



Article Arrival : 28/07/2021

Published : 15.10.2021

Doi Number  <http://dx.doi.org/10.26449/sss.3415>Reference  Sezgin, O.P., Can, H. & Tekman, H.G. (2021). "Hüzünlü Müziklerden Keyif Alma Paradoksu: Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezinin Görgül Olarak Sinanması" International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:7, Issue:88; pp:4034-4045

HÜZÜNLÜ MÜZİKLERDEN KEYİF ALMA PARADOKSU: SCHUBERT'İN PARALEL SÜREÇLER HİPOTEZİNİN GÖRGÜL OLARAK SINANMASI

Paradox Of Enjoying Sad Music: Empirical Testing Of Schubert's Parallel Processes Hypothesis

Uzm. Psk. Osman Polat SEZGİN

Çanakkale/Türkiye

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9648-8922>

Doç. Dr. Handan CAN

Bursa Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü. Bursa/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4991-9803>

Prof. Dr. Hasan Gürkan TEKMAN

Ankara/Türkiye

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0859-6836>

ÖZET

Pek çok insan olumsuz bir duygu olan üzüntüden ve bu duyguyu ortaya çıkaracak durum ve uyaranlardan kaçınmaya çalışır. Ancak bu insanlar ilginç bir şekilde üzüntü duygusunu ortaya çıkaran hüzünlü müzik parçalarını dinlemekten keyif aldıklarını söyler. Bilim insanları tarafından paradoks olarak görülen bu durumu açıklamak için bazı kuramlar geliştirilmiştir. Bunlardan biri de Schubert (2016)'in Paralel Süreçler Hipotezi'dir. Schubert (2016)'e göre üzüntü gibi tek bir duygu, oluşturduğu öznel hisse göre kavramsallaştırılabileceği gibi, itici-çekici aksiyon eğilimlerine göre de kavramsallaştırılabilir. Buna göre eğer bir müzik parçası estetik olarak değerlendirilen bir bağlamda dinlenirse, ortaya çıkan duygu olumsuz olsa da bu parçaya ilişkin aksiyon eğilimi yaklaşma yönünde olacaktır. Bunun tersine bir müzik parçası estetik olarak değerlendirilmeyen bir bağlamda dinlenirse, parçaya ilişkin aksiyon eğilimi kaçınma yönünde olacaktır. Bu çalışmanın amacı Schubert (2016)'in Paralel Süreçler Hipotezi'ni görgül olarak sınamaktır. Bu amaçla mevcut çalışmada yer alan 124 katılımcının bir kısmına kendi seçtikleri müzik parçaları herhangi bir bilişsel yük olmadan dinletilmiş; diğer gruptaki katılımcılara ise bir bilişsel yük eşliğinde sunulmuştur. Katılımcıların odaklanmalarını güçleştirmek ve estetik deneyim yaşamalarını engellemek için bilişsel yük olarak 2 geri görevi kullanılmıştır. Katılımcıların duygu durumlarındaki değişiklikler PANAS ile ölçülmüştür. Bağlamı estetik olarak algılayıp algılamadıkları ise EDBSÖ ile belirlenmiştir. Aksiyon eğilimleri üzerinden yapılan ki kare analiz sonuçları Schubert'in modelini desteklemiştir.

Anahtar Kelimeler: Üzüntü, hüzünlü müzik, estetik algı, estetik bağlam, bilişsel yük, paralel süreçler hipotezi.

ABSTRACT

Many people try to avoid sadness, which is a negative emotion, and the situations and stimuli that can trigger it. Interestingly, however, these people say they enjoy listening to sad pieces of music revealing feeling of sadness. Some theories have been put forward to explain the mentioned this situation which is considered as a paradox by scientists. One of them is Schubert's (2016) Parallel Process Hypothesis. According to Schubert (2016), a single emotion such as sadness can be conceptualized according to attraction-aversion action tendencies as it conceptualized according to the subjective feeling it creates. Accordingly, when a piece of music is listened in a context that is considered as aesthetic, the action tendency for this piece will be in the direction of approach, even if the feeling is negative. Conversely, if this piece is listened in a context that is not considered as aesthetic, the propensity for action regarding the piece will be to avoid. The aim of this study is empirically to test the Parallel Processes Hypothesis of Schubert (2016). For this purpose, some of the 124 participants in the current study have been listened to the music they have chosen without

any cognitive load; while the other participants being presented with a cognitive load. 2 back task has been used as cognitive load to make focusing difficult for the participants and prevent them from experiencing aesthetic experiences. Changes in participants' mood have been measured with PANAS and EDBSÖ has been used to measure whether they perceive the context as aesthetic or not. According to the chi-square analysis made on the action tendencies, Schubert's model is supported.

Key Words: Sadness, sad music, aesthetic perception, aesthetic context, cognitive load, parallel process hypothesis.

1. GİRİŞ

İnsanlar genellikle olumlu duyguları hissetmek, olumsuz duygular uyandıran durum ve uyaranlardan uzak kalmak isterler. Bu olağan ve beklenen bir durumdur; ancak diğer taraftan hüzün, üzüntü ve keder gibi olumsuz duygular uyandıran müzik parçalarını da dinlemekten pek çoğumuz hoşlanırsınız. Bu durum hüzünlü müzik parçalarının dinleyen kişilerin bir taraftan üzüntü hissini yaşamalarına yol açarken; diğer taraftan onların aynı zamanda zevk almalarına da yol açtığı şeklinde açıklanmaktadır (Garrido ve Schubert, 2013, 2015). Üzüntü genellikle bir kayıp sonrası ortaya çıkan, yoksunluk hissi ve istek kaybı (anhedoni) ile karakterize olumsuz bir duygu durumudur (Barr-Zisowitz, 2000). Üzüntü ile zevk alma durumu arasındaki bu paradoksal ilişki birçok filozof ve araştırmacının dikkatini çekmiş ve yakın dönem araştırmalarının bazılarında da konuya farklı açıklamalar getirilmeye çalışılmıştır.

Bu araştırmaların bazılarında aslında bir paradoks olmadığı; çünkü müziğin gerçek (genuine) bir duygu ortaya çıkartmadığı öne sürülmüştür. Müzik parçalarındaki bazı akustik özelliklerin belirli bir duyguyla eşleştirilerek algılanmasından kaynaklanan bu durumun sanki o duygu gerçekten yaşanmış gibi bir deneyime yol açtığı iddia edilmiştir (Örn. Graves, 2010; Lehrer, 2009; Wilson ve Schooler, 1991). Ancak psikofizyoloji ve nöropsikoloji alanında yapılan son çalışmalar bu görüşün doğru olmadığını ortaya çıkarmıştır. Pek çok araştırmadan elde edilen sonuçlar hüzünlü müziğe maruz kalmanın, duygular üzerinde etkili olurken, aynı zamanda psikofizyolojik süreçler üzerinde de değişime yol açtığını göstermiştir (Örn. Hodges, 2010; Krumhansl, 1997; Lundqvist, Carlsson, Hilmersson ve Juslin, 2009). Nitekim beyin görüntüleme çalışmalarından elde edilen bulgular da, hüzünlü müziğe maruz kalındığında aktive olan beyin alanları ile gerçek bir üzüntü durumunda aktive olan alanların örtüştüğünü doğrular niteliktedir (Damasio, 1999; Mesulam ve Mufson, 1982; Lane ve ark., 1997; Damasio ve ark., 2000; Lévesque ve ark., 2003; Habel ve ark., 2005; Blood ve Zatorre, 2001; Brown ve ark., 2004; Koelsch ve ark., 2006). Beyin görüntüleme çalışmaları da insanların hüzünlü müzikler dinlerken gerçek bir üzüntü duygusu hissetmelerinin yanısıra bu deneyimden zevk de aldıklarını da göstermiştir. Yiyecek ve seks gibi ödül niteliği taşıyan uyaranlara benzer şekilde müzikten alınan zevk de, dopaminerjik yollardaki salınımı arttırmakta ve buna bağlı olarak benzer beyin bölgelerindeki hemodinamik aktivitede artışa yol açmaktadır (Örn. Blood ve Zatorre, 2001; Koelsch ve ark., 2006). Dolayısıyla mevcut paradoks halen güncelliğini sürdürmektedir.

Mevcut paradoksu açıklamaya yönelik ilk araştırmalar, insanları hüzünlü müzikleri dinlemeye yönelten motivasyonun türü ve bu tür müzikleri dinlemenin onları nasıl etkilediği üzerinde yoğunlaşmıştır. Katılımcıların öz bildirimlerine göre insanlar hüzünlü müzik parçalarını özellikle olumsuz duyguları deneyimlediklerinde dinlemektedirler. Sevilen birinin kaybı, romantik eş (romantic partner) ile yaşanan sorunlar ya da iş hayatıyla ilgili olumsuzluklar bireylerde hüzünlü müzik parçaları dinleme eğilimini arttırmaktadır (Taruffi ve Koelsch, 2014; Van den Tol ve Edwards, 2013). Bireylerin yine hüzünlü müzikler dinleme eğilimi gösterdiği diğer bir durum ise başkaları tarafından anlaşılma ve kabul görme ihtiyacı hissettikleri durumlardır (Taruffi ve Koelsch, 2014; Van den Tol ve Edwards, 2013). Bunların yanında, özellikle kendimizi çok yorgun ve bitkin hissettiğimiz durumlarda da hüzünlü müzikler dinlemeyi tercih ederiz (Schellenberg ve ark., 2008).

İnsanların hüzünlü müzik parçaları dinlemelerinin nedenini anlamak için izlenen bir diğer yöntem de, bu parçaları dinlemenin psikolojik açıdan onlara nasıl bir avantaj sağladığının incelenmesi olmuştur. Araştırmacıların bir kısmı bu tür parçaları dinlemenin bireylerde üzüntü duygusunun tanımı, dışa vurumu ve böylece etkisinin azaltılması açısından yardımcı olduğunu öne sürmüşlerdir (Garrido ve Schubert, 2013; Matsumoto, 2002; Saarikallio ve Erkkilä, 2007; Schubert, 2007; Taruffi, ve Koelsch, 2014). Konu ile ilişkili bir diğer açıklama ise hüzünlü müzik parçaları dinlemenin, aynı müziği dinleyen diğer bireylerle özdeşim kurma ve dinlerken deneyimlenen bu olumsuz duygunun, diğerlerinin de deneyimlediği ortak bir duygu olduğu çıkarımına yol açtığıdır. Bu bağlamda hüzünlü müziği dinlemenin 'normalleştirme'ye hizmet

ettiği ve bu normalleştirilmenin de olumsuz duygularla baş etmede etkin rol oynadığını iddia eden görüşler de bulunmaktadır (Hines ve McFerran, 2014; Van den Tol, Edwards ve Heflick, 2016).

Mevcut araştırmanın başından itibaren söz edilen bu paradoksu açıklayabilmek için bazı bütüncül modeller geliştirilmiştir. Bunlardan ilki Huron'un (2011) Prolaktin Modeli'dir. Hipofizden salınan prolaktinin rahatlama, sakinleşme ve teselli bulma gibi iyi olma hallerinin ortaya çıkışı ile ilişkili olduğu (Brody ve Krüger, 2006); üzüntü ve yas gibi 'psikolojik' acılar sırasında da endorfinin fiziksel acı durumunda gösterdiği etkiye benzer bir etki sağlıyor olabileceği düşünülmektedir (Huron 2011). Huron (2011) hüzünlü müziklerin adeta hüzünlü bir konuşmanın akustik özelliklerini taklit ederek, müzik ve konuşmanın bu özellikleri arasında insanların çağrışım kurmalarına yol açtığı; böylece hüzünlü müzik dinlemenin yarattığı üzüntü duygusunun empatik olarak gerçekten varmış gibi algılanması ile beynin kandırılmasına yol açtığını öne sürmüştür. Ortamda üzüntü yaratacak bir durum olmamasına karşın, beynin bir bakıma 'kandırılması' ile salınan prolaktinin, vücutta rahatlatıcı ve üzüntüyü azaltan etkilerinin ortaya çıkması ile beyin hem üzüntü hissetmekte hem de prolaktinin rahatlatıcı ve iyilik halini artırıcı etkilerinden faydalanmakta ve dolayısı ile bu deneyimden zevk almaktadır. Huron bu modeli ile hüzünlü müziklerden zevk alma paradoksunun çözümü için test edilebilir bir hipotez ortaya koymuştur.

Bir diğer model Juslin'in (2013) öne sürdüğü BRECVEMA Modeli'dir. Hüzünlü müziklerden keyif alma paradoksunu açıklayabilmeye estetik duygular kavramı kritiktir. Juslin, müzik parçaları gibi sanat eserlerinin yarattığı *estetik duygular* ile günlük hayattaki spesifik durum ve uyaranlara bağlı olarak ortaya çıkan *gündelik duygular* arasında bir ayrım yapmıştır. Bu paradoksu, estetik duyguları açığa çıkaran belirli mekanizmaların (beyin sapı tepkisi, ritmik uyum sağlama, değerlendirici koşullama, duygusal geçiş, görsel canlandırma, episodik bellek, müzikal beklenti, estetik değerlendirme) etkileşimleri ile açıklamıştır. Eğer bir müzik parçası yüksek estetik özelliğe sahip ise, belli bir estetik eşiği aşması ve bu durumda dinleyicide olumlu duygular ortaya çıkarması beklenmektedir. Ancak yine de *değerlendirici koşullama (evaluative conditioning)* mekanizması ile birey, bu parçanın bazı akustik özelliklerini, geçmişteki olumsuz bir olay ya da uyaranla eşleştirmiş ise, bu durum olumsuz bir duygunun da ortaya çıkmasına yol açabilir. Sonuç olarak, üzüntü duygusunu hissetmesine rağmen, birey parçanın estetik özelliklerinden dolayı bu durumdan keyif alacaktır.

Bu paradoksu açıklamaya yönelik geliştirilmiş en kapsamlı ve sınanabilir modellerden biri de Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'dir. Schubert (2016)'e göre bir duygu hem oluşturduğu öznel hisse hem de itici-çekici aksiyon eğilimlerine göre kavramsallaştırılabilmektedir. Scherer (2005)'in duygu kuramını temel alan Schubert (2016) bu modelde, öznel bir duygunun organizmada ortaya çıkışını *değerlendirme, bedensel belirtiler, aksiyon eğilimleri, yüz vokal anlatımı ve duygusal deneyim* olmak üzere beş temel sürece bağlamıştır. Bilişsel bileşeni oluşturan *değerlendirme* duyguyu ortaya çıkartan aday uyaranın estetik özellikleri ve gerçek yaşam olaylarıyla olan ilişkisini değerlendirirken; *bedensel belirtiler* uyaran sonrasında vücutta ortaya çıkan nörokimyasal değişimlerdir. İlgili uyarana karşı bireyin motivasyon eğilimleri olarak tanımlanan *aksiyon eğilimleri* uyaranın itici ya da çekici olarak algılanmasına göre, bireyin bu uyarana yaklaşma ya da bu uyarandan kaçınma eğilimi olarak da kavramsallaştırılabilir. *Yüz ve vokal anlatım* uyaranın bireyde ortaya çıkardığı spesifik yüz ve ses değişimleri olarak tanımlanmıştır. *Duygusal deneyim* ise ilgili uyarana bağlı olarak birey tarafından deneyimlenen öznel hisleri içermektedir. Schubert insanların hüzünlü müzik parçalarının dinlemeyi tercih etmelerinin nedenini açıklamada özellikle değerlendirme, aksiyon eğilimleri ve duygusal deneyim süreçlerinin kritik olduğunu öne sürmüştür.

Schubert değerlendirme aşamasında, üzüntü gibi olumsuz bir duygu duruma yol açabilecek olumsuz bir olay ya da uyaranın ortaya çıktığı bağlam estetik olarak algılanırsa, aksiyon eğilimleri aşamasında bireylerin bu uyarana karşı gösterdikleri aksiyon (yaklaşma-kaçınma) eğilimlerinin uyarana yaklaşma yönünde olacağını iddia etmiştir. Tersine değerlendirme aşamasındaki olumsuz uyaran ya da olayın ortaya çıktığı bağlam eğer estetik olarak algılanmaz ve gerçek yaşam olayları gibi bireyi gerçekten zorlayıcı bir durum olarak algılanırsa, aksiyon eğilimleri aşamasında bireylerin yaklaşma-kaçınma eğilimlerinin kaçınma yönünde olacağını öne sürmüştür. Aksiyon eğiliminin oluş biçimi ne şekilde olursa olsun, olay ya da uyaranın olumsuz algılanmasından dolayı duygusal deneyim aşamasında hissedilen öznel his olumsuz (örn. üzüntü) olacaktır. Schubert önermiş olduğu bu modelde hüzünlü müzikleri dinlemenin aslında bir paradoks olmadığını iddia etmektedir. Hüzünlü müzikleri dinleyen kişi değerlendirme aşamasında içinde bulunduğu bağlamı estetik olarak algılamaktadır. Bu nedenle duygusal deneyim aşamasında olumsuz bir öznel his ortaya çıksa bile, aksiyon eğilimleri aşamasında bu uyaranlara yönelik bir yaklaşma motivasyonu ortaya çıkmaktadır.

Schubert bağlamının öneminden bahsetmiş olmakla birlikte, estetik olan ve olmayan bağlam ayırımına yeterli düzeyde açıklama getirememiştir. Estetikle ilişkili çalışmalar incelendiğinde, estetik bağlama özellikle vurgu yapılmamış olsa da, estetik deneyime ilişkin bazı kavramsallaştırmaların oluşturulduğu görülmektedir. Markovic (2012)'e göre estetik deneyimin ortaya çıkabilmesi için, bireyin sadece nesnenin estetik niteliklerine odaklanması gerekmektedir. Yani tüm bilişsel kaynakların bir nesneye odaklanması ve ortamdaki diğer uyarıcıların görmezden gelinmesi durumunda, nesne ile ilgili estetik bir kolay deneyim yaşanabilmektedir. Bilişsel kaynakların bir kısmının başka uyaranlara aktarılması durumunda, odaklanılan estetik nesnenin estetik olarak algılanmasını sağlayan değerlendirmeler tam olarak yapılamayacak ve dolayısıyla estetik deneyimi yaşanamayacaktır. Nitekim estetik deneyim sırasında hem sağ hem sol insulada aktivasyon artışı beyin görüntüleme çalışmaları ile de gösterilmiştir (Markovic 2012). Kellermann ve ark. (2011)'nin çalışmasında ise katılımcılardan bilişsel yük içeren bir görev yapmaları istendiğinde, insulada aktivasyon azalması ortaya çıktığı görülmüştür. Tüm bu araştırma sonuçları estetik bağlamın kavramsallaştırılmasında *bilişsel yük* kavramının kritik olduğunu düşündürmektedir

Alan yazını incelendiğinde konu ile ilişkili sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Resim tablolarını kullandıkları çalışmalarında Krauss ve ark. (2019), bağlamsal bilgilerin estetik deneyimi etkilediğini; bu tablolara ilişkin aşırı ayrıntılı bilgiye maruz kalan katılımcıların; sadece tablo ile ilişkili ve daha özet bilgilerin verildiği katılımcılara göre tablolardaki resimleri daha az estetik olarak değerlendirdiklerini bulmuşlardır. Cupchick ve ark (2009) ise, sanat değeri taşıyan ya da sıradan objelere ilişkin farklı estetik deneyimler yaşanmasının sanat değeri taşıyan objelerin bu özelliklerini anlamaya çalışırken harcanan yoğun bilişsel çaba ile ilişkili olduğunu ve yaşanan estetik deneyimin de bu bilişsel çabaya bağlı olarak ortaya çıktığını belirtmiştir. Sınırlı sayıdaki çalışmalardan elde edilen bulgulara göre, herhangi başka bir ek bilişsel yükün olmadığı koşulda, dikkati çeldirecek başka bir uyaran da bulunmadığı için, bireylerin sunulan müzik parçalarını dinlediklerinde, bu durumu estetik deneyim yaşadıkları estetik bağlam olarak değerlendirmeleri beklenmektedir. Bunun aksine, müziği dinlerken, kendilerinden yapılması istenen bir bilişsel görevi yerine getirmek için bilişsel kaynaklarının büyük bir kısmını kullanan ve böylece müziğin estetik özelliklerine odaklanması engellenen katılımcıların bulunduğu diğer koşulun ise estetik deneyimin yaşanmadığı estetik olmayan bağlam olarak değerlendirileceği düşünülmektedir.

Bu bağlamda mevcut araştırmanın amacı hüzünlü müziklerden hoşlanma paradoksunu Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'ni esas alarak incelemektir. Bu amacı gerçekleştirmek üzere yukarıda bahsedilen ve bilişsel yük kavramını merkeze alan estetik bağlam kavramsallaştırması kullanılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, mevcut araştırmanın ilk hipotezi katılımcıların hiçbir bilişsel yükün olmadığı koşulda bağlamı estetik olarak algılamalarıdır. Bu ilk hipotezden de çıkarsabileceği gibi, bilişsel yük değişimlesinin, katılımcıların bağlama yönelik estetik algısında değişikliğe yol açması ve bu değişikliğin de dinledikleri müzik parçalarıyla ilgili aksiyon eğilimlerini (yaklaşma-kaçınma) de farklılaştırması beklenmektedir. Bilişsel kaynaklarının kullanımını gerektiren ek bir görevin de olduğu diğer koşulda ise katılımcıların bağlamı estetik olarak algılamamaları beklenmektedir. Bu bağlamda bağlamı estetik olarak algılayan katılımcıların parçalara karşı yaklaşma yönünde aksiyon eğilimi göstermesi; bağlamı estetik algılamayan katılımcıların ise parçalara karşı kaçınma yönünde aksiyon eğilimi göstermeleri de araştırmanın ikinci hipotezini oluşturmaktadır.

2. YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örnekleme Uludağ Üniversitesi felsefe ve psikoloji bölümlerinde öğrenim gören 18-25 yaş arasında (20.40±1.64) 124 sağlıklı katılımcıdan oluşmuştur. Araştırmanın örnekleme belirlenirken kolay bulunan örneklem yöntemi kullanılmıştır. Örneklemeye araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılar içerisinde normal ya da düzeltilmiş normal görsel keskinlik ve işitsel düzeye sahip, önceden geçirilmiş bilinç kaybı ya da kafa travması öyküsü olmayan ve psikolojik, psikiyatrik ya da nörolojik hastalık tanısı bulunmayan katılımcılar dahil edilmiştir.

2.2. Veri Toplama Araçları

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

Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından bireylerin o an içinde bulunduğu duygudurumun duygusal değerliğini (olumlu-olumsuz) belirlemek amacıyla geliştirilen 7'li Likert tipi bir ölçektir. Türk kültürüne uyarılama çalışması Gençöz (2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe uyarılmasında olumlu ve



olumsuz duygu alt boyutları için hesaplanan iç tutarlık katsayıları sırasıyla .83 ve .86'dır. Mevcut araştırmada PANAS, katılımcıların müzik parçalarını dinledikten sonra, müziğin içerdiği duygunun kendilerinde ortaya çıkıp çıkmadığını belirlemek amacıyla kullanılmıştır.

2.2.2. Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği (EDBSÖ)

Markovic ve Radonjić (2008) tarafından geliştirilen ölçekte, estetik deneyim sırasında bireylerin sıklıkla kullandıkları 8 sıfat ve bir de 'bu parçaları aynı şartlar altında daha sonra tekrar dinlemek isterim' cümlesi yer almaktadır. Katılımcılar, araştırma sırasında sunulan müzikleri dinlerken yaşadıkları deneyimlerin ölçekte yer alan sıfatlar tarafından ne kadar betimlendiğini ve bu müzikleri aynı şartlar altında tekrar dinlemek isteyip istemediklerini 7'li Likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirmişlerdir. Bu ölçek yapılan değişimlemenin sağlaması niteliğinde olup, katılımcıların estetik deneyimi yaşadıkları bağlam estetik bağlam olarak değerlendirilirken; estetik deneyim yaşamadıkları bağlam estetik olmayan bağlam olarak değerlendirilmiştir.

2.2.3. 2 Geri Görevi.

2 geri görevi Kirchner (1958) tarafından geliştirilen ve alanyazında çalışma belleğini ölçmek için yaygın olarak kullanılan araçlardan biridir. Anlık izleme, bilgi güncelleme ve hatırlanan uyaranların değişimlenmesi gibi bilişsel kaynakların büyük kısmının kullanımını gerektiren bu görevde (Owen ve ark., 2005), katılımcılardan kendilerine sunulan uyarının, iki önce sunulan uyarana aynı olup olmadığını değerlendirmeleri istenmektedir. Katılımcıların eğer sunulan uyarın iki önce sunulan uyarın ile aynı ise klavyedeki 'M' tuşuna; aynı değilse 'N' tuşuna basmaları gerekmektedir. Mevcut araştırmada estetik olmayan bağlamı oluşturabilmek için kullanılan 2 geri görevinde noktalı (i,ö,ü,ğ,ç,ş) ve yabancı (x,q,w,) karakterleri içermeyen 18 harf uyarın olarak kullanılmıştır. Büyük harf ve 40 punto olacak şekilde beyaz zemin üzerine siyah renkte yazılmış olarak harfler standart bir bilgisayar ekranı üzerinden katılımcılara sunulmuştur. 100 uyarınlık bir set içindeki harfler, %15'i hedef (iki önceki harf ile ekrandaki harfin aynı olması), %6'sı şaşırtma (bir veya üç önceki harfin ekrandaki harfle aynı olması) ve kalanlar ise oyalama (filler) olacak şekilde düzenlenmiştir. Uygulama öncesi verilen yönerge ile katılımcılar hedef uyarın ekrana geldiğinde klavyedeki M harfine, şaşırtma ve oyalama olarak kullanılan harfler geldiğinde ise klavyedeki N harfine basmaları hususunda bilgilendirilmiştir. Uygulama sırasında katılımcılara 100 harflik bir set üç döngü olarak sunulmuş; dolayısıyla katılımcılar toplamda 300 uyarana tepki vermişlerdir. Her uyarının ekranda kaldığı 2500 ms boyunca katılımcı eğer bir tepki vermemişse, verilen tepki yanlış kabul edilmiş ve bir sonraki uyarana otomatik olarak geçilmiştir.

2.2.4. Müzik Parçaları

Mevcut araştırmada algılanan bağlamın müzik parçalarına ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimlerini değiştirip değiştirmediğini test etmede katılımcılara kendi seçtikleri müzik parçaları dinletilmiştir. Bu amaçla deney öncesi katılımcılarla iletişime geçilmiş ve araştırmada yer alan 100 katılımcının yarısından dinlemeyi sevdiğikleri ve kendilerinde hüzün ve keder gibi olumsuz; diğer yarısından da mutluluk ve neşe gibi olumlu duyguları ortaya çıkaran iki müzik parçasını araştırmacıya bildirmeleri istenmiştir. Müzik parçalarının seçiminde katılımcılara parçaların yerli-yabancı, sözlü-enstrümantal ya da belirli bir müzik tarzında olması konusunda herhangi bir sınırlama getirilmemiştir.

2.3. Deneysel Desen

Araştırmada 2 (bağlam: estetik, estetik olmayan) x 2 (müziğin duygusal değeri: olumlu, olumsuz) faktörlü deneysel deseni kullanılmıştır. Bu dört koşulun yanında 2-geri görevi performanslarının karşılaştırılmasında bir temel düzey ölçümü sağlayabilmek için, müzik parçası dinlemeden sadece 2 geri görevini yapan katılımcılardan oluşan bir kontrol grubu oluşturulmuştur. Tüm katılımcılar deneysel koşullara seçkisiz olarak atanmışlardır.

2.4. İşlem Yolu

Araştırma için etik kurul onayı alındıktan sonra araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılardan bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Onam alınan katılımcılara bilgi toplama formu uygulanmış ve dahil edilme kriterlerini karşılamayan katılımcılar araştırma dışında bırakılmıştır. Onam formu alınan ve dahil edilme kriterlerini karşılayan tüm katılımcılara bilgi toplama formu ve o an içinde buldukları duygudurum değerliğini (olumlu-olumsuz) belirlemek için PANAS uygulanmıştır. Araştırmadaki deneysel görevlerin uygulaması Uludağ Üniversitesi Psikoloji Bölümü Laboratuvarları'nda,



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

PANAS'ın ardından estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılara, seçmiş oldukları müzik parçaları 2 geri göreviyle eş zamanlı olarak dinletilmiştir. Bu koşuldaki katılımcılara 2 geri görevinde hızlı ve doğru tepki vermenin çok önemli olduğu belirtilmiş, bu görevle eş zamanlı olarak müzik parçalarını dinleyecekleri hatırlatılmıştır. Kendilerinden parçaları sakin ve rahatlamış bir şekilde, parçanın taşıdığı duyguyu da hissederek dinlemeleri istenmiştir. Bununla beraber katılımcılara eğer 2 geri görevini yapmaktaki zorlanırlarsa, parçaların taşıdığı duyguları hissedemezlerse ya da başka herhangi bir sebeple, istedikleri zaman gösterilen butona basıp parçayı dinlemeyi sonlandırabilecekleri söylenmiştir. Bir grup katılımcıya ise herhangi bir müzik parçası dinletilmeden sadece 2 geri görevi uygulanmıştır. Bunu yapmaktaki amaç estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcıların 2 geri görevi performansının kıyaslanabileceği bir kontrol grubu oluşturmaktır. Bu gruptaki katılımcılara da müzik dinletmek dışında, estetik olmayan bağlam koşulundaki katılımcılara uygulanan tüm işlemler eksiksiz uygulanmıştır. Uyarıların sunumu ve tepkilerin kaydedilmesinde Mathôt, Schreij ve Theeuwes (2012) tarafından geliştirilen OpenSesame'nin 3.2 versiyonu kullanılmıştır.

Estetik bağlam koşulundaki katılımcılara 2 geri görevi verilmemiştir. Bu koşuldaki katılımcılardan rahatlamış ve sakin bir halde seçmiş oldukları müzik parçalarını dinlemeleri ve dinlerken parçaların taşıdığı duyguları hissetmeye çalışmaları söylenmiştir. Katılımcıların müzik parçalarına ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimleri ile ilgili bir ölçüm elde edebilmek amacı ile her iki koşuldaki katılımcılara da kendilerini rahatsız eden herhangi bir şey olursa veya herhangi bir sebeple parçayı dinlemek istemezlerse, klavyedeki space (boşluk) tuşuna basıp parçayı dinlemeyi sonlandırabilecekleri bildirilmiştir. Katılımcıların müzik parçalarına ilişkin aksiyon eğilimleri, belirtilen bir tuşa basarak parçayı dinlemeyi sonlandırma (kaçınma) ya da bu tuşa basmayıp parçaları dinlemeyi sürdürme (yaklaşma) davranışları ile ölçülmüştür.

İşlem sürecinin tamamlanmasından sonra, tüm deneysel koşullardaki katılımcılara dinledikleri müzik parçalarının kendilerinde istenen duygu durum değişikliğini oluşturup oluşturmadığını belirlemek için tekrar PANAS uygulanmış; PANAS'tan sonra uygulanan EDBSÖ ile de katılımcıların yaşadıkları deneyimi estetik bulup bulmadıklarını belirlenmiştir.

3. BULGULAR

Verilerin analizinde SPSS 25.0 programı kullanılmış; tüm analizlerde 0.05 anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir. Veri analizi öncesinde tüm verilerin basıklık ve kayışlılık değerlerinin -2,+2 aralığında olduğu görülmüş ve normal dağılımın sağlandığı kabul edilmiştir. Levene testinde ise sadece PANAS 2 ölçümleri anlamlılığa ulaşmış, diğer ölçümler anlamlılığa ulaşmamıştır. Bu yüzden PANAS 2 hariç tüm verilerde varyansların homojen olduğu kabul edilmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan 124 katılımcıdan biri hastalık, diğeri de teknik aksaklıktan dolayı deneyi yarıda bırakmış olduğu için analizler kalan 122 katılımcı üzerinden yapılmıştır.

Dinletilen müzik parçalarının katılımcılarda istendik yönde bir duygudurum değişimi oluşturup oluşturmadığını belirleyebilmek için PANAS 1 ve PANAS 2 ortalamaları tekrar ölçümlü ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Tüm katılımcıların PANAS puanlarına ilişkin ortalama değerler Tablo 1'de sunulmuştur.

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

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

Yapılan tekrar ölçümlü ANOVA'ya ilişkin sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.



Tablo 2. PANAS ölçümleri için tekrar ölçümlü ANOVA sonuçları

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

Tekrar ölçümlü ANOVA sonucunda koşul ve duygudurum ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur ($F(2,119)=22.53$, $p<.05$, $\eta^2=.275$). PANAS 1 ve PANAS 2’de grupların kendi içinde birbirinden farklılaşmış; farklılaşmadığı; farklılaştıysa farkın yönünü belirlemek için iki ayrı ANOVA yapılmıştır. Bu analizlerin sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. PANAS 1 ve PANAS 2 ölçümleri için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları

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

Tablo 3’e bakıldığında PANAS 1 için her üç grubun ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($F(2, 119)=.185$, $p=.831$, $\eta^2=.003$). PANAS 2 içinse gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($F(2, 119)=16.61$, $p<.05$, $\eta^2=.218$). Farkın kaynağını belirlemek için; PANAS 2’de varyanslar homojen olmadığından, Dunnett T3 testi yapılmıştır. Buna göre, Olumlu duygudurum koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamaları ($\bar{X}=112.51$, $S=12.95$) olumsuz duygudurum ($\bar{X}=95.25$, $S=18.18$) ve kontrol ($\bar{X}=104.78$, $S=9.26$) koşullarındaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksektir. Aynı şekilde kontrol koşulundaki katılımcıların PANAS 2 ortalamaları da olumsuz duygudurum koşulundaki katılımcıların ortalamalarından anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Araştırmada katılımcıların buldukları bağlamı estetik olarak algılayıp algılamadıkları kritik öneme sahiptir. Bu amaçla yapılan manipülasyonun işe yarayıp yaramadığını belirleyebilmek için katılımcılardan, ilgili bağlamda yaşadıkları deneyimi, Estetik Deneyimi Betimleyen Sıfatlar Ölçeği (EDBSÖ) ile değerlendirmeleri istenmiştir. EDBSÖ ölçümlerinin analizi 5 grup üzerinden (estetik bağlam-olumlu duygudurum, estetik bağlam-olumsuz duygudurum, estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum, estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum, kontrol grubu) tek yönlü ANOVA ile yapılmıştır. Grupların EDBSÖ ölçümlerine ilişkin ortalama ve standart sapmaları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. EDBSÖ puanları ortalama ve standart sapma değerleri

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

Yapılan tek yönlü ANOVA sonucunda koşul temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(4, 117)=5.999$, $p<.05$, $\eta^2=.170$). Bu analize ilişkin sonuçlar Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5. EDBSÖ ölçümü için yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları

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

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

kontrol grubunun ortalamasından anlamlı olarak yüksektir ($t(67)=4.40, p<.05$). Estetik olmayan bağlam-olumlu duygudurum ile estetik olmayan bağlam-olumsuz duygudurum koşullarının birlikte ortalaması ise kontrol grubunun ortalamasından yine anlamlı olarak yüksek ($t(74)=2.34, p<.05$) bulunmuştur.

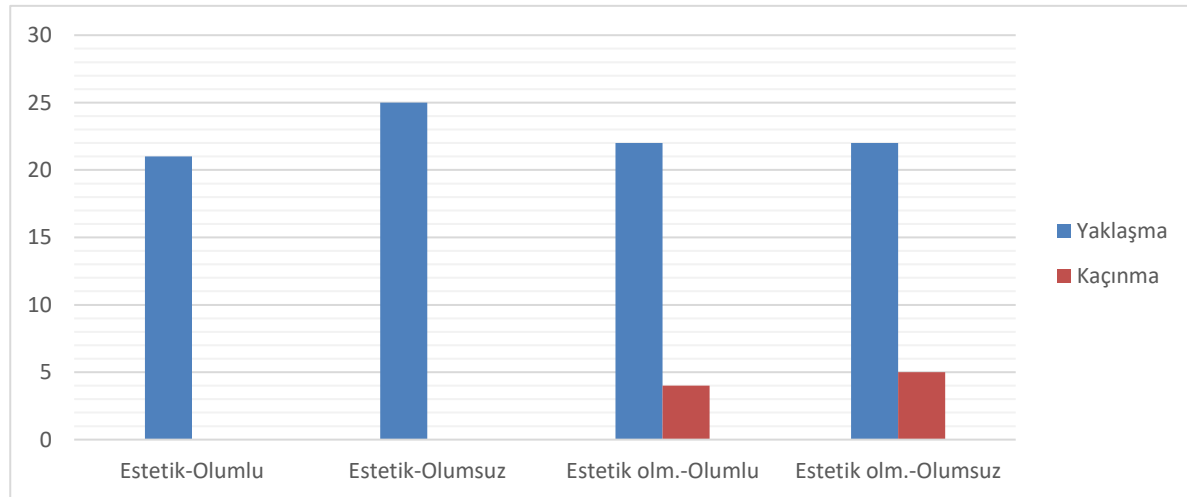
2 geri görevi performansını değerlendirmek için estetik olmayan bağlam gruplarındaki katılımcılarla oluşturulan kontrol grubundaki katılımcıların 2 geri görevinde hesaplanan 6 puan türündeki (hedef uyaranlara ilişkin doğruluk, şaşırtma uyaranlara ilişkin doğruluk, oyalama uyaranlara ilişkin doğruluk, hedef uyaranlara ilişkin tepki süresi, şaşırtma uyaranlara ilişkin tepki süresi ve oyalama uyaranlara ilişkin tepki süresi) ortalamaları MANOVA ile karşılaştırılmıştır. MANOVA sonucuna göre gruplar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunmamıştır ($F(2, 73) = 1.05, Wilks' \Lambda = .83, p = .41, \eta^2=.09$).

Araştırmada, müzik parçalarının dinlendiği bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasının bu parçalara ilişkin yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisi incelenirken, kaçınma eğilimlerinin ölçümü, katılımcıların kendilerine yönergeyle belirtilen tuşa basarak müzik parçalarını durdurmaları olarak tanımlanmıştır. Yaklaşma eğilimlerinin ölçümü olarak da bu bahsedilen tuşa basmamaları ve parçaları sonuna kadar dinlemeleri kabul edilmiştir. Bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasının bu bahsedilen yaklaşma-kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisini görebilmek için ki kare testi yapılmıştır. Yaklaşma-kaçınma eğilimleriyle ilgili gözlenen ve beklenen değerler Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Yaklaşma-Kaçınma eğilimleriyle ilgili koşullara göre gözlenen ve beklenen değerler

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

Ki kare testi sonucuna göre bulunulan koşulun yaklaşma kaçınma eğilimleri üzerindeki etkisi anlamlıdır ($X^2(3, N = 99) = 8.75, p <.05$). Koşullardaki katılımcıların yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ilişkin grafik Şekil 1.'de verilmiştir.



Şekil 1. Koşullardaki katılımcıların yaklaşma-kaçınma eğilimlerine ilişkin grafik

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Duygu durumdaki olası farklılaşmaları belirleyebilmek için PANAS ortalamaları üzerinden yapılan karşılaştırmalara göre, katılımcıların müzik parçalarını dinlemeden önceki ortalamaları birbirinden farklılaşmamaktadır. Müzik parçalarını dinledikten sonra ise her gruptaki katılımcıların PANAS ortalamalarında istedik yönde bir fark meydana gelmiştir. Bu bulgu, katılımcıların dinledikleri müzik parçalarına uygun duygu durum değişiklikleri yaşadıklarını ve bu değişikliğin müzik parçalarını dinlemekten kaynaklandığını ortaya koymaktadır.

Araştırmada test edilen modelde estetik bağlam kritik bir öneme sahiptir; ancak modeli ortaya atan Schubert (2016) estetik bağlamın ne olduğunu yeterince açıklamamıştır. Dolayısıyla estetik bağlam, giriş kısmında detaylı olarak anlatıldığı şekliyle-bilişsel yükü merkeze alacak şekilde- kavramsallaştırılmıştır. Estetik deneyimin yaşandığı bağlam estetik bağlam; estetik deneyimin yaşanmadığı bağlam estetik olmayan bağlam olarak işlevlendirildiğinden, katılımcıların yaşadıkları deneyimi estetik olarak algılayıp algılamadıkları EDBSÖ ile ölçülmüştür. EDBSÖ ortalamaları üzerinden yapılan analizlere göre herhangi bir bilişsel yüke maruz kalmayan gruplardaki katılımcıların ortalamalarının, 2 geri görevi ile bilişsel yüke maruz kalan gruplardaki katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yani herhangi bir bilişsel yüke maruz kalmayan katılımcıların bağlamı estetik olarak algıladığı; bilişsel yüke maruz kalan katılımcıların ise bağlamı estetik olarak algılamadığı görülmüştür. Bu bulgu da estetik bağlam değişimlerinin işlediğini ve araştırmanın ilk hipotezinin desteklendiğini ortaya koymaktadır.

Bilişsel yüke maruz kalan katılımcıların bağlamı estetik olarak algılamayıp; bilişsel yüke maruz kalmayan katılımcıların estetik olarak algılaması, Markovic (2012)'nin giriş kısmında belirtilen fikirleriyle açıklanabilir. Bilişsel yüke maruz kalmamış olmak; katılımcıların müzik parçalarının estetik özelliklerine daha iyi odaklanabilmelerine olanak sağlamış olabileceği düşünülmektedir. Diğer yandan 2 geri görevini müzik parçaları ile eş zamanlı olarak yapan katılımcıların ise, müzik parçalarının estetik özelliklerine odaklanamadıkları ve yeterli değerlendirmeyi yapamadıkları; bu yüzden de bağlamı estetik olarak değerlendirmedikleri düşünülmektedir. Bu durum, bilişsel psikolojinin en temel kavramlarından biri olan 'sınırlı kapasite' kavramının, estetik algı ve estetik deneyim için de geçerli olabileceğini düşündürmektedir.

Farklı deneysel koşullardaki katılımcılar aksiyon eğilimleri açısından değerlendirildiğinde, estetik bağlam koşullarındaki katılımcıların tamamının müzik parçalarının duygusal içeriğinden bağımsız olarak belirtilen tuşa basmadıkları ve parçaları dinlemeye devam ettikleri; yani yaklaşma yönünde aksiyon eğilimleri gösterdikleri görülmüştür. Öte yandan estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcıların % 17'sinin belirtilen tuşa basarak parçaları dinlemeyi sonlandırdığı; yani aksiyon eğilimlerinin kaçınma yönünde olduğu belirlenmiştir. Kaçınma yönünde aksiyon eğilimi gösteren bu katılımcıların % 15.4'ü olumlu içeriğe sahip müzik parçalarını ve % 18.5'i de olumsuz içeriğe sahip müzik parçalarını dinleyen katılımcılardan oluşmuştur. Katılımcıların estetik olmayan bağlam koşulundaki her iki duygu için de parçayı durdurma oranlarının birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir. Yüzdeler olarak bakıldığında estetik olmayan bağlam koşullarındaki katılımcılar arasından kaçınma eğilimi gösterenlerin, yaklaşma yönünde eğilim gösterenlere kıyasla oranının daha az olduğu saptanmıştır. Ancak estetik bağlam koşullarında kaçınma yönünde eğilim gösteren katılımcı olmaması ve yapılan ki kare testinde koşullar arasındaki farkın anlamlılığa ulaşmış olması nedeni ile araştırmanın ikinci hipotezinin de desteklendiği kabul edilmiştir. Bu bağlamda Schubert'in Paralel Süreçler Hipotezi'nin de görgül veriler ışığında desteklendiğini söylemek mümkündür. Bu durumda bir duygunun içeriği (olumlu-olumsuz) ile o duyguyu oluşturan uyarana karşı ortaya çıkan aksiyon eğilimi (yaklaşma-kaçınma) bağlamın estetik olarak algılanıp algılanmamasına göre birbirinden ayrışabilmektedir.

Schubert (2016) bağlamın estetik olarak algılanmasının dinlenen parçaya karşı kaçınma yönündeki aksiyon eğilimini ketlediğini öne sürmüştür. Ancak bu durum sadece ilgili müzik parçasına karşı yaklaşma eğiliminin ortaya çıkışını açıklamakta; bu müzik parçasından hoşlanma nedenini açıklamamaktadır. Schubert (2016) bu durumu Martindale (1984, 1988)'e atıf yaparak açıklamıştır. Martindale'e göre bilişsel aktivasyonun kendisi hoşlanmaya neden olabilmektedir. Hatta kaçınma eğiliminin yokluğunda her çeşit düşünce insana keyif verebilmektedir. Farklı duyguların ve düşüncelerin aktivasyonu, aktivasyonun toplamına etki etmekte ve dolayısıyla üzüntü yaşarken bile alınan haz miktarına katkıda bulunmaktadır. Paralel Süreçler Hipotezi'ndeki beş bileşen duyguyu ortaya çıkarmak için adeta bir şebeke gibi çalışmakta ve böylece hem bilişsel hem de bedensel bir aktivasyon ortaya çıkarmaktadır. Schubert (2016)'e göre müzik parçasından hoşlanmaya yol açan bu aktivasyon sırasında kaçınma eğiliminin ketlenmiş olmasıdır.



Mevcut araştırmanın bulgularının, hüzünlü müziklerden keyif alma paradoksunu açıklamada bir ilk çalışma olduğu düşünülmektedir. Giriş kısmında da belirtildiği gibi, literatürde bu paradoksu açıklamaya yönelik modeller olmakla beraber, bu modelleri görgül olarak test eden araştırmalar henüz mevcut değildir ve mevcut çalışma bu anlamda bir ilktir. Bu çalışmanın literatüre getirdiği bir diğer yenilik de, estetik bağlamın kavramsallaştırmasını yapmasıdır. Hem Schubert'in hem de diğer kuramcılarının modellerinde, estetik ve estetik bağlam kavramlarına atıf yapılmakla birlikte, bu kavramların işevuruk tanımları yapılmamıştır. Günümüze dek bu modellerin görgül olarak sınanmamasının da bu durumdan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırmada yapılan estetik bağlam kavramsallaştırmasının gelecek çalışmalar için de yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Schubert'in modeline göre 'değerlendirme' bileşeni modelin bilişsel bileşenidir ve bu bileşen sayesinde bağlamın estetik bir bağlam ya da günlük yaşam olaylarıyla ilgili bir bağlam olduğunun saptaması yapılmaktadır. Mevcut araştırmada katılımcıların yaptıkları değerlendirme, -EDBSÖ vasıtası- ile estetik deneyim yaşayıp yaşamadıkları üzerinden dolaylı olarak yapılmıştır. Bağlamın estetik olup olmadığını değerlendirmede kullanılan ölçek, katılımcıların bilişsel süreçlerine ilişkin ölçüm içermemektedir ve bu da araştırmanın önemli bir sınırlılığıdır; ancak alan yazınında da 'değerlendirme' bileşeninin bilişsel özelliklerini içeren bir ölçüm aracı olmadığı görülmektedir. Bu nedenle gelecekte konu ile ilişkili olarak yapılacak yeni araştırmalarda, bu sınırlılığın giderilebilmesi için değerlendirme sürecinin bilişsel özelliklerini de içeren ölçeklerin geliştirilmesi ve kullanılması önemlidir.

Bir diğer göze çarpan sınırlılık da parçalara karşı yaklaşma-kaçınma eğilimlerinin ölçümüyle ilgilidir. Schubert (2016)'in 'yaklaşma-kaçınma eğilimi' kavramı detaylı incelendiğinde, yaklaşma-kaçınma (aksiyon) kavramının nesnel olarak gözlenebilir ve ölçülebilir olduğu açıktır. Ancak eğilim kavramı içsel, bilişsel ve ölçmesi daha zor bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırmada aksiyon eğilimleri, belirli bir tuşa basıp parçayı durdurma; ya da bu tuşa basmayıp parçayı dinlemeye devam etmek şeklinde işevuruklaştırılmıştır. Bu işevuruklaştırmada, gözlenebilen 'aksiyon' kısmı ön plana çıkmış; 'eğilim' kavramı ve ona ait içsel ve bilişsel süreçler bir anlamda ihmal edilmiş olabilir. Schubert (2016) de modelini açıklarken eğilim kavramının ve ona ait içsel ve bilişsel süreçlerin ölçülmesinin zorluğundan bahsetmiştir; ancak bu model çerçevesinde bahsedilen içsel ve bilişsel süreçlerin tanımına ilişkin ayrıntılı bir açıklama getirmemiştir. Dolayısıyla eğilim kavramının ve ona ait içsel süreçlerin daha iyi tanımlanması ve bu konu ile ilişkili olarak yeni ölçüm yöntemlerinin geliştirilmesi, ileride yapılacak olan araştırmalarda daha dakik sonuçların elde edilmesi açısından önemlidir.

KAYNAKLAR

Barr-Zisowitz, C. (2000). Sadness. *Is there such a thing*, 607-622.

Blood, A. J. ve Zatorre, R. J. (2001). Intensely pleasurable responses to music correlate with activity in brain regions implicated in reward and emotion. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 98(20), 11818-11823.

Brody, S. ve Krüger, T. (2006). The post-orgasmic prolactin increase following intercourse is greater than following masturbation and suggests greater satiety. *Biological Psychology*, 71(3), 312-315.

Brown, S., Martinez, M. J. ve Parsons, L. M. (2004). Passive music listening spontaneously engages limbic and paralimbic systems. *NeuroReport: For Rapid Communication of Neuroscience Research*, 15 (13), 2033-2037.

Cupchik, G. C., Vartanian, O., Crawley, A., & Mikulis, D. J. (2009). Viewing artworks: contributions of cognitive control and perceptual facilitation to aesthetic experience. *Brain and cognition*, 70(1), 84-91.

Damasio, A.(1999). *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*. New York: Harvest Books.

Damasio, A., Grabowski, T. J., Bechara, A., Damasio, H., Ponto, L. L., Parvizi, J. ve ark. (2000). Subcortical and cortical brain activity during the feeling of self-generated emotions. *Nat. Neurosci.* 3, 1049-1056.doi:10.1038/79871.

Garrido, S. ve Schubert, E. (2013). Adaptive and maladaptive attraction to negative emotions in music. *Musicae Scientiae*, 17(2), 147-166.



- Garrido, S. ve Schubert, E. (2015). Music and people with tendencies to depression. *Music Perception: An Interdisciplinary Journal*, 32(4), 313-321.
- Graves, P. (2010). *Consumerology: The market research myth, the truth about consumers, and the psychology of shopping*. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Habel, U., Klein, M., Kellermann, T., Shah, N. J. ve Schneider, F. (2005). Same or different? Neural correlates of happy and sad mood in healthy males. *Neuroimage*, 26(1), 206- 214.
- Hines, M. ve McFerran, K. S. (2014). Metal made me who I am: Seven adult men reflect on their engagement with metal music during adolescence. *International Journal of Community Music*, 7, 205-222.
- Hodges, D. (2010). Psychophysiological measures. In P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Eds.), *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* (pp. 279-311). Oxford: Oxford University Press.
- Huron, D. (2011). Why is sad music pleasurable? A possible role for prolactin. *Musicae Scientiae*, 15(2), 146-158.
- Juslin, P. N. (2013). From everyday emotions to aesthetic emotions: towards a unified theory of musical emotions. *Physics of life reviews*, 10(3), 235-266.
- Kellermann, T. S., Sternkopf, M. A., Schneider, F., Habel, U., Turetsky, B. I., Zilles, K. ve Eickhoff, S. B. (2011). Modulating the processing of emotional stimuli by cognitive demand. *Social cognitive and affective neuroscience*, 7(3), 263- 273.
- Kirchner, W. K. (1958). Age differences in short-term retention of rapidly changing information. *Journal of experimental psychology*, 55(4), 352.
- Koelsch, S., Fritz, T., v. Cramon, D. Y., Müller, K. ve Friederici, A. D. (2006). Investigating emotion with music: an fMRI study. *Human brain mapping*, 27(3), 239-250.
- Krauss, L., Ott, C., Opwis, K., Meyer, A., & Gaab, J. (2019). Impact of contextualizing information on aesthetic experience and psychophysiological responses to art in a museum: A naturalistic randomized controlled trial. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*.
- Krumhansl, C. L. (1997). An exploratory study of musical emotions and psychophysiology. *Canadian Journal of Experimental Psychology*, 51, 336-352.
- Lane, R. D., Reiman, E. M., Ahern, G. L., Schwartz, G. E. ve Davidson, R. J. (1997). Neuroanatomical correlates of happiness, sadness and disgust. *Am. J. Psychiatry*. 154, 926-933.doi:10.1176/ajp.154.7.926
- Lehrer, J. (2009). *How we decide*. Boston, MA: Houghton Mifflin Harcourt.
- Lévesque, J., Eugene, F., Joannette, Y., Paquette, V., Mensour, B., Beaudoin, G., ... ve Beaugard, M. (2003). Neural circuitry underlying voluntary suppression of sadness. *Biological psychiatry*, 53(6), 502-510.
- Lundqvist, L. O., Carlsson, F., Hilmersson, P., ve Juslin, P. N. (2009). Emotional responses to music: Experience, expression, and physiology. *Psychology of Music*, 37, 61-90.
- Marković, S. (2012). Components of aesthetic experience: aesthetic fascination, aesthetic appraisal, and aesthetic emotion. *i-Perception*, 3(1), 1-17.
- Marković, S. ve Radonjić, A. (2008). Implicit and explicit features of paintings. *Spatial vision*, 21(3), 229-259.
- Martindale, C. (1984). The pleasures of thought: a theory of cognitive hedonics. *J. Mind Behav.* 5, 49-80.
- Martindale, C. (1988). "Aesthetics, psychobiology, and cognition," in *The Foundations of Aesthetics, Art and Art Education*, eds F. H. Farley and R. W. Neperud (New York, NY: Praeger Publishers), 7-42.
- Mathôt, S., Schreij, D. ve Theeuwes, J. (2012). OpenSesame: An open-source, graphical experiment builder for the social sciences. *Behavior research methods*, 44(2), 314- 324.

- Matsumoto, J. (2002). Why people listen to sad music: Effects of music on sad moods. *Japanese Journal of Educational Psychology*, 50, 23-32.
- Mesulam, M. M. ve Mufson, E. J. (1982). Insula of the old world monkey. III: Efferent cortical output and comments on function. *Journal of Comparative Neurology*, 212(1), 38-52.
- Owen, A. M., McMillan, K. M., Laird, A. R. ve Bullmore, E. (2005). N-back working memory paradigm: A meta-analysis of normative functional neuroimaging studies. *Human brain mapping*, 25(1), 46-59.
- Saarikallio, S. ve Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of music*, 35, 88-109.
- Schellenberg, E.G., Peretz, I. ve Viellard, S. (2008). Liking for happy and sad sounding music: Effects of exposure. *Cognition and Emotion*, 22, 218-237.
- Scherer, K. R. (2005). What are motions? And how can they be measured? *Soc. Sci. Inf.* 44,695–729. doi:10.1177/0539018405058216
- Schubert, E. (2007). The influence of emotion, locus of emotion and familiarity upon preference in music. *Psychology of Music*, 35, 499-515.
- Schubert, E. (2016). Enjoying sad music: Paradox or parallel processes? *Frontiers in Human Neuroscience*, 10, 312.
- Taruffi, L. ve Koelsch S. (2014). The paradox of music-evoked sadness: An online survey. *PLoS ONE*, 9(10): e110490. doi:10.1371/journal.pone.0110490.
- Van den Tol, A. J. M. ve Edwards, J. (2013). Exploring a rationale for choosing to listen to sad music when feeling sad. *Psychology of Music*, 41, 440-46.
- Van den Tol, A. J., Edwards, J. ve Heflick, N. A. (2016). Sad music as a means for acceptance-based coping. *Musicae Scientiae*, 20(1), 68-83.
- Watson, D., Clark, L. A. ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.
- Wilson, T. ve Schooler, J. (1991). Thinking too much: Introspection can reduce the quality of preferences and decisions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 181–192.

