

# **DUYGU DURUM SIFAT ÇİFTLERİ LİSTESİ**

Nurhan ER\*

## **Ö Z**

*Bu araştırmanın temel amacı, Duygu Durum Sifat Çiftleri (DDSC) Listesi geliştirmek ve geliştirilen listenin psikometrik özelliklerini incelemektir. Sifat çiftleri üniversite öğrencilerinin katıldığı bir pilot çalışma kapsamında oluşturulmuştur. Kelime çiftlerinin hazırlanmasından sonra oluşturulan DDSC Listesi, 560 üniversite öğrencisi ve depresyon tanısı almış 60 kişiye uygulanmıştır. Araştırmada iki farklı analiz seti uygulanmıştır. İlk olarak, DDSC Listesi'nin yapı geçerliğini incelemek amacıyla, temel bileşenler analizi yapılmış ve varimaks eksen döndürme yöntemi kullanılmıştır. Faktör analizi sonucunda, toplam varyansın %62.16'sını açıklayan 3 faktör elde edilmiş ve bu faktörlerin tatmin edici düzeyde Cronbach alfa değerleri olduğu bulunmuştur. İkinci analiz seti ise, depresyon ve normal grup karşılaştırmasına yönelik olarak yapılmıştır. DDSC Listesi'ni oluşturan her kelime çiftine ilişkin grup farklılıklarını incelemek için t test kullanılmıştır. Bulgular tüm kelime çiftlerinde, depresif grubun normal gruptan anlamlı olarak farklılık gösterdiğine işaret etmiştir. Bulgular; DDSC Listesinin, klinik ve klinik olmayan gruplarda, duygu durum, duygu durum seçiciliği ve duygu durum bağımlı bellek çalışmalarında güvenilir olarak kullanılabilceğine işaret etmiştir.*

**Anahtar Kelimeler:** *Duygu Durum, Duygu Durum Sifat Çiftleri, Psikometrik Özellikler*

## **Mood-State Adjective Pairs List**

### **S U M M A R Y**

*The basic purpose of the present study was to develop a Mood-State Adjective Pairs (MSAP) List and also investigate the psychometric properties of them. Adjective Pairs were created in a pilot study in which under graduate students participated. After the preparation of word pairs, the MSAP List was administered to a total of 560 university students and 60 clinically depressed patients. Two different sets of analyses were used in the study. First, in order to determine the construct validity of the MSAP List, a factor analysis was conducted by using*

---

\* Ankara Üniversitesi, DTCF Psikoloji Bölümü

*principal component analysis with varimax rotation. The factor analysis showed three factors which accounted for 62.16 of the total variance. These factors were found to have satisfactory Cronbach's alphas. The second set of analyses were done to compare depression and non-clinical groups. To examine the group differences on each word pair in the MSAP List, t tests were used. The results of the comparisons indicated that in all the adjective pairs the depressed patients significantly differed from the non-clinical group. The findings revealed that the Mood State Adjective Pairs List which developed in this study had satisfactory psychometric values, indicating that the list can be reliably used in clinical and non-clinical groups, mood-state studies, specifically in mood state selectivity and mood state dependent memory studies.*

*Keywords: Mood-State, Mood-State Adjective Pairs, Psychometric Properties*

### **Duygu Durum Sıfat Çiftleri Listesi**

#### Nedir duygu?

Psikoloji bilimi içinde belirli dönemlere damgasını vuran çeşitli ekol ve yaklaşımlar, aynı zamanda nesnellik ve gözlenebilirliğe verilen büyük önem, duygu ile ilgili çalışmaların uzun bir dönem, diğer çalışmalara göre daha geri planda kalmasına yol açmıştır. Duyguları rasyonel düşüncenin önünde bir engel olarak gören Platon ve evrimsel gelişim çizgisi içinde duyguları olgunlaşmamış çocuksu tepki ve kalıntılar olarak değerlendiren Darwin'in mirasına rağmen, duygular ve bilişle olan etkileşimi günümüzde giderek artan bir ilgi görmeye başlamıştır. Kuşkusuz bu ilgide, duyguların daha nesnel ve niceliksel olarak ölçülebilmesine olanak tanıyan yeni ölçme araçlarının da payı büyüktür. Günlük yaşamda, duygularımızla zihinsel süreçlerimizin karşılıklı bir etkileşim içinde olduğuna, hatta duygusal durumların bilişsel süreçler üzerinde egemenlik oluşturduğuna ilişkin bir çok örnek türetebiliriz. Çoğumuz kendimizi üzgün hissettiğimizde ya da depresif duygu durumu içinde olduğumuzda, çevremize olan dikkatimizin azaldığını ve muhtemelen bilgiyi daha düşük etkinlikte işlediğimizi biliriz. Ya da bir arkadaşımızı her zamankinden daha gergin ve keyifsiz gördüğümüzde; onun, gün içinde tanık olduğumuz belirgin hatalarına, ilgili duygu durumunun zemin oluşturduğunu düşünürüz. Günlük yaşamda edindiğimiz onca kişisel izlenime ve klinik gözlemlere rağmen bilimsel düzeyde, duygularla zihinsel süreçlerin karşılıklı konumları, aralarındaki iş bölümü ve etkileşimin doğasına yeteri kadar ışık tutabilecek düzeyde kanıt göstermekte güçlük çekmekteyiz. Araştırma bulguları doğrultusunda klinik bir tablodaki stres, depresyon ve beraberindeki diğer duygusal tepkilerin

birbirlerine nasıl bağlandığını ve bunların olağan durumlardakinden farkının ne olduğu konusunda aslında çok az şey söyleyebiliyoruz.

Psikoloji bilimi içindeki diğer kavramlara göre duyguları incelemede etkin düzeyde sağlam bir zemin oluşturulamamasının en temel nedenlerinden biri, terimi tanımlamanın güçlüğünden kaynaklanmaktadır. Duygunun öznel niteliği, nedeni, hedefi, süresi, yoğunluğu tanım karmaşasına yol açan faktörlerden bazılarıdır. Türk Dil Kurumu Sözlüğünde (2005), **duygu terimi** "*belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim*" olarak tanımlanmaktadır. Amerikan sözlüklerinde ise duygu; genellikle "*tutkuların, duyarlıkların çoğu kez fizyolojik değişikliklere yol açacak şekilde uyarılması; neşe, keyif, üzüntü, sevgi, saygı, aşk, nefret gibi güçlü hislerin, zihinsel bir çaba göstermeden sübjektif olarak ortaya çıkışı*" (Banich, 1997; Reber, 1995), şeklinde tanımlanmaktadır. Fakat her iki tanım da bilimsel açıdan sorgulanması zor olmakla birlikte, duyguların ortaya çıkışı ve sürdürülmesinde oynadığı rolü ifade etmede yetersizdir.

Duygu tanımlarının altını çizdiği ve bir başka tartışmaya yol açan konu da; fizyolojik değişiklikler ile duygular arasındaki karşılıklı ilişkidir. William James, 1890'larda; "mutluyken mi gülüyoruz, gülmek mi mutlu ediyor" sorusuyla, duygularımız bedensel tepkilerimizden mi çıkarsadığımız yoksa yaşadığımız duygulara bağlı olarak mı bedensel tepkiler sergilediğimiz konusunu gündeme taşımıştır (Power, & Dalgleish, 1997). James'in bu konudaki saptaması şöyledir: "Bedensel değişiklikler, heyecan verici bir gerçeğin algılanması sonucunda ortaya çıkar. Bedenimizde değişiklikler olurken, onları hissetmemiz de duygularımızı oluşturur". Carl Lange de 1887'de buna benzer bir görüş öne sürmüştü ve "zihinsel yaşamımızın duygusal yanını bedenimize borçluyuz" demiştir (Aktaran, Izard, 1977). Her bir duygunun, bir uyarana gösterilen belirgin bir fiziksel tepki sonucunda ortaya çıktığını savunan James Lange Kuramı'na göre, farklı duygular hissetmek için farklı bedensel değişiklikler yaşamamız gerekir. Bu doğrultuda yürütülen araştırmalarda, her bir duyguyu karakterize edebilecek tek bir fizyolojik tepki olup olmadığı araştırılmıştır. Başarıya ulaşamayan sonuçlar karşısında ise alternatif bir görüş ortaya çıkmıştır. Walter Cannon ve Philip Bard 1920'lerde, insanların bedensel değişiklik algılamadan da duygu yaşayabileceklerini öne sürmüşlerdir. Bu iddiaya kanıt olarak da, felç geçiren ve boynundan altı tutmayan kişileri göstermişlerdir. Bu kişiler, bedensel uyarımlarının çok az farkında oldukları halde duygu yaşayabilmektedirler (Banich, 1997; Lewis & Haviland-Jones,

2000; Power, & Dalgleish, 1997). **Cannon-Bard Kuramı** olarak formüle edilen bu görüşte duygunun, hem fizyolojik değişikliklerden hem de beynin bilgi işleme sürecinden aynı şekilde etkilendiği savunulmaktadır.

Bilişsel psikolojinin hız kazandığı 1960'lı yıllarda, bilişsel süreçlerin yalnızca duygularla etkileşime girmekle kalmayıp, aynı zamanda bilişsel süreçlerin duyguların oluşumunda da rol oynadığı düşünülmeye başlanmıştır. Bilişsel hakimiyetin etkisiyle Stanley Schacter ve Jerome Singer, James-Lange ve Cannon-Bard kuramlarına alternatif bir görüş sunmuşlardır. Bu görüşe göre, fizyolojik mekanizmaların önemli olduğu kabul edilirken, bilişsel yorumlama ve değerlendirmenin duygudan duyguya değişebileceği belirtilmiştir. Buna göre fizyolojik işaretler aynı kalsa da duygu deneyiminde değişiklik yaratmak mümkündür. Benzer fizyolojik uyarılmalar, fiziksel ve sosyal bağlarla etkileşim içindedir (Lewis & Haviland-Jones, 2000). Duyguları açıklamaya yönelik bu girişim, fizyolojik durum veya dışsal duruma göre duygular arasındaki farka daha fazla odaklanılmasına, duygu deneyiminin bilişsel süreçlerden önce mi sonra mı meydana geldiği yolundaki yeni tartışmalara (Örn., Zajonc, 1984, Lazarus, 1982) yol açmıştır.

### Temel, Benzer ve Farklı Duygular

Duygu kuramlarından yola çıkarak, bir çok araştırmacı, gerek temel gerekse benzer ve farklı duyguların neler olduğuna ilişkin cetveller oluşturmaya çalışmışlardır. Eski Yunan'dan beri hissettiğimiz binlerce duygunun birkaç temel duyguya indirgenebileceği ve duyguların bir daire içinde farklı renklerle temsil edilebileceği üzerinde durulmaktadır. Ancak temel duyguların hangileri olduğu konusunda bir uzlaşma hala söz konusu değildir. Bu konuda yürütülen araştırmalar, çeşitli görev ve uyarıcıların tetiklediği pozitif ve negatif temel duygu ve onun bileşenleri olan hislerle ilgilenirler.

Yiend ve Mackintosh'un (2005) da belirttiği gibi, farklı ve zengin duygu yelpazesinin temelinde az sayıda temel ve önemli duygu bulunmaktadır. Bu durum, görmenin çalışma ilkelerine benzer. Görebildiğimiz onca renge rağmen retina da üç çeşit koni hücresi vardır. Benzer şekilde, temel duygular da bildiğimiz diğer duyguları yaratır. Bu konudaki çalışmalar insanların, kızgınlıktan korkuya, sevgi ve aşka kadar değişen geniş bir yelpazede duygu durum ve hisler sergilediklerini göstermektedir. Robert Plutchik (1980), bir çok duygu terimi ifadesine faktör analizi uygulayarak 8 temel duyguya ulaşmış ve

bunları duygu dairesi ismini verdiği bir daire içinde benzerlik ve zıtlıklarına göre göstermiştir. Haz, kabul, korku, şaşkınlık, üzüntü gibi temel duyguları, Plutchik'in duygu dairesinde iç kısımda ve birbirine yakın bölümlere; aşk, pişmanlık, düş kırıklığı gibi zıt duygular ise dış kısımda birbirinden uzak bölümlere yerleştirmiştir. Power ve Dalglish (1997), farklı duygu kuramcılarının kabul temel duygulara ilişkin bir sınıflama yapmışlardır. Bu sınıflamaya göre temel duygular 2-10 arasında değişmektedir. Temel duyguların neler olduğu konusunda araştırmacılar arasında büyük bir uçurum olmasına karşın, "büyük beşli" (the big five) denen 5 duygudan söz edilmektedir. Bunlar; öfke, korku, üzüntü, tiksinti ve mutluluktur. Paul Ekman (1973; 1999), Darwin'in, "insan ve hayvanlarda duygu ifadesi" kitabında tanımlanan duygular üzerine yürüttüğü kültürlerarası çalışmasında, bu beş duygunun önem ve konumuna işaret etmektedir. Ekman'ın çalışmaları, farklı dillere rağmen insanların benzer duygular gösterdikleri ve farklı duyguları içeren yüz ifadelerini yorumlamakta zorlanmadıklarını göstermektedir. Örneğin Yeni Gine'de daha önce kendi grupları dışında hiç kimsenin fotoğraflarını görmemiş olan bir gruba, farklı duyguları içeren yüz ifadelerinin nasıl görüldüğünü soran Ekman, belirtilen grubun duyguları kolaylıkla tanımlayabildiklerini bulmuştur. Ayrıca Yeni Gine'li bu grubun yüz ifadelerini, Amerikalı öğrencilere gösterdiğinde, duygu tanımlamasının tutarlı olduğunu keşfetmiştir. Diğer bir çalışmasında Ekman (1973), Japon ve Amerikan kültürlerinde, yüz ifadelerine ilişkin nesnel ölçümlerin karşılaştırmasını yapmıştır. Bu çalışma farklı kültürlerdeki yetişkinlerle birlikte, çocukları da kapsayacak şekilde genişletilmiştir (Ekman ve Oster, 1979). Birçok araştırmacı, temel duygular yaklaşımını benimsemiş olsa da Ortony ve Turner (1990) gibi araştırmacılar, 'temel duygular yeteri kadar temel olsaydı, hala hangilerinin temel sayılacağı konusu tartışılmazdı' diyerek, temel duygular yerine temel boyutları tanımlamanın daha önemli olduğunu belirtmişlerdir. Buna göre araştırmacılar, bazı boyutlar tanımlandığında farklı duygu deneyimlerinin daha kolay açıklanabileceğini savunmuşlardır. Ortony ve Turner'e (1990) göre, eğer 2 boyut varsa, diğer tüm duygular, birbirlerine olan göreceli katkıları hesaplanarak iki boyutlu düzleme yerleştirilebilir. Fakat kaç boyut kullanılacağına karar verememek ve bunların temel duygularla olan ilişkisini yeteri kadar gösterememek Ortony ve Turner'in görüşlerinin temel sorunudur.

*Duygular ve Bilişsel Süreçlerin Karşılıklı İlişkisi*

Biliş ve duygu arasındaki ilişkinin doğası, yukarıdaki bölümlerde ele alındığı gibi, bir yandan birçok duygu kuramının geliştirilmesine aynı zamanda, duyguların benzerlik ya da farklılıklarına göre sınıflandırılmasına yol açmıştır. Aynı ilişkiye ışık tutabilecek bir diğer konu anksiyete ve depresyon gibi duygu durum bozukluğu olan klinik örneklem çalışmalarından gelmektedir. Bu konudaki çalışmalar bilişsel yanlılıkların duygu durum bozukluklarında belirgin bir rolü olduğunu hatta, bozukluğun başlangıç ve gidişatında nedensel bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Örn., Barry, Naus & Rehm, 2004, Bradley, Mogg, & Williams, 1995, Roberts, Kassel, 1996). Bu çalışmalar aynı zamanda Beck, Bower, Graf ve Mandler gibi bir çok araştırmacı tarafından duygu durum bozukluklarına ilişkin farklı bilişsel kuramların türetilmesine de yol açmıştır. Benzer şekilde travma sonrası stres bozukluğu olan bir çok hastada, travmatik bir olayın canlı hatıralarının, ilgili olayla eşleştirilmiş çeşitli duyuşsal ve bilişsel uyarıcılar ile otomatik olarak harekete geçebileceği bilinmektedir. Biliş ve duygu arasındaki ilişkinin doğasını anlamaya yönelik çalışmalar sadece klinik psikoloji çalışmalarıyla da sınırlı değildir. Bu ilişki, son yıllardaki bilişsel psikoloji araştırmalarının en cazip araştırma konularından biri haline gelmiştir. Bu bağlamda, yapay yollarla duygu sevkini yapıldığı birçok deneysel çalışmada, duygu durumun bilginin geri çağırılması üzerindeki etkisi incelenmeye çalışılmaktadır. Duygu durumuna bağımlı bellek (mood dependent memory) çalışmalarında, bilgiyi edinme ve hatırlama bağlamlarının benzerliklerinin belleği güçlendirdiği üzerinde durulmaktadır. Örneğin, kişi neşeliyken öğrendiklerini yine neşeli olduğunda daha iyi hatırlayabilmektedir (Bower, 1981). Duygu durumla tutarlı bellek (mood congruent memory) çalışmaları ise belleğin, öğrenilen maddelerin yarattığı duygu ile o anda zaten var olan duygu durumu benzerliğinden ne derece etkilenebileceğini göstermeye yönelik olarak yürütülmektedir (Bower & Mayer, 1989). Bu çeşit çalışmaların deneysel olarak gösterilmesinde çeşitli zorluklar vardır. Bunlardan biri araştırma konusuyla uyumlu duygu durumunda olan denekler bulabilme sorunudur. Seçilen duygu durumuna uygun denek bulma güçlüğüne araştırmacılar çoğu kez, deneklere duygu sevkini (mood induction) yaparak çözüme yoluna gitmektedir. Böylelikle deneklerin örneğin neşeli ya da üzüntülü olması sağlanabilmektedir. Bu amaç için hipnoz (Bower, 1981), müzik (Balch ve Myers; 1999; Balch & Lewis, 1996), Velten Sevk Tekniği ( Velten, 1968; Kenealy, 1997), olumlu ya da olumsuz anların tazelenmesi (Brown ve Taylor, 1986) gibi çeşitli yöntemlere başvurulmaktadır. Yapay olarak yaratılan ya da

aşılana duygu durumundan sonra bellek deneyine geçilmekte, deneklerin hangi duygu sözcüklerini daha iyi hatırladığına bakılmaktadır. Duygu sevki çalışmalarının işaret ettiği bulgular, duygu durum tutarlığının genellikle bellek üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Hem bu tür araştırmalardaki duygu ölçümlerinin güvenilir olarak alınabilmesi hem de farklı bağlamlarda kullanılabilen duygu ölçüm araçları sayısı ise oldukça kısıtlıdır. Bunlardan biri, Watson, Clark, & Tellegen (1988) tarafından geliştirilen ve ülkemizde Gençöz (2000) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan Pozitif ve Negatif duygu ölçeğidir (PANAS). Ölçek 10 olumlu, 10 olumsuz duygu içerikli kelimeden oluşmakta ve bu maddeler de, negatif duygu (ND) ve pozitif duygu (PD) faktörleri altında toplanmaktadır. Madde sayısının sınırlılığı ve Gençöz'ün (2000) belirttiği gibi, faktörlerin toplam varyansı açıklama gücünün yeteri kadar yüksek olmayışı, ölçeğin kişinin genel duygu durumunun değerlendirilebilmesine yönelik çalışmalarda kullanımına bir sınırlama getirmektedir.

Bu araştırmanın temel amacı, özellikle bilişsel psikoloji çalışmalarında duyguların, onları tanımlamada en çok kullanılan sıfatlar aracılığıyla basit bir şekilde ölçülmesi ve isimlendirilebilmesini sağlayabilecek, farklı duyguların aynı anda değerlendirilebilmesine olanak tanıyabilecek, basit bir duygu durum ölçeğinin geliştirilmesidir. Bu amaçla duygu kuramlarından yola çıkılarak, çeşitli duyguların olumlu ve olumsuz olarak ifade edilmiş boyutuna göre en kolay puanlanabileceği şekilde tasarlanmış, bir ölçme aracının kazandırılması hedeflenmiştir.

## Yöntem

### Örnekleme

Araştırma, Ankara Üniversitesi ve Hacettepe Üniversitesinin çeşitli fakültelerine bağlı bölümlerde okuyan 560 (240 K, 220 E) üniversite öğrencisi ve geçerlik bilgisi için depresyon tanısı almış 60 (38 K, 22 E) kişiyle yürütülmüştür; Üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 23.32, yaş aralığı ise 18-26'dır. Araştırmanın depresyon tanısı almış katılımcılarını ise Hacettepe Üniversitesi Hastanesi Psikiyatri Servisi kapalı katında bulunan; yaş ortalaması 27.15, yaş aralığı ise 18-37 olan DSM ölçütlerine göre majör depresyon tanısı almış kişiler oluşturmuştur.

DDSC Listesinin geliştirilmesine yönelik ön çalışmalara ise, araştırmaya katılanların dışında, Ankara Üniversitesinin farklı bölümlerde okuyan 184 (114 K, 69 E) üniversite öğrencisi (I. Ön çalışma için; 100 {64 K, 36 E}, II. Ön çalışma için; 84 {50 K, 34 E) katılmış, uzman görüşü için Türk Dili Edebiyatı ve Psikoloji Bölümünden 10 (7 K, 3 E ) öğretim üyesine ulaşılmıştır. Ön çalışmalara katılan üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 21.19, yaş aralığı ise 18- 25'dir.

### Veri Toplama Araçları

*Duygu Durum Sıfat Çiftleri (DDSC) Listesi:* Bu araştırma kapsamında oluşturulan DDSC Listesi, toplam 72 sıfat çiftini içermektedir. Her bir sıfat çifti, olumlu ve olumsuz duygu içeriğini birlikte içeren iki uçlu kelimelerden oluşmaktadır (Bkz.Ek 1) Listede her sıfat çifti, 1- 7 arasında puanlanmaktadır: 1; olumlu ifade içeren, 7 ise olumsuz ifade içeren sıfata karşılık gelmektedir. Yani düşük puanlar olumlu, yüksek puanlar ise olumsuz duygu durumunu yansıtmaktadır. Katılımcının her sıradaki sıfat çiftlerinden o anki duygu durumunu en iyi yansıtan kutucuğu işaretlenmesi yoluyla ölçeği doldurması gerekmektedir. Ölçeğin istatistiksel gücüne ilişkin bilgiler bulgular ve tartışma bölümünde yer almaktadır.

*Beck Depresyon Envanteri (BDE):* Beck Depresyon Envanteri 21 maddeden oluşan, 4 seçenekli bir ölçektir. Ölçek, depresyon semptomlarının şiddetini ölçmektedir. Ölçeğin her bir maddesi 0 ile 3 puan arasında değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 63'tür; puanların yüksekliği depresyon semptomlarının da o ölçüde arttığını göstermektedir. Orijinal ölçeğin iki formu bulunmaktadır. Her iki formu da, Beck ve arkadaşları (Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961; Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979) tarafından geliştirilmiştir. 1961'de geliştirilen formun Türkçe'ye uyarlaması Beck Depresyon Ölçeği adı altında, Tegin (1980) tarafından; 1979 formunun Türkçe'ye uyarlaması ise Beck Depresyon Envanteri adı altında, Hisli (1988) tarafından yapılmıştır. Her iki uyarlama çalışmasında da kapsamı aynı fakat ifadeleri farklı olan 21 madde bulunmaktadır. Bu çalışmada Hisli'nin çevirisini yaptığı Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır (Hisli, 1988).

*Demografik Bilgi Formu:* Katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm bilgilerinin yanı sıra düzenli kullandıkları bir ilaç olup olmadığı, duygu durumlarını büyük



ölçüde etkilemiş olabilecek, son iki hafta içerisinde duygusal bir olay yaşayıp yaşamadıkları, psikolojik bir destek alıp almadıklarını belirleyebilmeye yönelik sorulardan oluşan bir demografik bilgi formu hazırlanmıştır.

## İşlem

### Ön Çalışmalar

Araştırma olumlu ve olumsuz duygu durumları ifade etmek için en çok kullandığımız sıfatları belirlemek için yürütülen ön çalışmalarla başlamıştır. Bu çalışmalar iki koldan yürütülmüştür. İlkinde 100 üniversite öğrencisine “farklı zamanlarda içinde buldukları duygu durumunu ya da başkalarının belirli bir andaki duygu durumlarını tanımlamak için en çok kullandıkları ve akıllarına hemen gelen, duygu tanımı içeren sıfatları hızla yazmaları” istenmiştir. Bu işlem her katılımcı için yaklaşık 15 dakika sürmüştür. Başlangıç aşamasını oluşturmak için listelenmiş olan bu sıfatlar, Er (*yayınlanmamış veri*) tarafından 2004 yılında oluşturulmuş bir veri tabanından; ‘olumlu, olumsuz ve nötr kelime frekans listesi’nden kullanım sıklıkları kontrol edilerek, seçkisiz olarak düzenlenmiş 168 kelimelik sıfat listesine dönüştürülmüştür. Oluşturulan sıfat listesi, yine üniversite öğrencilerinden oluşan 84 kişilik başka bir gruba sunulmuştur. İkinci ön çalışma grubundan, “listedeki kelimelerin tam olarak karşıtı olan duygu durum sıfatlarını (örn., *mutlu X mutsuz*) yanlarındaki boşluğa yazmaları” istenmiştir. Katılımcılara, listedeki “bazı kelimelerin karşıtı olan duygu durum kelimelerini bulmanın güç olabileceği, bu yüzden yeteri kadar düşünmeleri ve acele etmemeleri, buna rağmen hiç karşıt anlam üretmedikleri kelimeleri ise boş bırakmaları” istenmiştir. İkinci ön çalışma grubu verilerine göre, ilgili kelimelerin karşıtı olarak en çok önerilen kelimeler seçilmiş, bu kelimeler de, Er’in (*yayınlanmamış veri*) veri tabanından; kullanım sıklıkları açısından kontrol edilerek, 80 çiftlik bir sıfat listesi haline dönüştürülmüştür. Oluşturulan liste, Türk Dili Edebiyatı uzmanlarından oluşan 5 kişiye ve ayrıca psikoloji bölümü öğretim elemanlarından oluşan bir başka 5 kişilik gruba daha verilerek, her bir sıfat çiftinin, birbirlerinin ne derece karşıtı olup olmadıklarına yönelik önerileri alınmıştır. Özellikle aynı anlama karşılık gelen ve Er’in veri tabanına göre benzer kullanım sıklığına sahip birden fazla sıfatlar, Türkçe kullanım açısından en uygunu seçilip, diğerleri elenerek tekrar değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda, listedeki kelime çifti sayısı 80’den 76’ya, bulgular ve tartışma bölümünde belirtilen analizler sonrasında ise 72’ye indirilmiştir. Ölçeğin nihai formu 72 sıfat çifti ile sınırlandırılmıştır.

### Uygulamalar

Demografik bilgi formu ile DDSÇ Listesi, üniversite öğrencilerinden oluşan katılımcılara, uygun ders saatlerinde grup uygulamaları şeklinde verilmiştir. Önce demografik bilgi formunu dolduran katılımcılardan, son iki haftadır (bugün dahil) yaşadıkları duyguları dikkate alarak, listede yer alan iki uçlu duygu ifadelerini, kendi duygularını tanımlama derecesine uygun olarak işaretlemeleri istenmiştir. Demografik bilgi formuna göre, psikolojik yardım ve destek aldığını belirten 3 kişi, son iki hafta içinde duygu durumlarını olumsuz etkileyebilecek çeşitli yaşantılardan geçmiş 6 kişi ve düzenli ilaç kullandığını belirten 4 kişi ve listedeki tüm maddelere ilişkin işaretleme yapmamış olan 5 kişi dışarıda bırakılmıştır. Analizler, geri kalan 560 katılımcının DDSÇ listesi işaretlemeleri üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Ölçeğin geliştirilme amacı, depresyon ya da çeşitli duygu durum bozukları için tanı koymaya yönelik bir araç geliştirmek değildir. Bu nedenle, ölçeğe ilişkin geçerlik bilgisi elde edebilmek amacıyla, DDSÇ Listesini alan katılımcıların tümüne değil de, sadece seçkisiz olarak belirlenmiş olan 60'ına, ayrıca BDE verilmesi yeterli görülmüştür. Yine bu kapsam ve aynı gerekçe dâhilinde, örnekleme belirtildiği gibi, Hacettepe Üniversitesi Hastanesi Psikiyatri Servisi kapalı katında bulunan; major depresyon tanısı konmuş 60 kişiye de DDSÇ Listesi ve ayrıca BDE verilmiştir. Her ne kadar DBE literatürde, depresyonun klinik özelliklerinden bazılarını ölçmek için uygun bir ölçü aracı olarak kabul edilse de, tanı koymak için yeterli görülmemektedir. Örneğin Hisli'nin (1988) belirttiğine göre, bu durumun olası nedenlerinden biri; DSM'ye göre, depresyon tanısı koyabilmek için depresyona özgü semptomların iki haftadır sürüyor olması ayrıca kilo alımı, aşırı uyuma, psikomotor ajitasyon ya da gerileme gibi belirtilerin eşliği gerekmektedir. Buna karşın BDE son bir haftaya yönelik durumu ölçmektedir. DDSÇ listesine yönelik geçerlik bilgisi için ulaşılan depresyon grubu, DSM ölçütlerine göre tanı almış kişilerden oluştuğu için aynı zamanda, sağlıklı katılımcılarda da duygu durum tanımlamasına yönelik tutarlı zaman diliminin, bir haftadan daha çok zamanı içermesi gerektiği düşüncesi nedeniyle, DDSÇ listesinde katılımcıların, son iki haftalık duygu durumlarını kapsayacak şekilde işaretlemeler yapmaları istenmiştir.

### Bulgular ve Tartışma

Bu çalışmanın temel amacı; duyguların, onları tanımlamada en çok kullanılan sıfatlar aracılığıyla basit bir şekilde ölçülmesi ve değerlendirilebilmesine yönelik bir duygu durum ölçeğinin geliştirilmesidir. Geliştirilen ve DDSÇ listesi olarak adlandırılan ölçeğin güvenilirlik bilgisi için üniversite öğrencilerinden oluşan 560 kişilik bir örneklemden elde edilen puanlar üzerinde faktör analizi yapılmış, BDE ile olan ilişkisi ve yapı geçerliği incelenmiştir.

Öncelikle, DDSÇ listesinin faktör örüntüsünü incelemek üzere temel bileşenler analizi yapılmış ve varimaks eksen döndürme yöntemi kullanılmıştır. Analizlerde özdeğeri 1.0'den büyük 3 faktör elde edilmiştir. Analiz sonucuna göre, ortak faktör yükleri bulunan ve madde-toplam korelasyonları düşük olan sıfat çiftleri çıkarılarak, ölçekteki madde sayısı 72'ye indirilmiş, ölçek içindeki madde sıralaması seçkisiz hale getirilmiş ve ölçeğe son şekli verilmiştir. Ölçeği oluşturan 72 sıfat çiftinin, kendi aralarındaki gruplaşmaları dikkate alınarak faktörler "*Duygusal İçerikli*", "*Bilişsel İçerikli*", "*Duygusal ve Bilişsel İçerikli*" duygu durum sıfat çiftleri olarak isimlendirilmiştir. Sözü edilen bu üç faktörün, toplam varyansın % 62.16'sını açıkladığı görülmüştür. Tablo 1 'in birinci sütununda, DDSÇ listesinin toplandıkları faktörlerle olan korelasyonları, her bir faktörün açıkladıkları varyans yüzdesi ve maddelerin girdiği faktör yükleriyle her bir alt ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları yer almaktadır. Buna göre, hem olumlu hem de olumsuz duygu ifadelerini birlikte içeren DDSÇ listesi, katılımcıların duygularını ifade ediş boyutuna göre 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Boyutlardan birini oluşturan duygusal içerikli sıfat çiftleri, toplam 19 maddeden oluşmakta ve toplam varyansın % 15.15'ini açıklamaktadır. Buna karşın, 21 maddeden oluşan bilişsel içerikli sıfat çiftleri, toplam varyansın % 18.45'ini, duygusal ve bilişsel içerikli sıfat çiftleri ise toplam varyansın % 28.56'sını açıklamakta ve toplam 32 maddeden oluşmaktadır. Her bir alt ölçeğin, Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları sırasıyla, .87, .89, .93 olarak bulunmuştur.

**Tablo1.** DDSÇ Listesinin Faktör Yapısı ile Normal ve Depresyon Grubuna Göre Ortalama, Standart Sapma ve t Değerleri

Duygu Durum Sifat Çiftleri		Duygusal İçerikli	Bilişsel İçerikli	Duygusal ve Bilişsel İçerikli		Ortalama	Standart Sapma	t
1.	Mutlu-Mutsuz	.92			Normal Depresyon	3,13 5,96	1,56 1,52	27,24
2.	Sevinli-Sevimsiz			.79	Normal Depresyon	2,90 4,93	1,43 1,97	26,57
3.	Öfkesiz-Öfkeli			.77	Normal Depresyon	3,60 4,37	1,67 2,44	23,38
4.	Stressiz-Stresli			.81	Normal Depresyon	4,59 6,01	1,676 1,015	36,90
5.	Güzel-Çirkin			.82	Normal Depresyon	3,07 4,89	1,42 1,55	29,34
6.	Sevinçli-Hüzünlü	.86			Normal Depresyon	3,34 6,12	1,64 0,06	37,87
7.	Yeterli-Yetersiz			.76	Normal Depresyon	3,45 5,54	1,49 1,76	24,59
8.	Tutarlı-Tutarsız			.78	Normal Depresyon	4,46 6,19	1,62 0,59	39,24
9.	İyi-Kötü	.83			Normal Depresyon	3,02 5,41	1,55 1,05	25,80
10.	Sakin-Sinirli	.75			Normal Depresyon	3,64 5,61	1,66 2,19	30,28
11.	Faydalı-Faydasız		.73		Normal Depresyon	3,07 5,82	1,42 0,51	28,26
12.	Keyifli- Keyifsiz	.80			Normal Depresyon	3,24 6,26	1,64 0,72	37,69
13.	İyimser-Kötümser		.70		Normal Depresyon	3,06 5,62	1,56 1,21	36,61
14.	Değerli-Değersiz		.72		Normal Depresyon	2,71 5,87	1,41 0,08	38,02
15.	Kaygısız-Kaygılı			.77	Normal Depresyon	4,40 6,21	1,62 0,59	40,20
16.	Becerikli-		.69		Normal	2,95	1,49	26,00

	Beceriksiz				Depresyon	4,58	2,27	
17.	Güçlü-Güçsüz	.72			Normal	2,88	1,49	25,34
					Depresyon	4,95	2,03	
18.	Umutlu-Umitsuz		.69		Normal	2,97	1,66	23,67
					Depresyon	4,66	1,24	
18.	Huzurlu-Huzursuz	.75			Normal	3,45	1,71	28,127
					Depresyon	5,45	1,22	
20.	Başarılı-Başarısız	.79			Normal	3,16	1,43	24,81
					Depresyon	4,59	1,33	
21.	Dertsiz- Dertli		.72		Normal	4,22	1,58	25,10
					Depresyon	5,97	1,71	
22.	Güleç-Somurtkan	.85			Normal	2,80	1,49	23,43
					Depresyon	4,90	2,03	
23.	Hayat dolu-Bezgin		.88		Normal	3,07	1,63	29,04
					Depresyon	5,62	1,93	
24.	İstekli-İsteksiz		.83		Normal	2,88	1,64	22,050
					Depresyon	4,87	2,19	
25.	Canayakın-Soğuk	.71			Normal	2,68	1,50	23,25
					Depresyon	4,84	2,21	
26.	Hareketli-Uyuşuk		.69		Normal	2,93	1,79	24,03
					Depresyon	4,78	2,38	
27.	Olağanüstü-Sıradan	.67			Normal	2,88	1,65	26,3
					Depresyon	4,54	2,28	
28.	Anlayışlı-Anlayışsız	.74			Normal	2,80	1,56	26,47
					Depresyon	4,96	1,72	
29.	Çekici-İtici	.82			Normal	3,09	1,60	30,68
					Depresyon	5,59	1,55	
30.	Güdümlü-Güdülsüz		.85		Normal	3,26	1,49	29,20
					Depresyon	5,88	1,95	
31.	Rahat-Gergin	.84			Normal	3,80	1,78	34,54
					Depresyon	6,06	0,35	
32.	Neşeli-Üzgün	.91			Normal	3,08	1,65	34,99
					Depresyon	6,10	1,28	
33.	Sempatik-Antipatik		.76		Normal	2,69	1,38	23,42
					Depresyon	4,68	2,29	
34.	Önemli-Önemsiz	.90			Normal	2,86	1,48	28,38

				<b>Depresyon</b>	5,53	2,40	
35.	<b>Sakin -Asabi</b>	.71		<b>Normal</b>	3,54	1,71	25,55
				<b>Depresyon</b>	4,74	2,28	
36	<b>Sosyal-Yalnız</b>		.83	<b>Normal</b>	3,30	1,80	35,18
				<b>Depresyon</b>	5,90	0,77	
37.	<b>Dingin-Tedirgin</b>		.69	<b>Normal</b>	3,72	1,60	29,20
				<b>Depresyon</b>	5,59	1,67	
38.	<b>Depreşik- Depresif</b>		.88	<b>Normal</b>	3,83	1,60	42,50
				<b>Depresyon</b>	6,23	0,07	
39	<b>İşıltılı-Solgun</b>	.87		<b>Normal</b>	3,34	1,58	27,72
				<b>Depresyon</b>	5,31	1,01	
40.	<b>Kararlı-Kararsız</b>	.74		<b>Normal</b>	3,16	1,75	24,70
				<b>Depresyon</b>	4,98	2,13	
41.	<b>Heyecanlı- Heyecansız</b>	.86		<b>Normal</b>	2,99	1,58	26,40
				<b>Depresyon</b>	4,09	2,30	
42.	<b>Dirençli-Kırılgan</b>		.78	<b>Normal</b>	3,44	1,73	36,12
				<b>Depresyon</b>	5,13	2,12	
43.	<b>Uyumlu-Uyumsuz</b>	.70		<b>Normal</b>	2,40	1,42	20,47
				<b>Depresyon</b>	3,99	1,36	
44.	<b>Şakacı-Ciddi</b>	.74		<b>Normal</b>	3,07	1,5	29,46
				<b>Depresyon</b>	5,03	1,1	
45.	<b>Endişesiz-Endişeli</b>		.90	<b>Normal</b>	3,31	1,72	36,82
				<b>Depresyon</b>	5,87	0,80	
46.	<b>Hoş-Nahoş</b>	.69		<b>Normal</b>	3,43	1,64	28,58
				<b>Depresyon</b>	5,48	1,77	
47.	<b>Şen-Ağlamaklı</b>	.88		<b>Normal</b>	3,26	1,76	28,46
				<b>Depresyon</b>	5,80	1,53	
48.	<b>Zinde-Yorgun</b>	.77		<b>Normal</b>	3,79	1,80	31,39
				<b>Depresyon</b>	5,86	0,68	
49.	<b>Sabırlı-Sabırsız</b>	.69		<b>Normal</b>	4,17	1,65	22,30
				<b>Depresyon</b>	5,90	1,27	
50.	<b>Aktif-Pasif</b>		.65	<b>Normal</b>	3,40	1,72	32,29
				<b>Depresyon</b>	5,46	0,98	
51.	<b>Coşkun-Buruk</b>	.73		<b>Normal</b>	2,96	1,80	36,67
				<b>Depresyon</b>	5,10	2,13	
52.	<b>Güvenli-Güvensiz</b>		.87	<b>Normal</b>	2,95	1,58	25,21
				<b>Depresyon</b>	4,90	2,27	

53.	<b>Enerjik-Bitkin</b>			.84	<b>Normal</b>	3,25	1,71	25,96
					<b>Depresyon</b>	5,59	1,72	
54.	<b>Eğlenceli-Kasvetli</b>	.74			<b>Normal</b>	2,97	1,12	37,67
					<b>Depresyon</b>	5,37	0,83	
55.	<b>Gayretli-Tükenmiş</b>			.79	<b>Normal</b>	3,10	1,75	30,09
					<b>Depresyon</b>	5,06	1,17	
56.	<b>Serinkanlı-Telaşlı</b>	.68			<b>Normal</b>	3,82	1,59	23,31
					<b>Depresyon</b>	4,90	2,07	
57.	<b>Cesur- Ürkek</b>	.71			<b>Normal</b>	2,79	1,49	24,27
					<b>Depresyon</b>	4,54	2,14	
58.	<b>Hevesli-Bıkkın</b>			.75	<b>Normal</b>	2,98	1,81	29,53
					<b>Depresyon</b>	5,63	1,10	
59.	<b>Sorunsuz-Soranlu</b>			.80	<b>Normal</b>	4,06	1,68	34,19
					<b>Depresyon</b>	5,83	1,91	
60.	<b>Parlak-Sönük</b>	.80			<b>Normal</b>	3,21	1,48	27,50
					<b>Depresyon</b>	5,45	1,63	
61.	<b>Çılgın-Çökkün</b>			.80	<b>Normal</b>	3,44	1,62	39,28
					<b>Depresyon</b>	5,74	1,07	
62.	<b>Şanslı-Şanssız</b>			.92	<b>Normal</b>	3,41	1,77	27,36
					<b>Depresyon</b>	5,43	1,67	
63.	<b>Konuşkan-Suskun</b>			.67	<b>Normal</b>	2,79	1,69	21,93
					<b>Depresyon</b>	4,51	2,28	
64.	<b>Canlı-Durgun</b>	.79			<b>Normal</b>	3,09	1,69	24,82
					<b>Depresyon</b>	4,96	2,05	
65.	<b>Kontrolli-Kontrolsüz</b>	.77			<b>Normal</b>	2,97	1,54	25,65
					<b>Depresyon</b>	4,85	2,01	
66.	<b>Sevecen-Hırçın</b>			.68	<b>Normal</b>	2,74	1,57	23,07
					<b>Depresyon</b>	4,53	1,86	
67.	<b>Dikkatli -Dalgın</b>	.92			<b>Normal</b>	3,28	1,56	28,57
					<b>Depresyon</b>	4,33	2,15	
68.	<b>Girişken-Çekingen</b>			.89	<b>Normal</b>	3,17	1,62	26,40
					<b>Depresyon</b>	4,40	2,29	
69.	<b>İhlımlı-Katı</b>	.78			<b>Normal</b>	3,96	1,82	30,81
					<b>Depresyon</b>	5,41	2,08	
70.	<b>Duyulu-Duyusuz</b>			.69	<b>Normal</b>	4,21	1,81	34,63
					<b>Depresyon</b>	5,83	1,13	
71.	<b>Harika-Berhat</b>	.90			<b>Normal</b>	3,21	1,81	39,79
					<b>Depresyon</b>	5,09	1,13	







48.	Zinde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Yorgun
49.	Sabırlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sabırsız
50.	Aktif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pasif
51.	Coşkun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Buruk
52.	Güvenli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Güvensiz
53.	Enerjik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bitkin
54.	Eğlenceli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kasvetli
55.	Gayretli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tükenmiş
56.	Serinkanlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Telaşlı
57.	Cesur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ürkek
58.	Hevesli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bıkkın
59.	Sorunsuz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sorunlu
60.	Parlak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sönük
61.	Çılgın	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çötkün
62.	Şanslı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Şanssız
63.	Konuşkan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Suskun
64.	Canlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Durgun
65.	Kontrollü	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Dağınık
66.	Sevecen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hırçın
67.	Dikkatli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Dalgın
68.	Girişken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çekingen
69.	İlhali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Katı
70.	Duygulu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Duygusuz
71.	Harika	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Berbat
72.	Esprili	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sıkıcı

**Not:** Listedeki her bir sıfat çifti, olumlu ve olumsuz duyguların ifade edilmiş derecesini yansıtmaktadır. 1'e karşılık gelen işaretlemeler en olumlu, 7'ye karşılık gelen işaretlemeler ise en olumsuz duygu durumunu ifade etmektedir.

DDSC listesinden alınan puanların, normal ve depresyon grubuna bağlı olarak değişip değişmediğini belirleyebilmek üzere ikinci bir analiz seti

kullanılmıştır. Buna göre, ölçekte yer alan her bir duygu durum sıfat çiftleri için t testi yapılmıştır. Tablo 1'in ikinci sütununda, normal ve depresyon grubuna ilişkin ortalama ve standart sapmalar ile her bir sıfat çiftine ilişkin gruplar arasındaki farklar gösterilmiştir. Tablo1'de görüldüğü gibi, DDSÇ listesini oluşturan tüm sıfat çiftlerinde gruplar arasında gözlenen fark anlamlıdır ( $p<.001$ ).

Ölçekteki her bir duygu-durum sıfat çiftleri iki uçlu olduğundan, DDSÇ listesini oluşturan tüm kelime çiftlerinde; düşük puanlar, olumlu duygu durumuna, yüksek puanlar ise olumsuz duygu durumuna işaret etmektedir. Buna göre, depresyon grubunun her bir duygu durum sıfat çifti için ortalamaları, normal gruptan anlamlı olarak yüksektir. Diğer bir deyişle, depresyon tanısı almış kişiler, ölçekteki 72 duygu durum sıfat çiftinin tümü için duygularını, normal gruba göre daha olumsuz içerikli olarak değerlendirmişlerdir. Ölçekten alınan toplam test puanı ortalaması açısından bakıldığında, sağlıklı katılımcı grubunun DDSÇ toplam test puanı ortalaması 3.39, depresyon grubununki ise 5.56'dır. Hisli (1988,) yaptığı geçerlik güvenirlik çalışmasında BDE'den alınan ortalama 17 ve üstü toplam puanın, tedavi gerektirebilecek depresyonu %90 üzerinde bir doğrulukla ayırt edebildiğini belirtmiştir. Bu çalışmada BDE uygulanan depresyon grubunun BDE toplam puanı ortalaması 25.18, sağlıklı katılımcıların toplam puanı ortalaması ise 12.34'dür. Ayrıca depresyonlu grubun DDSÇ listesi ve BDE'den aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, her bir sıfat çiftine ilişkin korelasyonların .69 ile .92 arasında değiştiği gözlenmiştir. Normal gruba uygulanan DDSÇ ve BDE korelasyonları ise .57 ile .78 arasında değişmektedir. İki grup arasında elde edilen ortalamalar arasındaki farklarla birlikte, hem depresyonlu hem de normal grupta, DDSÇ ve BDE arasında gözlenen bu yüksek korelasyonlar, DDSÇ Listesinin normal ve depresyon grubunu ayırt etmede başarılı olduğuna ve yüksek geçerlik düzeyine sahip olduğuna işaret etmektedir.

Bu araştırma kapsamında geliştirilen DDSÇ listesinin, duygusal, bilişsel, duygusal ve bilişsel içerikli 3 faktör altında toplanması, giriş bölümünde de değinildiği gibi, duyguların bilişlerle olan ilişkisinin; duyguların bilişi etkileme ve bilişten etkilenme derecesinin bir yansımasıdır. Literatürde depresyondaki bireylerin duygu durumlarına uygun bir bilgi işleme yanlılığı sergiledikleri üzerinde sıklıkla durulmaktadır (Ingram, 1984). Depresif bireylerde gözlenen bilgi işleme yanlılığı, çoğu kez belleği de etkilemekte; duygu durumuna bağlı

bellek, kısır bir döngü şeklinde depresyonun devam etmesine yol açabilmektedir. Birey üzgün bir duygu durumundayken daha çok olumsuz anılarını hatırlamakta ve hatırlanan olumsuz anılar bireyin daha kötü hissetmesine aracılık edebilmektedir (Taesdale, 1983). Diğer bir deyişle, depresyona eşlik eden olumsuz duygu durumu, benzer duygu yüklü anıların erişilebilirliğini kolaylaştırmaktadır. Bu süreç, bireylerin, istemli ve bilinçli hatırlamalarını olduğu kadar, istemsiz ve otomatik olarak genel bilgi işleme süreçlerine yansıyabilmektedir. Araştırmada duygusal, bilişsel ve duygusal-bilişsel faktörler altında toplanan tüm kelime çiftlerinde gözlenen, normal ve depresyon grubu farkı da, duygu ve bilişin birlikteliğini göstermede olduğu gibi, duyguların işlevleri açısından da kritik bir doğurguya sahiptir.

Bu bağlamda, duygunun işlevini sorgulayacak olursak, karşımıza çıkan en bilindik yanıtlardan biri, Darwin'in (1998; orijinal eser yayın yılı, 1872) "İnsan ve hayvanlarda duygusal ifadeler" kitabında kapsamlı olarak değindiği gibi, duyguların iletişim yolu olarak kullanılması olacaktır. Hepimiz, duyguya bağlı olarak değişen yüz ifadesi, mimikler ve davranışlara aşinayızdır. Kızdığımızda gergin görünmemiz, sesimizi yükseltmemiz, mutluyken gülmemiz gibi. Dolayısıyla, başkaları tarafından da görülen bir çok duygu ifademiz, aynı zamanda kendimizi ifade etmenin bir yolu; en güvenilir iletişim aracıdır. Hatta duygunun öncülük ettiği iletişim örüntülerini, bireyselden toplumsal, etik ve ahlaki boyutlara kadar taşıyabilmek bile mümkündür. Duygunun işlevinin ne olduğu sorusuna verilen yanıtlardan biri de, bilişle olan ilişkisi temelinde yapılan açıklamalardır. Örneğin Oatley ve Johnson-Laird (1987), duyguların, sürdürmekte olduğumuz davranışı etkileyerek hedefleri değiştirebilmesini, duygunu işlevi olarak aynı zamanda, duyguların evrimleşmesinin altında yatan temel neden olarak kabul ederler. Örneğin, yakın birini kaybetmenin yarattığı üzüntü, aynı zamanda o kişiyle ilgili olan yaşam hedeflerimizi de değiştirmemize neden olur. Diğer bir deyişle, Oatley ve Johnson-Laird'in kuramının merkezinde, duygusal tepkilerimizin bilişsel yeniden düzenlenebilirlik özelliği yatmaktadır. Benzer hareket noktası, Damasio'nun (1999; orijinal eser yayın yılı, 1994) kuramı için de geçerlidir. Kuram, karar verme (desicion making) mekanizmasında duyguların rehber olarak nasıl kullanıldığını açıklamaya çalışmaktadır. Temelde bilişsel psikoloji çalışmalarında ve çok çeşitli bağlamlarda kullanılacak duyguların değerlendirilebilmesine olanak tanıyan bir duygu durum ölçeğinin oluşturulması olan bu çalışmada, ölçeğe ilişkin elde edilen faktörler, duygu ve bilişin karşılıklı ilişkisine de kanıt oluşturmuştur.

Ölçeğin geliştirilmesine duyulan ihtiyaca tekrar dönülecek olursa, bu çalışma, üzerinde bilişsel değişimleme yapmaya elverişli; örneğin duygu durumuna bağımlı ve duygu durum tutarlı bellek araştırmalarında olduğu gibi, kolay uygulanabilir, duygu durum değerlendirmesine olanak tanıyan güvenilir bir ölçme aracı geliştirebilme amacıyla başlatılmıştır. Bilişsel psikolojide özellikle, duygu duruma uyumlu ve duygu durum tutarlı bellek çalışmaları aracılığıyla, duyguların önemi ve rolü deneysel olarak ispatlanabilmektedir. Bu tür çalışmaların kuramsal bilgi ve uygulama açısından kritik sonuçlarına rağmen yapılan duygu aşılama tekniklerinin ne derece başarıya ulaşmış olduğunu, nesnel olarak ve kolaylıkla ölçülebilmesi gerekir. Benzer şekilde, deneklerin deney ortamına geldikleri zamanki duygu durumlarının ve düzeyinin de aynı nesnellikte ölçülebilmesi önemlidir. Hem bu tür araştırmalardaki duygu ölçümlerinin güvenilir olarak alınabilmesi hem de farklı bağlamlarda kullanılabilecek duygu ölçüm araçları sayısı ise ne yazık ki oldukça kısıtlıdır. Böylesi bir ihtiyaçtan yola çıkarak yürütülen bu çalışma kapsamında geliştirilen ve Ek 1’de sunulan DDSC listesinin, başta bilişsel nitelikli araştırmalarda olmak üzere gerektiğinde duygu durum bozukluklarına yönelik klinik uygulamalarda da önemli bir boşluğu giderebileceği düşünülmektedir.

#### Kaynakça

- Balch, W.R. & Myers, D.M. (1999). Dimension of mood in mood-dependent memory. Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition, 1, 70-83.
- Balch, W.R. & Lewis, B.S. (1996). Music-dependent memory: The roles of tempo-change and mood mediation. Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition, 22, 1354-1363.
- Banich, M.T. (1997). Memory: Neuropsychology. The neural basis of mental function. Houghton Mifflin Company. Boston, New York.
- Barry, E.S., Naus, M.J., & Rehm, L.P. (2004). Depression and implicit memory: Understanding mood congruent memory bias. Cognitive Therapy and Research, 28, 387-414.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). Cognitive therapy of depression. New York, Guilford.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. Archives of General Psychiatry, 4, 561- 571.
- Bower, G.H. (1981). Mood and memory. American Psychologist, 36, 129-148.
- Bower, G.H. & Mayer, J.D. (1989). In search of mood-dependent retrieval. Journal of Social Behaviour and Personality, 4, 121-156.

- Bradley, B.P., Mogg, K., & Williams, R. (1995). Implicit and explicit memory for emotion-congruent information in clinical depression and anxiety. Behaviour Research and Therapy, 33, 755-770.
- Brown, J.D., & Taylor, S.E. (1986). Affect and the processing of personal information: evidence for mood-activated self-schemata. Journal of Experimental Social Psychology, 22, 436-452.
- Damasio, A.R. (1999; orijinal eser yayın yılı, 1994) . Descartes'in yanılması (Descartes' error, (çev. B. Atlamaz).İstanbul: Varlık Yayınları.
- Darwin, C. (1998, orijinal eser yayın yılı, 1872). The expression of the emotions in man and animals (3.ed). London: Harper Colins.
- Ekman P.(1973). Universal facial expressions in emotion. Studia Psychologica, 15, 140-7.
- Ekman P. (1999). Facial expressions in Dalgleish, T. and Power, M.J. (Eds). Handbook of Cognition and Emotion. New York: John Wiley & Sons.
- Ekman P., & Oster, H. (1979). Facial expression of emotions. Annual Review of Psychology, 30, 527-54.
- Er, N. (Yayınlanmamış veri).Olumlu,olumsuz ve nötr kelime frekans listesi. Ankara Üniversitesi. Ankara (2004) .
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, 15, 19-26.
- Hisli, N. (1988). Beck depresyon envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma . Psikoloji Dergisi, 6(22), 118-123.
- Ingram, R.E. (1984). Toward an informatin-processing analysis od-f depression. Cognitive Therapy and Research, 8, 443-478.
- Izard, C.E. (1977). Human emotions. New York: Plenum Pres.
- Kenealy, P.M. (1997). Mood-state-dependent retrieval: The effects of induced mood on memory reconsidered. The Quarterly Journal of Experimental Psychology, 504, 290-317.
- Lazarus, R.S.(1982). Thoughts on the relations between emotion and cognition. American Psychologist, 37, 1019-24.
- Lewis, M., & Haviland-Jones, J.M. (Eds.). (2000). Handbook of emotions. New York: The Guilford Press.
- Ortony, A., &Turner, T.J. (1990). What basic about basic emotions. Psychological Review, 97, 315-31.
- Oatley K., & ve Johnson-Laird, P.N. (1987). Towards a cognitive theory of emotions. Cognition and Emotion, 1, 29-50.
- Power, M.J., & Dalgleish, T. (1997). Cognition and emotion:From order to disorder. Hove: Psychology Press.
- Plutchik, R. (1980). A language for the emotions. Psychological Today, 13, 68-78.
- Reber, A.S. (1995). The penguin dictionary of psychology (2.ed.). Harmondsworth, Penguin.

- Roberts, J.E., & Kassel, J.D. (1996). Mood-state dependence in cognitive vulnerability to depression: The roles of positive and negative affect. Cognitive Therapy and Research, 20, 1-12.
- Taesdale, J.D. (1983). Negative thinking in depression: Cause, effect, or reciprocal relationship. Advance in Behaviour Research and Therapy, 5,3-25.
- Tegin, B. (1980). Depresyonda bilişsel bozukluklar: Beck modeline göre bir inceleme. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe University, Ankara.
- TDK Türkçe Sözlük (2002). Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. Journal of Personality and Social Psychology, 104, 15-25.
- Velten, E.(1968). A laboratory task for induction of mood states. Behavioral Research and Therapy, 6, 473-482.
- Yiend, J.,& Mackintosh, B. (2005). Cognition and emotion in Braisby, N. and Gellatly, A. (Eds). Cognitive Psychology. Oxford: University Press.
- Zajonc, R.B. (1984). On the primacy of affect. American Psychologist, 39,117-23.