
İMRENME				
DUYGUSALLIK				
HOŞLANMA				
YILGIN				
KEDER				
UTANÇ				
KASVET				
ÜZGÜN				
RAHAT				
MUTLULUK				
ÖÇ				
KIZGIN				
RAHATSIZLIK				
GERGİNLİK				
KADİRŞİNASLIK				
HIRS				
KİN				
SEVİNÇ				
KAHIR				
YILGI				
ENDİŞE				
KEYİF				
AÇLIK				
ÜRPERME				
GAREZ				
SERSEMLEME				
HÜZÜN				
KİBİR				
TAKDİR				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
KAFA				
KARIŞIKLIĞI				
GURBET				
BUNALIM				
USANMAK				
DEPRESİF OLMA				
KENDİNİ BEĞENME				
İKİRCİKLİK				
DUYGULARINA YENİK DÜŞMÜŞ				
KALBİ KIRILMIŞ				
MORAL BOZUKLUĞU				
İFTİHARLA GÖGSÜ KABARMAK				
GÖNÜL HOŞLUĞU				
TOKLUK				
HAYAL KIRIKLIĞI				
KÜPLERE BİNMEK				
GARİPLİK				
ÇILGINLIK				
DONMAK				
ŞEHVET				
İLGİLİ				
GÜÇLÜ				
DOSTLUK				
KORKMUŞ				
AKTİF				
HAYRANLIK				
TETİKTE				
ARZU ETMEK				
AİTLİK				
İNCELİK				
YABAN				
TATMİN				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
TALİH				
MEMNUNİYET				
KUTSAL				
TAKINTI				
BORÇLU				
MİNNET				
MESUT				
BARIŞ				
ÖVÜNÇ				
MORAL				
REFAH				
ADALET				
KURTULMA				
ÖLÜM				
BAŞARI				
SORUMSUZLUK				
TUTULMUŞ				
KAYIP				
KÜSKÜN				
ŞEFKAT				
YIKILMIŞ				
İNANÇ				
YOKSUNLUK				
İSTEKSİZ				
YABANCILAŞMA				
HUZURSUZLUK				
SİTEM				
EMPATİ				
YENİLGİ				
KABAHAHAT				
RED EDİLMİŞ				
TERÖR				
ACINMAK				
NİSPET				
EZİK				
KAPRİS				
PİŞKİN				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
FERAHLAMA				
SARSINTI				
KAYGI				
HİSTERİ				
MEMNUN				
HOŞNUTLUK				
ZEVK				
ÇİLE				
COŞKU				
SEVİNME				
KORKU				
KIVANÇ				
HEVESLİ				
EĞLENCELİ				
HÜSRAN				
BEKLENTİ				
SORUMLULUK				
GAYRET				
YAS				
HÜRMET				
İHTİRAS				
KARARSIZLIK				
İNAT				
ŞEVK				
HIRÇINLIK				
GEVŞEMİŞ				
İÇ RAHATLAMASI				
NEFRET				
HUZUR				
CAN SIKINTISI				
ÖZLEM				
GÜVEN				
VİCDAN AZABI				
REHAVET				
GAM				
FAZİLET				
AŞK				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
SİNİRLİLİK				
İRKİLME				
HEVESİ				
KIRILMIŞ				
SAKİNLİK				
YILIŞMAK				
PİŞMANLIK				
TERKEDİLMİŞ				
İFTİHAR				
UYSAL				
ÇEKİNGENLİK				
SUÇLULUK				
HAYRET				
ÖZGÜRLÜK				
ŞÜPHE				
İBRET				
GÜCENMEK				
ETKİLEYİCİ				
HAKARET				
İYİMSERLİK				
ÇEKİCİLİK				
ŞAŞIRTICI				
YÜCELTME				
KARAMSARLIK				
NAZ				
ARZU				
DEHŞET				
EVHAM				
TEŞVİK				
TİKSİNME				
FEDAKARLIK				
SAKİN				
MUTSUZLUK				
HEYECAN				
CANLILIK				
HAZ				
SEVGİ				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
SAMİMİYET				
ŞAŞIRMİŞ				
STRES				
ÇARESİZLİK				
UTANÇ DUYMA				
KUŞKU				
NEŞE				
ŞOK OLMA				
KURUNTU				
CESARET				
ŞÜPHELENMEK				
MERAK				
ONUR				
HUZURLU				
ŞANS				
SEFALET				
ASIK				
SURATLILIK				
ALIMLILIK				
TİTREME				
VAHŞET				
SİTEM				
AZARLAMA				
AJİTASYON				
GERİLİM				
HİŞİM				
BUHRAN				
SAYGI DUYMA				
BOCALAMA				
KARARSIZ				
TUTKU				
PANİK				
KORKUNÇ				
YÜREĞİ CIZ ETMEK				
MİSKİNLİK				
İHANET				
SİNİRLENDİRME				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
İNTİKAM				
VESVESELİK				
HUZURSUZ				
İTİCİ				
UYARILMA				
YALNIZLIK				
AŞAĞILAMA				
DEĞER				
KARASEVDA				
KIZMIŞ				
PERİŞANLIK				
DIŞLANMA				
NEŞE				
SÜRPRİZ				
KALP SIZISI				
TIKANMIŞLIK				
ÜRKEK				
DİNGİN				
MELANKOLİK				
SUKÜNET				
PASİF				
MERHAMET				
İĞRENME				
USANMAK				
KANAAT				
ACI				
BEĞENME				
GURUR				
DERİN ÜZÜNTÜ				
SOMURTMA				
GÜLMEK				
ERDEM				
ÜMİTSİZLİK				
ALT ÜST OLMUŞ				
ZİNDE				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
KENDİNDEN HOŞNUT OLMA				
SİNİRLENDİRİCİ				
KORKAK				
CESARETİ KIRILMIŞ				
HOR GÖRME				

İFADE	1. hangi oranda duygu?	2. Aşinalık	3. Hoşnutluk	4. Yoğunluk
KISKANÇLIK				
SEMPATİ				
ALÇAKGÖNÜLL ÜLÜK				
BAHT				
İGRENÇ				
TÜKENMİŞLİK				
TAHRİK				

Ek 8.

Çalışma 4

Duygu Boyut Ölçeği

Bu çalışmada size üzerinde duygu ifadeleri bulunan kartlar sunulacaktır. Lütfen kartları alın ve üzerinde duygu ifadeleri bulunan kartları okuyun.

Sizden bu duyguları benzerlik veya farklılıklarına göre gruplara (kategorilere) ayırmanızı, sınıflamanızı istiyoruz. Bildiğiniz gibi (size kartlarda sunulduğu gibi) birbirinden oldukça farklı duygusal deneyimlerimiz oluyor. Kişiler duyguları birbirinden ayırmak için farklı kriterler kullanırlar. Bizim ilgilendiğimiz size göre bu duygular nasıl sınıflandırılabilir, birbirlerinden nasıl ayrılabilir?

SİZE VERİLEN DUYGULARI İSTEDİĞİZ SAYIDA GRUBA (KÜMEYE) AYIRABİLİRSİNİZ. ANCAK OLUŞTURDUĞUNUZ GRUPLARDA EN AZ İKİ DUYGU İFADESİ OLMASINA DİKKAT EDİN.

Duyguları gruplandırma işini daha kolay yapabilmeniz için, size duygu ifadeleri içeren 55 kart verilecektir.

Bunun için sizlere farklı duygu isimleriyle her bir duygu ismi farklı kartlara gelecek şekilde 55 kart hazırladık. Sizden bu kartlarda yer alan duygu isimlerini benzerliklerine ya da farklılıklarına göre gruplamanızı istiyoruz. Bizim size önerimiz; kartları masanın üzerine yayın, daha sonra bunları benzerliklerine göre gruplamaya çalışın. Duyguları, sizin düşüncenize göre en iyi ayırma ulaşana kadar bu işlemi tekrarlayın. Önceden belirttiğimiz gibi bu kartları ayırmakta doğru ya da yanlış bir yol yoktur. Siz bu kategorileri istediğiniz şekilde az ya da çok olarak oluşturabilirsiniz. Her bir kategoriye de düşüncenize göre az ya da çok kart koyabilirsiniz.

Kategoriler içine kartları yerleştirme işlemin bittikten sonra, lütfen ayırdığınız her bir grubu size verilen ataçlarla tutturunuz.

OLUŞTURDUĞUNUZ KART GRUPLARINI (BOZMADAN) size verilen zarfın içersine koyarak; doldurduğunuz formla birlikte araştırmacıya teslim ediniz.

Kartlara Yazılan 55 Duygu Kelimesi

KIZGINLIK (SİNİRLİ)	
TİKSİNTİ (İĞRENME)	
SAKİNLİK (DİNGİNLİK)	
HOŞNUTLUK	
UMUT	
KIVANÇ (TATMİN OLMUŞ)	
KISKANÇLIK	
HİRS	
TUHAF (GARİP)	
ÖZLEM (HASRET)	
ÖFKE	
STRES (KAYGI)	
KİBİR	
İLGİLİ (DİKKAT KESİLMEK)	
GAYRETLİ (UYARILMIŞ)	
ÇARESİZ	
MEMNUN	
HEYECAN	
SUÇLULUK	
ÇILGINLIK	
YAKIN	
ALDANMA (KANDIRILMA)	
YILGIN	
MUTSUZ (DEPRESYONDA)	
UYKULU	
ACI	
HUZUR	
TELAŞ	
BEKLENTİ	

HÜSRAN	
AŞK	
UTANMA	
İÇERLEME	
HORGÖRÜLMEK (AŞAĞILANMAK)	
NEFRET	
GURUR	
ÜZÜNTÜ	
MUTLULUK	
KORKU	
CAN SIKINTISI	
YORGUN (İLGİSİZ)	
TEDİRĞİN (GERGİN)	
HAYAL KIRIKLIĞI (ENGELLENMİŞ)	
İHANET	
HASET	
VİCDAN AZABI	
ŞAŞKINLIK (SÜRPRİZE UĞRAMA)	
FERAHLAMA (RAHATLAMA)	
PİŞMANLIK	
HEVESİ KIRILMIŞ	
DIŞLANMIŞLIK	
HÜZÜN (DERTLİ)	
KİN	
SABIRSIZ	
SEVİNÇ (KEYİF, NEŞE)	

Ek 9.**Çalışma 5.****Duygu Bilişsel Değerlendirme Ölçek Bataryası**

Bu anket sürecinde size farklı sorular yönetilecektir. Anketin ilk kısmında size 5 farklı duygu deneyiminize neden olan 5 farklı olayı hatırlamanız istenecektir. LÜTFEN, her duygu durumu için seçeceğiniz olay, sizin için oldukça önemli ve net bir şekilde hatırlayabildiğiniz bir olay olsun. Olayı hatırlamak için acele etmeyin, size verilen duyguya neden olan olası olaylar içerisinde sizin için en önemli olanını seçin. Olayı belirledikten sonra size bu olay ile ilgili farklı sorular yönetilecektir. Bu soruları duygular hakkında hiç bir şey bilmeyen fakat çok zeki bir robotla konuşuyormuşçasına cevaplayınız.

Bu kısım bittikten sonra, size ilişkileriniz hakkındaki bazı sorulara da cevap vermenizi istiyoruz. Çalışmada kimliğinizi açığa çıkaracak yönde hiçbir bilgi alınmayacağı kendinizi güvende hissedebilirsiniz. Bu çalışmaya gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz.

Duygu Bilişsel Değerlendirme Ölçek Bataryası

ŞİMDİ sizden geçmişte X hissettiğiniz bir olayı ya da durumu düşünmenizi istiyoruz. Oldukça mutlu hissettiğiniz bir durumu düşünün. Size mutluluk hissettiren bu olayı zihninizde resimleştirmeye çalışınız. Geçmişteki mutlu hissettiğiniz bu durum ya da olayın neye benzediğini; bu olayda neler olduğunu ve sizin için ne gibi sonuçlar getirdiğini hatırlamaya çalışınız. Daha sonra sizde mutluluk yaratan bu olayı aşağıda bırakılan boşluğa kısa cümleler halinde tanımlayınız.

A

1. Sizde X yaratan bu olay ne zaman oldu? (Sadece birini işaretleyiniz)
 Saatler önce () günler önce () haftalar önce () aylar önce ()
 Yıllar önce () çok uzun zaman önce ()
2. Sizde X yaratan bu olayı yaşadığımızda neredeydiniz? (Sadece birini işaretleyiniz)
 - a. Evinde ()
 - b. Arkadaşlarının ya da tanıdıklarının evinde ()
 - c. İşyerinde (okulda) ()
 - d. Bir yabancıнын evinde ya da bir resmi kurumda ()
 - e. Ulaşım araçlarında (motosiklette, arabada, otobüs, vd.) ()
 - f. Bir caddede yada açık alanda ()
 - g. Doğada ()

3. Sizde X yaratan bu olayı yaşadığınızda kiminleydiniz?

- Hiç kimse yoktu, yalnızdınız ()
- Eşiniz, dostunuz yada arkadaşınızla ()
- Başka bir kişi ile birlikte (tanıdık yada okul arkadaşı) ()
- Birkaç arkadaş ya da tanıdıkla ()
- Kim olduğunu bilmediğiniz bir ya da birkaç kişi ()
- Kalabalık bir ortamda ()

4. Genelde bu tip bir olayı nasıl değerlendirirsiniz (yaşadığınız olaydan genellemeye varırsak); sizde X yaratan bu durumu hangi ölçüde hoş ya da hoş olmayan bir olay olarak değerlendirirsiniz? Lütfen aşağıdaki ölçeği kullanarak size uygun rakamı daire içine alınız.

0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>
Hiç Hoş Değil			Oldukça Hoş				Duruma uygulanmaz

Siz bu duygusal deneyimi yaşarken, düşündünüz ki.....

0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen		Duruma uygulanmaz

- Bu olay hiç beklenmeden ve aniden ortaya çıktı 0 1 2 3 4 5 6
- Olayın gerçekleşmesini önceden tahmin edebildiniz. 0 1 2 3 4 5 6
- Bu tür olaylara alışkınsınız. 0 1 2 3 4 5 6
- Olayın sizin için çok önemli sonuçları oldu. 0 1 2 3 4 5 6
- Olayı meydana getiren davranışlar sizin için ahlaki ve etik açıdan kabul edilebilir. 0 1 2 3 4 5 6
- Olayı meydana getiren davranışlar yasalari ya da sosyal normları çiğnedi. 0 1 2 3 4 5 6

Tüm bu olay sürecinde, aşağıda verilen faktörlerin hangi düzeyde bu olaya yol açtığını düşünüyorsunuz? (her birini değerlendirin)

0	1	2	3	4	5	6	Duruma uygulanmaz
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen		

11. Şans, özel bir durum veya doğa üstü güçler 0 1 2 3 4 5 6

12. Kendi yaptığınız davranış(lar) 0 1 2 3 4 5 6

13. Eğer kendi davranışınızdan kaynaklandıysa, buna bilerek mi neden oldunuz? 0 1 2 3 4 5 6

14. Eğer kendi davranışınızdan kaynaklandıysa, bu sizin kendinizle ilgili imajınıza uyuyor mu? 0 1 2 3 4 5 6

15. Başka birinin (veya birilerinin) davranışından 0 1 2 3 4 5 6

16. Eğer başka birinden kaynaklandıysa, bu kişi (veya kişiler) buna bilerek mi neden oldu? 0 1 2 3 4 5 6

D

Siz duygusal deneyimi yaşadığınız tüm süreçte, bu olayın olası veya gerçek sonuçları hakkında düşündünüz ki...

0	1	2	3	4	5	6	Duruma uygulanmaz
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen		

17. Olayın sonucunu hissettiniz veya tamamen tahminleriniz yönünde oluştu. 0 1 2 3 4 5 6

18. Olayın sonucu beklediğiniz zaman ve beklediğiniz şekilde oldu. 0 1 2 3 4 5 6

19. Olayın sonucunu önceden tahmin edilebileceğinizi veya yüksek ihtimalle, kısa zaman sonra çıkabileceğini düşündünüz. 0 1 2 3 4 5 6

20. Tahmin edilmesi fazla beklenmezdi fakat uzak ve

belirsiz bir zamanda ortaya çıkabilirdi. 0 1 2 3 4 5 6

21. Sizin için istenilen, olumlu sonucu doğurdu mu? 0 1 2 3 4 5 6

(amacınıza ulaşmanıza yardım etti, zevk verdi veya olumsuz bir durumu mu sonlandırdı?)

0	1	2	3	4	5	6
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen	

Duruma
uygulan-
maz

22. Sizin için istenmeyen olumsuz bir sonuç 0 1 2 3 4 5 6

getirdi mi? (amacınıza ulaşmayı engelledi, veya olumlu sonuçlara ve ihtiyacınızı engelledi mi, fiziksel olarak zarar verdi mi?)

23. Bu olayın sonuçları adaletsiz ya da eşitsizlik 0 1 2 3 4 5 6

yarattı mı veya yaratacak mı?

24. Gerekli çaba sarf edilseydi, bu olay hala veya 0 1 2 3 4 5 6

geçmişte değiştirilebilir veya engellenebilir mi?

E

Siz duygusal deneyimi yaşadığımız tüm süreçte, bu olayın oluşmasında;

0	1	2	3	4	5	6
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen	

Duruma
uygulan-
maz

25. Bu olayın meydana gelmesinde kimsenin 0 1 2 3 4 5 6

(sizin veya diğerlerinin, özel koşullar) kontrolü var mıydı?

26. Olayın oluştuğu özel koşullar dışında, kimsenin 0 1 2 3 4 5 6

kontrolü var mıydı?

27. Olay üzerinde sizin ne kadar kontrolünüz vardı? 0 1 2 3 4 5 6

28. Olay üzerinde diğerlerinin ne kadar kontrolü vardı. 0 1 2 3 4 5 6

29. Bu olayla baş edeceğiniz veya edemeyeceğiniz konusunda ne kadar emindiniz? 0 1 2 3 4 5 6

F

Şimdiye kadar olayın sonuçlarını değerlendirdiniz. Bu olayın sonuçları ve nedenleri konusunda oldukça bilgi sahibi oldunuz. Bu bağlamda, aşağıdaki sorulara cevap vermenizi istiyoruz.

0	1	2	3	4	5	6	Duruma uygulanmaz
Hiç Değil	orta düzeyde				Tamamen		

30. Olay hemen harekete geçilmesi gereken bir durumdu. acil 0 1 2 3 4 5 6

31. Olayın sonuçlarından kaçınılabilir veya kendi avantajınıza değiştirebilirdiniz (kendi gücünüz veya diğerlerinin yardımıyla). 0 1 2 3 4 5 6

32. Olayı değiştiremediğiniz durumda, bu olayla yaşamaya alıştınız veya uyum sağladınız. 0 1 2 3 4 5 6

33. Bu olay benlik değerinizi (kendinize olan saygı, sevgi, vb.) düşürdü. 0 1 2 3 4 5 6

34. Sizde X yaratan bu olay kendi benlik değerinizi arttırdı. 0 1 2 3 4 5 6

35. Sizde X yaratan bu olay çevrenizdeki insanların benlik değerini düşürdü. 0 1 2 3 4 5 6

36. Sizde X yaratan bu olay çevrenizdeki insanların benlik değerini arttırdı. 0 1 2 3 4 5 6

G

Aynı olaya geri dönersek sizce

37. Yukarıda tarif ettiğiniz duygusal deneyiminiz, hissettikleriniz ne kadar yoğundu?.

0	1	2	3	4	5	6
Zayıf		orta düzeyde			kuvvetli	

38. Bu duygusal deneyim hatırladığımız kadarıyla ne kadar sürdü?

() Saniyeler () dakikalar () saatler () günler () haftalar

H

Aynı duygusal deneyiminize geri dönersek.

0	1	2	3	4	5	6
Hiç Değil		orta düzeyde			Tamamen	

Duruma uygulanmaz

39. Hangi ölçüde bu duygusal deneyimi kısaltmak için bu duygusal deneyimin yoğunluğunu azaltmaya çalıştınız? **0 1 2 3 4 5 6**
40. Bu durum karşısında hissettiklerinizi anlamak veya uğraşmak için hangi ölçüde kendinizi vermeniz gerektiği? **0 1 2 3 4 5 6**
41. Hangi ölçüde yaşadığınız duyguyu başkalarından gizlemek için hissettiklerinizi bastırmaya veya değiştirmeye çalıştınız? **0 1 2 3 4 5 6**
42. Bu olaya katlanmakta oldukça güçlük çektiniz. **0 1 2 3 4 5 6**
43. Bu olay karşınızda hissettiğiniz duygunun hangi oranda bu duruma uygun düştüğünü düşündünüz? **0 1 2 3 4 5 6**
44. Bu durum karşısında hissettikleriniz diğerleri tarafından hangi oranda uygun görülürdü? **0 1 2 3 4 5 6**
45. Sizce diğer kişiler benzer bir olay yaşasaydı, hangi ölçüde sizin gibi benzer duygular yaşardı? **0 1 2 3 4 5 6**

46. Sizce çevrenizdeki kişiler bu olayda ortaya çıkan duyguları hangi oranda başkalarından saklamaya çalışırdı? 0 1 2 3 4 5 6
47. Bu duyguyu günlük yaşantınızda ne kadar sık yaşarsınız? 0 1 2 3 4 5 6

Bireycilik –Toplulukçuluk Kişilerarası Değer Ölçeği (ICIAI)

Bu anket başkalarıyla etkileşim halindeyken sizin için önemli olan ve gerçekte ortaya koyduğunuz davranışları anlamak için uygulanmaktadır. Biz sizden 4 değişik sosyal ilişki bağlamında kurduğunuz ilişkilerde nasıl davrandığınıza odaklanmaktayız. Bu dört ilişki tipi: 1. Aileniz 2. Yakın Arkadaşlarınız 3. İş ya da okul arkadaşlarınız 4. Yabancılar. Her bir ilişki tipinden ne anladığımızı, aşağıda tanımladık. Sorulara cevap verirken bu tanımlara tekrar dönebilirsiniz.

AİLEN: Anneniz, babanız ve ağabeyleriniz ya da ablalarınız gibi büyürken aynı evi paylaştığınız çekirdek aile anlamında kullandık. Eğer, amca, dayı, babaanne, kuzenler gibi yakınlarınız birebir sizinle birlikte geçirmemiş ise ailenizin bir parçası olarak düşünmeyin.

YAKIN ARKADAŞLARIN: Yakın arkadaşlar (dostlarımız) demekle; zamanınızın çoğunu birlikte geçirdiğin ya da uzun zamandır tanıdığın yakın olduğun bireyleri kastediyoruz. Ama burada henüz tanıştığın kişileri, iş arkadaşlarını ya da diğer kişileri düşünmeyiniz. Burada yakın arkadaş olarak görecekleğiniz arasında romantik ilişkilerde (kız veya erkek arkadaşınız, sevgiliniz, eşiniz) dahil değildir.

İŞ YA DA OKUL ARKADAŞLARIN: Düzenli bir şekilde etkileşimde olduğunuz fakat özel bir ilişkiniz olamayan kişileri. Özel bir yakınlık hissetmediğimiz ama tanıdığımız kişiler (işte çalıştığın insanlar, okulda birlikte okuduğun kişiler ya da bir sosyal grupta yer aldığın kişileri) kastediyoruz. Burada yakın arkadaşlarınızı ya da yabancıları düşünme.

YABANCILAR: Düzenli olarak etkileşimde olmadığınız, tanımadığınız ve bilmediğin (caddede, okulda, metroda ve kamu dairesinde bulunan kişileri) insanları düşünün. Arkadaşlarını ve aileni düşünme.

Etkileşimde olduğun kişilere bağlı olarak her bir grup için öne çıkardığınız davranışlar benzeyebilir de, farklılaşabilir de. Lütfen vereceğiniz cevapları sosyal ilişki türüne göre KARŞILAŞTIRMAYIN. Her bir sayfada size sunulacak olan sosyal ilişki türüne odaklaşarak soruları değerlendirmeye çalışın. BU ankette doğru veya yanlış cevap diye bir olay yoktur. Önemli olan sizin ne düşündüğünüzdür.

ŞİMDİ AİLENİZLE olan ilişkilerinizi düşünmenizi istiyoruz. BU SEFER doğrudan ailenizle olan ilişkilerinizde nasıl davrandığınızı bilmek istiyoruz. Aşağıda verilen davranışları hangi sıklıkla yapıyorsunuz? Lütfen her sorunun yanındaki boşluğa ilgili rakamı belirtiniz.

0	1	2	3	4	5	6
Asla böyle davranmam						Her zaman böyle davranırım

- _____ 1. Ailemle olan ilişkilerimde kontrollü olurum.
- _____ 2. Onlar başarılı olduklarında kendime pay çıkartırım.
- _____ 3. Onlar başarısız olduklarında bende bu başarısızlıktan sorumlu hissedirim.
- _____ 4. Onların gelenek ve göreneklerine değer verir ve saygı duyarım.
- _____ 5. Onlara sadık olurum.
- _____ 6. Onlar için gerekirse kendi amaçlarımı feda ederim.
- _____ 7. Onlar için gerekirse sahip olduklarımdan vazgeçerim.
- _____ 8. Onlara saygı duyarım.
- _____ 9. Onlarla uyumlu bir birliktelik için kendi istek ve arzularımı düzenlerim.
- _____ 10. Onlarla uyumlu ilişkiler kurarım.
- _____ 11. Onlara bakarım ve yardım ederim.
- _____ 12. Onlarla düzenli bir ilişki ve çevre sağlarım (örn., statülerini korumak)
- _____ 13. Gerçekte nasıl hissedersen hissedeyim, Onlara uygun şekilde ve tarzda olurum.
- _____ 14. Onlar gibi olur veya onlara benzerim.
- _____ 15. Yaptıklarımdan ziyade onlardan yaşım veya konumum gereği ödül alırım.
- _____ 16. Onlarla karşılıklı yardımlaşırım.
- _____ 17. Onlarla sözel olarak iletişim kurarım.
- _____ 18. Onlar için imajımı korurum.
- _____ 19. Onlar tarafından koyulan kural ve uygulamaları takip ederim.

ŞİMDİKİ kısımda yine YAKIN ARKADAŞLARINIZLA olan ilişkilerinizi düşünmenizi istiyoruz. BU SEFER doğrudan yakın arkadaşlarınızla olan ilişkilerinizde nasıl davrandığınızı bilmek istiyoruz. Aşağıda verilen davranışları hangi sıklıkla yapıyorsunuz? Lütfen her sorunun yanındaki boşluğa ilgili rakamı belirtiniz.

0	1	2	3	4	5	6
Asla böyle davranmam						Her zaman böyle davranırım

- _____ 1. Yakın arkadaşlarımla olan ilişkilerimde kontrollü olurum.
- _____ 2. Onlar başarılı olduklarında kendime pay çıkartırım.
- _____ 3. Onlar başarısız olduklarında bende bu başarısızlıktan sorumlu hissedirim.
- _____ 4. Onların gelenek ve göreneklerine değer verir ve saygı duyarım.
- _____ 5. Onlara sadık olurum.
- _____ 6. Onlar için gerekirse kendi amaçlarımı feda ederim.
- _____ 7. Onlar için gerekirse sahip olduklarımdan vazgeçerim.
- _____ 8. Onlara saygı duyarım.
- _____ 9. Onlarla uyumlu bir birliktelik için kendi istek ve arzularımı düzenlerim.
- _____ 10. Onlarla uyumlu ilişkiler kurarım.
- _____ 11. Onlara bakarım ve yardım ederim.
- _____ 12. Onlarla düzenli bir ilişki ve çevre sağlarım (örn., statülerini korumak)
- _____ 13. Gerçekte nasıl hissedersen hissedeyim, Onlara uygun şekilde ve tarzda olurum.
- _____ 14. Onlar gibi olur veya onlara benzerim.
- _____ 15. Yaptıklarımdan ziyade onlardan yaşım veya konumum gereği ödül alırım.
- _____ 16. Onlarla karşılıklı yardımlaşırım.
- _____ 17. Onlarla sözel olarak iletişim kurarım.
- _____ 18. Onlar için imajımı korurum.
- _____ 19. Onlar tarafından koyulan kural ve uygulamaları takip ederim.

ŞİMDİKİ kısımda yine İŞ YA DA OKUL ARKADAŞLARINIZLA olan ilişkilerinizi düşünmenizi istiyoruz. BU SEFER doğrudan iş ya da okul arkadaşlarınızla olan ilişkilerinizde nasıl davrandığınızı bilmek istiyoruz. Aşağıda verilen davranışları hangi sıklıkla yapıyorsunuz? Lütfen her sorunun yanındaki boşluğa ilgili rakamı belirtiniz.

0	1	2	3	4	5	6
Asla böyle davranmam						Her zaman böyle davranırım

- _____ 1. İş ya da okul arkadaşlarımla olan ilişkilerimde kontrollü olurum.
- _____ 2. Onlar başarılı olduklarında kendime pay çıkartırım.
- _____ 3. Onlar başarısız olduklarında bende bu başarısızlıktan sorumlu hissederim.
- _____ 4. Onların gelenek ve göreneklerine değer verir ve saygı duyarım.
- _____ 5. Onlara sadık olurum.
- _____ 6. Onlar için gerekirse kendi amaçlarımı feda ederim.
- _____ 7. Onlar için gerekirse sahip olduklarımdan vazgeçerim.
- _____ 8. Onlara saygı duyarım.
- _____ 9. Onlarla uyumlu bir birliktelik için kendi istek ve arzularımı düzenlerim.
- _____ 10. Onlarla uyumlu ilişkiler kurarım.
- _____ 11. Onlara bakarım ve yardım ederim.
- _____ 12. Onlarla düzenli bir ilişki ve çevre sağlarım (örn., statülerini korumak)
- _____ 13. Gerçekte nasıl hissedersen hissedeyim, Onlara uygun şekilde ve tarzda olurum.
- _____ 14. Onlar gibi olur veya onlara benzerim.
- _____ 15. Yaptıklarımdan ziyade onlardan yaşım veya konumum gereği ödül alırım.
- _____ 16. Onlarla karşılıklı yardımlaşırım.
- _____ 17. Onlarla sözel olarak iletişim kurarım.
- _____ 18. Onlar için imajımı korurum.
- _____ 19. Onlar tarafından koyulan kural ve uygulamaları takip ederim.

ŞİMDİKİ kısımda yine YABANCILARLA olan ilişkilerinizi düşünmenizi istiyoruz. BU SEFER doğrudan yabancılarla olan ilişkilerinizde nasıl davrandığınızı bilmek istiyoruz. Aşağıda verilen davranışları hangi sıklıkla yapıyorsunuz? Lütfen her sorunun yanındaki boşluğa ilgili rakamı belirtiniz.

0	1	2	3	4	5	6
Asla böyle davranmam						Her zaman böyle davranırım

- _____ 1. Yabancılarla olan ilişkilerimde kontrollü olurum.
- _____ 2. Onlar başarılı olduklarında kendime pay çıkartırım.
- _____ 3. Onlar başarısız olduklarında bende bu başarısızlıktan sorumlu hissederim.
- _____ 4. Onların gelenek ve göreneklerine değer verir ve saygı duyarım.
- _____ 5. Onlara sadık olurum.
- _____ 6. Onlar için gerekirse kendi amaçlarımı feda ederim.
- _____ 7. Onlar için gerekirse sahip olduğarımdan vazgeçerim.
- _____ 8. Onlara saygı duyarım.
- _____ 9. Onlarla uyumlu bir birliktelik için kendi istek ve arzularımı düzenlerim.
- _____ 10. Onlarla uyumlu ilişkiler kurarım.
- _____ 11. Onlara bakarım ve yardım ederim.
- _____ 12. Onlarla düzenli bir ilişki ve çevre sağlarım (örn., statülerini korumak)
- _____ 13. Gerçekte nasıl hissedersen hissedeyim, Onlara uygun şekilde ve tarzda olurum.
- _____ 14. Onlar gibi olur veya onlara benzerim.
- _____ 15. Yaptıklararımdan ziyade onlardan yaşım veya konumum gereği ödül alırım.
- _____ 16. Onlarla karşılıklı yardımlaşırım.
- _____ 17. Onlarla sözel olarak iletişim kurarım.
- _____ 18. Onlar için imajımı korurum.
- _____ 19. Onlar tarafından koyulan kural ve uygulamaları takip ederim.

Tüm Anketler İçin Demografik Sorular

Cinsiyet (birini işaretleyiniz): Erkek () Kadın ()

Yaş (yıl olarak): _____

Bölüm: _____

Sınıf: _____

Doğum Yeriniz (İl olarak belirtiniz): _____

Medeni Haliniz (Size uygun olanların hepsini işaretleyiniz)

- _____ Evli; kaç yıldır? _____
 _____ Nişanlı
 _____ Birisiyle yaşıyorum
 _____ Boşandım
 _____ Dulum
 _____ Bir kaç kişiyle çıkıyorum
 _____ Bir kişiyle çıkıyorum
 _____ Biriyle birlikte değilim

Hayatınızda en uzun süreyle hangi sosyo-ekonomik dilimde yer aldınız (birini işaretleyiniz)?

Üst Sınıf _____ Üst-Orta Sınıf _____ Orta Sınıf _____ Alt-Orta Sınıf _____ Alt Sınıf _____

Şimdiki sosyo-ekonomik düzeyiniz nedir?

Üst Sınıf _____ Üst-Orta Sınıf _____ Orta Sınıf _____ Alt-Orta Sınıf _____ Alt Sınıf _____

Yaşamınız boyunca en uzun süreyle bulunduğunuz yerleşim birimi (birini işaretleyiniz)?

Büyükşehir _____ Şehir _____ Kırsal _____

Şuanda bulunduğunuz yerleşim birimi (birisini işaretleyiniz)

Büyükşehir _____ Şehir _____ Kırsal _____