

ARAŞTIRMA | RESEARCH

Duygular ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler

Roles of Emotions and Self-Elaboration in Psychopathological Symptoms

Sevginar Vatan

Öz

Bu çalışmada, kaygı, üzüntü, tiksinti, öfke, suçluluk, neşe ve sakinlik duygularının farklı psikopatolojik belirtilerindeki rollerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda söz konusu duyguların yaşanma sıklığı ve bu duygulara ilişkin öz-değerlendirmeler ele alınmıştır. 232 üniversite öğrencisi bu duyguları son iki hafta içerisinde ne sıklıkta yaşadığını, söz konusu duyguların ne kadar endişe yarattığını, kendini bildirim ile değerlendirmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre; farklı belirtiler farklı duygular tarafından yordandır. Hem olumlu hem de olumsuz duyguların yaşanma sıklığı ve duyguları yaşamaktan dolayı duyulan endişe düzeyi psikolojik belirti şiddetlerini anlamlı olarak yordamıştır. Sonuç olarak bu bulguların farklı psikolojik belirtiler ile duygular arasındaki ilişkinin anlaşılmasında önemli katkıları olduğu düşünülmektedir.

Anahtar sözcükler: Duygular, öz-değerlendirme, psikolojik belirtiler.

Abstract

The purpose of this study was to investigate the explanatory roles of anxiety, sadness, disgust, anger, guilt, joy, calm in different types of psychopathological symptoms. Thus frequency of the emotions and self-elaboration about these feelings were studied. The study included 232 university students and we evaluated how frequently they felt these emotions and the level of anxiety during this process. According to regression analysis, different psychopathological symptoms have been predicted by different emotions. Feeling more anxious about negative and positive emotions and giving more importance to dealing with these emotions are closely related with higher level of psychopathological symptoms. These results would contribute to understanding of emotions' roles in different symptoms.

Key words: Emotions, self-elaboration, psychological symptoms.

İNSANIN psikolojik işlevselliği, iyilik hali biliş, duygu ve davranışlarının bir bütünüdür. İyilik halinde olduğu gibi, psikopatolojilerin güncel modelleri içerisinde de düşünce, duygu ve davranışlar arasındaki karşılıklı etkileşime vurgu yapılmaktadır. Herhangi bir psikolojik belirtinin bütüncül olarak anlaşılabilmesi için belirtinin bileşenleri olan düşünce, duygu ve davranışların hem birbirleri ile olan etkileşimlerin hem de kendi içlerindeki süreçlerin ele alınması gerekmektedir. Söz konusu bileşenlerden duygu ve duygulanım süreçleri psikolojik belirtilere etki eden önemli faktörler olmakla beraber, psikopatolojik bozukların yüzde 75'inde duygularla ilgili sıkıntılar önemli bir belirti

olarak karşımıza çıkmaktadır (Kring ve Werner 2004). Psikolojide duygu ile ilgili kavram çalışmalarına yapılan vurgu son dönemde artmıştır. Duygular ve bunların psikolojik, davranışsal ve fizyolojik etkileri uzun dönemdir alan yazında vurgu yapılan kavramlardır, ancak bunların görgül araştırmalarla çalışılması ve asıl önemlisi psikopatoloji modellerine olan katkılarının yeni yeni altı çizilmektedir.

Duygu düzenleme kişinin hangi duyguya sahip olduğu, bu duyguya ne zaman sahip olduğu, bunu nasıl deneyimlediği ve sergilediği gibi heterojen bir setten oluşmaktadır. Duygu düzenleme içerisinde kişi hangi duygulara sahip olabileceği, bu duygulara ne zaman sahip olabileceği, bunları nasıl deneyimlediği ve sergilediği gibi heterojen bir set ile ilgili bazı şemaların varlığı dikkat çekmektedir. Herhangi bir uyarıcı karşısında ortaya konacak tepki belirlenirken kişinin bu uyarıcı ile ilgili değerlendirmeleri önem kazanabilmektedir. Söz konusu değerlendirmelerde, duygu ortaya çıkaran durumun belli bir yönüne odaklandıktan sonra, bu durum ile ilişkili birçok olası anlam arasından bir seçim yapma olarak kavramsallaştırılmaktadır. Değerlendirme, çoğunlukla duygusal yanıtı da belirlemektedir. Ayrıca değerlendirme durumuyla ilgili değerlendirme olabildiği gibi ortaya çıkan duygunun da yeniden değerlendirilmesini içermektedir. Burada ortaya çıkan duygunun endişe yaratıp yaratmadığı, varlığının kabul edilip edilmediği önemli bir etkeni oluşturmaktadır. Dolayısı ile değerlendirmenin iki farklı yapıyı kendi içerisinde barındırdığı düşünülmektedir. İlkinde, var olan durumun yeniden değerlendirilmesinde duruma ilişkin yorumlar ile duygulanım süreci yeniden başlatılmış olmaktadır (Northoff ve ark. 2006). Kişinin burada aslında durumu değil durumun kendisi için anlamını değerlendirdiği belirtilmektedir. Diğer taraftan duruma ilişkin yorumun değiştirilmesi ile ortaya çıkan duygu değişimlenmesi olduğu için yeniden değerlendirmeyi daha fazla kullanan kişilerin daha az negatif duygu deneyimledikleri ve daha yüksek düzeyde iyilik düzeyine sahip oldukları belirtilmektedir (Gross ve John 2003). İkincisi ise, herhangi bir durumla ilgili duygulanım sürecinin çıktısı olan duyguya yönelik değerlendirmeleri içermektedir. Özellikle duygusal katılığın ya da esnekliğin, duygunun varlığının kabul edilip edilmemesinin, duygunun varlığı ile ilgili inançların olumlu ya da olumsuz olması gibi özellikler burada önem kazanmaktadır. Hangi duyguların kabul edildiği hangilerinin kabul edilmediği, hangi duyguların nasıl ve ne zaman düzenleneceği şeklinde duygu düzenlemeyi etkilemektedir. Birçok araştırmacı birincil duyguların varlığına yönelik olarak ortaya çıkan ikincil duyguların önemine vurgu yapmaktadır (Greenberg ve Safran 1990, Hayes 2004, Tsai 2007). Psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında ve sürdürülmesinde değerlendirme süreciyle ortaya çıkan yeni duygunun ilk duygunun varlığından zaman zaman daha önemli olduğu daha da önemlisi duygusal katılığın, duyguların varlığının kabul edilmemesinin etkili olduğu düşünülmektedir (Greenberg ve Safran 1990, Mennin ve ark. 2002, Hayes ve ark. 2006). Duygulanımsal her hangi bir sürecin varlığının tehdit olarak algılanmasının, endişe yaratmasının önemli olabileceği düşünülmektedir.

Alan yazındaki bilgiler doğrultusunda bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşadıkları duygular ve bu duygulara ilişkin ortaya çıkan endişe düzeyinin psikolojik belirtiler ile olan ilişkilerinin araştırılması amaçlanmıştır. Duyguların yaşanma sıklığı ve duygulara ilişkin değerlendirmelerin psikolojik belirtilere olan etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Psikolojik belirtileri duyguların (olumlu-olumsuz) yaşanma sıklığının ve bu duyguların varlığının kabul edilip edilmemesinin etkileyip etkilemediği değerlendirilmiştir. Duyguların psikolojik belirtileri nasıl bir örtüntü ile yordadıkları değerlendirildi-

rilmiştir. Böylece farklı psikolojik belirtilerdeki başat duygulara ilişkin öncül bulgulara ulaşılması hedeflenmiştir.

Yöntem

Katılımcılar

Bu çalışma 18-30 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ile yürütmüştür. Çalışma yaş ortalaması 19.01 (ss= 1.37) olan 135 Kadın ve 97 Erkek olmak üzere toplam 232 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

Veri toplama araçları

Bu çalışmada Demografik Bilgi Formu, Duyguların Yaşanma Sıklığı ve Duygulara İlişkin Öz-Değerlendirme Formu, Belirti Kontrol Listesi (SCL-90) veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, maddi gelir düzeyi gibi demografik özelliklerini değerlendirmek amacı ile araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

Duyguların Yaşanma Sıklığı ve Duygulara İlişkin Öz-Değerlendirme Formu

Form kaygı, üzüntü, tiksinti, öfke, suçluluk, neşe ve sakinlik olmak üzere yedi tane duygunun yaşanma sıklığını ve bu duygulara ilişkin öz değerlendirmeyi (self-elaboration) ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Farklı kuramcılarının farklı temel duygular listesi olmakla birlikte üzüntü, neşe, öfke, tiksinti ve kaygı duygularının tüm listelerde yer aldığı, dolayısı ile üzerinde fikir birliği sağlanan temel duygular olarak kabul edilebileceğinin belirtilmiş olması (Oatley ve Johnson-Laird 1987, Ekman 1992) sebebi ile bu çalışmada da bu duygulara yer verilmiştir. Ayrıca birçok psikolojik belirti ile olan ilişkisi sebebiyle suçluluk duygusuna da yer verilmiştir (Stompe ve ark. 2001, Salkovskis ve Forrester 2002, Zhong ve Lijenquist 2006). Sakinlik/dinginlik duygusunun eklenmesinde ise “duygulanımın iki boyutlu yapısı yaklaşımı” etkin olmuştur. Bu yaklaşımda duygular değerlik (hoş/hoş olmayan ya da olumlu/olumsuz) ve uyarılmışlık düzeyi açısından (düşük/yüksek) iki boyutta birden değerlendirilmektedir (Watson ve Tellegen 1985, Feldman Barrett ve Russell 1999). Dolayısı ile yukarıda söz edilen altı duygudan hiç biri olumlu ve düşük enerjili olarak tanımlanabilecek sınıfı temsil etmediğinden sakinlik/dinginlik bu tanımlamanın bir örneği olarak formda yer almaktadır (Vatan 2014). Söz konusu yedi duygu a) son iki hafta içerisindeki yaşanma sıklığı, b) ideal düzeyi c) duyguya sahip olmanın kişide yarattığı endişe düzeyi d) duygu ile baş etmenin kişi için önem düzeyi e) duygu ile baş edebileceğine dair kişinin kendine güven düzeyi olmak üzere beş basamakta 5’li Likert üzerinden değerlendirilmektedir. Değerlendirilen beş basamak yedi duygu için aynı şekilde tekrar edilmiştir. Elde edilen yüksek puanlar duyguların a) daha sık yaşandığını, b) kişinin idealinde daha fazla yaşanmak istendiğini, c) daha fazla endişe yarattığını, d) söz konusu duygu ile baş etmenin daha fazla önemli olduğunu ve e) baş edebileceğine dair kişinin kendisine daha fazla güvendiğini göstermektedir. Bu çalışma kapsamında sadece ilk iki soru ele alınmış ve onlara ilişkin bulgular sunulmuştur.

Belirti Kontrol Listesi (SCL-90)

Belirti Tarama Listesi psikolojik sorunları ve psikopatoloji belirtilerini tarama amacıyla Derogatis (1977, 1983) tarafından oluşturulmuş bir ölçektir. 90 maddeyi içeren bu

ölçekle, bireylerden son bir hafta içinde ölçekteki psikolojik belirtilerden ne ölçüde rahatsızlık ya da zorlanma (distress) hissettiklerini 5 dereceli bir ölçek üzerinde değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçek Depresyon, Kaygı, Obsesif-Kompulsif, Somatizasyon, Fobik Kaygı, Kişilerarası Duyarlık, Düşmanlık, Paranoid Düşünce ve Psikotizm olmak üzere 9 ayrı boyutta ve genel ortalama cinsinden hissedilen rahatsızlık düzeylerini belirlemektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada SCL-90'nın iç geçerlilik düzeyleri .75 ile .89 arasında bulunmuştur.

İşlem

Bu çalışmaya başlamadan önce, Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan çalışmanın yürütülebilmesi için gerekli olan izinler 12.06.2015 tarih ve 76000869/431-1881 sayılı yazı ile alınmıştır. Araştırma ders sorumlularının uygun gördükleri zaman diliminde öğrencilere ders saatinin başlangıcından hemen önce grup halinde eğitim gördükleri üniversitenin sınıf ortamlarında uygulanmıştır. Çalışma ile ilgili açıklama araştırmacı tarafından yapılmıştır. Daha sonra öğrencilere onam formları dağıtılmıştır. Onam formlarının öğrenciler tarafından okunması ve imzalanmasının ardından onam formları toplanmış ve araştırma ölçeklerinin uygulanmasına geçilmiş ve ölçekler öğrenciler tarafından doldurulmuştur.

Tablo 1. SCL-90 ve duyguların yaşanma sıklığı ve duygulara ilişkin öz-değerlendirme için ortalama, standart sapma, ranj değerleri

SCL-90	X	Ss	Ranj	Sıklık	X	Ss	Ranj	Yarattığı Endişe	X	Ss	Ranj
1.SCL-Depresyon	19.28	10.42	0-44	Kaygı	2.52	.80	0-4	Kaygı	2.51	.96	0-4
2.SCL-Kaygı	11.27	7.93	0-38	Üzüntü	2.30	.92	0-4	Üzüntü	2.26	1.14	0-4
3.SCL-OKB	16.43	7.54	2-40	Tiksinti	1.27	1.08	0-4	Tiksinti	1.62	1.21	0-4
4.SCL-Somatizasyon	12.34	8.54	0-43	Suçluluk	1.43	1.07	0-4	Suçluluk	2.51	1.19	0-4
5.SCL-Fobik Kaygı	6.17	5.20	0-22	Öfke	2.08	1.05	0-4	Öfke	2.43	1.14	0-4
6.SCL-Kişilerarası ilişkiler	12.74	7.40	0-58	Neşe	2.54	.76	0-4	Neşe	.62	1.05	0-4
7.SCL-Düşmanlık	6.60	5.11	0-23	Sakinlik	2.44	.90	0-4	Sakinlik	.87	1.10	0-4
8.SCL-Paranoid Düşünceler	8.11	4.93	0-23								
9.SCL-Psikotizm	9.72	6.79	0-34								

**p<.01, * p<.05

Tablo 2: Duyguların yaşanma sıklıklarının psikolojik belirtileri yordama örüntüleri

Yordayıcı Değişkenler	SCL-Depresyon		SCL-KAYGI		SCL-OKB		F Değişim	R ²	F Değişim	R ²	F Değişim	R ²	F Değişim
	R ² Değişim	B	t	F Değişim	R ² Değişim	B							
Kayı	.43	.24	.17	.33	.15	.17	2.85**	.28	15.31**	.22	.15	.17	12.08**
Üzüntü		.25	.15		.15	.15	2.42*				.15	.15	2.23*
Tiksinti		.11	.15		.15	.15	2.51*				.17	.17	2.72**
Suçluluk		.13	.17		.17	.17	2.84**				.15	.15	2.38*
Öfke		.12	.16		.16	.16	2.46*				.12	.12	1.71
Neşe		-.25	-.14		-.14	-.14	-2.29*				-.12	-.12	-1.85
Sakinlik		.09	.01		.01	.01	.02				.15	.15	2.30
		SCL-SOMATİZASYON											
		SCL-KİŞİLERARASI İLİŞKİLER											
Kayı	.17	.08	.25	.22	.25	.25	3.94**	.27	9.11***	.20	.20	.20	3.17**
Üzüntü		.18	.05		.05	.05	.80				.10	.10	1.50
Tiksinti		.14	.08		.08	.08	1.23				.15	.15	2.47*

Demografik formdaki bilgiler açısından herhangi bir psikiyatrik tedavi gördüğünü belirten katılımcılar (N=21) analizler dışında tutulmuştur. Ayrıca, tüm ölçekleri eksiksiz olarak doldurmayan katılımcıların (N=32) verileri de analizlere alınmamıştır. Elde edilen veriler ise SPSS 23 istatistik programı kullanılarak betimsel, korelasyon ve regresyon analizleri ile değerlendirilmiştir.

Bulgular

Araştırmadaki SCL-90 ve Duyguların Yaşanma Sıklığı ve Duygulara İlişkin Öz-Değerlendirme ölçüm araçları için betimsel istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur. Psikolojik belirtileri yordamada kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke, neşe ve sakinlik duygularının nasıl bir role sahip oldukları çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Duyguların yaşanma sıklığı ve duygulara ilişkin öz-değerlendirmelerin yordayıcı değişken ve psikolojik belirtilerin yordanan değişken olarak ayrı ayrı ele alındığı 2 (Duygunun yaşanma sıklığı ve Duygulara İlişkin Değerlendirmeler) x 9 (SCL-90 Alt Boyutları) = 18 çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Öncelikle duyguların yaşanma sıklıkları tek blok halinde eş zamanlı olarak yordayıcı değişken olarak analize girilmiş ve psikolojik belirtilerdeki yani yordanan değişkendeki değişimi açıklama güçleri değerlendirilmiştir. Duyguların yaşanma sıklığına ilişkin analiz sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir. Sonrasında duyguların yarattıkları endişe düzeyi tek blok halinde eş zamanlı olarak yordayıcı değişken olarak analize girilmiş ve psikolojik belirtilerdeki yani yordanan değişkendeki değişimi açıklama güçleri değerlendirilmiştir. Bu analiz sonuçları ise Tablo 3'te gösterilmiştir.

SCL-90 Depresyon: Tablo 2'deki analiz sonuçları, kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların depresyon belirti düzey puanlarındaki varyansın %43'ünü açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin depresyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 24.05$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun depresyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı= .24, $t = 4.46$, $p < .001$, $\eta^2 = .22$, %95 CI = [1.77, 4.58], $sr^2 = .29$), üzüntünün (β Üzüntü = .25, $t = 4.34$, $p < .001$, $\eta^2 = .24$, %95 CI = [1.54, 4.12], $sr^2 = .28$), tiksintinin (β Tiksinti = .11, $t = 1.98$, $p < .05$, $\eta^2 = .13$, %95 CI = [.01, 2.12], $sr^2 = .13$), suçluluk duygusunun (β Suçluluk= .13, $t = 2.34$, $p < .05$, $\eta^2 = .14$, %95 CI = [.20, 2.31], $sr^2 = .16$), öfkenin (β Öfke = .12, $t = 2.01$, $p < .05$, $\eta^2 = .16$, %95 CI = [.02, 2.37], $sr^2 = .13$), neşe duygusunun (β Neşe = -.25, $t = -4.64$, $p < .001$, $\eta^2 = .18$, %95 CI = [-4.96, -2.00], $sr^2 = -.30$), depresif belirti değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Sakinlik duygusunun yaşanma düzeyinin depresif belirtilerdeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Kaygı: Kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların kaygı belirti düzey puanlarındaki varyansın %33'ünü açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin kaygı belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 15.31$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun kaygı belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı= .17, $t = 2.85$, $p < .001$, $\eta^2 = .14$, %95 CI = [.52, 2.84], $sr^2 = .19$), üzüntünün (β Üzüntü = .15, $t = 2.42$, $p < .05$, $\eta^2 = .17$, %95 CI = [.24, 2.37], $sr^2 = .16$), tiksintinin (β Tiksinti = .15, $t = 2.51$, $p < .05$, $\eta^2 = .13$, %95 CI = [.24, 1.19], $sr^2 = .17$), suçluluk duygusunun (β Suçluluk= .17, $t = 2.84$, $p < .01$, $\eta^2 = .16$, %95 CI = [.39, 2.13], $sr^2 = .19$), öfkenin (β Öfkenin= .16, $t = 2.46$, $p < .05$, $\eta^2 = .18$, %95 CI = [.24, 2.18], $sr^2 = .16$), neşe

duygusunun (β Neşe = $-.14$, $t = -2.29$, $p < .05$, $\eta^2 = .10$, %95 CI = $[-2.64, -.20]$, $sr^2 = -.15$), kaygı belirti değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Sakinlik duygusunun yaşanma düzeyinin kaygı belirtilerindeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 OKB: Kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke ve sakinlik duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların OKB belirti düzey puanlarındaki varyansın %28'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin OKB belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 12.08$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun OKB belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = $.22$, $t = 3.62$, $p < .001$, $\eta^2 = .16$, %95 CI = $[.96, 3.25]$, $sr^2 = .24$), üzüntünün (β Üzüntü = $.15$, $t = 2.23$, $p < .05$, $\eta^2 = .12$, %95 CI = $[.14, 2.24]$, $sr^2 = .15$), tiksintinin (β Tiksinti = $.17$, $t = 2.72$, $p < .01$, $\eta^2 = .11$, %95 CI = $[.33, 2.06]$, $sr^2 = .18$), suçluluk duygusunun (β Suçluluk = $.15$, $t = 2.38$, $p < .05$, $\eta^2 = .10$, %95 CI = $[.18, 1.90]$, $sr^2 = .16$) OKB belirti değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Öfke, neşe ve sakinlik duygularının yaşanma düzeyinin OKB belirtilerindeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Fobik Kaygı: Kaygı, suçluluk ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların fobik kaygı belirti düzey puanlarındaki varyansın %17'sini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin fobik kaygı belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 6.34$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun bu belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve üzüntünün (β Üzüntü = $.18$, $t = 2.50$, $p < .01$, $\eta^2 = .10$, %95 CI = $[.21, 1.76]$, $sr^2 = .18$), tiksintinin (β Tiksinti = $.14$, $t = 2.05$, $p < .05$, $\eta^2 = .08$, %95 CI = $[.03, 1.03]$, $sr^2 = .14$), neşe duygusunun (β Neşe = $-.14$, $t = -2.15$, $p < .05$, $\eta^2 = .08$, %95 CI = $[-1.87, -.08]$, $sr^2 = -.14$), fobik kaygı belirti değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, suçluluk, öfke ve sakinlik duygularının yaşanma düzeylerinin ise bu belirtilerdeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Somatizasyon: Kaygı, suçluluk ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların somatizasyon belirti düzey puanlarındaki varyansın %22'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin somatizasyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 9.11$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun somatizasyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = $.25$, $t = 3.94$, $p < .001$, $\eta^2 = .15$, %95 CI = $[1.34, 4.02]$, $sr^2 = .26$), suçluluğun (β Suçluluk = $.13$, $t = 2.04$, $p < .05$, $\eta^2 = .10$, %95 CI = $[.03, 2.05]$, $sr^2 = .14$) ve neşenin (β Neşe = $-.18$, $t = -2.82$, $p < .01$, $\eta^2 = .09$, %95 CI = $[-3.44, -.61]$, $sr^2 = -.19$) bu belirtiler değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, tiksinti, öfke, sakinlik duygularının yaşanma düzeyinin ise somatizasyon belirtilerindeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Kişilerarası İlişkiler: Kaygı, suçluluk ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların kişilerarası belirti düzey puanlarındaki varyansın %27'sini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin kişilerarası belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 11.61$, $p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun kişilerarası belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = $.20$, $t = 3.17$, $p < .01$, $\eta^2 = .12$, %95 CI = $[.69, 2.95]$, $sr^2 = .21$), suçluluğun (β Suçluluk = $.20$, $t = 3.17$, $p < .01$, $\eta^2 = .12$, %95 CI = $[.52, 2.21]$, $sr^2 = .21$) ve neşenin (β Neşe = $-.17$, $t = -2.80$, $p < .01$, $\eta^2 = .09$, %95 CI = $[-2.88, -.50]$, $sr^2 = -.19$) bu belirti-

ler değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, tiksinti, öfke, sakinlik duygularının yaşanma düzeyinin kişilerarası belirtilerdeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Düşmanlık: Tiksinti, öfke ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların düşmanlık belirti düzey puanlarındaki varyansın %29'unu açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin düşmanlık belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 12.82, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun düşmanlık belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve tiksintinin (β Tiksinti = .13, $t = 2.11, p < .05, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [-.04, 1.21], sr2 = -.24$), öfkenin (β Öfke = .27, $t = 4.07, p < .001, \eta^2 = .21, \%95 \text{ CI} = [.69, 1.98], sr2 = .27$) ve neşenin (β Neşe = -.14, $t = -2.29, p < .05, \eta^2 = .11, \%95 \text{ CI} = [-1.76, -.14], sr2 = .15$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, üzüntü, suçluluk ve sakinlik duygularının yaşanma düzeyinin düşmanlık belirtilerdeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Paranoid: Kaygı ve tiksinti duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların paranoid belirti düzey puanlarındaki varyansın %18'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin bu belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 6.72, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun paranoid belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .16, $t = 2.46, p < .05, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [.20, 1.80], sr2 = .16$), tiksintinin (β Tiksinti = .20, $t = 3.03, p < .01, \eta^2 = .11, \%95 \text{ CI} = [.32, 1.53], sr2 = .20$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, suçluluk, öfke, neşe ve sakinlik duygularının yaşanma düzeyinin paranoid belirtilerdeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Psikotizm: Kaygı, tiksinti, suçluluk ve neşe duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların psikotizm belirti düzey puanlarındaki varyansın %23'ünü açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin bu belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,222) = 9.55, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun psikotizm belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .13, $t = 2.04, p < .05, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.04, 2.16], sr2 = .14$), tiksintinin (β Tiksinti = .18, $t = 2.87, p < .01, \eta^2 = .11, \%95 \text{ CI} = [.36, 1.97], sr2 = .19$), suçluluk duygusunun (β Suçluluk = .20, $t = 3.07, p < .01, \eta^2 = .14, \%95 \text{ CI} = [.45, 2.04], sr2 = .20$), neşe duygusunun (β Neşe = -.17, $t = -2.65, p < .01, \eta^2 = .11, \%95 \text{ CI} = [-2.62, -.39], sr2 = -.18$), bu belirti değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, öfke ve sakinlik duygusunun yaşanma düzeyinin psikotizm belirtilerindeki varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

Duyguların yarattıkları endişe düzeyine ilişkin analiz sonuçları ise Tablo 3'te gösterilmiştir. Bu bulgulara göre ise;

SCL-90 Depresyon: Kaygı, üzüntü, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin, katılımcıların depresyon belirti düzey puanlarındaki varyansın %27'sini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin depresyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 11.45, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun depresyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .17, $t = 2.52, p < .05, \eta^2 = .13, \%95 \text{ CI} = [.39, 3.24], sr2 = .17$), üzüntünün (β Üzüntü = .18, $t = 2.52, p < .05, \eta^2 = .16, \%95 \text{ CI} = [.36, 3.00], sr2 = .17$), neşenin (β Neşe = .20, $t = 3.05, p < .01, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.69, 3.19], sr2 = .20$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .15, $t = 2.43, p < .05, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.28, 2.64], sr2 =$

.15) depresyon değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Tiksinti, suçluluk ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Kaygı: Kaygı, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin, katılımcıların kaygı belirti düzey puanlarındaki varyansın %28'sini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin depresyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 12.17, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun depresyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .18, $t = 2.70, p < .01, \eta^2 = .11, \%95 \text{ CI} = [.39, 2.54], sr2 = .18$), neşenin (β Neşe = .22, $t = 3.51, p < .01, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [.74, 2.63], sr2 = .23$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .20, $t = 3.26, p < .01, \eta^2 = .12, \%95 \text{ CI} = [.58, 2.37], sr2 = .21$) kaygı değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, tiksinti, suçluluk ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 OKB: Kaygı, üzüntü, suçluluk neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin, katılımcıların OKB belirti düzey puanlarındaki varyansın %30'unu açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin depresyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 13.65, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun OKB belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .14, $t = 2.09, p < .05, \eta^2 = .12, \%95 \text{ CI} = [.06, 2.06], sr2 = .14$), üzüntünün (β Üzüntü = .18, $t = 2.64, p < .01, \eta^2 = .16, \%95 \text{ CI} = [.32, 2.17], sr2 = .18$), Suçluluk duygusunun (β Suçluluk = .19, $t = 3.02, p < .01, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.43, 2.04], sr2 = .20$), neşenin (β Neşe = .23, $t = 3.65, p < .001, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.75, 2.52], sr2 = .24$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .14, $t = 2.28, p < .05, \eta^2 = .07, \%95 \text{ CI} = [.13, 1.80], sr2 = .15$) OKB değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Tiksinti ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Somatizasyon: Kaygı, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin, katılımcıların somatizasyon belirti düzey puanlarındaki varyansın %21'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin somatizasyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 8.33, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun yarattığı endişe düzeyi somatizasyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .15, $t = 2.18, p < .05, \eta^2 = .08, \%95 \text{ CI} = [.13, 2.55], sr2 = .15$), neşenin (β Neşe = .15, $t = 2.24, p < .05, \eta^2 = .06, \%95 \text{ CI} = [.15, 1.73], sr2 = .15$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .17, $t = 2.57, p < .05, \eta^2 = .07, \%95 \text{ CI} = [.30, 2.32], sr2 = .15$) somatizasyon değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, tiksinti, suçluluk ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Fobik Kaygı: Analiz sonuçları, kaygı, neşe ve sakinlik duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların fobik kaygı belirti düzey puanlarındaki varyansın %20'sini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin bu belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 7.85, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun yarattığı endişe düzeyi somatizasyon belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve kaygının (β Kaygı = .15, $t = 2.24, p < .05, \eta^2 = .06, \%95 \text{ CI} = [.10, 1.58], sr2 = .15$), neşenin (β Neşe = .20, $t = 3.82, p < .001, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [.34, 1.65], sr2 = .20$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .25, $t = 3.82, p < .001, \eta^2 = .12, \%95 \text{ CI} =$

[.58, 1.81], $sr_2 = .25$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Üzüntü, tiksinti, suçluluk ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Kişilerarası Duyarlılık: Öfke, neşe ve sakinlik duygularının yaşanma sıklığının, katılımcıların kişilerarası belirti düzey puanlarındaki varyansın %22'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin kişilerarası belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 8.71, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun yarattığı endişe düzeyi kişilerarası ilişkiler belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve öfkenin (β Öfke = .13, $t = 1.98, p < .05, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.01, 1.64]$, $sr_2 = .15$), neşenin (β Neşe = .16, $t = 2.34, p < .05, \eta^2 = .06, \%95 \text{ CI} = [.17, 2.01]$, $sr_2 = .16$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .20, $t = 3.09, p < .01, \eta^2 = .14, \%95 \text{ CI} = [.49, 2.23]$, $sr_2 = .20$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, üzüntü, tiksinti ve suçluluk duygularının yarattıkları endişe düzeyinin varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Düşmanlık: Tiksinti, öfke, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin, katılımcıların düşmanlık belirti düzey puanlarındaki varyansın %21'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin depresyon belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 8.45, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun söz konusu belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve tiksintinin (β Tiksinti = .15, $t = 2.19, p < .05, \eta^2 = .08, \%95 \text{ CI} = [.06, 1.19]$, $sr_2 = .15$), öfkenin (β Öfke = .14, $t = 2.14, p < .05, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [.05, 1.19]$, $sr_2 = .14$), neşenin (β Neşe = .21, $t = 3.08, p < .01, \eta^2 = .10, \%95 \text{ CI} = [.36, 1.64]$, $sr_2 = .21$) ve sakinlik duygusunun (β Sakinlik = .18, $t = 2.69, p < .01, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.22, 1.43]$, $sr_2 = .18$) düşmanlık değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, üzüntü ve suçluluk duygularının yarattıkları endişe düzeyinin bu varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Paranoid: Tiksinti ve neşe duygusunun yarattığı endişe düzeyinin, katılımcıların paranoid belirti düzey puanlarındaki varyansın %16'sını açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin bu belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 5.98, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun söz konusu belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve tiksintinin (β Tiksinti = .13, $t = 1.94, p < .05, \eta^2 = .06, \%95 \text{ CI} = [-.02, 1.11]$, $sr_2 = .13$), neşenin (β Neşe = .22, $t = 3.16, p < .01, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.38, 1.65]$, $sr_2 = .21$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, üzüntü, suçluluk, öfke ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin bu varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

SCL-90 Psikotizm: Neşe ve sakinlik duygusunun yarattığı endişe düzeyinin, katılımcıların psikotizm belirti düzey puanlarındaki varyansın %25'ini açıkladığını göstermiştir. Söz konusu yordayıcı değişkenlerin bu belirtilerindeki varyansa yaptıkları katkılar anlamlıdır, $F(7,322) = 10.61, p < .001$. Analize dâhil edilen her bir duygunun söz konusu belirti varyansına yaptığı katkılar incelenmiş ve neşenin (β Neşe = .21, $t = 3.29, p < .01, \eta^2 = .06, \%95 \text{ CI} = [.55, 2.20]$, $sr_2 = .22$), sakinlik duygusunun yarattığı endişenin ise (β Sakinlik = .23, $t = 3.65, p < .01, \eta^2 = .09, \%95 \text{ CI} = [.66, 2.22]$, $sr_2 = .23$) bu değişkenindeki varyansa anlamlı katkıları olduğu belirlenmiştir. Kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk ve öfke duygularının yarattıkları endişe düzeyinin bu varyansa anlamlı katkıları olmadığı görülmüştür.

Tablo 3: Duyguların yarattıkları endişe düzeylerinin psikolojik belirtileri yordama örüntüleri

Yordayıcı Değişkenler	R ² Değişim	S	F	F Değişim	R ² Değişim	SCL-KAYGI	F	F Değişim	R ² Değişim	SCL-OKB	F	F Değişim
		SCL-Depresyon				SCL-KAYGI				SCL-OKB		
Kayı	.27	.17	2.52*	11.45** *	.28	.18	2.70**	12.17** *	.30	.14	2.09*	13.65** *
Üzünü		.18	2.52** *		.08	.08	1.17			.08	2.64**	
Tiksinti		.05	.84		.11	1.68				.09	1.40**	
Suçluluk		.08	1.19*		.10	1.58				.09	3.02**	
Öfke		.11	1.72		.07	1.14				.04	.65	
Neşe		.20	3.05* *		.22	3.51* *				.23	3.65** *	
Sakinlik		.15	2.43*		.20	3.26**				.14	2.28*	
		SCL-FOBİK KAYGI				SCL-SOMATİZASYON				SCL-KİŞİLERARASI İLİŞKİLER		
	.20			7.85***	.21			9.11***	.22			8.71***
Kayı	.15	.15	2.24*		.15	2.18*			.06	.86		
Üzünü	.01	.03	.42		.11	1.50			.11	1.43		
Tiksinti	.03	.12	1.77		.11	1.55			.12	1.74		
Suçluluk					.11	.61			.11	1.67		
Öfke	-.04				.04	2.24*			.13	1.98*		
Neşe	.20		3.01*		.15				.16	2.34*		

Sakinlik	.25	3.82					.17	2.57		.20	3.09**	
	SCL-DÜŞMANLIK					SCL-PARAMOİD				SCL-PSİKOTİZM		
	.2					.16				.2		10.61**
	1		8.45***							5		*
Kaygı	.04	.58				.10	1.39			.07	1.02	
Üzüntü	.09	1.18				.01	.18			.08	1.12	
Tiksimti	.15	2.19*				.13	1.94			.12	1.85	
Suçlu- luk	.05	.66				.08	1.13			.11	1.64	
Öfke	.14	2.14*				.07	1.00			.10	1.68	
Neşe	.21	3.08*				.22	3.16*			.21	3.29**	
Sakinlik	.18	2.69*				.12	1.75			.23	3.65**	*

Not:***p<.001, **p<.01, *p<.05

Tartışma

Psikolojik belirtilerde duyguların rolünü anlamaya katkı sağlayabilmek amacıyla bu araştırmada; duyguların yaşanma sıklığı ve duyguların yarattıkları endişe düzeyi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk ve öfke olmak üzere beş olumsuz duygu, neşe ve sakinlik olmak üzere ise iki olumlu duygunun her birine ait yaşanma sıklıklarının ve söz konusu duyguların yarattıkları endişe düzeylerinin depresyon, kaygı, obsesif kompulsif, somatizasyon, fobik kaygı, kişilerarası ilişkiler, düşmanlık, paranoid, psikotizm belirtilerini yordama örüntüleri ayrı ayrı ele alınmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre; genel olarak duygu ile ilişkili değişkenlerinin psikolojik belirtiler ile anlamlı ilişkilere sahip oldukları görülmektedir. Hem duyguların yaşanma sıklıkları hem de duyguların yarattıkları endişe düzeylerinin psikolojik belirtilerin açıklanmasında önemli katkıları olduğu görülmektedir.

Buna göre; kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke duygularının yaşanma sıklığının artması ve neşe duygusunun yaşanma sıklığının azalması depresif ve kaygı belirtilerindeki artışı yordamaktadır. OKB'de ise kaygı, üzüntü, tiksinti, suçluluk, öfke duygularının yaşanma sıklığının artması ve sakinlik duygusunun yaşanma sıklığının azalması bu belirtilerdeki artışı yordamaktadır. Fobik kaygıda ise üzüntü, tiksinti, duygularının yaşanma sıklığının artması ve neşe duygusunun yaşanma sıklığının azalması bu belirtilerinin artmasını yordamıştır. Somatizasyon belirtilerinde kaygı, suçluluk, duygularının yaşanma sıklığının artması ve neşe duygusunun yaşanma sıklığının azalması bu belirtilerinin artmasını yordamıştır. Kişilerarası ilişkilerdeki duyarlılık ise olumsuz duygulardan sadece kaygı duygusunun artışı ve olumlu duygulardan ise sadece neşe duygusunun azalışı ile ilişkili bulunmuştur. Tiksinti ve öfke duygularının yaşanma sıklığının artması ve neşe duygusunun yaşanma sıklığının azalması düşmanlık belirtilerindeki artışı yordamıştır. Paranoid belirtilerde ise kaygı ve tiksinti duygularının yaşanma sıklığının artması bu belirtileri yordamıştır. Psikotizm belirtilerinde paranoid belirtilerde olduğu gibi kaygı, tiksinti ve bunlara ek olarak suçluluk duygularının yaşanma sıklığının artması ve neşe duygusunun yaşanma sıklığının azalması bu belirtileri yordamıştır. Dolayısı ile genel olarak olumsuz duyguların yaşanma sıklığının artmasının ve olumlu duyguların yaşanma sıklığının azalmasının psikolojik belirtilerdeki artışla ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bulguların beklentiler ile tutarlı olduğu düşünülmektedir. Ancak olumlu duygular içerisinde ise yaşanma sıklığı açısından sadece neşe duygusunun yordama örüntülerinde yer aldığı görülmektedir.

Duyguların yarattıkları endişe düzeyi açısından ise; kaygı, üzüntü, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin artması depresif belirtilerdeki artmayı yordamaktadır. Kaygı belirtilerinde ise kaygı, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin artması kaygı belirtilerdeki artmayı yordamaktadır. OKB belirtilerinde kaygı, üzüntü, suçluluk, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin artması bu belirtilerdeki artmayı yordamaktadır. Kaygı, neşe ve sakinlik duygularının yarattıkları endişe düzeyinin artması hem fobik kaygı hem de somatizasyon belirtilerindeki artmayı yordamaktadır. Kişilerarası ilişkilerdeki artış ise öfke, neşe ve sakinlik duygularının yarattığı endişe düzeyindeki artış, düşmanlık belirtilerindeki artış ise tiksinti, neşe ve sakinlik duygularının yarattığı endişe düzeyindeki artış tarafından yordamıştır. Neşe duygusunun yarattığı endişe düzeyindeki artış ise paranoid belirtilerdeki artışı yorda-

mıştır. Psicotizm belirtilerindeki artış ise hem neşe hem de sakinlik duygularının yaratıkları endişe düzeyindeki artış tarafından yordamıştır. Endişe ile ilgili bulgular genel olarak ele alındığında hem olumlu hem de olumsuz duygulara ilişkin yaşanan endişenin artması ile psikolojik belirtilerdeki artış ilişkili bulunmuştur. Dolayısı ile burada duygunun içeriğinden ziyade bu duyguya ilişkin değerlendirmenin öneminden söz edebiliriz. Örneğin, somatizasyon ve kaygı belirtilerinde sakinlik duygunun yaşanma sıklığı söz konusu bu belirtileri yordamazken, aynı duyguya ilişkin ortaya çıkan ikincil duygu her iki belirti türünü de anlamlı olarak yordamıştır. Hatta; kaygı belirtilerinde olumlu duyguların varlığının ortaya çıkardığı endişe düzeyleri açıklanan varyansta en büyük paya sahiptir. Ekman (1992) birincil duyguların farklı şekillerde değerlendirilmesi ile ortaya çıkan duygusal deneyimi ikincil ya da karmaşık duygu olarak adlandırmaktadır. Böylece olumlu duyguya ilişkin ortaya çıkan olumsuz ikincil duygunun psikolojik belirtiler için önemli bir etken olabileceği görüşünün bu çalışma bulgularında da desteklediği görülmektedir. Burada asıl rahatsızlık yaratanın duygusal deneyimin varlığının olabileceğini akla getirmektedir. Dolayısı ile bu olumlu içerikli bile olsa herhangi bir duygu varlığının kişide endişe yaratıyor olmasının asıl riski oluşturduğu şeklinde yorumlanabilir.

Yordama örüntüleri daha ayrıntılı değerlendirildiğinde; yani duyguların yaşanma sıklığı ve yarattıkları endişelerde her bir duygunun söz konusu psikolojik belirtinin açıklanmasındaki varyansdaki değerleri göz önüne alındığında farklı belirtilerdeki baskın duyguları anlamaya ilişkin başlangıç olarak önemli bilgiler elde edildiği düşünülmektedir. Dolayısı ile yukarıda da belirtildiği üzere birden fazla duygu her bir psikolojik belirtinin açıklanmasına katkıda bulunmuştur. Dolayısı ile duyguların varlığı insanın ayrılmaz bir parçası olduğu görüşünden yola çıkarak her bir psikolojik belirtide birçok duygunun görülüyor olmasının olağan olduğu düşünülmektedir. Ancak özellikle bazı duyguların belli psikolojik belirtilerde daha belirgin role sahip oldukları görülmektedir. Bu açıdan ele alındığında, depresyonda üzüntü, neşe ve kaygı duygularının, kaygı belirtilerinde ise; kaygı, suçluluk ve öfke duygularının, OKB'de kaygı, tiksinti, suçluluk duygularının, somatizasyonda ise kaygı, neşe, suçluluk duygularının, kişilerarası ilişkilerde suçluluk, kaygı ve neşe duygularının, düşmanlık belirtilerinde ise öfke duygusunun, paranoid ve psicotizm belirtilerinde de tiksinti duygusunun daha belirgin olduğu görülmektedir. Dolayısı ile söz konusu duyguların ilişkilendirildikleri psikolojik belirtilerde diğerlerine göre daha baskın ve başat olabilecekleri akla gelmektedir. Power ve Dagleish (2008) farklı psikopatolojik belirtilerde bazı duyguların diğerlerine göre daha önde ve önemli olabileceklerinden söz etmektedir. Bu bulguların özellikle farklı belirtilerdeki başat duyguları ve bunların etkilerini anlamaya ilişkin önemli birer başlangıç olduğu düşünülmektedir. Örneğin depresif ve kaygı belirtilerinin sık sık eş zamanlılık gösterdikleri belirtilmektedir (Brown ve ark. 2001). Hem birlikte görünümünde hem de ayrı ayrı görünümünde her ikisinde de olumsuz duyguların olduğu bilinmektedir. Ancak her iki belirti kümesindeki başat olumsuz duygu birbirinden farklılık göstermektedir. Depresif belirtiler için üzüntü duygusu, kaygı belirtileri için ise kaygı duygusunun önem kazandığını söylenebilir. Ayrıca her iki belirtinin (depresyon ve kaygı) ayrıştırılmasında olumlu duyguların daha önemli olabileceği akla gelmektedir. Depresif belirtilerde olumlu duyguların yaşanmasındaki seyreklik önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısı ile iki belirti kümesindeki ayrım açısından kaygı tablolarında olumlu duyguların varlığından söz edilebileceği ancak depresif tablolarda ise olumlu

duyguların eksikliğinin daha fazla dikkat çekebileceği akla gelmektedir. Dolayısı ile her iki belirti kümesinin ayrıştırılmasında olumlu duyguların varlığının ayrıştırıcı bir özellik olarak yer alabileceği düşünülmektedir.

OKB belirtilerinde ise olumlu duygulardan özellikle neşe duygusunun yarattığı endişe düzeyi oldukça dikkat çekmektedir. Olumlu içerikli bile olsa bu duygunun varlığının kişide endişe yaratıyor olmasının asıl riski oluşturduğu ve neşe duygusunun hemen ardından gelecek olan olumsuzluklarla ilişkilendirildiği, sorumluluk inançlarını pekiştirebileceği ve böylece OKB belirtileri ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Vatan 2014). OKB belirtilerinde ayrıca son dönem alan yazında sıkça vurgulandığı üzere bu çalışmada da tiksinti duygusunun varlığı dikkat çekmektedir. OKB belirtilerinde kaygı duygusunun yanı sıra tiksinti duygusunun önemine dikkat çekilmektedir (Deacon ve Olan-tunji 2007). Hatta bazı OKB alt belirti kümelerinde tiksintinin kaygı duygusundan daha önemli olduğu vurgulanmak ve OKB içerisinde kaygı temelli ve tiksinti temelli belirti kümesi ayrımı önerilmektedir (Power ve Dalgleish 1997). Ancak bu çalışmada OKB belirtileri ayrı ayrı ele alınmamış, bir bütün olarak değerlendirilmiştir. Dolayısı ile hem kaygının hem de tiksintinin birlikteliğinin yorma örüntüsündeki yerlerinin olağan olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan tiksinti duygusu kendi içinde hayvan ve yiyecek tiksintisi, kişilerarası tiksinti ve ahlaki tiksinti bileşenlerinin bulundurmaktadır (Rozin, Hadit ve McCauley 2008). Tiksinti duygusunun dış dünya ile olan sınırları belirlediği ve sınırları koruma amacı ile devreye girdiği belirtilmektedir (Haidt ve ark. 1997). Dolayısı ile kişilerarası ilişkiler, düşmanlık, paranoid ve psikotizm belirtileri ile tiksinti duygusu arasındaki ilişkilerin bu perspektiften açıklanabileceği düşünülmektedir. Sınırlara yönelik algılanan olası tehdidin tiksinti duygusu ile ilişkilendirilebileceği ön görülmektedir.

Psikolojik belirtilerdeki duyguların önemini ve rolünü anlamaya ilişkin önemli bilgiler sunmasının yanında çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Öncelikle çalışma desenin korelasyon yöntemine dayanmasının önemli bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir. Dolayısı ile çalışma bulguları yorumlanırken nedensellik ile ilgili çıkarımların yapılması güçleşmektedir. Bu çalışmada da olduğu gibi korelasyon çalışmalarında nedensellik ile ilgili bilgilere ulaşılamadığından çalışmadaki söz konusu duyguların belirtilere yol açtığını söyleyebilmek adına doğrudan kullanılamamaktadır. Çalışmadaki değişkenlerin belirtilerinin açıklanmasında katkısı olduğu görülmektedir. Ancak, psikolojik belirtilerin söz konusu duyguların ortaya çıkmasını ya da düzeylerinin artmasına neden olabileceğinin de göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Elbette, yordayan ve yordanan şeklinde tanımlanan her iki değişken gruplarının öngörülemeden üçüncü değişkenlerin etkisi altında değişiyor olması da olasıdır. Bir diğer sınırlılık ise çalışmadaki duyguları değerlendirmek için kullanılan ölçüm aracının özellikleridir. Çalışmadaki ölçüm araçlarının kendini bildirim olmasının bir kısıtlılık olduğunun göz önünde bulundurulmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca duygular ile ilgili ölçüm aracı tek bir madde ile her bir duyguyu ayrı ayrı değerlendirmeyi hedeflemiştir. Dolayısıyla, ilerleyen çalışmalarda psikolojik belirtilerdeki duyguların rolünü, başat duyguların anlaşılması adına deneysel ve duyguları daha geniş ve kapsamlı olarak ele alan ölçüm araçları ile yapılacak olan çalışmaların söz konusu alan yazını zenginleştireceği ön görülmektedir.

Özetle; bu araştırmanın sonuçları genel olarak ele alındığında farklı psikolojik belirtilerde farklı duyguların etkili olabileceğini düşündürmektedir. Dolayısı ile farklı belirti-

lerdeki öncül duyguların anlaşılması ile ilgili söz konusu bu bilgilerin hem klinik formülasyonlara hem de tedavi sürecine yansımalarının alan yazın için önemli olabileceği düşünülmektedir. Psikolojik belirtilerde hem olumlu hem olumsuz duyguların rolü olduğu görülmektedir. Özellikle duygulara ilişkin olumsuz değerlendirmelerin ve var olan duygunun yarattığı endişe düzeyinin tedavi süreçlerinde ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Duygulara ilişkin öz değerlendirmelerin değiştirilmesi daha da doğrusu duyguların kabulü hedeflenebilir. Tedavi süreçlerine duygular, işlevleri, bedensel duyumları hakkında psikoeğitim, duyguların kabulü ile ilgili çalışmaları ve olası zararı önleme ile ilgili sistemi yeniden yapılandırmayı içerisinden duygu düzenleme temelli modüllerin etkin olabileceği düşünülmektedir (Hayes 2004, Mennin ve Fresco 2009, Berking ve Whitley 2014, Vatan 2016).

Kaynaklar

- Berking M, Whitley B (2014) *Affect Regulation Training: A Practitioners' Manual*. New York, Springer.
- Brown TA, Campbell LA, Lehman CL, Grisham JR, Mancill RB (2001) Current and lifetime comorbidity of the DSM-IV anxiety and mood disorders in a large clinical sample. *J Abnorm Psychol*, 110:585–599.
- Dağ I (1991) Reliability and validity of the Turkish form of the SCL90–R. *Türk Psikiyatri Derg*, 2:5-12.
- Deacon B, Olanunji BO (2007) Specificity of disgust sensitivity in the prediction of behaviour avoidance in contamination fear. *Behav Res Ther*, 45:2110-2120.
- Derogatis LR (1977) *SCL-90: Administration, Scoring and Procedure Manual-I for the Revised Version*. Baltimore, MD, John Hopkins Univ., School of Medicine, Clinical Psychometrics Unit.
- Derogatis LR (1983) *SCL-90–R Manual II*. Towson, MD: Clinical Psychometric Research.
- Ekman P (1992) An argument for basic emotions. *Cogn Emot*, 6:169-200.
- Haidt J, Rozin P, McCauley C, Imada S (1997) Body, psyche, and culture: the relationship of disgust to morality. *Psychology and Developing Societies*, 9:107-131.
- Hayes SC (2004) Acceptance and commitment therapy, relational frame theory and thirwave of behavioral cognitive therapies. *Behav Res Ther*, 44:1-25.
- Feldman Barrett L, Russell JA (1999) The structure of current affect: controversies and emerging consensus. *Psychol Sci*, 8:10-14.
- Greenberg LS, Safran JD (1990) *Emotion in Psychotherapy*. New York, Guilford Press.
- Gross JJ, John OP (2003) Individual differences in two emotional regulation processes: Implications for affect, relationships and well being. *J Pers Soc Psychol*, 85:348-362.
- Kring AM, Werner KH (2004) Emotion regulation and psychopathology. In *The Regulation of Emotion* (Eds P Philippot, RS Feldman):359–385. Mahwah, NJ, Erlbaum.
- Mennin DS, Heimberg RG, Turk CL, Fresco DM (2002) Applying an emotion regulation framework to integrative approaches to generalized anxiety disorder. *Clin Psychol Sci Prac*, 9: 85-90.
- Mennin DS, Fresco DM (2009) Emotion regulation as an integrative framework for understanding and treating psychopathology. In *Emotion Regulation and Psychopathology* (Eds AM Kring, DM Sloan):356-379. New York, Guilford Press.
- Northoff G, Heinzl A, De Greck M, Bermphol F, Dobrowolny H, Panksepp J (2006) Self-referential processing in our brain—a meta-analysis of imaging studies on the self. *Neuroimage*, 31:440-457.
- Oatley K, Johnson-Laird PN (1987) Towards a cognitive theory of emotions. *Cogn Emot*, 1:29–50.
- Power MJ, Dalgleish T (1997) *Cognition and Emotion: From Order to Disorder*, 1st edition. East Sussex, UK, Erlbaum.
- Power MJ, Dalgleish T (2008) *Cognition and Emotion: From Order to Disorder*, 2nd edition. Hove, Psychology Press.
- Rozin P, Haidt J, McCauley CR (2008) Disgust. In *Handbook of Emotions*. 3rd ed. (Eds M Lewis, JM Haviland-Jones, LF Barrett):757-776. New York, Guilford Press.
- Salkovskis PM, Forrester E (2002) Responsibility. In *Cognitive Approaches to Obsessions and Compulsions* (Eds RO Froste, G Steketee):45-61. Oxford, Pergamon Press.
- Tsai J (2007) Ideal affect: Cultural causes and behavioral consequences. *Perspect Psychol Sci*, 2: 242-259.
- Vatan S (2014) Duyguların, duygu düzenlemenin, obsesif inançların, düşünce kontrolünün ve bağlanmanın, obsesif kompulsif bozuklukta farklı belirtilerdeki rollerinin incelenmesi (Doktora tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Vatan S (2016) Bilişsel davranışçı terapilerde üçüncü kuşak yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8:190-203.
- Watson D, Tellegen A (1985) Toward a consensual structure of mood. *Psychol Bull*, 98: 219-235.

Zhong CB, Liljenquist K (2006) Washing away your sins: threatened morality and physical cleansing. *Science*, 313:1451-1452.

Sevginar Vatan, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Yazışma Adresi/Correspondence: Hacettepe Üniv. Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Ankara Turkey.

E-mail: sevginarvatan@gmail.com

Bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bildirilmemiştir · No conflict of interest is declared related to this article

Çevrimiçi adresi / Available online: www.cappsy.org/archives/vol9/no1/

Geliş tarihi/Submission date: 25 Eylül/September 25, 2016 · **Kabul Tarihi/Accepted** 10 Ekim/October 10, 2016
