



# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı  
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ, YÜZ İFADELERİNDEKİ DUYGULARI  
TANIMA BECERİLERİ

Ahmet METİN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2018

Liderlik, araştırma, inovasyon, kaliteli eğitim ve değişim ile

*Daha ileriye ... En İyiyeye ...*



**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı  
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ, YÜZ İFADELERİNDEKİ DUYGULARI  
TANIMA BECERİLERİ

PSYCHOLOGICAL COUNSELOR CANDIDATES ABILITIES OF RECOGNIZING  
EMOTIONS IN FACIAL EXPRESSIONS

Ahmet METİN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2018

### Kabul ve Onay

Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼đ¼ne,  
Ahmet METİN'nin hazırladığı "Psikolojik Danışman Adaylarının, Y¼z İfadelerindeki  
Duyguları Tanıma Becerileri" başlıklı bu çalışma j¼rimiz tarafından **Eğitim Bilimleri  
Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalında Y¼ksek Lisans  
Tezi** olarak kabul edilmiştir.

J¼ri Başkanı Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM

İmza

J¼ri Üyesi (Danışman) Doç. Dr. T¼rkan DOĞAN

İmza

J¼ri Üyesi Doç. Dr. şerife İŐIK

İmza

J¼ri Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Özlem HASKAN  
AVCI

İmza

J¼ri Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Zeynep ATİK

İmza

Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki j¼ri üyeleri tarafından 18.05.2018 tarihinde uygun gör¼lm¼ř ve Enstit¼ Yönetim Kurulunca ..... / ..... / ..... tarihinde kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Ali Ekber şAHİN  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼r¼

## Öz

Duygular, insan yaşamında önemli bir role sahiptir ve duyguların insan bedeninde ilk ortaya çıktığı yüz bölgesine odaklanmak duyguları anlamaya aracılık etmektedir. Bu araştırmanın amacı psikolojik danışman adaylarının, yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerilerinin; sınıf, cinsiyet, yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, ebeveyn eğitim durumu, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve beş faktör kişilik özellikleri değişkenlerine göre incelenmesidir. Araştırmanın katılımcılarını uygun örnekleme yöntemi aracılığıyla seçilen 235 Psikolojik Danışma ve Rehberlik lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında; Kişisel Bilgi Formu, JACFEE fotoğraf seti, Beş Büyük Kişilik Faktör Envanteri ve Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nden yararlanılmıştır. Verilerin analizinde; açıklayıcı istatistikler, bağımsız örneklemler için *t* testi, çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) ve çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Araştırma sonuçları, katılımcıların yüz ifadelerindeki duyguları tanımada cinsiyete ve baba eğitim durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir fark olmadığını ancak sınıf düzeyi, yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri ve anne eğitim durumu açısından anlamlı düzeyde bir farkın olduğunu göstermiştir. Ayrıca beş faktör kişilik özellikleri alt boyutlarından duygusal dengesizlik ile tikslenme ifadesi arasında korelasyon olduğu ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri alt boyutlarından kendini suçlama, pozitif tekrar odaklanma ve pozitif tekrar gözden geçirme ile nötr ifade; diğerlerini suçlama ile aşağılama ifadesi arasında korelasyon olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, yüz ifadelerindeki duyguları tanımaya ilişkin benzer araştırmalar bağlamında tartışılmıştır.

**Anahtar sözcükler:** Psikolojik danışman adayı, yüz ifadeleri, duyguları tanıma, kişilik, duygu düzenleme.

## **Abstract**

Emotions have an important role in human life, and their focusing on the face, where emotions first appeared in human body, mediates understanding to emotions. The purpose of this study is to examine the ability of the psychological counselor candidates to recognition emotions in facial expressions according to their class level, gender, the place where spent most of life, parental education status, cognitive emotion regulation strategies and five factor personality traits. 235 psychological counseling and guidance undergraduate students are selected through convenience sampling method. In gathering the data; Personal Information Form, JACFEE photo set, Big Five Inventory, and Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. In the analysis of the data; descriptive statistics, independent sample *t*-test, multivariate analysis of variance (MANOVA) and multiple regression analysis were performed. The results of the research showed that there was no statistically significant difference in terms of emotions in the facial expressions of the participants according to gender and father education status, but there was a significant difference in the class level, the place where a large part of their lives were spent, and the mother education status. In addition, the neuroticism from the subscales of five factors personality traits were correlated between disgust expression, and self-blame, positive refocusing, and positive reappraisal from the subscales of cognitive emotion regulation strategies were correlated between neutral expression; while blaming others were correlated between contempt expression. These results were discussed in the context of similar investigations of the recognition of emotions in facial expressions.

**Keywords:** Psychological counselor candidates, facial expression, emotions recognition, personality, emotion regulation.

## Teşekkür

Tez yazmak, bu yolda yeni başlayan birisi için oldukça yoğun bir süreçtir. Bu süreci bir metafora benzetmek istediğimde, bir heykeltıraşın heykeline verdiği şekli hayal ederim. Ortaya çıkacak olan eserin bazen ince ince işlenmesi gerekir. Bana o incelikleri gösteren ve eserin oluşmasında desteğini ve emeğini esirgemeyen kıymetli hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Türkan DOĞAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Bu çalışma aslında kaba bir taşın heykel olma sürecini anlatmaktadır.

Tez savunma sürecinde değerli jüri üyeleri Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM, Doç. Dr. Türkan DOĞAN, Doç. Dr. Şerife IŞIK, Dr. Öğr. Üyesi Özlem HASKAN AVCI ve Dr. Öğr. Üyesi Zeynep ATİK hocalarıma önemli katkılarından ve önerilerinden ötürü teşekkürü bir borç bilirim.

Tezimde kullanacağım istatistiksel analizlere ilişkin yardımını esirgemeyen Doç. Dr. Arif ÖZER hocama ve zorlandığım süreçte destek olan ve lisans eğitimimden bu yana iyi ki tanıdım dediğim hocam Dr. Öğr. Üyesi Emre TOPRAK'a teşekkürlerimi sunarım.

Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı'nın kıymetli ve saygıdeğer öğretim üyeleri hocalarıma bilgi ve birikimlerinden yararlanmanın yanı sıra bizleri "daha ileriye, en iyiye" sloganıyla en iyiyi hedeflememizi sağlamalarından ötürü teşekkürlerimi sunmak benim için bir şereftir.

Tez yazma sürecinde tıkağımı anlarda destek olan, tezimi kendi teziymiş gibi benimseyip yardımını esirgemeyen kıymetli dostum Burak TUNA'ya teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca desteklerini, onları tanıdığım günden bugüne dek hissettiğim ve beni yalnız bırakmayan dostlarım Arş. Gör. Tolga ZENCİR ve Arş. Gör. Hakan BÜYÜKÇOLPAN'a teşekkür ederim.

Beytepe Kampüsü'nü keyifli yapan tüm arkadaşlarıma ayrıca teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

Tez yazım sürecimde yalnızlık kavramını unutturan canım annem, babam ve kardeşlerime sonsuz teşekkürler. Babaannem ve dedemin desteklerinin yanı sıra her an yanımda olan, bazen bir rehberim, bazen bir abim olan amcam Murat METİN'in destekleri için teşekkür ederim.

Bu eserin oluşmasında desteğini hissettiğim ve yanımdan bir an olsun ayrılmayan kıymetli eşim Merve METİN... İyi ki hayatımdasın.



## İçindekiler

Öz.....	ii
Abstract.....	iii
Teşekkür.....	iv
Tablolar Dizini.....	viii
Şekiller Dizini.....	x
Simgeler ve Kısaltmalar Dizini.....	xi
Bölüm 1 Giriş.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	8
Araştırma Problemi.....	11
Sayıltılar.....	12
Sınırlılıklar.....	12
Tanımlar.....	13
Bölüm 2 Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar.....	14
Duygular.....	14
Bilişsel Duygu Düzenleme.....	37
Kişilik.....	39
İlgili Araştırmalar.....	41
Bölüm 3 Yöntem.....	50
Araştırmanın Yöntemi.....	50
Çalışma Grubu.....	50
Veri Toplama Araçları.....	51
Veri Toplama Süreci.....	54
Verilerin Analizi.....	55
Bölüm 4 Bulgular ve Yorumlar.....	56
Bölüm 5 Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....	83

Sonuç.....	83
Tartışma.....	84
Öneriler .....	94
Kaynaklar .....	97
EK-1: Kişisel Bilgi Formu .....	115
EK-2: JACFEE Örnek Fotoğraflar.....	116
EK-3 JACFEE Yanıt Formu .....	117
EK-4: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Örnek Maddeler .....	118
EK-5: Beş Büyük Kişilik Faktör Envanteri Örnek Maddeler .....	119
EK-6: Gönüllü Katılım Formu.....	120
EK-7: Eğitim Sertifikaları .....	121
EK-8: Normallik Grafikleri .....	122
EK-A: Etik Komisyonu Onay Bildirimi .....	128
EK-B: Etik Beyanı.....	129
EK-C: Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu.....	130
EK-Ç: Thesis Originality Report.....	131
EK-D: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı.....	132

## Tablolar Dizini

Tablo 1 Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	51
Tablo 2 Cinsiyete Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin t Testi Sonuçları .....	57
Tablo 3 Sınıf Düzeylerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin n, $\bar{X}$ ve S Değerleri .....	59
Tablo 4 Sınıf Düzeylerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları.....	61
Tablo 5 Sınıf Düzeylerine Göre Üzüntü ve Öfke Boyutlarına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları .....	61
Tablo 6 Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerilerine İlişkin n, $\bar{X}$ ve S Değerleri .....	63
Tablo 7 Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerilerine İlişkin MANOVA Sonuçları .....	65
Tablo 8 Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre, Üzüntü Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları .....	66
Tablo 9 Anne Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin $\bar{X}$ , S ve n Değerleri.....	67
Tablo 10 Anne Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları .....	69
Tablo 11 Anne Eğitim Durumuna Göre Nötr İfade Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları .....	69
Tablo 12 Baba Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin $\bar{X}$ , S ve n Değerleri.....	70
Tablo 13 Baba Eğitim Durumlarına Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları .....	73
Tablo 14 Baba Eğitim Durumuna Göre Şaşkınlık Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları .....	73
Tablo 15 Kişilik Özelliklerinin Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları.....	74

Tablo 16 <i>Kişilik Özelliklerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .....	75
Tablo 17 <i>Kişilik Özelliklerinin Tıksınme İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları</i> .....	76
Tablo 18 <i>Kişilik Özelliklerinin Tıksınme İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .....	76
Tablo 19 <i>Kişilik Özelliklerinin Korku İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları</i> .....	77
Tablo 20 <i>Kişilik Özelliklerinin Korku İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .....	77
Tablo 21 <i>Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları</i> .....	78
Tablo 22 <i>Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .....	79
Tablo 23 <i>Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Nötr İfadeyi Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları</i> .....	80
Tablo 24 <i>Katılımcıların Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Nötr İfadeyi Tanıma Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .	80
Tablo 25 <i>Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aşağılama İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları</i> .....	81
Tablo 26 <i>Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aşağılama İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları</i> .....	82

## Şekiller Dizini

Şekil 1. Yüz İfadelerinin Ölçülmesi. ....	35
Şekil 2. Duyguların Tanınmasında Kişilik Özelliklerine İlişkin P-P Plot Grafiği. ...	122
Şekil 3. Kişilik Özelliklerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	122
Şekil 4. Kişilik Özelliklerine Göre Tikslenme İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği. ....	123
Şekil 5. Kişilik Özelliklerine Göre Tikslenme İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	123
Şekil 6. Kişilik Özelliklerine Göre Korku İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği. ....	124
Şekil 7. Kişilik Özelliklerine Göre Tikslenme İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	124
Şekil 8. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği. ....	125
Şekil 9. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	125
Şekil 10. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Nötr İfadenin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği. ....	126
Şekil 11. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Nötr İfadenin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	126
Şekil 12. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Aşağılama İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği. ....	127
Şekil 13. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Aşağılama İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı. ....	127

## **Simgeler ve Kısaltmalar Dizini**

**ACA:** American Counseling Association

**BDDÖ:** Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği

**FACS:** Yüz Hareketi Kodlama Sistemi (Facial Action Coding System)

**JACFEE:** Duyguların Japon ve Amerikalı Yüz İfadesi (Japanese and Caucasian Facial Expression of Emotion)

**PDR:** Psikolojik Danışma ve Rehberlik

**POFA:** Duygusal Yüz Fotoğrafları Seti (Pictures of Facial Affect)

## Bölüm 1

### Giriş

Araştırmanın bu bölümünde çalışmaya ilişkin problem durumunun açıklanmasını takiben araştırmanın amacı ve önemi, araştırma problemi, sayıtlar, sınırlılıklar ve araştırmada yer alan kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

#### Problem Durumu

Birçok psikolojik danışma kuruluşunun tanımladığı psikolojik danışma kavramının ortak tanımına göre profesyonel psikolojik danışma; “zihinsel sağlık, sağlıklı yaşam, eğitim ve kariyer hedeflerini gerçekleştirmek için çeşitli bireyleri, aileleri ve grupları güçlendiren profesyonel bir ilişkidir” [American Counseling Association (ACA), 2017]. Bu profesyonel ilişkiyi sürdüren profesyonelle ise psikolojik danışman adı verilmektedir. Psikolojik danışmanların sahip olması gereken temel danışma becerileri bulunmaktadır. Bunlardan bazılarını Egan (2013); etkin dinleme, danışanın işlevsiz düşünceleriyle yüzleştirme, cesaretlendirme, danışan ile amaç oluşturma, gibi sözel beceriler olarak sıralamasının yanı sıra danışanın beden duruşu, yüz ifadeleri gibi sözel olmayan ifadelere de odaklanması gerektiğini ifade etmektedir.

Sözsüz ifadelerin iletişimdeki önemi yıllardır bilinmektedir. Alanyazında bu ifadelerin (beden dili, yüz ifadeleri, jestler vs.) psikolojik danışmadaki/ psikoterapideki ilişkisiyle de ilgili çalışmalar bulunmaktadır (Domico, 2011; Duncan, 1969; Ekman ve Freisen, 1968; Foley ve Gentile, 2010; Machado, Beutler ve Greenberg, 1999; Sutter, 2010). Bu çalışmalarla danışanın psikolojik danışma sürecindeki sözsüz ifadeleri ve danışanın anlaşılmasına aracılık eden bu ifadelerin çeşitli değişkenler açısından ilişkileri incelenmiştir. Sözsüz ifadeler kapsamında olan temel duygular ve yüzdeki belirtileri, bu ifadeler hakkında bilgi edinmemize aracılık etmektedir.

Duygular, insan yaşamında önemli bir role sahiptir ve duygular üzerine duyguların özellikleri, oluşması, tanınmasını etkileyen çevresel faktörler vs. araştırma konulu birçok çalışma bulunmaktadır (Babchuk, Hames ve Thompson, 1985; Banziger, Grandjean ve Scherer, 2009; Barrett, Lewis ve Haviland – Jones, 2016; Ekman, 1999; Hampson, Anders ve Mullin, 2006; Hess, Blairy ve Kleck, 1997;

Izard, 1977; Keltner ve Ekman, 2003; Plutchik, Kellerman ve Conte, 1979; Russell ve Fernandez – Dols, 1997; Tomkins, 1962; Yan, Andrews ve Young, 2016; Zhang, Parmley, Wan ve Cavanagh, 2015). Yıllardır bilim insanları için duygu ve duygunun işlevi merak konusu olmuş ve olmaktadır. Alanyazına bakıldığında duygunun çeşitli tanımları bulunmaktadır. Greenberg (2015) duyguyu, düşünceden oldukça farklı olan bir beyin olgusu olarak tanımlamasının yanı sıra duygunun fizyolojik ve nörokimyasal temellerinin olduğunu ileri sürmektedir. Ayrıca duyguyu, beyin içerisinde beden aracılığıyla konuşan özgün bir dil olarak yorumlamaktadır (s. 37). Izard (1977) duyguyu nörofiziksel, davranışsal ve öznelikten oluşan bileşenler olarak tanımlamasının yanı sıra duyguları genel kişilik sisteminin büyük bir alt sistemi olarak da konumlandırmaktadır (Izard, 1994). Ayrıca Izard (2010) duyguların en yaygın özelliklerini nöral dolaşım, tepki sistemleri ve biliş ve eylemi organize eden ve güdüleyen hissiyat süreci olarak sıralamaktadır. Öte yandan Ekman ve Cordaro (2011) bu durumu “duyguların evrensel paylaşımlara, kültüre ve bireye özgü olaylara verilen ve ayırt edici özellikleri olan otomatik tepkiler” olarak tanımlamaktadırlar. Ayrıca herhangi bir duygunun ötekinden farklı olduğunu, herhangi bir duygulanım durumunun da diğerinden farklı olduğunu ifade etmektedirler. Bütün bunlardan hareketle duygu; nörolojik ve biyolojik temeli olan, birbirlerinden kendilerine özgü belirtileri aracılığıyla ayrılan, evrensel paylaşımlara verilen tepkilerdir.

Alanyazında duyguların sınıflandırılmasında 19. yüzyılda başlayan iki görüşün hâkim olduğu görülmektedir (Ekman, 2016). İlki, duyguların birimsel veya ayırık (modüler) olarak incelenmesidir. Duyguların birimsel/modüler olmasıyla kast edilen duyguların öfke, korku, mutluluk gibi birbirinden farklı olarak incelenmesidir. Alanyazın incelendiğinde bu görüşü benimseyen kuramcılarının başında Darwin (1872/1998) geldiği görülmektedir. Nitekim Darwin (1872/1998) duyguları modüler olarak şaşkınlık, korku, tiksime, aşağılama, öfke, mutluluk, üzüntü ve merak olmak üzere sekize ayırmaktadır. Ayrıca Allport (1924), Ekman ve Friesen (1969), Izard (1971), Tomkins (1962) ve Woodworth (1938) da duyguları sınıflandırmada oldukça benzer yaklaşımlarla kullanmışlardır. Duyguların sınıflandırılmasındaki ikinci yaklaşım ise hoş – nahış ve düşük – yüksek yoğunluklu boyut yaklaşımıdır. Bu yaklaşımı benimseyen araştırmacıların başında Wundt (1896) gelmektedir. Ayrıca Plutchik (1962), Russell ve Fernandez – Dols (1997) ve Schlosberg (1954) de



benzer bir yaklaşımla duyguları sınıflandırmışlardır. Wundt ayrıca duyguların modüler düzenlenmesini tanımlamış ve hem boyutsal hem de modüler yaklaşımı savunmuştur (Akt., Ekman, 2016). Örneğin, öfke modülü korku modülünden farklıdır ancak öfkenin ne kadar nahış olduğu ve düzeyi değişkenlik gösterir. Duyguların sınıflandırılmasına yönelik ve özellikle de temel olarak sınıflandırma üzerine bazı tartışmalar bulunmaktadır. Averill (1994) bazı duyguların diğerlerine göre daha temel olduğunu ileri sürmüştür. Prototip sınıflandırmanın duygulara ilişkin genel bilgi verdiği, sıra dışı veya ender görülen bazı durumların değerlendirmesinde eksik kaldığı dolayısıyla da prototip sınıflandırmanın, yanlış değerlendirmeye de yol açabildiği belirtilmektedir. Plutchik (1980) ise temel duyguların en basit düzeyde tanımlanması gerektiğini ifade etmektedir. Buradan hareketle Plutchik (1980) organizasyon ilkesini tanımlamış ve bu ilkeyi sırasıyla biyolojik, toplumsal ve psikolojik açılardan olmak üzere üç boyutta ele almıştır. İlk olarak türün (biyolojinin) ilke edinmesinin sebebi olarak ise milyonlarca yıllık evrimin olduğu belirtilmektedir. Burada biyolojik boyut ile türün temel özellikleri, toplumsal boyut ile sosyal kriter bir başka ifadeyle türler arası etkileşim ve psikolojik boyut ile de türün kendiliği (içsel durumu) ifade edilmektedir.

Görüldüğü üzere duyguların sınıflandırılmasında temelde iki görüş olsa da daha alt düzeylerde birçok farklı yaklaşımın olduğu anlaşılmaktadır. Bununla birlikte alanyazın incelendiğinde yapılan çalışmalarda daha çok modüler ve ayrık olarak ele alındığı görülmektedir (Adolphs, Damasio, Tranel ve Damasio, 1996; Aebi, 2015; Aldinger ve ark., 2013; Bertrand, 2011; Demetriooff, Porter ve Baker, 2017; Ekman, 1992; Ekman, 2003a; Hurley, 2012; Hutchison ve Gerstein, 2012; LaBarbera, Izard, Vietze ve Parisi, 1976; Matsumoto, 1989; Matsumoto ve Hwang, 2011; Schofield, 2006).

Alanyazın incelendiğinde bazı duyguların diğerlerine kıyasla daha temel olduğu belirtilmektedir (Ekman, 1999). Duyguların temel olarak nitelendirilmesinin nedenleri ise, her bir duygunun farklı bir duygusal duruma işaret etmesi (Ekman, 1999), bir duygunun diğerinden sözel, yüz hareketleri ve otonomik fizyoloji gibi konularda temel bir şekilde ayırt edilebilir özellikte olması (Ekman ve Davidson, 1994) ve daha karmaşık duygu durumlarının – kıskançlık gibi – oluşmasına olanak sağlamasıdır (Ekman ve Cordaro, 2011). Izard'a (1992) göre ise duygular herhangi bir durumla başa çıkma yöntemlerinde ve adaptasyonda temel niteliktedirler.

Izard'ın (1997) Ayrışik Duygular Kuramı'na (Differential Emotions Theory – DET) göre özel duygular temeldir çünkü bu duyguların doğuştan nöral alt katmanları, özgün ve evrensel tanınan yüz ifadeleri ve özel hissiyat durumları vardır. Bu açıklamalardan hareketle genel olarak temel duyguların belirli bir duygu durumuna denk gelmesi, evrensel yüz ifadelerinin olması, doğuştan nöral yapılarının olması gerekmektedir. Ekman ve Cordaro (2011) temel duyguların en yaygın karakteristik özelliklerini ayrıntılı olarak tanımlamıştır. Bu konu, araştırmanın kuramsal temelinde ayrıntılı bir şekilde ele alınmaktadır.

Duyguların tespitine yönelik çalışmalar incelendiğinde duyguların, ilk olarak yüzde belirdeği dolayısıyla yüz bölgesinin duyguların görölmesine aracılık ettiği ifade edilmektedir (Ekman ve Friesen, 2003). Yüz ifadeleri karmaşık bir olgudur ve sadece duygulara aracılık etmez aynı zamanda bilişsel, fizyolojik, iletişim belirtileri vs. gibi birçok faktörü de içerisinde barındırır. Matsumoto ve Ekman (2005) yüz ifadelerinin sembolik hareketler (örneğin, üst dudağın kaldırılıp alt dudağın yukarı doğru itilerek şüpheli görünümu verme gibi sembolik olarak kelimelerle ifade edilebilen sözlü anlamlar verilebilmesi), biliş (bir duruma odaklanıldığında veya zihnin karıştığı durumunda kaşların çatılması, zihinsel sorgulama yapılırken dudakların büzölmesi), iletişim belirtileri (meraklı bekleyiş sırasında kaşların kalkması), konuşma ve yemek yeme, duygu ifadeleri gibi işlevlerinin olduğunu belirtmektedirler.

Yüz ifadelerinde görülen duyguların evrensel olduğu, birçok çalışmayla desteklenmektedir (Batty ve Taylor, 2003; Ekman, 1994; Ekman ve Friesen, 1971; Eifenbein ve Ambady, 2002; Keltner ve Ekman, 2000; Matsumoto ve Ekman, 1989; Matsumoto ve Willingham, 2009). Yüz ifadelerinde beliren duyguların evrensel olduğuna ilişkin araştırmalar Darwin'in (1872/1998) çalışmalarına uzanmaktadır. Darwin'den bu yana duyguların evrenselliğini keşfeden kültürler arası birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalarda yazı dili olan ve olmayan kültürlerin yüz ifadelerindeki duyguları tanımlayabilmede benzerlik gösterdikleri bulunmuştur (Ekman ve Friesen, 1971; Ekman, Friesen ve Ellsworth, 1972; Ekman, Sorenson ve Friesen, 1969). Matsumoto (2011) yüz ifadelerinde görülen duyguların evrensel olduğuna dair benzer sonuçlar ortaya koyan 30'dan fazla çalışmanın olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Eifenbein ve Ambady (2002) tarafından 168 çalışma üzerinde yapılan meta-analizde evrenselliği destekleyen bulgular bulunmaktadır. Sonuç olarak tüm bu

çalışmalarda farklı kültürdeki insanların benzer yüz ifadeleri göstermesi, duyguların evrenselliğini destekler niteliktedir. Her ne kadar duyguların evrenselliğini destekleyen önemli çalışmalar olsa da bu çalışmalarda yerel halkla kurulan iletişimde oluşan aksaklıklar ve duyguların tespitindeki oransal farklılıklar gibi yöntemsel eksikliklere dair eleştiriler getirilmiştir (Crivelli, Jarillo, Russell ve Fernandez – Dols, 2016). Son zamanlarda kültürlerin, duyguları yansıtma ve tanımada farklı oldukları sonucuna ulaşan çalışmalar yapılmıştır. Doğu kültüründe yetişen katılımcıların korku ve tikslenme duygularını tanımlamada Batı kültüründeki katılımcılardan önemli derecede geride oldukları bulunmuştur (Jack ve ark. 2009). Genel olarak bakıldığında, yüz ifadelerindeki duyguların evrensel olduğu ancak birtakım kültürel ögelerden de etkilendiği anlaşılmaktadır. Nitekim bu konuda Efenbein ve Ambady (2003) duyguların evrensel mi yoksa kültüre özgü m olduğu sorusuna açıklık getirerek son zamanlarda duyguların yüzdeki ifadelerine yönelik çalışmaların bütüncül bir yaklaşımla ele alındığını belirtmektedir. Bir başka ifadeyle yüz ifadelerinde beliren duygular evrensel olmasının yanı sıra kültürel ögelerden de etkilenebilmektedir. Ekman'ın Nrokltrel Kuramı, bu hususu ayrıntılı olarak açıklamaktadır. Bu yaklaşımla yüz ifadesindeki duyguların evrensel olduğu ancak kültürel ögelerden dolayı duygunun yüzde kalma süresinin değişkenlik gösterebileceği ifade edilmektedir.

Temel yüz ifadelerinin bir başka ifadeyle yüz ifadelerinde beliren temel duyguların bazı kuramcılar tarafından farklı olarak ele alındığı görülmektedir (Darwin, 1872/1998; Kanade, Cohn ve Tian, 2000; Matsumoto ve Ekman, 1988; Ekman, Friesen ve Ellsworth, 1972). Ekman (2016) duyguyla çalışan 248 bilim insanıyla yaptığı anket çalışmasında, katılımcıların öfke (%91), korku (%90), tikslenme (%86), üzüntü (%80) ve mutluluk (%76) duygularını temel duygu olarak ele aldıkları sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada utanç ve şaşkınlık duyguları için bu oran %40-50 arasında değişiklik göstermiştir. Bu çalışmada duyguların sınıflandırılması “fke”, “tiksinme”, “mutluluk”, “znt”, “korku”, “şaşkınlık”, “aşağılama” olmak üzere modüler bir şekilde oluşturulmuştur. Bu duyguların yüzde oluşma ve yüz bölgesinde kalma süresi değişebilmektedir.

Yüz ifadelerinde görülen duyguların süresi, saniyenin 1/5 ila 4 saniye arasında değişkenlik göstermektedir. 0.5 ila 4 saniye arasında değişen ifadeler makro ifadeler olarak adlandırılmaktayken (Ekman, 2003a); saniyenin 1/30'undan

daha kısa sürede oluşan ifadeler ise mikro ifadeler denilmektedir (Matsumoto ve Hwang, 2011). Bu ifadeler, iletişim sırasında sıklıkla ortaya çıkmaktadır.

Ruh sağlığı uzmanlarının (psikoterapistler, psikiyatristler, psikologlar, psikolojik danışmanlar, sosyal hizmet uzmanları) danışanların sözel ifadelerinin yanı sıra sözel olmayan ifadelerini de anlamaları gerekmektedir. Danışanların sadece sözel ifadeleri üzerinde durulması bazı sorunlara yol açabilir. Nitekim bu konuda Ekman ve Friesen (2003) uzmanların, danışanların sadece kelimelerine güvenilmemesinin sebebi olarak danışanların kendi duygularını tanımlayamama, duyguları tanımlamada kelimelerin yetersiz kalabilmesi veya nasıl hissettiklerini bilememe gibi faktörlerin rol oynayabileceğini ifade etmektedirler. Bunun yanı sıra psikolojik danışma oturumlarına katılan danışanlardan gönüllü olanların yanı sıra gönülsüz katılım sergileyenlerde bulunmaktadır. Gönülsüz katılan danışanlarda görülen temel sorunlardan birisi de direnç göstermedir (Demir ve Koydemir, 2016). Gönülsüz katılan danışanların yüz ifadelerindeki duyguların tespit edilmesi, psikolojik danışmana gözlediği bağlam içerisinde önemli veriler sağlayabilir.

Yüz ifadeleri, mikro ifadeler, beden dili gibi sözel olmayan ifadeler psikolojik danışma eğitiminde danışanı anlamada önem arz etmektedir. Nitekim bu görüşü destekleyen birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin; Ekman ve Freisen (1968) beden dilinin bilinçaltıyla ilişkili olabileceğine, bireyin ebeveyniyle olan ilk ilişkileri sonucunda şekillenen örüntülerin bireyi etkileyebileceğine ve bireyin kendi bedenine olan tutumunun ebeveyniyle olan ilk ilişkisinden kaynaklanabileceğine değinmektedirler. Bu gibi durumlarda elde edilen veriler, psikolojik danışmanın danışan hakkında önemli bilgiler elde etmesine katkıda bulunabilir.

Yüzde beliren duygular iletişimde önemli birer ipucudur. Psikolojik danışmanla danışanın arasında empati kurulabilmesi için, ilk olarak danışanın duygusal durumunun yoğunluğu ve niteliği doğru şekilde algılanmalıdır (Greenberg ve Goldman, 1988). Psikolojik danışma oturumlarının başarılı olmasında, araştırmacılar iki değişkeni önemli birer yordayıcı olarak ele almışlardır: empati ve sözel olmayan ifadelerin doğru algılanması (Costanzo ve Philippot, 1986). Nitekim empati, psikolojik danışman ve/veya psikoterapistin kuramsal tercihinin bakılmaksızın psikolojik danışma ve/veya psikoterapinin temel bileşenidir (Rogers, 1957). Danışanlar her zaman duygularını sözel ifade edemeyebilirler veya duyguları söze dökmek onlar için zorlayıcı olabilir (Ekman ve Friesen, 2003). Sözel olmayan

davranışları anlama ise danışanların hislerinin duyulmasında diğer bir yoldur (Harman, 1971). Söze dökülmeyen duyguların genellikle sözel olmayan ifadelerle dışa vurulduğunu, bunun sebebi olarak da bireylerin konuşmalarının üzerinde duygularına göre daha fazla kontrol sahibi oldukları belirtilmiştir (Burgoon ve Ruffner, 1978). Nitekim Ekman (2003a) çoğu insanın yüz ifadelerini doğru okumada ve anlamlandırmada başarılı olabileceğini ancak bu mesajların sözel ifadelerle birlikte verilmesi durumunda başarı oranının azalacağını dile getirmiştir.

Psikolojik danışma oturumlarına danışanların duygularını açığa vurmamalarına neden olarak birçok etken sıralanabilir. Çoğu zaman süreçte yeni olan veya psikolojik danışmanla birlikte kendini rahat hissetmeyen danışanlar utandırıcı olarak düşündükleri bilgileri konuşmaktan kaçınmak için vücut dillerindeki duygulanmalara karşı sansür uygulayabilirler. Bazen de danışanlar psikolojik danışma oturumlarında yargılanacaklarından ve kendilik imajlarının zarar göreceğinden korktukları için duygularını konuşmaktan kaçınabilirler. Travma ve suiistimal mağduru danışanlar, yaşadıklarını tekrar hatırlamak istemedikleri için duygusal durumlarını bir başa çıkma mekanizması olarak gizleyebilirler. Tüm bu durumlarda psikolojik danışmanların bilinçli veya bilinçdışı maskelenen duyguları algılayabilmeleri psikolojik danışma oturumlarında oldukça faydalı olabilir (Grohl, 2008). Terapötik süreçte danışanın sözel olmayan ifadelerinin algılanmaya çalışılması ve karşılık verilmesinin, terapötik iş birliğini arttırdığı bulunmuştur (Grace, Kivlighan ve Kuncce, 1995). Terapötik ilişkilerin yanı sıra kişiler arası iletişimde de yüz ifadelerinde beliren duyguları tanımanın işlevsel olduğu vurgulanmaktadır (Ekman ve Friesen, 2003). Örneğin evli çiftler arasında yüz ifadelerindeki duyguları daha kolay algılayan çiftlerin, algılayamayanlara göre daha mutlu ve uyumlu oldukları bulunmuştur (Carton, Kesler ve Pape, 1999). Evli çiftlerle yapılan bir başka araştırmada ise kişiler arası ilişkiler bağlamında olumsuz duyguların varlığı, boşanmanın önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Gottman, Levenson ve Woodin, 2001).

Yüz ifadelerini tanımadaki farklılıklardan birisi, gözleyen bireyin kişilik özellikleri olabilmektedir. Beş faktör kişilik yapısına göre açıklık ve özdenetim boyutlarından yüksek puan alan kişiler, duyguları tanımada daha başarılı olabilmektedir (Matsumoto ve ark., 2000). Yüz ifadelerinin tanınmasında kişilik özelliklerinin etkisine ilişkin önceki araştırmaların tutarsız sonuçlar vermesinden

dolayı bu konuda daha güçlü kanıtlara ihtiyacın olduğu da vurgulanmaktadır (Zhang ve Parmley, 2011). Bu nedenle bu çalışmada psikolojik danışman adaylarının kişilik özellikleri de ele alınmıştır.

Yüz ifadelerini tanımayla ilişkili olabileceği düşünülen bir diğer faktör ise bireyin duygu düzenleme stratejisidir. Alanyazında duygu düzenlemeye ilişkin yapılan araştırmalar bulunmaktadır (örn., Izard, 1990; Wagner ve Linehan, 1999). Ancak bilişsel duygu düzenleme ve yüz ifadelerini tanıma konusunda herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Olumsuz bir yaşantıdan sonra kişinin o anki durumla başa çıkma yöntemi, duygu tanıma becerisini etkileyebilir.

Yüz ifadelerinin tanınması ile ilişkili incelenen değişkenlerden bir diğeri ise cinsiyettir. Konuya ilişkin çalışmalar kadınların duyguları erkeklere kıyasla daha doğru bir şekilde tanımladıklarını göstermiştir (Merten, 2005; Snodgrass, 1992). Bunun nedeninin geleneksel cinsiyet rolleri ile ilişkili olabileceği ifade edilmektedir. Ancak yüz ifadelerinde beliren duyguların tanınmasında kadın ve erkekler arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığına ilişkin de araştırma sonuçları bulunmaktadır (Domico, 2011; Hutchison ve Gerstein, 2012).

Alanyazında psikolojik danışman ve/veya psikoterapistlerin duyguları anlama becerisine ilişkin araştırma eksikliği nedeniyle (Domico, 2011), bu araştırmanın planlamasına karar verilmiştir. Bununla birlikte çalışmalar bu becerinin geliştirilebileceğini vurgulamaktadır. Psikolojik danışan adaylarında bu becerilerin geliştirilebilmesi için öncelikle mevcut durumun saptanması önemlidir.

Tüm bunlardan hareketle, psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışmada danışanı anlamada önemli olan temel yüz ifadelerini anlama becerilerine ilişkin çalışmaların alanyazındaki eksikliği gözlenmiş olup, bu çalışmada, psikolojik danışman adaylarının temel yüz ifadelerini (mutluluk, korku, öfke, tikslenme, üzüntü, şaşkınlık, aşağılama) anlama becerileri cinsiyet, sınıf, yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, anne babanın eğitim durumuna, bilişsel duygu düzenleme stratejilerine ve kişilik özelliklerine göre incelenmiştir.

## **Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Duyguları belirleyebilme, insanın duygusal durumunu tanımada oldukça önemlidir. Duyguları belirleme; mutluluk, öfke gibi temel bir duygunun sözel olarak

adını koyma anlamına gelmektedir. Duygular ilk ortaya çıktığında zihinsel olarak kişide şekillenmemiştir ve bundan dolayı duygu adını koyamaz dolayısıyla kendisini gergin, duygusal hissedebilir (Ellsworth ve Scherer, 2003). Kişi burada Jurist (2005) tarafından ileri sürülen aporetik duygular – kişinin ne hissettiğini bilmediği – olarak isimlendirilen durumu yaşamaktadır. Bu durumda psikolojik danışmanın danışanın yaşadığı duyguyu belirlemede danışana yardım etmesi, psikolojik danışma süreci açısından önem arz etmektedir. Bu durumu Allen, Fonagy ve Bateman (2008), duygunun zihinselleştirilmesinde ilk basamak olan “duyguyu belirleme aşaması” olarak açıklarken; Cozolino (2014) ve Schore (2015) sağ beyinden sol beyne aktarılan nöronal bir etkileşim şeklinde açıklık getirir. Burada amaç, danışanın duygusal yaşantısının ele alınması ve duygusal yaşantının danışandaki etkilerinin oturma sürecince çalışılmasıdır. Duyguların görülmesine aracılık eden yüz ifadeleri ise, kişinin duygusal durumuna ilişkin önemli veri sağlamaktadır. Bu bağlamda duyguları tanımanın, psikolojik danışmanlar, doktorlar, öğretmenler, sosyal hizmet uzmanları ve yöneticiler gibi profesyonel meslek icra eden bireylerin kişiler arası etkileşimlerinde anahtar rolde olduğu ve iş performansını etkilediği (Elfenbein ve ark., 2007) hususu göz önünde bulundurulduğunda yüz ifadesinde beliren duyguları doğru tanımak büyük önem taşımaktadır.

Alanyazındaki çalışmalardan da görüldüğü üzere insan duygularının bedendeki ilk yansıması yüz bölgesidir ve bu yansıma bazen bir saniyeden daha kısa bir sürede belirmektedir. Psikolojik danışma/psikoterapi oturumlarında danışanların duygularıyla çalışılırken duygularını söze dökmeleri esnasında yaşanacak muhtemel sorunların yanı sıra danışanları daha iyi anlayabilme, empatik olarak gerekli tepkileri verebilme, hissettikleri duyguları kavrayabilme, danışanları anlamada önem arz etmektedir. Bu hususa psikolojik danışma süreci çerçevesinden bakıldığında; ilk oturumda güven aşamasının kurulmasına, ilerleyen oturumlarda problemin tam olarak tespit edilmesine ve doğru müdahale yöntemlerinin seçilmesine katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

Psikolojik danışmada duyguların öneminden bahsedildiğinde lisans düzeyindeki kaynaklar çoğunlukla danışanların duygusal ipuçlarını psikolojik danışmanların nasıl kullanabileceği ve psikolojik danışma oturumlarının nasıl daha iyi olabileceğinden çok, danışanların duygularını yansıtmaya üzerine odaklanmaktadır. Iwakabe, Rogan ve Stalikas (2000) psikolojik danışma

oturumlarında danışanların duygularının ve yoğunluklarının yanlış değerlendirilmesinin psikolojik danışman-danışan ilişkisini olumsuz yönde etkilediğini ileri sürmektedirler. Bu yüzden psikolojik danışma eğitimi gören adayların farklı cinsiyet, kültür ve etnik kökene sahip danışanların yüz ifadelerini fark edebilmeleri ve analiz etmeleri önemlidir. Daha önce de belirtildiği üzere alanyazında psikolojik danışman ve/veya psikoterapistlerin duyguları anlama becerisi konulu araştırma eksikliği nedeniyle, bu eğitimi alanların almayanlara göre yüz ifadelerini önemli derecede daha iyi tanıyıp tanımadıkları bilinmemektedir (Domico, 2011). Ancak yüz ifadelerini tanıma becerilerinin geliştirilebileceğine ilişkin alanyazında çalışmalar bulunmaktadır. Rosenthal ve ark. (1979) psikoterapistlerle 90 dakika süren eğitim sonrası, sözel olmayan ifadelerin doğru anlaşılabilme oranının %2.8 oranında arttığını bulmuşlardır. Son zamanlarda ise Ekman (2003a) tarafından geliştirilen Mikro İfadelerin Eğitim Programı (The Micro Expression Training Tool, METT), katılımcıların mikro ifadelerini anlama becerilerini bir saatten daha kısa bir süre içerisinde geliştirmek için yapılmıştır. Bu eğitime, araştırmacı tarafından katılım sağlanmıştır.

Ruh sağlığı yelpazesinde önemli bir yeri olan psikolojik danışma ve rehberlik lisans programlarında alınan derslerin ve edinilen becerilerin danışanın yüz ifadelerini anlamadaki katkılarının yanı sıra psikolojik danışman adaylarının kişiler arası iletişiminin güçlü olması beklenmektedir. Yüz ifadelerindeki duyguların tespit edilmesi ve yorumlanması, bireyi anlamada tek bir etken değildir nitekim yüz ifadelerinin yanı sıra sözel ifadeler ve beden hareketleri de diğer etkenler arasındadır. Yüz ifadelerinin tespit edilmesi ve yorumlanması, bireyin anlaşılmasına aracılık etmektedir. Bu nedenle öncelikle psikolojik danışman adaylarının bu becerileri tanıma düzeylerinin çeşitli faktörlere göre araştırılması, alanyazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu çalışmadan elde edilecek verilerle duygular ve yüzdeki belirtilerinin ileride bir ders olarak müfredat programında yer almasına öncülük etmesi, ruh sağlığı alanındaki bireylerin yetiştiği ilgili alanlardan mezun olan bireylerin niteliklerine ve mesleki yeterliliklerine katkı sağlayacağı öngörülmektedir.



## Araştırma Problemi

Bu araştırmada aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır. Bu doğrultuda oluşturulan problem cümleleri şöyledir:

Bu araştırmanın genel amacı, psikolojik danışman adaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, anne babanın eğitim durumuna göre yüz ifadelerindeki temel duyguları tanıma düzeyleri arasında anlamlı farklar olup olmadığı ve psikolojik danışman adaylarının bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ve kişilik özelliklerinin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeylerini yordayıp yordamadığının incelenmesidir.

Bu doğrultuda oluşturulan alt problemler aşağıdadır.

**Alt problemler.** Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı fark göstermekte midir?

Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyleri sınıf düzeylerine göre anlamlı fark göstermekte midir?

Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyleri yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre anlamlı fark göstermekte midir?

Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyleri anne eğitim durumuna göre anlamlı fark göstermekte midir?

Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyleri baba eğitim durumuna göre anlamlı fark göstermekte midir?

Psikolojik danışman adaylarının kişilik özellikleri (dışa dönüklük, özdisiplin, duygusal dengesizlik, deneyime açıklık, uyumluluk) temel duyguların (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkınlık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanıma düzeyini yordamakta mıdır?

Psikolojik danışman adaylarının duygu düzenleme stratejileri (kendini suçlama, kabul etme, düşünceye odaklanma, pozitif tekrar odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif tekrar gözden geçirme, bakış açısına yerleştirme, yıkım, diğerlerini suçlama), temel duyguların (“mutluluk”, “öfke”, “şaşkılık”, “tiksinme”, “üzüntü”, “korku”, “aşağılama” ve “nötr ifade”) tanınma düzeyini yordamakta mıdır?

### **Sayıtlılar**

1. Veri toplama aracının yüz ifadelerindeki duyguları büyük oranda ölçtüğü varsayılmaktadır.
2. Katılımcılara uygulanan gönüllü katılım formundan dolayı katılımcıların veri toplama araçlarına içtenlikle cevap verdikleri ve objektif oldukları varsayılmaktadır.

### **Sınırlılıklar**

1. Araştırmanın katılımcıları, Ankara ili sınırları içerisindeki bir devlet üniversitesinde 2017–2018 yılında eğitimine devam eden ve gönüllülük esasına göre ulaşılan 250 Psikolojik Danışma ve Rehberlik lisans öğrencisi ile sınırlıdır. Dolayısıyla bu araştırmadan elde edilen bulgular, aynı örneklemdaki katılımcılara ve benzer özellik gösteren çalışma gruplarına genellenebilir.
2. Katılımcıların yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerileri, Japanese and Caucasian Facial Expression of Emotion – JACFEE fotoğraf setinden aldıkları puan ile sınırlıdır.
3. Katılımcıların kişilik özellikleri, Beş Büyük Kişilik Faktör Envanteri’nden aldıkları puan ile sınırlıdır.
4. Katılımcıların bilişsel duygu düzenleme stratejileri, Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği’nden aldıkları puan ile sınırlıdır.

## Tanımlar

**Yüz İfadeleri:** Yüzdeki mimetik kasların hareketleridir (Matsumoto ve Ekman, 2005).

**Kişilik:** “Bireysel davranış ve yaşantı sahibi kişideki temeli oluşturan sebeplerdir” (Cloninger, 2013).

**Beş Faktör Kişilik Özellikleri:** Kişiliğin; açıklık, özdenetim, dışa dönüklük, uyumluluk ve duygusal dengesizlik olarak isimlendirilen beş yönüdür (Costa ve McCrae, 1985).

**Duygu Düzenleme:** “Duygu düzenleme kavramı, duygusal tepkileri gözlemlenme, kontrol etme, değerlendirme ve değiştirmek ile beraber hedefe ulaşmayı sağlayan tüm içsel ve dışsal süreçleri kapsamaktadır” (Thompson, 1994).

**Makro İfadeler:** Duyguların genellikle 0.5 ila 4 saniye arasında doğal olarak oluşması sonucunda yüzdeki belirgin kasları hareket ettirmesidir (Ekman, 2003a).

**Mikro İfadeler:** Bir saniyeden daha kısa bir sürede beliren (1/5 sn – 1/25 sn), bilinçli olarak ortaya çıkmayan ve evrensel olan anlık yüz hareketleridir (Ekman ve Friesen, 1969).

## Bölüm 2

### Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde araştırma problemi çerçevesinde duygular, yüz ifadeleri, mikro ifadeler, bilişsel duygu düzenleme, kişilik özellikleri kavramlarına ve alanyazın incelemesine ilişkin bilgiler verilmiştir.

#### Duygular

Duygular, insan yaşamında önemli işlevlere sahiptir. Alanyazın incelendiğinde duygular üzerine birçok çalışma yapılmıştır ve yapılmaktadır (Ekman, 1999; Ekman ve Friesen, 2003; Ekman ve Keltner, 2005; Izard, 1977; Tomkins, 1962). Evrimsel yaklaşımdan bakıldığında duyguların önemli görevlerinden bir tanesi, canlının hayatta kalmasına aracılık etmesidir (Darwin, 1872/1998). Duygular istemsiz, anlık ve kısa süreli olarak ortaya çıkmasının yanı sıra öznel yaşantılar da duyguların belirme şeklini etkilemektedir (Ekman, 1999).

Duygular, insanın kendisini ifade etmede temeldir ve karar verme süreçlerinde önemli rol oynamaktadır. Dolayısıyla sosyal davranış, temel olarak duygusal düzenlemeye bağlıdır. 1980'lerde ventral premotor kortekste ayna nöronların keşfedilmesini takiben empati ve zihin kuramının esas olarak bu beyin bölgelerindeki aktiviteye bağlı olduğu ortaya çıkmıştır. İnsanların duygusal ve sosyal davranışlarının sağlıklı gelişimi, güvenli bağlanma ve limbik beyin yapısının uygun olgunlaşmasına bağlı olduğu saptanmıştır (Wolfgang ve Kronberger, 2012).

Duygunun tanımına bakıldığında alanyazında çeşitli tanımlamaları bulunmaktadır. Greenberg (2015) duyguyu düşünceden ayıran oldukça farklı bir beyin olgusu olarak tanımlamasına ek olarak duygunun fizyolojik ve nörokimyasal temellerinin olduğunu ileri sürmektedir. Ayrıca geliştirdiği terapiye (duygu odaklı terapi) göre duygu, kişinin uyum sağlayıcı ve bilgilenme işleminde temeldir ve kişinin faydası için hızlı ve otomatik olarak durumları değerlendirir ve ihtiyaçları karşılamak için ise birtakım eylemler üretir (Greenberg, 2011). Öte yandan Izard (1977) duyguyu nörofiziksel, davranışsal ve öznellikten oluşan bileşenler olarak tanımlar ve duyguyu genel kişilik sisteminin büyük bir alt sistemi olarak konumlandırmaktadır (Izard, 1994). Bir başka tanıma göre ise "duygu, evrensel paylaşımlara, kültüre ve bireye özgü olaylara verilen ve ayırt edici özellikleri olan otomatik tepkiler" şeklinde ifade edilmektedir (Ekman ve Cordaro, 2011). Ayrıca herhangi bir duygunun

ötekinden farklı olduğunu, herhangi bir duygulanım durumunun da diğerinden farklı olduğunu ileri sürmektedirler. Bir başka ifadeyle duyguların birbirlerinden ayrılan yönleri bulunmaktadır. Bütün bunlardan hareketle duygu; nörolojik ve biyolojik temeli olan, birbirlerinden kendilerine özgü belirtileri aracılığıyla ayrılan ve evrensel paylaşımlara verilen tepkilerdir.

Duygu kavramının daha iyi anlaşılması için duygudurum ve mizaç kavramları açıklanacak olursa Goldsmith (1994) bu kavramların duygudan birtakım yönlerle ayrıldığını vurgulamaktadır. Duygusal bir tepki, kısa bir durumla ilişkiliyken; duygudurum, daha uzun süreli bir durumla ilişkilidir. Mizaçta ise duruma yönelik kişinin bir özelliği veya eğilimi olması gerekmektedir. Bir başka ifadeyle duyguyla ilişkili bir durumun mizaç denilebilmesi için küçük yaştan itibaren kişinin bir yapısı olarak ortaya çıkması gerekmektedir. Duygusal bir tepki evrenseldir; duygudurumda hem evrSELLİK hem de bireysellik belirtileri vardır; mizaçta ise kişiden kişiye değişen veya özgün bir yapı olan bireysel farklılık vardır. Duygu, duygudurum ve mizaç kavramlarının farkları dikkate alındığında duygunun temel bir yapı olduğu anlaşılmaktadır.

**Duyguların nörolojik ve fizyolojik özellikleri.** Bütün duygular merkezi sinir sisteminin nöronal düzenleyici devreleriyle kontrol edilir. Duyguların işlevinde beynin alt kortikal bölümlerinin yanı sıra farklı kortikal bölümler de rol almaktadır. Temel olarak duygulara özerk olarak düzenlenmiş vejetarifik ve endokrin tepkiler eşlik etmektedir. Sözel ve görsel uyarılar gibi periferik uyarılar, beyin kısmının sempatik çekirdeklerini ve talamus ve amigdala aracılığıyla hipotalamusun endokrin işlevlerini, daha yüksek beyin yapılarının herhangi bir katılımı olmadan aktive ederler (Aichhorn ve Kronberger, 2012). Bir başka deyişle duyguların oluşmasında neokorteks gibi üst düzey beyin yapısının katılımına gerek yoktur.

Duyguların özellikle de korku duygusunun amigdala ile ilişkili olduğuna dair araştırma bulguları bulunmaktadır (Adolphs, Tranel, Damasio ve Damasio, 1995). Korku duygusu ortaya çıktığında amigdalada birtakım değişiklikler oluşmaktadır. Amigdalanın korkunun yanı sıra mutluluk, üzüntü, öfke ve nötr yüz ifadelerine yönelik de tepki verdiği ve amigdalada bazı değişimlerin olduğu tespit edilmiştir (Yang ve ark., 2002). Bir başka ifadeyle amigdala hem olumlu hem de olumsuz duygulara tepki vermektedir dolayısıyla amigdala duygularla ilişkilidir. Tikslenme duygusunun ise amigdala üzerinde etkisi olmadığı ancak bir başka beyin yapısı olan

anterior insular korteksi aktive ettiğine ilişkin araştırma bulguları vardır (Philips ve ark., 1997). MacLean'ın (1990) Üçlü Beyin Kuramı'na göre ise beyin sırasıyla; sürüngen beyin, limbik sistem ve neokorteks olarak üç bölüme ayrılmıştır ve duyguların konumunun ise limbik sistemde yer aldığı ileri sürülmüştür.

Duygularla ilişkili bir diğer beyin yapısı ise hipokampüstür. Aichhorn ve Kronberger (2012), duygusal değerlendirmenin hipokampüs aracılığıyla yapıldığını ve bu durumda bireysel davranışları belirlediğini ifade etmişlerdir. Ayrıca evrimsel bir bakış açısıyla bunun, insanın korunmasına ve hayatta kalmasına ve uzun vadede türlerin soylarını devam ettirmesine katkıda bulunduğunu belirtmişlerdir. Hipokampüsün önemli görevlerinden bir diğeri ise hafızadan sorumlu olmasıdır (Fortin, Agster ve Eichenbaum, 2002; Turner, 1969). Bu durum, insan yaşamında geçmişte yaşanan duygusal bir olayın sonraki yıllarda da insanı etkilediği sonucuna götürmektedir. Nitekim Watson (1913) gibi davranışçı yaklaşımı benimseyen kuramcılar geçmiş yaşamda oluşan bazı duyguların ileri yıllardaki etkisini koşullanma kavramıyla açıklarken; Beck (1979) bilişsel bir yaklaşımla bilişin duygu üzerindeki etkilerini ileri sürmüştür. Öte yandan Cozolino (2014) ve Schore (2015) duygunun nörobiyolojik temellerine vurgu yapmıştır.

Hafıza üzerinde amigdalanın da etkisi bulunmaktadır (Phelps, 2004). Duyguların amigdalayla ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda hipokampüsle olan bağlantısının bir başka kanıtı olduğu anlaşılmaktadır. Diep (2002) tarafından yapılan araştırmada duygusal ifadenin uzun süreli bellek performansını kolaylaştıracağına ilişkin bulguları, duygu ve hafızanın etkileşiminin varlığını desteklemektedir. Bu bağlamda duyguların nörolojik temelini anlaşılmaları için beyin yapılarındaki etkileşimlerin anlaşılması gerekmektedir.

Duyguların tanınmasına ilişkin Adolps (2002) oksipitotemporal neokorteksin, amigdalanın, orbitofrontal korteksin ve sağ frontoparietal kortekslerin dahil olduğu dağınık bir yapı kümesinin içerdiğini ifade etmiştir. Ayrıca korkunun tanınmasında amigdalanın ve tiksindenin tanınmasında ise insula ve bazal ganglionların önemli bir rol oynadığını belirtmiştir. Duygunun algılanmasında bir başka beyin unsuru olarak prefrontal korteksin de etkin rol aldığı ifade edilmektedir (Phillips, Drevets, Rauch ve Lane 2003). Duyguların tanınmasında bir başka beyin unsuru olan sağ beynin aktif rol aldığı tespit edilmiştir. Adolphs ve ark., (1996) tarafından yürütülen bir araştırmada sağ beyni zarar görmüş kişilerin sol beyni zarar görmüş

ve normal kişilerle kıyaslandığında yüz ifadelerini tanımada problem yaşadıkları bulgusuna ulaşılmıştır.

Ekman, Levenson ve Friesen (1983) duyguların bazı fizyolojik belirtilerin olduğunu ileri sürmektedirler. Kalp atışının düşük olması durumu; mutluluk, tikslenme ve şaşkınlık duygularıyla ilişkiliyken yüksek olması durumunda ten sıcaklığına bakılması gerektiğini belirtmektedirler. Kalp atışı yüksek ve ten sıcaklığı yüksekse öfke; düşükse korku ve üzüntü ile ilişkili olduğunu ifade etmektedirler.

Genel olarak bakıldığında duyguların tanınmasında ve ortaya çıkmasında belirli bir beyin bölgesinin bulunmadığı aksine birbirleriyle ilişkili çoklu bir etkileşim ürünü olduğu görülmektedir. Bu durum ise duyguların tanınmasında ve ortaya çıkmasında belirli bir nöral temelin oluşturulmasını ve her bir duyguyu beyindeki sadece tek bir yapı ile eşleştirmeyi mümkün kılmamaktadır. Ancak bazı duyguların belirli beyin bölgelerini yoğunlukla etkilediği anlaşılmaktadır. Korku duygusunun özellikle amigdala ile ilişkili olması, tikslenme duygusunun insula ve bazal ganglionlar üzerindeki etkisi, hipokampusün hafızadan sorumlu olması ve bazı duygularla ilişkili olmasından dolayı insan yaşamını duygusal açıdan etkilediği görülmektedir. Otonom sinir sisteminin limbik sistemle bağlantılı olması, duyguların frontal korteksteki kontrolünü kısıtlamaktadır. Ayrıca duyguların tanınmasında sağ beynin aktif rol oynaması, bir diğer fizyolojik açıklamadır.

**Duygu ve biliş.** Duygunun nörolojik temelinde de açıklandığı üzere, duyguları sadece belirli bir beyin yapısıyla ilişkilendirmenin mümkün olamayacağı anlaşılmaktadır. Beyin yapılarındaki etkileşimler, belirli bir duygunun ortaya çıkmasına aracılık etmektedir. Duygu, biliş ve davranış kavramlarının da birbiriyle olan etkileşimi, insanı daha geniş bir yaklaşımla tanımayı sağlamaktadır. Bu açıdan bakıldığında Ledoux (1994) duygu ve bilişin beyindeki etkileşimine vurgu yapmaktadır. Biliş ve duygunun beyinde belirgin bir yerinin olmadığı ancak etkileşimlerinin nöral düzeyde olduğunu ileri sürmektedir ancak duygusal işlemin önceden belirlenmiş tepki kontrol ve uyarılma yapılarından ötürü bilişsel etkileşimden ayrı bir sistem içerdiğini belirtmektedir. MacLean (1990) tarafından ileri sürülen üçlü beyin yapısına göre, duygunun büyük bir oranının limbik sistemde olduğu ve bilişsel aktivitelerde önemli rol oynayan neokorteksin ise daha üst bir yapıda olduğu düşünüldüğünde, duygunun bilişle etkileşim içerisinde olduğu ancak

otomatik ve hızlı ortaya çıkmasını sağlayan limbik sistemden dolayı ise bilişten daha temel olduğu ileri sürülebilir.

**Kuramsal yaklaşımlar.** Alanyazında duygulara ilişkin yaklaşımlar bulunmaktadır. Bu yaklaşımlar, kronolojik sıraya uygun olarak aşağıda açıklanmıştır.

Darwin (1872/1998) tarafından yüz ifadelerinde beliren duyguların evrensel olduğunu ileri sürülmesinin yanı sıra duygular hem insanlar hem de hayvanlar üzerinde incelenmiştir. İnsanlarda görülen özel ifadeler çok yönlü olarak ele alınmıştır. Bir başka deyişle, insanlarda görülen ifadeler sadece yüz bölgesiyle kısıtlanmamış, bütüncül olarak ele alınmıştır. Sıkıntı çekme ve ağlama ifadesi; neşesizlik, kaygı, keder, keyifsizlik, umutsuzluk; sevinç, keyiflilik, sevgi, duygusal olma eğilimi, duygusal bağlılık; derin düşünce içerisinde olma, huysuzluk, somurtkanlık, kararlılık; düşmanlık ve öfke; hafife alma, aşağılama, tikslenme, suçluluk, gurur, çaresizlik, sabır, onaylama ve reddetme; şaşkınlık, hayret etme, korku, dehşet; öz – dikkat, utanç, çekingenlik, alçak gönüllülük duyguları ayrıntılı bir şekilde çalışılmıştır. Ayrıca, ifadelerin evrenselliği ve evrimsel temeli, kuramın oluşmasında anahtar roldedir.

İfadenin başlıca hareketlerini belirlemede üç temel ilkeden söz edilmiştir. Bunlardan ilki, ifadelerin kalıtsallığıdır. Bu ilke ile anlatılmak istenen bazı istek ve dürtülerin karşılanmasında kullanılan hareketlerdir. İkincisi, ifadenin içgüdüsel olarak tanınmasıdır. Üçüncü ilke ise, büyük ölçüde alışkanlıktan bağımsız olarak sinir sistemi üzerindeki bedenin doğrudan eylemidir (Darwin ,1872/1998, s.368-369).

Plutchik (1962) duyguları boyutsal olarak ele almakta ve bu şekilde sınıflandırmaktadır. Plutchik, Kellerman ve Conte (1979) temel duyguları mutluluk, kabul/benimseme (acceptance), korku, şaşkınlık, üzüntü, şüphe (distrust), öfke ve beklenti (anticipation) olmak üzere sekiz başlıkta incelediği görülmektedir ancak bu sınıflama boyutsal olmasından 4x2 şeklindedir: mutluluk – üzüntü, benimseme – şüphe, korku – öfke ve şaşkınlık – beklenti. Bunun yanı sıra bu duyguları ego savunma mekanizmalarıyla ve tanısız sınıflandırmalarla ilişkilendirdiği görülmektedir. Örneğin, öfke duygusu yer değiştirme savunma mekanizmasıyla ve



pasif – agresif tipin agresif tipiyle ilişkilidir. Buradaki tanısal sınıflama, dönemin tanı ölçütü kitabı DSM – II'ye göre yapılmıştır.

Tomkins (1962) Darwin'den sonra duyguların biyolojik yönüne vurgu yapan önemli araştırmacıların başında geldiği görülmektedir. Darwin ile Tomkins'in yaşadıkları yıllar arasında geçen sürede psikolojideki genel algının yüz ifadelerinde beliren duyguların daha çok kültürel olmasına ilişkin olduğu (Matsumoto ve Ekman, 2005). Tomkins ile birlikte yüz ifadelerinin evrenselliği tekrar ele alınmış ve bu yöndeki çalışmalara ağırlık verilmiştir. Biyolojik dürtüler, dışsal olaylar, hafıza, hayal gücü gibi kavramların ortaya çıkış sebepleri ve duyguların oluşmasına ilişkin tartışmaları Duygulanım Kuramı (Affect Theory) adı altında yürütülmüştür. Bu kuramla yüz ifadelerinin biyolojik yönü vurgulanmaktadır ve kendisinden sonra gelen Ekman (1969) ve Izard (1971) gibi kuramcıları da etkilediği görülmektedir.

Ekman (1969, 1992, 1994, 1999, 2003) tarafından ileri sürülen Nörokültürel Kuram'ın temeli evrime dayanmaktadır. Duyguların evrenselliğini destekleyen önemli bulguların da temel alınmasıyla duyguların evrensel, doğuştan ve biyolojik kökeninin olduğu ileri sürülmekle birlikte yüz ifadelerinde beliren duyguların kültürel faktörlerden de etkilendiği belirtilmiştir. Nitekim bu konuda Ekman'ın (1972) Japon ve Amerikalı katılımcılar üzerinde yürüttüğü çalışmada her iki kültürdeki katılımcıların yüzlerinde oluşan duyguların benzer olduğu ancak bazı duyguların yüzde kalma süresinin Japon katılımcılarda daha kısa olduğu görülmüştür. Japon katılımcıların oluşan olumsuz duyguların yüzde daha kısa sürede kalmasını istedikleri anlaşılmıştır. Bu durum kültür ile toplumlar arasındaki sözel olmayan kuralların yüzde oluşan duygunun süresine olan etkisi şeklinde açıklanmıştır. Bu yaklaşıma göre ise duygular sınıflandırılırken mutluluk, öfke gibi duygu aileleri olarak ele alınmıştır (Ekman, 1992).

Izard (1971) tarafından Ayrışık Duygular Kuramı (Differential Emotions Theory) ileri sürülmektedir. Bu kurama göre duygu, kişiliğin alt sistemlerinden birisi olarak konumlandırılmasının (Izard, 1997) yanı sıra duyguların insan davranışında temel güdüleyici bir sistem olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca yüz ifadelerinde beliren duyguların evrimsel olarak oluştuğunu, genetik faktörden etkilendiğini ve değişken bir yapısının olduğu belirtilmektedir. Bir başka ifadeyle yüz ifadelerinin genetik temeli olduğu ancak çevresel faktörlerden de etkilendiği ifade edilmektedir. Duygular, insan davranışlarının başlıca güdüleyicileridir. Ayrışık Duygular Kuramı'na göre

oluşan duygunun yüzde tek bir biçiminin olmadığı, bu duygunun birçok kombinasyonu olabileceğine ek olarak duygu ve bilişin sonsuz etkileşiminin olduğu ileri sürülmektedir. Bu sonsuz etkileşimin sınırsız sayıda düşünce ve görüntülerle ilişkili olduğundan ortaya ikincil duygular kavramı çıkmaktadır. Bu yaklaşıma göre ikincil duyguya örnek olarak öfke ve mutluluk ifadelerinin karışımı/bileşimi sonucunda gurur duygusunu ortaya çıkarması verilebilir.

Fridlund (1997) tarafından Davranışsal Ekoloji Kuramı ileri sürülmüştür ve bu yaklaşıma göre yüz hareketleri evrime dayandırılmaktadır. Bu yaklaşımla yüz ifadeleri evrimleşmiş sinyaller olarak görülmektedir. Sinyalleme davranışları, organizmanın etkileşimini kolaylaştıran işlevlerle ilgilidir. Fridlund (1997) ayrıca Frijda ve Tcherkassof (1997) ve Izard (1997) ile benzer olarak yüz hareketlerinin duyguyla olan ilişkisini göz önünde bulundurmasının yanı sıra birçok duygu yaşantılarının doğada sosyal olduğunu ileri sürmektedir. “Sosyal güdüleyiciler” adını verdiği yapılar, duyguların oluşmasını etkilemektedir.

Frijda ve Tcherkassof (1997) tarafından yüz ifadelerinde beliren duygulara yönelik Eylem Hazırbulunuşluk Modları isimli farklı bir yaklaşım getirilmiştir. Bu yaklaşıma göre yüz ifadeleri, bireyin ilişkisel eylem hazırbulunuşluğu ya da hazır olmama durumunu ifade eder. Ayrıca eylem hazırbulunuşluk modları da duygularla ilişkilendirilmiştir. Mutluluk duygusu (%92), gülme eylem hazırbulunuşluğu modu ile ilişkilidir; üzüntü duygusu (%80), ağlama modu ile ilişkilidir. Eylem hazırbulunuşluk modları genişletilecek olursa; yönetimde olma modu, mutluluk (%82) ve aşağılama (%72,5) duygularıyla; kendini koruma ve kaçınma modları, tikslenme (%74) ve korku (%77) duygularıyla; çaresizlik modu ise üzüntü (%92), korku (%93) ve şaşkınlık (%84,5) duygularıyla ilişkilidir. Kişinin duygular olarak tanımladığı şeyin özü, bireyin harekete hazır olma/bulunma durumundaki çeşitliliklerden oluşur ve yüz ifadeleri, duyguları ifade etmede de aracı konumundadır (Frijda ve Tcherkassof, 1997).

Bu yaklaşımın duyguları farklı bir yönden ele aldığı görülmektedir. Duyguların ortaya çıkması, eylem hazırbulunuşluk modlarından (örn., ağlama modu, kendini koruma modu, çaresizlik modu) kaynaklanmaktadır. Kişinin duyguları gözlemlendiğinde, eylem hazırbulunuşluk modlarıyla ilişkisi sorgulanabilir. Ayrıca Frijda ve Tcherkassof (1997); “yüz ifadeleri bir eylemin temel amacını ifade ettiği anlamda oluşur. Eylem hazırbulunuşluğu uygulamalar, yani sosyal alışkanlık, aldatma

veya gönüllü niyet gibi farklı bir kaynaktan gelmedikçe bunu yaparlar” (s.98) ifadesiyle de yüz ifadelerinin sadece eylem hazırbulunuşluk modlarıyla ilişkili olmadığını aynı zamanda bilişsel kaynaklarla da ilişkili olduğunu belirtmektedirler.

Yüz ifadelerinde beliren duygulara ilişkin birçok kuramsal açıklama bulunmaktadır. Genel olarak bakıldığında duyguların biyolojik temellerinin olduğu (Ekman, 2003a) ve genetik faktörlerden etkilendiği belirtilmektedir (Izard, 1997). Duyguların biyolojik temelinin yanı sıra çevresel faktörlerden de etkilendiği ve insan davranışlarının başlıca güdüleyicilerinden birisi olduğu ifade edilmektedir (Izard, 1997). Duyguların etkilendiği çevresel faktörler ayrıntılı olarak ele alınarak eylem hazırbulunuşluk modlarıyla (Frijda ve Tcherkassof, 1997) ve sosyal güdüleyiciler isimli yapılarla ilişkilendirilmiştir (Fridlund, 1997). Görüldüğü üzere duyguların etkileşim içerisinde olduğu birçok yapı bulunmaktadır. Bu yapıların işlevlerinin kesin bir çizgiyle ayrılması, duyguların anlaşılmasını zorlaştırabilir. Duyguların insan yaşamındaki önemi göz önünde bulundurulduğunda bu yapıların duyguyla olan ilişkisini anlamada, kuramsal açıklamaların rolü önemlidir.

**Temel duygular.** Duyguların temel olarak nitelendirilmesinin sebebi olarak bazı duyguların diğerlerine kıyasla daha temel olduğu belirtilmektedir (Ekman, 1999). Duyguların temel olarak nitelendirilmesinin nedenlerinden birisi, her bir duygunun farklı bir duygusal duruma işaret etmesidir (Ekman, 1999). Temel olarak nitelendirilmesinin diğer nedenleri ise, bir duygunun diğerinden sözel, yüz hareketleri ve otonomik fizyoloji gibi konularda temel bir şekilde ayırt edilebilir özellikte olması (Ekman ve Davidson, 1994) ve daha karmaşık duygu durumlarının- kiskançlık gibi- oluşmasına olanak sağlamasıdır (Ekman ve Cordaro, 2011).

**Temel duyguların özellikleri.** Ekman (1999) ilk olarak temel duyguların karakteristik özelliklerini on bir madde ile açıklamış, daha sonra Ekman ve Cordaro (2011) iki madde daha eklemişlerdir. Bu çerçevede temel duyguların özelliklerini aşağıdaki şekilde sıralamışlardır:

1. Ayırt edici evrensel belirtiler.
2. Ayırt edici fizyoloji.
3. Otomatik uyarılma.
4. Geçmiş olaylardaki ayırt edici evrenseller.

5. Diğer primatlardaki varlığı.
6. Hızlı oluşması.
7. Kısa süreli oluşabilmesi.
8. Kendiliğinden oluşması.
9. Ayırt edici düşünceler, anılar ve görseller.
10. Ayırt edici öznel yaşantı.
11. Tepkisiz süreç, duyguyu destekleyen unsurlara ilişkin bilgileri filtreler.
12. Duygunun hedefi sınırlandırılmamıştır.
13. Duygu, yapıcı ya da yıkıcı bir şekilde ortaya çıkabilir.

Temel duyguların bu özellikleri açıklanacak olduğunda; ayırt edici özelliklerinin olması, geçmiş yaşantılarda da benzer şekilde evrensel belirtilerinin ve tüm insanlarda ve diğer primatlarda benzer belirtilerinin olması gerekmektedir. Nitekim bu konuya ilişkin yapılan araştırmalarda şempanzeler insanlarla kıyaslandığında şempanzelerin temel duyguları oldukça benzer yüz ifadeleriyle yansıttıkları bulgusuna ulaşılmıştır (Bard, 2003; Burrows, Waller, Parr ve Bonar, 2006). Temel duyguların bir başka karakteristik özelliği, ayırt edici fizyolojik tepkilerinin olması, oldukça hızlı bir şekilde oluşmasıdır. Bunun yanı sıra başka kişilerden ayırt edici bireysel yaşantının oluşturduğu düşünce ve anıların olması gerekmektedir. Bir başka ifadeyle bu özellik, duygunun oluşmasını tetikleyen öznel yaşantıların oluşmasıdır. Temel duyguların belirli bir durum için sınırlandırılmamıştır ve oluşma sebebi olumlu veya olumsuz olabilmektedir.

*Temel duyguların sınıflandırılması.* Temel duyguların sınıflandırılması hususunda iki görüşün hâkim olduğu görülmektedir. Bunlardan birisi modüler sınıflandırılma ismi de verilen duyguların duygu aileleri olarak ele alınmasıyken (Darwin, 1872/1998; Allport, 1924; Ekman ve Friesen, 1969; Izard, 1971; Tomkins, 1962; Woodworth, 1938) diğeri duyguların boyutsal bir şekilde incelenmesidir (Plutchik, 1962; Russell – Fernandez Dols, 1997; Schlosberg, 1954).

Temel duyguların sınıflandırılmasında modüler yaklaşım, duyguların mutluluk, öfke, korku gibi duygu aileleri olarak ele alınmasını vurgular. Bu duygu aileleri, kendilerinden türeyen birçok duygunun temeli niteliğindedir. Boyutsal

yaklaşımında ise duygular belirli bir kategoride değildir ancak derecelendirilmelerinde farklılıklar vardır. Örneğin Scholberg (1941) ilk olarak duyguları hoş – nahoş, dikkat – reddetme olarak iki boyutta ele alırken sonraki yıllarda bu boyutlara ilaveten ifadenin ortaya çıkış seviyesini de dahil ettiği görülmektedir (Scholberg, 1954). Bu yaklaşımda duyguların iki kutupta ele alındığı görülmektedir.

Duyguların sınıflandırılmasında Averill'in (1994) bazı duyguların diğerlerine göre daha temel olduğunu ifade ettiği görülmektedir. Bu durumu ise prototip kavramıyla açıklamaktadır. Örneğin bilinmeyen bir kuş türüne (karga, akbaba olarak ifade edilemeyen) sadece kuş denilmesi, prototip kavramını betimlemektedir. Prototip kavramı gündelik bir dille duygu sınıflandırılması ile betimlenecek olursa "öfke", "can sıkma" dan, "korku", "kaygı" dan daha prototiptir. Darwin (1872/1998) temel duyguları şaşkınlık, korku, tikslenme, aşağılama, öfke, mutluluk, üzüntü ve merak olmak üzere sekiz kategoride incelemekteyken; Kanade, Cohn ve Tian (2000), duyguları; mutluluk, öfke, üzüntü, şaşkınlık, korku, tikslenme olarak altı kategoride inceler. Matsumoto ve ark., (2000) ve Ekman (2003a) ise duyguları mutluluk, öfke, üzüntü, şaşkınlık, korku, tikslenme ve aşağılama olmak üzere yedi kategoride ele aldığını görülmektedir. Bu araştırmada da benzer bir şekilde temel duygular; mutluluk, korku, öfke, üzüntü, tikslenme, şaşkınlık ve aşağılama olmak üzere yedi kategoride incelenmiştir.

**Yüz ifadeleri.** Yüz ifadeleri ile kast edilen, yüzdeki mimetik kasların hareketleridir (Matsumoto ve Ekman, 2005). Dolayısıyla yüz ifadeleri, bir başka ifadeyle yüz davranışları, yüzdeki kas hareketlerini bütüncül olarak tanımlayan bir kavramdır. Yüz ifadesinin oluşmasını sağlayan bazen bir duygu iken bazen de bir konuşma davranışı olabilmektedir.

Yüz ifadelerine yönelik çalışmalar incelendiğinde 1900'lü yıllarda, yüz ifadelerinin duyguları yansıttığı fikrinin yaygın olarak kabul edildiği görülmektedir. Duyguları tanımak, zihin durumunu tanıma ya da yüz davranışlarına eşlik eden özel durumlar anlamına gelmekteydi. Bu dönem araştırmacıların amaçlarından birisi, gözlemcinin yüzde gördüğü ifadeden yorumlayabildiği hususları keşfetmekti. Bu nedenle, bazı araştırmacılar (Landis, 1924; Sherman, 1927) kontrollü koşullarda gerçek duyguları veya farklı durumları ortaya çıkarmaya ve ardından gelen yüz hareketlerini kaydetmeye çalışmışlardır. Bazı araştırmacılar ise (Lewin, 1927),

doğal olarak ortaya çıkan yüz ifadelerinin filmlerini incelemişlerdir (akt., Russell ve Fernandez – Dols, 1997).

Woodworth ve ark., (1938) yüz bölgesinin belirgin duyguları iletmemesine karşın duygu ailelerini (örneğin; mutluluk, üzüntü, korku) yansıttığını ileri sürmüşlerdir. Bazı araştırmacılar (Klineberg, 1940) yüz ifadelerine ilişkin kültürel hususlara da değinmişlerdir (akt., Matsumoto, 1991). Schosberg'in (1954) ise duygu ailelerinin bileşimlerine ilişkin bir model ileri sürdüğü görülmektedir. Bu modelde duyguların sınıflandırılmasının hoş – nahoş, düşük – yüksek düzey gibi iki kutuplu yapıldığı anlaşılmaktadır. Frijda (1969) tarafından ileri sürülen bir başka yaklaşıma göre yüz ifadeleri ve duygu arasındaki bağlantıyı sağlayan duyguların çoklu bileşim modelinin yanı sıra eylem hazırbulunuşluk biçimleri (modları) olarak yüz ifadelerine ilişkin kuramsal açıklamaları bulunmaktadır. Eylem hazırbulunuşluk moduna örnek olarak “kaçınma” eyleminin hazırbulunuşluğu modu “tiksinme ve korku” duygularıdır.

Tomkins (1962) ve Plutchik (1962) tarafından yapılan çalışmalar, yüz ifadelerine ilişkin modern psikolojik çalışma olarak nitelendirilmektedir (Russell ve Fernandez – Dols, 1997). Tomkins (1962) ile birlikte yüz ifadesinde görülen duyguların evrenselliği üzerine önemli çalışmalar ortaya konulmuştur. Tomkins (1962) duyguları sınıflandırırken “öfke, mutluluk, üzüntü” gibi ayırt edici yaklaşımla ele alırken; Plutchik (1962) duyguları sınıflamada hoş – nahoş gibi boyutsal olarak ele almıştır.

Ekman ve Friesen (2003) duyguların görülmesine aracılık eden yüz bölgesine odaklanmaktadırlar ve yüz bölgesinin, duygusal ifadeleri anlamada çok önemli olduğunu ifade etmektedirler. Ayrıca yüz bölgesi, duyguların görüldüğü ilk yer olması yönünden önemliken; duyguların bedendeki belirtileri yüz bölgesine nazaran ikinci planda kaldığını öne sürmektedirler ve bunun sebebi olarak bedenin, bireyin duygularla başa çıkma şeklini gösterdiği belirtmektedirler. Buna ek olarak, duyguların belirgin belirtileri bedende olmamasına karşın yüzde, duyguların belirgin belirtilerinin bulunduğunu söylemektedirler. Duyguların ölçülmesi ve kodlanmasına ilişkin bilgi, ilerleyen sayfalarda (s.33) açıklanmıştır.

Genel olarak bakıldığında yüz ifadelerine yönelik çalışmaların çoğunlukla duygularla ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca duyguların sınıflandırılmasında modüler ve boyutsal olarak iki farklı yaklaşımın ele alındığı, yüz ifadesinde görülen

duyguların evrensel ve kültürel olmasına ilişkin araştırmaların yüz ifadelerini konu alan çalışmaları şekillendirdiği anlaşılmaktadır. Yüz ifadelerinin işlevleri başlığında ise yüz ifadelerinin işlevleri bütüncül olarak ele alınmıştır.

**Yüz ifadelerinin işlevleri.** Yüz ifadeleri çeşitli işlevleri kapsayacak şekilde kullanılabilir. Konuşma sırasında insanların yüzlerinde, içinde buldukları durumu yansıtıcı ifadeler belirir. Kişi meraklı olduğunda kaşlarını kaldırabilir veya kısık sesle konuşurken kaşlarını indirebilir. Kurulan diyaloglar sırasında yüz ve ses tonu aracılığıyla konuşmanın bittiğine işaret edilebilir ya da konuşma sırasının değişmesi gerektiği aktarılabilir. Karşı tarafa verilen sembolik jest ve mimikler sözel içerikten uzak olsa da hangi anlamı taşıdığı açıktır. Kuşkulu bir bakışta alt dudak yukarıya doğru hareket ettirilir ve üst dudak da yapışık olacak şekilde yükselir. Bu durumda simgesel olarak bir anlatım sözel ifadenin önüne geçebilir. Odaklanma veya kafa karışıklığı gibi bilişsel süreçlerde kaşların atılması ve dudakların büzülmesine benzer yüz ifadeleri bu durumu yansıtacak biçimde belirir. Yüz üzerinde yer alan 40'ın üstündeki kas sadece duyguların belirmesinde ve karşı tarafa aktarılmasında değil aynı zamanda günlük yaşantının ayrılmaz bir parçası olan konuşma, yeme ve telaffuzu şekillendirilmede de kullanılmaktadır (Matsumoto ve Ekman, 2005).

Görüldüğü üzere yüz ifadelerinin oluşmasını sağlayan fizyolojik, bilişsel ve duygusal birtakım etkenler bulunmaktadır ancak alanyazın incelendiğinde yüz ifadelerine yönelik yapılan araştırmaların genellikle duygularla ilişki olduğu görülmektedir. Yüz ifadelerinin duygularla ilişkisinin kabul edilmesinin iki temel sebebi bulunmaktadır: Bunlardan birincisi yenidoğan bebeğin duyguları sözel olarak ifade edememesinden dolayı, bebeklerin duygudurumlarına ilişkin sözsüz belirtilere güvenilmesidir. İkincisi Darwin (1872/1998) ile başlayarak duyguyu ele alan birçok kuramın (örneğin, Ekman, 1971; Izard, 1991; Tomkins, 1962) yüz ifadelerinde beliren duyguların rolüne önemli bir yer ayırmasıdır (Camras, Fatani, Fraumeni ve Shuster, 2016).

**Yüz ifadeleri ve duygular.** Yüz ifadesinde beliren duygular, bu araştırmada yedi kategoride ele alınmaktadır. Bunlar: mutluluk, korku, öfke, tikslenme, üzüntü, şaşkınlık ve aşağılamadır. Aşağıda bu duyguların yüzdeki ifadelerine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

*Mutluluk.* Mutluluk duygusunun yüz ifadesine ilişkin belirtileri aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Ekman ve Friesen, 2003, s.112):

- Dudak köşeleri gerilir ve yükselir.
- Ağız kısmen açılabilir veya açılmayabilir ve bu duruma dişlerin görülüp görülmemesi de eşlik eder.
- Bir kırışiklık, burundan dudak kenarlarının ilerisindeki dış kenara doğru iner.
- Yanaklar yükselir.
- Alt göz kapağının alt kısmında kırışiklikler görünür ve yükselebilir ancak bu kırışiklik gerilmez.
- Kazayağı çizgiler, gözlerin dış köşelerinden ileri doğru yönelir.

Mutluluk duygusuna ilişkin yapılan bir araştırmada gerçek bir gülümsemenin oluştuğu kas hareketleri hem dudak köşelerini yükselmesi hem de gözlerin çevresinde oluşan kırışiklığın eş zamanlı olarak ortaya çıkmasıyla ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bunun için katılımcılara hoş ve hoş olmayan bir video klip izletilmiş ve katılımcıların yüz hareketleri Yüz Hareketleri Kodlama Sistemi (Facial Action Coding System), İngilizce kısaltması olan FACS ile kodlanmış, beyin hareketleri ise elektroensefalografi yöntemiyle izlenmiştir. Katılımcıların hoş olan video klipleri izlediği sırada gösterdiği yüz hareketleriyle diğeri arasındaki farklardan birisinin göz kenarlarındaki kırışma hareketi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Ekman, Davidson ve Friesen, 1990). Bir başka ifadeyle gerçek bir gülümsemede dudak köşelerinin yükselmesinin (zigomatik kas hareketi) yanı sıra göz kenarlarında kazayağı çizgiler (orbiküler okuli kas hareketi) oluşmasıdır (Ekman ve Friesen, 2003). Bunun sebebi olarak kişi, hissettiği duygusunu gizlemek istiyor olabilir (Ekman, Friesen ve O'sullivan, 1988). Bu durum daha açık ifade edilecek olursa Ekman ve Friesen (1982) tarafından üç farklı gülümseme türünün olabileceği ileri sürülmüştür: hissedilen gülümseme (pozitif duygunun eş zamanlı oluşması), sahte gülümseme (kişinin gerçekten hissetmediği duyguyu hissediyormuş gibi görünme çabası) ve mutsuz gülümseme (kişi kendisini kötü bir halde olduğu bilir ancak bu konuda fazla bir şey yapmaya niyetli değildir). Mutluluk ifadesi gibi görünen ancak dikkatli bir şekilde bakıldığında hissedilen duygunun başka bir duygu olması ve hissedilen bu



duygunun gizlenme çabası içerisinde girilmesinden ötürü kazayağı çizgiler (orbiküler okuli kasın hareketi) oluşmayabilir.

*Korku.* Korku, organizmayı korumak için savunmacı bir tepkiyi güdüleyen olumsuz bir duygudur. Korku tepkileri olası fiziksel zarara uğrama durumlarında gelişmesine rağmen insanlardaki korku tetikleyicileri daha çok psikolojiktir. Korku tepkileri, vücudun tehdit edici uyarıların sona ermesiyle de hızlı bir şekilde azalır (LaBar, 2016).

Evrimsel bakış açısından korku duygusu oluştuğunda kan akışı, ellerden ve kollardan bacaklara ve ayaklara doğru yönelerek organizmayı kaçmaya hazırlar (Ekman, 2003a). Biyolojik yaklaşıma göre organizma, hayatta kalabilmek amacıyla dışsal olaylara karşı üç farklı tepki verir: Savaş, kaç ve donakalma (Bracha, 2004). Buna göre korku, olumsuz duygu olarak ele alınsa da organizmanın hayatta kalmasına aracılık etmektedir.

Tipik bir korku yüz ifadesinin ayırt edici belirtileri şu şekilde sıralanmaktadır (Ekman ve Friesen, 2003, s.63):

- Kaşlar yükselir ve birlikte gerilir.
- Alnın orta kısmında kırışiklık oluşur ancak bu kırışiklık tüm alını kaplamaz.
- Üst göz kapağı yükselir, göz akı genişler ve alt göz kapağı gerilir ve dikleşir.
- Ağız açılır ve dudaklar ya hafifçe gerilir ve geri çekilir ya da gerilir ve gerginleşir.

*Öfke.* Öfke duygusunun yüzdeki kasları hareket ettiren belirtileri şunlardır (Ekman ve Friesen, 2003, s.95-97):

- Kaşlar iner ve birlikte çekilir.
- Kaşların arasında dikey çizgiler görülür.
- Alt göz kapağı gerilir bununla birlikte yükselebilir veya yükselmeyebilir.
- Üst göz kapağı gerilir ve bu durum kaş hareketiyle azaltılabilir ya da azaltılamayabilir.
- Gözler sert bir bakışa sahip ve genişlemiş bir görünümü olabilir.

- Dudaklar iki temel pozisyondan birinde bulunur: sıkıca birbirine bastırılmış, köşeler düz ve aşağı doğru; ya da bağırıyormuş gibi kare şeklinde açılır.
- Burun delikleri genişlemiş olabilir ancak bu öfke yüz ifadesi için geçerli değildir ve aynı zamanda üzüntü yüz ifadesinde de ortaya çıkabilir.
- Yüzün üç bölgesinde (alın bölgesi, dudak ile göz arası bölge ve dudak ile alt çene arası bölge) öfke belirtileri görülmedikçe, oluşan ifadeye net bir şekilde öfke denilmez.

*Tiksinme.* Tiksinme ifadesinin belirtileri şunlardır (Ekman ve Friesen, 2003, s.76):

- Üst dudak yükselir.
- Alt dudak da kalkar ve üst dudağa kadar itilir; ya da alçalır ve hafifçe çıkıntı yapar.
- Burun kırışır.
- Yanaklar yükselir.
- Alt göz kapağının altında çizgiler görünür ve alt göz kapağı yukarı doğru itilir ancak gergin değildir.
- Kaşlar alçalır ve üst göz kapağı iner.

*Üzüntü.* Üzüntü duygusunun tipik belirtileri şunlardır (Ekman ve Friesen, 2003, s.126):

- Kaşların iç köşeleri birbirlerine yaklaşır.
- Kaşların altındaki deri, iç köşelerin kalkmasıyla üçgen bir hâl alır.
- Üst göz kapağının iç köşesi kalkar.
- Dudakların köşeleri düşer ya da dudak titrer.

*Şaşkınlık.* En kısa süren duygudur ve tipik bir şaşkınlık ifadesinin yüz hareketleri şunlardır (Ekman ve Friesen, 2003, s. 45):

- Kaşlar kalkar bundan dolayı kavisli ve yüksektirler.
- Kaşın altındaki deri gerilir.

- Alın bölgesinde yatay kırışıklar oluşur.
- Göz kapakları açılır; üst göz kapağı kalkar ve alt göz kapağı aşağı doğru açılır. Göz beyazı irisin üzerinde ve çoğunlukla da irisin alt kısmında görülür.
- Çene açılır dolayısıyla dudaklar ve dişler de kısmen eşlik eder ancak ağızda gerilme veya kasılma durumu yoktur.

*Aşağılama.* Aşağılama ifadesi altı temel ifadeye (öfke, mutluluk, şaşkınlık, üzüntü, korku ve tikslenme) sonradan eklenmiştir ve yüz ifadesindeki belirtisi şu şekildedir (Ekman ve Friesen, 1986; Ekman ve Heider, 1988; Matsumoto, 1992; Matsumoto ve Ekman, 2004):

- Dudak tek taraflı yükselir ve sıkılaştırılır.

*Diğer duygular.* Ekman (2003a) temel duygular ile bu duyguların yüz ifadelerindeki görüntülerini ilişkilendirdiğinden bazı duyguların evrenselliğini sorgulamaktadır. Nitekim bu konuda utanç duygusunun temel duygu olarak ele alınmamasının sebebine ilişkin yüz bölgesindeki fizyolojik değişimden ötürü kızarıklığın siyahi insanlarda görülememesi ileri sürülmektedir. Yüz ifadelerinde görülen temel duyguların varsayımlarından birisi olan tüm insanlarda benzer belirtilerin görülmesi gerektiğinden bu varsayımın desteklenemediği ifade edilmektedir. Bir diğer çalışmada Ekman (2009) mahcubiyet (embarrassment), suçluluk, kıskançlık, gurur duygularını kast ederek “duyguların kendileri evrensel olmasına rağmen anladığımız kadarıyla, bu duyguların evrensel bir ifadesi yoktur.” ifadesiyle de temel duygular ile yüz ifadelerinde beliren duyguların farkına değinmektedir. Bir başka deyişle evrensel duygular vardır ancak bazı duyguların yüz bölgesinde evrensel belirtileri yoktur. Izard (1994) ise temel duyguların ve duygu hissiyatlarının evrensel olarak kabul edilen yüzsel belirtilerle sınırlandırılmayacağını, yüz bölgesinde belirgin belirtileri olmayan utanç, çekingenlik, suçluluk gibi duyguların da temel duygular olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca bu duyguların kodlanmasında göz bakışı, beden duruşu, baş ve beden hareketleri ve psikofiziksel yönlerinin kullanılmasının işlevsel olacağı vurgulamaktadır.

Yüz ifadelerinin doğuştan ve evrensel olmasına ilişkin tartışmaların olduğu görülmektedir. Yüz ifadelerinin kültürel faktörlerden de etkilenme durumu da bir

diğer tartışma konusudur. Bu çerçevede yüz ifadelerinin doğuştan ve evrensel olması ve kültürel faktörlerdeki durumu, bu konularda yapılmış araştırmalarla birlikte ele alınacaktır.

**Doğuştanlık ve evrensellik.** Yüz ifadelerinde beliren duyguların doğuştan olması ve evrensel kabul edilmesi, doğuştanlık ve evrensellik konuları üzerine yapılan birçok araştırma neticesinde oluşmuştur. Darwin (1872/1998) ile yüz ifadelerinde beliren duyguların evrensel olduğu fikri ilk kez öne sürülmüştür. Darwin, ırk veya kültüre bakılmaksızın tüm insanların bazı duyguları yüz ifadeleriyle benzer bir şekilde ifade etme yeteneğine sahip olduklarını belirtmesinin yanı sıra duyguların insan güdüsünün temelini oluşturduğu ve duygunun belirlediği kısmın yüz bölgesi olduğunu ileri sürmüştür. Ancak uzun yıllar psikolojide yüz ifadelerine yönelik bakış açısı kültüre özgü olarak kabul edilmiştir (Matsumoto ve Ekman, 2005). Bu görüşün Tomkins (1962) ile birlikte yeniden ele alındığı ve yüz ifadelerinin evrensel olup olmadığının tekrar araştırıldığı görülmektedir. Tomkins'in, yüz ifadelerinde beliren duyguların evrensel olduğu görüşünü desteklediği anlaşılmaktadır. Russell ve Fernandez – Dols (1997) evrenselliğin asgari düzeyini şu şekilde sıralamaktadırlar (s.17):

- Belli başlı yüz hareketleri, tüm insanlarda oluşmaktadır.
- Yüz hareketleri psikolojik durumlarla eşgüdümlüdür.
- Çoğu insan, bir başka kişinin yüz hareketinden kişinin psikolojik durumuna ilişkin çıkarımda bulunabilir.
- Batı kültüründeki insanlar, belirli yüz ifadelerinin özel tipleri olduğuna dair bir dizi inanca sahiptir.

Evrensellik hipotezini destekleyen ilk araştırmanın Ekman Sorenson ve Friesen (1969) tarafından yapıldığı görülmektedir. Bu araştırmada Ekman ve arkadaşları, farklı kültüre mensup katılımcılara birçok farklı yüz ifadeleri resimleri göstererek katılımcılardan yüzde hangi duygunun oluştuğunu değerlendirmelerini istemişlerdir. Eğer duygusal ifadeler evrensel ise yüz ifadelerini değerlendirme sonuçları büyük oranda benzerlik gösterecek; eğer ki duygusal ifadeler kültüre özgü ise duygusal ifadeler kültür içerisinde kabul edilecekti. Araştırma sonuçlarına göre “mutluluk, öfke, tikslenme, korku, şaşkınlık ve üzüntü” duyguları büyük oranda benzerlik göstermiştir.

Ekman, sonraki iki çalışması ile sonuçların medya iletişim araçları gibi görsel faktörlerden etkilenip etkilenmediğini değerlendirmiştir. Nitekim önceki araştırmacıların katılımcıları görsel araçlardan duyguları tanımayı öğrenmiş olabileceği ve bundan dolayı da duyguları benzer şekilde yorumladıkları ihtimali üzerinde durmuştur (Matsumoto ve Ekman, 2005). Bunun üzerine Ekman ve Friesen (1971) Papua Yeni Gine'ye giderek oradaki insanların yüz ifadelerini incelemişlerdir. Papua Yeni Gine'ye gidilmesinin amacı oranın insanların görsel araçlardan uzak olmaları ve dış faktörlerden daha az etkilenmiş olmaları olduğu anlaşılmaktadır. Bir çalışmada kabile üyeleri, ilgili duyguları anlatan öyküler ile duygunun yüzdeki ifade belirtisini tam olarak eşleştirilmesiydi. Bir sonraki araştırmada araştırmacılar tarafından, katılımcılardan hikayelerdeki kişi olunsaydı neye benzeyeceklerini tasvir etmeleri istenmiş ve kabile üyelerinin yüz ifadeleri bireysel olarak filme alınmıştır. Daha sonra bu kayıtlar, kabile üyelerini daha önce görmemiş Amerikalı katılımcılara gösterilmiştir ve Papua Yeni Gine'li katılımcıların filmlerde betimlemesi istenen duyguları Amerikalı katılımcılar doğru bir şekilde tespit etmişlerdir.

Bir başka araştırmada Ekman (1971) Amerikalı ve Japon katılımcıları bireysel olarak filme alarak her iki kültürdeki katılımcılara duygu içeren video kayıtları izletmiştir. Bu video kayıtlar, katılımcıların duygularını ortaya çıkarmasına aracılık etmektedir. Katılımcıların yüz ifadeleri analiz edildiğinde her iki kültürdeki katılımcılarda benzer yüz ifadelerinin olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmanın bir başka bulgusu ise, Japon katılımcıların olumsuz yüz ifadesi oluşmasını Amerikalı katılımcılardan daha çok gizlemiş olmalarıdır. Bir başka ifadeyle Japon katılımcılar, olumsuz duygu oluştuğunda duygunun yüz ifadesinde belirmesi Amerikalı katılımcılara göre daha kısa sürmektedir. Ekman (1971) bu durumu, yüz ifadesinde beliren duyguların evrensel olduğu ancak duygunun yüz ifadesinde belirme süresinin kültürün etkisinden kaynaklanması şeklinde açıklamıştır. Matsumoto (2001) yüz ifadelerini değerlendirme çalışmalarında otuzdan fazla evrensellik hipotezini destekleyen araştırma olduğunu belirtmiştir.

Kendler ve ark., (2008) tarafından yaşları 19 ile 54 arasında değişen yirmi sekiz tek yumurta ikizleri ve çift yumurta ikizleri üzerine yapılan araştırmada; katılımcıların yüz ifadelerinde oluşan duygular incelenmiştir. Bunun için duygu içerikli üç film izletilmiş ve yüz hareketleri kayıt altına alınmıştır. Standart uyarıcılara

tepki olarak bazı insan duyguların yüz ifadelerini (mutluluk, şaşkınlık ve öfke) göstermede genetik etkiyi destekleyen sonuca ulaşılmıştır.

Yüz ifadelerinin doğuştanlığına ilişkin Izard (1994) doğuştanlık hipotezini kurmanın en iyi yolunun dil ve anlamsal atıflara bağlı kalınmadan yapılması gerektiğini ifade etmiştir. LaBarbera, Izard, Vietze ve Parisi (1976) tarafından 4 ve 6 aylık bebekler üzerinde yürütülen araştırmada bebeklere; mutluluk, öfke ve nötr yüz ifadeleri gösterilmiştir. Bebeklerin mutluluk fotoğrafına, öfke ve nötr ifadeden daha fazla baktıkları gözlenmiştir. Bu sonuç, bebeklerin gelişimin ilk dönemlerinde duyguları ayırt edebildiklerini göstermektedir. Bir başka ifadeyle yaşamın ilk yıllarında olumlu duygu, fark edilebilmektedir. Bebeklerle yapılan diğer araştırmalarda (Field ve ark., 1983; Kagan ve Lewis, 1965; Meltzoff ve Moore, 1983) bu görüşü destekler niteliktedir. Doğuştanlık hipotezini destekleyen farklı araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin doğuştan gözleri görmeyen ve görme duyusunda herhangi bir sorunu olmayan katılımcılarla yapılan araştırmalarda (Galati, Miceli ve Sini, 2001; Galati, Sini, Schmidt ve Tinti, 2003; Matsumoto ve Willingham, 2009) her iki gruptan katılımcıların yüz ifadelerinde duygular, benzer yüz hareketleriyle ortaya çıkmıştır. Tüm bunlardan hareketle yüz ifadesinde görülen duyguların doğuştan ve biyolojik temelinin olduğu söylenebilir.

Evrensellik hipotezini destekleyen araştırmalara karşıt olarak bu hipoteze olumsuz yönde eleştiri getiren başka çalışmalar da bulunmaktadır. Bu konunun savunucuları arasında Gendron, Roberson ve Barrett (2015), Jack ve ark., (2009), Russell (1994) gibi araştırmacılar bulunmaktadır. Bu araştırmacılar yüz ifadelerindeki duyguların kültürel yönlerini vurgulamaktadır.

**Kültürel etmenler.** Alanyazından yola çıkarak dünyadaki çoğu kültürde belli duyguların var olduğu görülmekle birlikte, belirli kültürlerden bireylerin bu duyguları fark etme düzeylerinin değiştiği görülmektedir. Nitekim bu konuda Elfenbein ve Ambady (2002) tarafından yapılan meta – analizde yüz ifadelerindeki duyguları doğru tanımadaki grup avantajı kavramından söz edilmektedir. Grup avantajı, duygu ifadesinin aynı kültürden kişiler tarafından gösterildiğinde katılımcıların duyguları daha iyi tanımasıdır. Bu, duyguyu tanıma becerisinin, duyguyu tanıyan ve duyguyu ifade eden görseldeki kişilerin etnik yapısı veya milliyetinin etkileşimine bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir. Ancak bazı çalışmalarda ise grup avantajının önemli düzeyde bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Yan, Andrews ve

Young (2016) tarafından Çinli ve İngiliz katılımcılar üzerinde yürütülen araştırmada yüz ifadelerini tanıma iki etnik grup arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır ancak fotoğraftaki kişiyle aynı etnik kökene sahip katılımcının diğer etnik kökene kıyasla düşük de olsa bir farklılık çıkmıştır. Zhang, Parmley, Wan ve Cavanagh (2015) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise grup avantajının kısa süreli ifadelerdeki durumu araştırılmıştır. Amerikalı ve Çinli katılımcılara öfke, üzüntü ve mutluluk ifadeleri; hemen göze çarpmayan, düşük ve orta düzeyde bir yoğunlukta ifadeler gösterilmiştir. Grup avantajı öfke ifadesi için düşük ve orta yoğunluk düzeylerinde, üzüntü ifadesi için ise orta düzey yoğunlukta görülmüştür. Sonuçlar ise kültür etkisi bağlamında tartışılmıştır.

Yüz ifadelerinin tanınmasını etkileyen bir diğer etmen ise cinsiyettir. Matsumoto (1992) tarafından Japon katılımcılar üzerinde yürütülen duygu tanıma araştırmasında, görseldeki/fotoğraftaki kişinin cinsiyetinin kadın olması durumunda katılımcıların duyguları daha kolay tanıdıkları sonucuna ulaşılmıştır. Yine benzer bir sonuç olarak Hampson, van Anders ve Mullin (2006) tarafından yürütülen araştırmada da duygu fotoğrafındaki kişinin kadın olması durumunda duygunun tanınma oranı daha yüksektir. Amerika ve Avrupa kıtalarından katılan 42.638 kişi üzerinde yürütülen araştırmada kadınlar – uyrukları dikkate alınmaksızın – altı temel duyguyu (mutluluk, öfke, şaşkınlık, üzüntü, korku, tikslenme) erkeklere kıyasla daha doğru bir şekilde tanımışlardır (Merten, 2005). Kadınların yüz ifadelerini erkeklere kıyasla daha iyi olmasındaki bir faktör olarak itaatkâr olmalarından kaynaklanabileceği tartışılmaktadır. İtaatkâr hipoteziyle duyguları algılamada kadınların geleneksel toplumsal itaatkarlığı onların bu konuda üstün olma sebebi olarak gösterilmektedir (Snodgrass, 1992). Cinsiyetin kadın olması durumunda yüz ifadelerinin tanınmasını etkileyen bir başka husus kadınların menstural dönemidir. Dernt ve ark. (2008) tarafından 32 kadın katılımcı üzerinde yapılan bir araştırmada folliküler (ilk 14 günlük dönem) dönemdeki kadınların yüz ifadelerini daha doğru tanımladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu dönemde progesteron düzeyi, lüteal (son 14 günlük dönem) döneme kıyasla daha düşüktür ve progesteron, 14. günden sonra salgılanmaya başlar ve şişkinlik ve gaz şikayetlerine sebep olur. Bir başka ifadeyle progesteron düzeyi düşük kadınlar duyguları daha iyi tanımlayabilmektedirler.

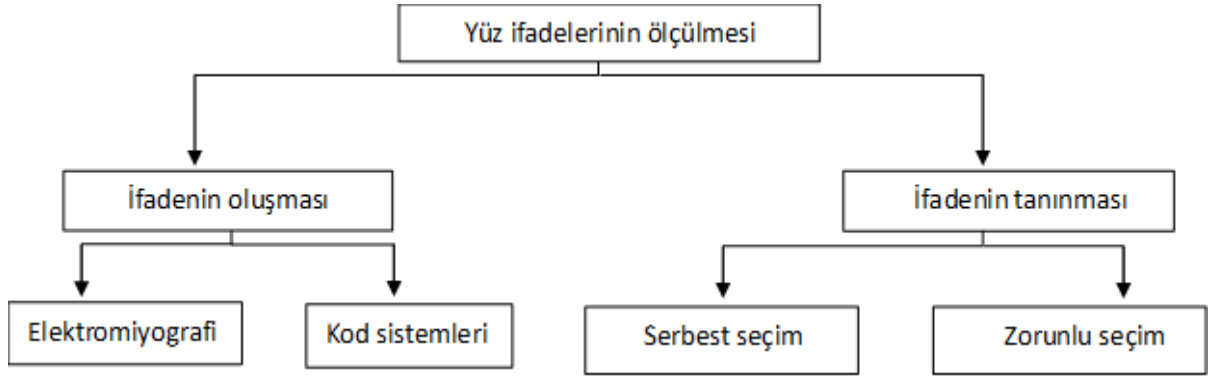
Kültürel etmenler kapsamında değerlendirilen bir diğer husus ise konuşulan dildir. Bazı duyguların farklı dillere çevirisi, o duygunun karşılığını tam olarak

veremeyebilir. Bu da yüz ifadelerinin tanınmasında dilden kaynaklı bir sınırlılık durumuna yol açabilmektedir.

**Yüz ifadelerinin ölçülmesi ve değerlendirmesi.** Yüz ifadelerindeki duygulara ilişkin yapılan araştırmalar, yöntemsel açıdan bazı farklılıklar göstermektedir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde yüz hareketlerine yönelik temel de iki yöntemin kullanıldığı görülmektedir. Bunlardan birincisi katılımcının yüz ifadesine yönelik araştırmalar iken; diğeri katılımcıdan tespit edilmesi istenen yüz ifadeleri araştırmalarıdır. Bir başka deyişle ilki katılımcının yüz ifadesindeki kasların araştırmacı tarafından analiz edilmesi (encoding); ikincisi, katılımcıya gösterilen yüz ifadesinin yine katılımcı tarafından değerlendirilmesidir (decoding). Katılımcının yüz ifadesindeki kasların ve kasların oluşturduğu duyguların analiz edilmesi konusunda alanyazında kodlama sistemleri bulunmaktadır. Ekman tarafından geliştirilen Yüz Hareketleri Kodlama Sistemi (Facial Action Coding System – FACS) video kayda alınan katılımcının yüz ifadesindeki kas hareketlerinin kodlanmasına aracılık etmektedir. Bu kodlama sistemine göre AU 1, “kaşların iç kısımlarının yükselmesi” hareketini temsil eder (Ekman ve Rosenberg, 2005).

Yüz ifadelerinin değerlendirilmesinde katılımcıların duyguları tespit etme hususunda da farklılıklar bulunmaktadır. Bu farklılıklardan birisi serbest seçim iken; diğeri zorunlu seçimdir. Serbest seçim ve zorunlu seçim, araştırmanın niceliğini belirleyen konulardır. Kùltürler arası araştırmalarda duygu ifadeleri, araştırma yapılan toplumun konuştuğı dilinden dolayı farklılık gösterebilmektedir. Özellikle de yüz ifadelerindeki duyguların evrenselliğine ilişkin çalışmalarda dil, dikkat konusu olmuştur. Izard (1994), doğuştanlık ve evrensellik konularında dilden bağımsız araştırmalar yürütmek için öğrenilmiş dili göz önünde bulundurmuştur. Yüz ifadelerinin değerlendirilmesi ve ölçülmesi Şekil 1.'de gösterilmiştir.





Şekil 1. Yüz İfadelerinin Ölçülmesi.

Yüz ifadelerinin ölçülmesinde ifadenin oluştuğu andaki kas hareketlerinin tespit edilmesini gerektiren araştırmalarda Şekil 1.'de de görüldüğü üzere 2 yöntem kullanılmaktadır. Bunlardan ilki olan elektromiyografi yönteminde yüzdeki kas yüzeylerine küçük elektrotlar yerleştirilir ve ayırt edici kasların tespiti sağlanır. Bu yöntem, yüz hareketlerinin ölçülmesinde en nesnel yolu sağlamasına karşın pek tercih edilen bir yöntem değildir. Russell ve Fernandez – Dols (1997), deneklerin yüzüne yerleştirilen elektrotlardan dolayı yüz hareketlerinde bazı güvenilir olmayan sonuçlar ortaya çıkabileceğini ve ekonomik bir yöntem olmadığını ifade etmişlerdir. İkincisi, yüz hareketleri kodlama sistemlerinden yararlanılmasıdır. Bu yöntemde oluşan yüz hareketleri tek tek incelenerek her bir farklı hareketin kodlanması sağlanmıştır. Bu konuda alanyazında çoğunlukla kullanılan sistem Yüz Hareketleri Kodlama Sistemi'dir (Facial Action Coding System – FACS). FACS, Ekman ve Friesen (1978) tarafından geliştirilmiştir. Ayrıca Duyguların Oluşturduğu Yüz Hareketleri Kodlama Sistemi (Emotion Facial Action Coding System – EMFACS) ile duyguların yüzdeki hareketleri bütüncül olarak ele alınmıştır (Ekman ve Friesen, 1983). Alanyazında rastlanan bir başka kodlama sistemi Izard, Dougherty ve Hembree (1983) tarafından geliştirilen Bütüncül Değerlendirmeye Duygusal İfadeleri Tanıma Sistemi (System for Identification Affect Expression by Holistic Judgment – AFFEX) iken; bir diğeri Izard (1979) tarafından geliştirilen Azami Ölçüde Tanımlayıcı Yüz Hareketleri Kodlama Sistemi'dir (Maximally Descriptive Facial Movement Coding System – MAX). Şekil 1.'de görülen yöntemlerin ifadenin oluşmasında veya ifadenin tanınmasında keskin bir ayrımı yoktur ve bu yöntemler çoğaltılabilir. Örneğin Paiva – Silva, Pontes, Aguiar ve de Souza (2016) tarafından yüz ifadelerinin tanınmasında kullanılan yöntemlerin derlemesi yapılmıştır ve elektroensefalografi (EEG) yönteminin yüz ifadelerinin tanınmasının

nörobiyolojisine ilişkin bilgi verebileceğini ifade edilmiştir. Bu araştırmada ise yüz ifadelerinin katılımcı tarafından nasıl değerlendirildiği (decoding) yönteminin kullanılmasının yanı sıra katılımcılardan yedi temel duygudan sadece birisinin seçilmesinin istenmesiyle de zorunlu seçim yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem uygun olarak ise alanyazında sıklıkla kullanılan Duyguların Japon ve Amerikalı Yüz İfadesi (Japanese and Caucasian Facial Expression of Emotion – JACFEE) kullanılmıştır.

Alanyazında sıklıkla kullanılan fotoğraf setlerinden bir diğeri Ekman ve Friesen (1976b) tarafından geliştirilen duygusal yüz fotoğrafları setidir. Orijinal adı Pictures of Facial Affect (POFA) olan bu fotoğraf setinde altı temel duygu (mutluluk, şaşkınlık, tikslenme, üzüntü, korku ve öfke) siyah–beyaz fotoğraflarda gösterilmektedir. FACS ile güvenilir bir şekilde kodlanan bu setin Türkiye’deki araştırmalarda da kullanıldığı görülmektedir (Erdoğan, 2016; Tatar, Yargıç, Oflaz ve Büyükgök, 2014). Bu araştırmada POFA, siyah–beyaz olmasından ötürü tercih edilmemiştir. JACFEE’nin renkli fotoğraflardan oluşması ve FACS ile kodlanması, araştırmanın amacına daha uygun olacağı düşünülmüştür.

Yüz ifadelerinin ölçülmesi ve değerlendirilmesinde göz önünde bulundurulması gereken önemli bir konu ekolojik geçerliktir. Ekolojik çevre ile katılımcının yaşantısı geçirdiği ve katılımcıyı etkileyen çevre kast edilmektedir. Bir başka ifadeyle yüz ifadelerinin araştırılmasında doğal koşullar mı yoksa kontrol edilmiş koşullar mı olduğudur. Bireysel farklılıklar, kültürel bağlamlar duyguların oluşmasını etkilemektedir.

***Makro ve mikro ifadeler.*** Makro ifadeler, duyguların genellikle 0.5 ila 4 saniye arasında doğal olarak oluşması sonucunda yüzdeki belirgin kasları hareket ettirmesi (Ekman, 2003a) şeklinde tanımlanmaktadır. Bu ifadelere gündelik ilişkilerde sıklıkla rastlanmaktadır. Mikro ifadeler, Ekman ve Friesen (1969) tarafından; bir saniyeden daha kısa bir sürede beliren, bilinçli olarak ortaya çıkmayan ve evrensel olan ani yüz hareketleri olarak tanımlanmaktadır.

Alanyazında mikro ifadeler ilk olarak Haggard ve Isaacs (1966) tarafından tanımlandığı görülmektedir ve bastırma (represyon) savunma mekanizmasından dolayı bu ifadelerin oluştuğu ifade edilmiştir. Ekman (2003a), mikro ifadelerin bastırma savunma mekanizmasının yanı sıra baskılama (süpresyon) savunma

mekanizmasından dolayı da benzer şekilde yüzde belirmediğini ifade etmektedir ve mikro ifadelerin yüzde belirmesine sebebiyet veren bağlamın irdelenmesi gerektiğini ileri sürmektedir. Darwin'in (1872/1998) çalışmalarına bakıldığında inhibisyon hipotezinin mikro ifadeler kavramıyla benzerlik gösterdiği anlaşılmaktadır. İnhibisyon hipotezine göre bir eylem kasıtlı olarak yapılmazsa duygunun ortaya çıkması gibi istem dışı süreçler oluştuğunda bu durum engellenemez (Ekman, 2006). Bir başka deyişle duygu istem dışı ortaya çıktığında duygunun oluşması engellenemez. Tıpkı mikro ifadelerdeki gibi ortaya çıkan duygu saniyenin 1/5'i ile 1/25'i kadar yüze yansır ve sonra kaybolur. Bu durum bastırma ve baskılama ego savunma mekanizmalarıyla açıklanmaktadır. Bilinçli ve bilinçdışı başa çıkma yöntemlerini kapsayan bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin de bu çerçevede ele alınması, yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasını etkileyebileceği düşünülmüşünden ötürü bu araştırmada irdelenmiştir.

### **Bilişsel Duygu Düzenleme**

Thompson, (1994) duygu düzenleme kavramını "duygusal tepkileri gözlemlenme, kontrol etme, değerlendirme ve değiştirmek ile beraber hedefe ulaşmayı sağlayan tüm içsel ve dışsal süreçler" olarak tanımlamaktadır. Tanımdan da anlaşılacağı üzere duygu düzenlemenin kapsamlı bir yapısı (bilişsel, sosyal, davranışsal vs.) olduğu görülmektedir. Duygu düzenlemenin; biyolojik, sosyal, davranışsal ve aynı zamanda bilinç ve bilinçdışı süreçleri kapsayan geniş bir kavram olarak açıklandığı görülmektedir (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001). Bilişsel duygu düzenleme kavramı ise duygu düzenlemenin bilişsel kurama dayalı açıklanmasıdır. Nitekim bu konuda Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) bilişsel olarak duygu düzenlemenin insan yaşamıyla yakından ilişkili olduğunu vurgulamalarının yanı sıra bilişsel duygu düzenlemeyle bilişsel başa çıkma kavramını eş anlamlı olarak kullanıldığını aktarmaktadırlar (Thompson, 1991; akt: Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001). Sorun oluşturan durumlardaki yaşanan olumsuz duyguyu bilişsel yollarla çözme, bilişsel duygu düzenlemeye örnek verilebilir.

Duygu düzenlemenin anlaşılması duygu-uyarıma modeliyle başlamaktadır. Genel olarak birçok kuramda bir uyarının öncelikle değerlendirildiği daha sonra bu değerlendirmenin bir duyguya yol açtığı ileri sürülmektedir (Ellsworth ve Scherer,

2003). Buradaki değerlendirme kavramıyla organizmanın anlık değerlendirmeleri ifade edilmektedir. Uyandırılan duygu akabinde düşünceyi, duygu durumlarını, ifade edici davranışları ve fizyolojiyi harekete geçirmektedir (Matsumoto, 2006). Bu çalışmada uyarılan duygunun ardından oluşan bilişsel başa çıkma becerisinin yüz ifadelerini tanımadaki rolü araştırılmıştır.

Bireylerin yaşantılarla başa çıkma tarzları farklılık gösterebilmektedir. Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından bilişsel duygu düzenleme yöntemleri şu şekilde sıralanmıştır: yaşanan olaydan ötürü kendini suçlama, diğerlerini suçlama, düşünceye odaklanma, pozitif olarak tekrar odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme, bakış açısına yerleştirme ve yaşantıdan sonra yıkım. Bu kavramlar sırasıyla aşağıda kısaca açıklanmıştır:

1. *Kendini suçlama*: Bu stratejiyi kullanan kişiler, yaşantı geçirdiği bir durumdan ötürü kendini suçlama eğilimindedirler. Genellikle kendilerini suçlu hisseden bu kişilerin durumlarının depresyon gibi olumsuz yaşantılarla ilişkili olduğu, araştırma bulguları arasındadır (Anderson ve ark., 1994).
2. *Diğerlerini suçlama*: Diğerlerini suçlama stratejisini kullanan kişilerin yaşantının başkalarından kaynaklandığını ve olumsuz yaşantılardan başkalarının sorumlu olduğunu düşünürler. Bu yöntemi kullanan kişilerin, düşük düzeyde duygusal açıdan iyilik durumlarının olduğu ileri sürülmüştür (Tennen ve Affleck, 1990).
3. *Kabul etme*: Bu stratejiyi kullanan kişiler ise yaşanan durumu kabullenme eğilimindedirler.
4. *Plana tekrar odaklanma*: Bu stratejide olumsuz yaşantının tekrar ele alınması ve atılacak adımların neler olacağına ilişkin düşünceler bulunmaktadır.
5. *Pozitif tekrar odaklanma*: Bu stratejide yaşantı geçirilen bir olaya ilişkin düşünmek yerine keyifli ve eğlenceli konular hakkında düşünme vardır.
6. *Düşünceye odaklanma*: Düşünceye odaklanma stratejisi olumsuz olayla ilişkili düşünce ve hislere ilişkin düşünme durumudur.
7. *Pozitif tekrar gözden geçirme*: Pozitif tekrar gözden geçirme stratejisinde yaşanan olaya olumlu anlam yükleme durumu vardır. Bu stratejinin pozitif tekrar odaklanma stratejisinden farkı, pozitif tekrar odaklanmada başka bir

olayla ilgili olumlu düşünceler bulunurken; bu yöntemde yaşantıyla ilgili olumlu düşünceler bulunmaktadır.

8. *Bakış açısına yerleştirme*: Bu stratejide yaşanan olayın daha kötü olaylarla kıyaslanarak ciddiyetini azaltma düşünceleri vardır.
9. *Yıkım*: Son bilişsel duygu düzenleme stratejisi olan yıkım ise olumsuz yaşantının ne denli kötü olduğunu açık bir şekilde vurgulayan düşünceler ifade edilir. Bir başka ifadeyle yıkım stratejisine felaketleştirme de denilebilir.

## **Kişilik**

Cloninger (2013) kişiliği “bireysel davranış ve yaşantı sahibi kişideki temel sebepler” olarak tanımlanabileceğini öne sürmektedir. Bununla birlikte, bu tanımın betimlenmesi amacıyla bu betimlemenin üç farklı yoldan yapılabileceğini ifade etmektedir. Bunlar: Tip yaklaşımı, özellik (trait) yaklaşımı ve faktör yaklaşımıdır.

Alanyazın incelendiğinde kişiliğin uzun yıllardır merak konusu olduğu ve temel boyutlarını araştırma çabası içerisine girildiği anlaşılmaktadır. Tarihsel olarak bakıldığında, Hipokrat’ın insanı tanımada kişiliğin kalıtsal yönü olan mizaç özelliklerine ilişkin açıklama getirdiği görülmektedir. Freud (1977) kişiliği id – ego – süperegö bağlamında ele aldığı yapısal modellerle açıklamaya çalışmıştır. Öte yandan Allport (1937) kişiliğe, kişiliğin birincil bileşeni olarak tanımladığı trait kavramını temel alarak açıklık getirdiği anlaşılmaktadır.

Cattell’in kişiliğin temel özelliklerin neler olduğuna dair merakı, onu faktör analizi yapmaya teşvik etmiş ve kişiliğin temel özelliklerine “kaynak özellikler” ismini vermiştir. Kaynak özelliklerden yola çıkarak faktör analizleri sonucunda kişiliğin temel boyutlarına ilişkin bulgularını takiben 1949 yılında 16 Faktör Kişilik Testi’nin ilk halini yayınlamıştır. Bu araştırma sonrasında McCrae ve Costa (1988) gibi araştırmacıların yaptığı birçok çalışmada faktör yüklerinin beş faktör üzerine ortaya çıkmasıyla da “Büyük Beşli” adı verilen ve günümüz araştırmalarında da yaygın olan Beş Faktör Kişilik Envanteri, kişiliği ölçmede kullanılmaktadır (Akt., Burger, 2006). Bu çalışmada Beş Faktör Kişilik Envanteri tercih edilecek olmasından dolayı kişiliğin betimlenmesinin faktör yaklaşımı çerçevesinde incelenmesi yerinde olacaktır.

**Beş Faktör Kişilik Kuramı.** Faktör yaklaşımı kuramcısı Raymond Cattell, kişilik üzerinde ayrıntılı araştırmalar yaparak kişiliği 16 Faktör üzerine kurulu bir yapı olarak tanımlamaktadır. Paul Costa, Robert McCrae ve Oliver John gibi kuramcılar, Cattell'in yaklaşımından yola çıkarak çalışmalarında Beş Faktör Kişilik terimini tanımlamaktadırlar. Büyük Beşli olarak da ifade edilen bu terim, kişiliği beş faktör üzerine kurulu bir yapı olarak değerlendirmektedirler. Bu faktörler: Açıklık, Özdenetim, Dışa dönüklük, Uyumluluk ve Duygusal Dengesizlik olarak isimlendirilmektedir (Akt: Cloninger, 2013).

1. *Duygusal Dengesizlik:* Kişiliğin beş faktöründen birisi olan “duygusal dengesizlik” boyutundan yüksek puan alan kişilerin duygusal açıdan problem yaşadığı ve duygularında sürekli bir değişim olduğu; düşük puan alan kişilerin ise uyum sağlayabilen, aşırı duygusal tepkiler gösterme eğiliminde olmayan kişiler olduğu ileri sürülmektedir (akt., Burger, 2006). Ayrıca olumsuz duygulardan herhangi birisine eğilimli olan kişilerin diğer olumsuz duygulara da eğilimli olduğu ifade edilmektedir (Costa ve McCrae, 1992). Bu boyuttan yüksek puan alan kişilerin yüz ifadelerindeki duyguları beş faktör kişilik özelliklerinin diğer boyutlarına kıyasla daha düşük düzeyde tanıma becerisine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Matsumoto ve ark., 2000).
2. *Dışa dönüklük:* Beş faktörden bir diğer boyut ise “dışa dönüklük”tür. Kişiliğin en önemli bileşenlerinden birisi olan dışa dönüklük birçok sosyal davranışı yordamaktadır (Cloninger, 2013). Dışa dönüklük boyutu yüksek olan kişiler ise çoğunlukla sosyal bir yapıları olmasının yanı sıra girişken ve sıcakkanlıdırlar. Dışa dönüklük boyutu düşük olan kişilerde yani içedönükler ise çoğunlukla bu özellikleri göstermeyen fakat asosyal olarak nitelendirilenin de yanı sıra olacağı türdeki kişilerdir (Burger, 2006). Canlı ve ark., (2002) tarafından yapılan bir araştırmaya göre dışa dönüklük boyutu ve amigdala aktivasyonu ile mutluluk duygusu arasındaki ilişkiyi destekleyen bulgulara ek olarak dışa dönüklüğün öfke, korku ve üzüntü duygularıyla anlamlı bir korelasyon bulunmaması ileri sürülmüştür.
3. *Açıklık:* Bir diğer boyut “açıklık” boyutudur. Bu özelliği yüksek olan kişilerin yeni deneyimlere açıktır, meraklıdırlar ve çok boyutlu olarak düşünebilmektedirler. Bu boyuttan düşük puan alan kişiler ise daha çok gelenekseldirler (Burger, 2006). Yapılan bir araştırmaya göre bu boyuttan

yüksek puan alan kişilerin yüz ifadelerindeki duyguları daha iyi tanıyabilmektedirler (Matsumoto ve ark., 2000).

4. *Uyumluluk*: Beş faktörden dördüncü olan ise “uyumluluk”tur. Bu faktörden yüksek puan alan kişiler güvenilirler ve uyumlu çalışırlar. Düşük puanlı olanların özellikleri ise kendi çıkarları önplanda olan kişilerdir (Burger, 2006).
5. *Özdenetim*: Beş faktörün son boyutu “özdenetim” boyutudur. Özdenetim boyutu yüksek düzeyde iş doyumunu, kazancı ve statüyü yordadığı belirtilmektedir (Judge, Higgins, Thoresen ve Barrick; akt., Cloninger, 2013). Bu özelliği yüksek olan kişiler daha çok planlı ve disiplinli; düşük olan kişiler dikkatsiz ve güvenilir olmayan kişilerdir (Burger, 2006). Bu boyuttan yüksek puan alan kişilerin tıpkı açıklık boyutu gibi yüz ifadelerindeki duyguları tanımda diğer boyutlara kıyasla daha doğru tanıyabilmektedirler (Matsumoto ve ark., 2000).

## **İlgili Araştırmalar**

Alanyazında, yüz ifadesinde beliren duygulara ilişkin araştırmalar, aşağıda kronolojik sıraya uygun olarak verilmiştir. Çalışmalar sırasıyla yüz ifadelerinin doğuştan, evrensel ve kültürel olması, mikro ifadeler, kişilik özellikleri, davranış bozuklukları ve diğer araştırmalar başlıkları altında derlenmiştir. Çalışmalar ele alınırken öncelikli olarak kronolojik sıra gözetilmekle birlikte anlamsal bütünlüğün oluşturulmasına ve çalışmanın amacına uygunluğuna dikkat edilmiştir.

**Yüz ifadelerinin doğuştan, evrensel ve kültürel olmasına ilişkin araştırmalar.** Alanyazındaki yüz ifadelerine yönelik güncel araştırmalar incelendiğinde daha çok kültürel farklılıklar üzerine yapılan çalışmalara rastlanmaktadır. Oluşan yüz ifadesinin sosyal çevre içerisindeki rolü, gözlemci tarafından farklı yoğunlukta değerlendirilebilmektedir. Bu bağlamda Crivelli, Jaillo, Russell ve Fernandez – Dols (2016) tarafından yapılan bir araştırmada evrensellik hipotezine ilişkin eleştiri getirilmiştir. Bu araştırmada Papua Yeni Gine ile Güney Pasifik ve Mozambik olmak üzere iki farklı yerli halk çalışmaya dahil edilmiştir. Kontrol grubu olarak ise Batı kültüründen İspanya seçilmiştir. Yaşları 6 – 16 arasında değişen çocuk ve ergen katılımcıların oluşturduğu örneklem sayısı Papua Yeni Gine ve Mozambik için 68, İspanya için 113’tür. Katılımcılardan Amsterdam Dinamik Yüz İfadeleri Seti (Amsterdam Dynamic Facial Expression Set – ADFES)

aracılığıyla 5 farklı duyguyu (mutluluk, öfke, korku, tikslenme ve üzüntü) tespit etmeleri istenmiştir. Sonuçlara göre İspanyol katılımcılar yüz ifadelerini %83 ile %100 arasında doğrulukla tahmin ederken; bu oran Yeni Gine için %58, Mozambik için %56 olarak bulunmuştur. Papua Yeni Gine'deki katılımcılar diğer duyguları %7 - %46 doğrulukla tahmin ederken, Mozambik bölgesindeki katılımcılarda bu oran %22 - %53 arasında değişmektedir. Bu sonuçlarla yüz ifadesini tanımada yaş, cinsiyet, dinamik ve statik faktörleri göz önünde bulundurularak tartışılmıştır.

Hess, Blaison ve Kafetsios (2016) tarafından Humboldt Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada bağlam içerisinde yüz ifadelerini değerlendirmede kültür ve benlik kurgusunun etkisi incelenmiştir. Bu araştırmada Alman ve Yunan kültürleri olmak üzere iki farklı kültürden 87 Alman, 90 Yunan katılımcıya gösterilen yüz ifadelerinin yoğunluk düzeylerinin derecelendirilmesi istenmiştir. Alman kültüründeki insanlar bağımsız olarak nitelendirirken; Yunan kültüründeki insanlar birbirlerine bağlı olarak nitelendirilmektedirler. Bir başka deyişle Alman kültürü bireyci bir kültür, Yunan kültürü ise kolektivist bir kültürdür. Katılımcılara dört duygunun (mutluluk, üzüntü, öfke ve tikslenme) olduğu Yüzlerdeki Bağlamsal Duyguların Değerlendirilmesi (Assessment of Contextualized Emotions – faces – ACE) fotoğraf seti; duygu yoğunluğunun değerlendirilmesi için Duygu Algısı Ölçeği ve benlik kurgu düzeylerinin belirlenmesi için Benlik Kurgusu Ölçeği uygulanmıştır. ACE fotoğraf seti, bağlam dahilindeki duyguyu ölçmeyi amaçlandığından sadece yüz ifadesi değil tüm bedeni kapsayan tek bir kişinin olduğu fotoğraf ve 3 kişinin oluşturduğu duygu resimlerinden oluşmaktadır. Sonuçlar incelendiğinde Yunan katılımcılar tekli fotoğrafta öfkenin yoğunluğunu daha az bulurken üzüntü ve tiksilmeyi daha yoğun olarak değerlendirmişlerdir. Üç kişinin oluşturduğu sosyal bağlam dahilinde ise ikililer nötr olduğunda öfkeyi düşük yoğunlukta derecelendirmişlerdir. Alman katılımcılar ise grup bağlamında öfke ve mutluluğu yüksek düzeyde derecelendirmişlerdir ancak tek kişinin var olduğu ifadelerde böyle bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu sonuçlar ise hem ülke hem de bireysel faktörler bağlamında tartışılmıştır.

Matsumoto, Hwang ve Yamada (2012) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise yüz ifadelerinin tanınmasında yüzün ve bağlamın göreceli katkılarındaki kültürel farklılıklar incelenmiştir. İki farklı çalışma kapsamında olan bu araştırmada ilk çalışma için 246 Amerikan ve 60 Japon katılımcı bulunurken; ikinci



çalışma için 242 Amerikan, 122 Japon ve 98 Güney Koreli katılımcılar bulunmaktadır. Yüz ifadelerinin tespiti JACFEE fotoğraf seti; bağlam faktörü içinse öfke duygusu için adaletsizlik, mutluluk duygusu için başarı gibi duygu ortaya çıkaran 14 skeç (kısa hikâye) oluşturulmuştur. Yüz ifadesinde beliren duyguları değerlendirmede Japon ve Güney Koreli katılımcılar Amerikalı katılımcılara kıyasla bağlamdan daha çok etkilenerek yüz ifadesinde beliren duyguları ve bu duyguların yoğunluklarını değerlendirmede anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıkta kişilik özellikleri aracı değişken olarak bulunmuştur. Bu sonuç, bağlam içerisinde yüz ifadesini değerlendirmede hem duygunun hem de kültürün etkisine ilişkin kanıtlar sunmasının yanı sıra kültürel farklılıkların yüz ifadesini değerlendirmedeki etkisini de ortaya koymaktadır. Bir başka ifadeyle araştırmacılar yüz ifadelerini değerlendirmedeki yordayıcıya “bağlam farklılaşması” ismini vermişlerdir.

Matsumoto ve Willingham (2009) tarafından doğuştan ve sonradan gözleri görmeyen bireylerin yüz ifadelerinde oluşan spontan duygular üzerine bir çalışma yapılmıştır. 2004 yılında Atina Paralimpik (Engelliler) Oyunlarına katılan 35 ülkeden 84 judo atletin spontan oluşan ifadeleri incelenmiştir. İfadeler, yüz ifadelerinde oluşan duygular üzerine eğitim verilen fotoğrafçılar tarafından yüksek çözünürlüklü dijital fotoğraf kamerasıyla çekilmiştir. Spontan yüz ifadeleri, yüz hareketlerinin güvenilir bir şekilde kodlandığı ( $r = .91$ ) FACS ile analiz edilmiştir. Altın, gümüş, bronz madalya alan ve beşinci olan toplam 39 atlet değerlendirmeye alınmıştır. Atletler; doğuştan görme engelli, sonradan görme engelli ve görenler olarak üç grupta incelenmiştir. Fotoğraflar analiz edildiğinde görmeyen atletlerin spontane ortaya çıkan duygularının yüz ifadeleriyle, aynı duyguyu çağrıştıran durumlarda gören atletler arasında benzer AU hareketleri görülmüştür. Bu sonuç ise duyguların yüz ifadesinde spontan oluşmasının gözlemsel öğrenmeye bağlı olmadığını ancak aynı zamanda sosyal hayatın sürdürülmesinde yüz ifadelerinin nasıl şekilleneceğinin öğrenmeyle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Araştırmalara bakıldığında yüz ifadelerinde beliren duyguların hem evrensel olduğu hem de kültürel öğelerden etkilendiği görülmektedir. Güncel çalışmalar ise, yüz ifadelerinin evrenselliğinin kabul edildiği, etkilendiği bağlamsal durumların irdelendiği görülmektedir. Bu çerçevede yüz ifadelerinin tanınmasında ve

oluşmasında çevresel faktörlerin etkisinin yeni araştırmaların konusu olduğu anlaşılmaktadır.

**Mikro ifadelerle ilişkin araştırmalar.** Kentucky Üniversitesi'nde terapistin danışanın sözel olmayan davranışlarını (yüz ifadeleri) anlamasının, terapötik ilişki üzerindeki etkisi incelenmiştir. 25 erkek ve 55 kadın olmak üzere toplam 80 katılımcıya "Oturum Değerlendirme Ölçeği" uygulanmıştır. Katılımcı terapistlere (Evlilik ve Aile Terapisi Yüksek Lisans programında olan 11 kadın terapist adayı) mikro ifadeler eğitimi verildikten sonra danışanlardan sonuç ve oturum değerlendirme amaçlı "Oturum Değerlendirme Ölçeği" ve "Sonuç Değerlendirme Ölçeği" doldurmaları istenmiştir. Danışanların verdikleri olumlu dönütler, mikro ifadeler beceri eğitimi alan psikoterapistlerin danışanlarla olan terapötik ilişkisini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Sutter, 2010).

Endres ve Laidlaw (2009) tarafından yapılan araştırmada tıp öğrencilerine mikro ifadeler eğitimi verilmesi amaçlanmıştır. Adrews Üniversitesi'nde yapılan araştırmada 1.sınıf öğrencilerinden 75 kişi içerisinde gönüllü 24 kişiye iletişim becerileri düzeyini ölçmek amacıyla OSCE (Objektif Yapılandırılmış Klinik Sınavı) uygulanmış, mikro ifadeler eğitimi için Mikro İfadeler Eğitim Materyali (Micro Expression Training Tool – METT) verilmiştir. Katılımcılardan 9'unun iletişim beceri düzeyleri düşükken 15'ininki yüksektir. Eğitim öncesinde her iki grupta mikro ifadeleri tanımaya ilişkin anlamlı düzeyde bir farklılık yokken; eğitimden sonra iletişim beceri düzeyi yüksek olan katılımcılarda önemli düzeyde bir ilerleme kaydedilmiştir. İletişim beceri düzeyi düşük olan katılımcılarda ise anlamlı düzeyde bir ilerleme kaydedilmemiştir.

Yüz ifadelerindeki duyguların oluşma zamanı, ifadenin türünün ne olduğuna (makro ifade mi, mikro ifade mi) ilişkin bilgi vermektedir. Bu bağlamda mikro ifadelerin oldukça kısa süreli oluşması, iletişimde önemli bir yer edinebilmektedir. Araştırmalara göre bu kısa süreli ifadenin tanınması, terapötik ilişkiyi ve iletişim becerilerini güçlendirdiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlar için ise yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasının önemini vurgulamaktadır.

**Kişilik özelliklerine ilişkin araştırmalar.** Rochester Teknoloji Enstitüsü'nde yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerisiyle kişilik özellikleri arasındaki ilişki

araştırılmıştır. Bu çalışmada 52 lisans ve yüksek lisans öğrencisine 16 Faktör Kişilik Ölçeği'nin beşinci versiyonu (16 Personality Factor Questionnaire 5th Edition) ve Duygusal Yüz Fotoğrafları Seti (Pictures of Facial Affect – POFA) uygulanmıştır. Çalışma sonucunda kadınların yüz ifadelerini tanıma becerilerinin erkeklere kıyasla önemli bir farka sahip olmadıkları bulunmuştur. 16 Faktör'den birisi olan kaygı faktörü ile duyguların çoğunu doğru tanımlama arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca regresyon analizi sonuçlarına göre korku duygusunun tanınmasında, 16 Faktör'ün içerisinde yer alan baskınlık ve kendine güven faktörlerinin yüksek, kaygı faktörünün düşük olduğu kişilerin korku duygusunun yüzde yer alan belirtilerini daha fazla gözden kaçırdıkları gözlemlenmiştir (Mitchell, 2006).

Matsumoto ve ark., (2000) tarafından yapılan bir araştırmada mikro ifadeleri tanımayı ölçme amaçlı bir materyal geliştirmek amacıyla 363 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcılara Büyük Beşli Envateri – 54 ve katılımcılara izletilen videolarda yer alan duyguların yoğunluğunun tespit edilmesi amacıyla 0 ile 8 arasında puanlanan bir ölçek verilmiştir. Katılımcılar, yüz ifadelerini Japon ve Amerikalı Kısa Duygulanımı Tanıma Testi (Japanese and Caucasian Brief Affect Recognition Test – JACBART) aracılığıyla tespit etmişlerdir. Katılımcıların duygu tanıma becerileri, kişiliğin açıklık ve özdenetim boyutlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Açıklık boyutundan fazla puan alan bireylerin yaşantılara ve yeni gelişmelere açık olması, çevresindeki insanları kavramaya odaklı ve dikkatli olmalarından ötürü başkalarının yüz ifadelerini okumada daha iyi oldukları; özdenetim boyutundan daha yüksek puan alan insanların ise yüzde beliren duygular gibi ayrıntılara daha çok dikkat etmeleri nedeniyle kişiliğin diğer boyutlarından duyguları tanımada daha iyi oldukları çıkarımı yapılmıştır.

Yüz ifadelerinin tanınmasındaki faktörlerden birisinin de kişilik özelliklerinin olduğu görülmektedir. Bu çerçevede yapılan araştırmalara göre yeni yaşantılara açık ve özdenetim sahibi kişilerin duyguları tanımada (mikro ifadeler) daha iyi oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kaygı faktöründen yüksek puan alan kişilerin ise duyguları tanıma becerisinin daha düşük olduğu ancak baskınlık ve kendine güven alt boyutlarından yüksek puan kişilerin ise duyguları tanımada daha iyi oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır. Kişilik özelliklerinin duygu tanıma becerisini yordamasına ilişkin bu faktörler, psikolojik danışman adayları için önemli bir veri olabileceği düşünülmektedir.

**Davranış bozukluklarına ilişkin araştırmalar.** Ferreira ve ark., (2018) tarafından yapılan bir çalışmada yüz ifadelerini tanımada önyargının ve borderline kişilik bozukluğu olan kadınların durumu araştırılmıştır. 40 borderline kişilik bozukluğu olan kadın katılımcı ile 40 sağlıklı kadın katılımcıların yüz ifadelerini tanıma becerileri bilgisayar ekranında gösterilen ve duyguyu, duyguyu cevaplama süresini ve duygu yoğunluğunu ölçen yüz ifadeleri tanıma materyali aracılığıyla ölçülmüştür. Borderline kişilik bozukluğu olan kadınlar korku ve şaşkınlık ifadelerini daha düşük doğrulukla tanımlamışlar ve mutluluk ifadesini daha yavaş işaretlemişlerdir. Borderline kişilik bozukluğuna sahip olan grubun, diğerlerinin davranışlarında ve duygu durumlarını algılamada önyargıya neden olabilecek olumsuz duyguları tanımada daha çok hata yaptıkları sonucuna ulaşılmış ve bu durumun da bozukluğun tipik belirtilerini doğrulayıcı nitelikte olduğu ileri sürülmüştür.

Anoreksiya ve Bulimiya Nevroz tanısı alan bireylerin yüz ifadelerinde oluşan pozitif ifadeler üzerine yapılan bir araştırmaya Anoreksiya tanısı alan 20; Bulimiya tanısı alan 20 ve sağlıklı bireylerin oluşturduğu kontrol grubu dahilindeki 20 katılımcı olmak üzere toplam 60 kişi katılmıştır. Bu araştırmayla yeme bozukluğu olan bireylerde oluşan pozitif yüz ifade düzeyleri/yoğunluğu keşfedilmek istenmiştir. Bunun için katılımcılara mutluluk duygusunun oluşmasını sağlayan video klipler gösterilmiş ve katılımcıların yüz ifadelerinde oluşan duygunun FACS ile kodlanması sağlanmıştır. Anoreksiya tanısı alan katılımcıların yüz ifadelerinde, diğer katılımcılara (bulimiya ve kontrol grubu) kıyasla daha kısa süreli ve daha düşük yoğunlukta Duchenne gülümsemesi oluşmuştur. Klinik gruplarda düşük yoğunluklu Duchenne gülümsemesi, düşük vücut kitle indeksi ve düşük düzeyde alınan ilaç tedavisiyle ilişkili olması göz önünde bulundurularak araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgu tartışılmıştır (Dapelo ve ark., 2015).

Tatar, Yargıç, Oflaz ve Büyükgök (2014) tarafından İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan yetişkin bireylerin duyguları ve yüz ifadelerini tanıma becerileri, nöropsikolojik değerlendirme verileri aracılığıyla incelenmiştir. 40 deney (Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan kişilerden oluşan grup) ve 40 kontrol grubu olmak üzere toplam 80 kişiyle çalışılan bu araştırmada, duyguları tanımayı ölçmek için Ekman ve Friesen (1976a) tarafından geliştirilen yüz ifadeleri seti; yüz tanıma becerisi için "Benton Yüz Tanıma Testi"; dikkat eksikliği ve dürtüsellikliği ölçmek için ise "Sürekli Performans Testi"

uygulanmıştır. Deney grubu yüz ifadelerini tanımada kontrol grubuna göre daha fazla hata yaptığı sonucuna ulaşmıştır.

Daros, Zakzanis ve Ruocco (2013) tarafından yapılan bir meta – analiz çalışmasında borderline kişilik bozukluğu olan bireylerin yüz ifadelerinde beliren duyguları tanımlarına ilişkin araştırmaları ele almıştır. Bu meta – analiz çalışmasında borderline kişilik bozukluğu olan katılımcıların yer aldığı 10 araştırma, niceliksel olarak analiz edilmiştir. Ortaya çıkan sonuca göre borderline kişilik bozukluğu olan katılımcıların en bilinen eksikliği nötr ifadeleri doğru tanımları olmasına rağmen sağlıklı katılımcılara kıyasla öfke ve tikslenme duygularını daha az doğrulukla tanımladıklarıdır. Bu sonuçlara ilişkin borderline kişilerin, belli başlı negatif duyguları doğru tanımada zorlandıkları ve nötr ifade olarak gördükleri yüze yanlış bir duygu atfebilecekleri ileri sürülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde özellikle psikiyatri ve psikoloji alanlarında davranış bozukluklarına ilişkin yapılan birçok araştırmanın olduğu görülmektedir. Davranış bozukluğunun işlevsel birtakım aksaklıklara yol açtığı (Butchler, Mineka ve Hooley, 2013) göz önünde bulundurulduğunda yüz ifadelerini tanıma hususunda da normal kişilere kıyasla daha az doğrulukla tanıdığı görülmektedir. Bu durum ise özellikle iletişimde insanlara ilişkin bilime dayalı çıkarımlar yapılmasına aracı olabilir.

**Diğer araştırmalar.** Ranchi Üniversitesi'nde yüz ifadelerinde beliren duygular ile empati; 40 ruh sağlığı (klinik psikoloji, psikiyatrik sosyal hizmet ve psikiyatri); 40 tıp bölümü (radyoloji, patoloji, anesteziyoloji ve biyokimya) ve 20 klinik kökenli olmayan (kimya, bilgisayar bilimi, jeoloji ve matematik) üniversite öğrencileri arasında yaş ve cinsiyet faktörü de göz önünde bulundurarak incelenmiştir. Verilerin toplanmasında “Sosyodemografik ve Klinik Bilgi Formu”, “Genel Sağlık Anketi-12”, “Yüzsüzel Duygulanım Tanıma Materyali (Facial Affect Recognition Task)” ve “Toronto Empati Ölçeği” ölçme araçlarından yararlanılmıştır. Sonuç olarak yüzde beliren duyguları tanımada ve empatide sırasıyla; ruh sağlığı bölümü, tıp bölümü ve klinik kökenli olmayan üniversite öğrencileri daha iyilerdir. Yüz ifadelerindeki duyguların yoğunluğunu değerlendirmede sırasıyla; ruh sağlığı bölümü, klinik kökenli olmayan bölüm öğrencileri, tıp bölümü öğrencilerinden daha iyi oldukları tespit edilirken; cinsiyet ve yüz ifadelerindeki duyguları tanıma, cinsiyet ve yüz ifadelerinde beliren duyguların yoğunluğunu değerlendirme ve cinsiyet ve empati arasında önemli bir fark bulunmamıştır. Son olarak yaş ve empati arasında ise pozitif yönde bir ilişki

bulunmuştur. Bir başka ifadeyle yaş arttıkça empati ölçeğinden alınan puan da artmaktadır (Arpita, 2012).

Duke Üniversitesi'nde baskılama (süpresyon) savunma mekanizmasıyla yüz ifadeleri tanıma becerisi ve hızı konuları (duygusal ifadeleri doğru tanımlama hızı – duygu duyarlılığı) araştırılmıştır. Katılımcılardan bilgisayar ekranındaki yüz ifadeleri olabildiğince hızlı bir şekilde cevaplamaları istenmiştir. Bu deneysel çalışmada toplam 96 katılımcı; gösterilen yüz ifadelerini taklit etme talimatı verilen grup, tüm duyguları bastırma talimatı verilen grup ve herhangi bir talimat verilmeyen grup (kontrol grubu) olmak üzere üç gruba seçkisiz bir şekilde yerleştirilmiştir. Baskılama grubundaki denekler, duyguları doğru tanımlamada daha yavaş bulunurken diğer iki grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çalışma sonucunda, duyguların bastırılmasının duyguları tanıyabilme (duygu duyarlılığı) düzeyini önemli ölçüde azalttığı görülmüştür. (Schneider, 2008).

Machado, Beutler ve Greenberg (1999), psikoterapide duygusal farkındalık ve psikoterapistin tecrübesine ilişkin araştırma yapmışlardır. Araştırmada sözel ve sözel olmayan ifadeler duygu tanımlamada kullanılmıştır. Araştırmaya psikoterapist olmak isteyen 36 psikoloji lisans öğrencisi ve 36 deneyimli psikoterapist katılmıştır. Danışanların duygusal uyarımlarını belirlemek için “Danışan Duygusal Uyarım Ölçeği” geliştirilmiş ve uygulanmıştır. Araştırma sonucunda psikoterapist olanlar, psikoterapist olmayanlara göre duyguları daha doğru tanımlamışlar ve danışanların sözel olmayan ipuçlarını daha iyi gözlemlemişlerdir, ancak duygusal yoğunluğun derecelendirilmesinde aralarında önemli bir ilişki bulunmamıştır. Duygusal farkındalık düzeyinin, duyguların doğru tanımlanması üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Yüz ifadelerinin tanınmasında ruh sağlığıyla ilişkili bölümlerde öğrenim gören bireylerin başka bölümlerdeki bireylere kıyasla daha iyi oldukları bulgusuna ulaşıldığı görülmektedir. Bunun yanı sıra ego savunma mekanizmalarından baskılamanın yüz ifadelerinin tanınmasını olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca uygulama alanında çalışan uzmanların duyguların hem sözel hem de sözel olmayan (yüz ifadesi, beden duruşu vs.) belirtilerini uygulamada çalışmayan bireylere kıyasla daha iyi tanıma becerisi göstermişlerdir. Bu araştırmanın bağımsız değişkenlerinden birisi olan bilişsel duygu düzenlemeye ilişkin araştırmalar taranmıştır. Ancak alanyazında duygu düzenleme ile yüz ifadelerindeki duygulara

ilişkin araştırmalar bulunurken (örn., Izard, 1990; Wagner ve Linehan, 1999) bilişsel duygu düzenleme stratejilerine ilişkin bir araştırmaya rastlanmamıştır.

## **Bölüm 3**

### **Yöntem**

Araştırmanın bu bölümünde sırasıyla araştırmanın yöntemi, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin işlenmesi ve analiz edilmesine ilişkin bilgiler verilmiştir.

#### **Araştırmanın Yöntemi**

Bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının temel yüz ifadelerini tanımlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bundan dolayı araştırma deseni, nicel araştırma yöntemi benimsenerek oluşturulmuştur. Araştırmada nicel araştırma yöntemleri arasından tarama tipi araştırma modeli kullanılmasının yanı sıra çalışmada zaman sınırı olduğundan tarama tipi yaklaşım türlerinden biri olan kesitsel tarama modelinin kullanılması uygun görülmüştür.

#### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın çalışma grubu, Ankara ili sınırlarındaki bir devlet üniversitesinde 2017–2018 yıllarında PDR lisans programında öğrenim gören birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin seçilmesiyle oluşturulmuştur. Araştırmada çalışma grubunun belirlenmesinde seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Seçkisiz olmayan örneklem seçimlerinden birisi olan uygun örnekleme yönteminin kullanılmak istenmesinin olumlu tarafı erişilebilir kitleye ulaşmadaki kolaylık iken; olumsuz tarafı seçilen örneklemin evreni temsil edememesidir, bir başka ifadeyle örneklemden elde edilen verilerin evrene genellenebilmesinden kaçınılmalıdır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012, s.99).

Araştırmaya katılan toplam kişi sayısı 250'dir. Katılımcılar arasından 15 kişinin ölçme araçlarındaki maddeleri tam olarak doldurmadıkları tespit edilmiş ve bu katılımcıların verileri değerlendirmeye alınmamıştır. Dolayısıyla araştırmanın katılımcıları 191 kadın, 44 erkek olmak üzere toplam 235 kişiden oluşmaktadır. Araştırmanın katılımcılarına ilişkin demografik bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.



Tablo 1

*Katılımcıların Demografik Bilgileri*

		Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	kadın	191	81,3
	erkek	44	18,7
Sınıf düzeyi	1.sınıf	55	23,4
	2.sınıf	57	24,3
	3.sınıf	62	26,4
	4.sınıf	61	26,0
Yaşamının büyük bir bölümü geçirdiği yerleşim yeri	köy-kasaba	40	17,0
	ilçe	69	29,4
	il	49	20,9
	büyük şehir	77	32,8
Anne eğitim durumu	ilkokul ve altı	125	53,2
	ortaokul	31	13,2
	lise	42	17,9
	lisans ve üstü	37	15,7
Baba eğitim durumu	ilkokul ve altı	75	31,9
	ortaokul	33	14,0
	lise	41	17,4
	lisans ve üstü	86	36,6

**Veri Toplama Araçları**

Veri toplama araçları, araştırmanın amacına ve yöntemine uygun seçilmiştir ve aşağıda sıralanmıştır.

**Kişisel Bilgi Formu.** Katılımcılardan cinsiyetleri, yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, anne ve babanın eğitim durumu ve sınıf düzeyleri hakkında bilgi almak amacıyla araştırmacının hazırladığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu EK-1'de gösterilmiştir.

**Yüz ifadeleri fotoğraf seti.** JACFEE – Duyguların Japon ve Amerikalı Yüz İfadesi (Japanese and Caucasian Facial Expression of Emotion) Matsumoto ve Ekman (1988) tarafından geliştirilmiştir. Araştırmanın sonraki bölümlerinde ölçme aracının İngilizce kısaltması olan JACFEE ifadesi kullanılacaktır. Bu fotoğraf setinin çeşitli versiyonları bulunmaktadır (Humintell, 2017). Bu araştırmada JACFEE'nin 130 fotoğraftan oluşan versiyonu kullanılmıştır. JACFEE'nin bu versiyonu, beşi beyaz ırk (caucasian) erkek; üçü beyaz ırk kadın ve biri Japon erkek olmak üzere toplam dokuz katılımcıdan oluşmaktadır. JACFEE'de yedi duygu (mutluluk, öfke, tikslenme, korku, şaşkınlık, aşağılama, üzüntü) ve nötr ifade, katılımcıların sadece yüz bölgesini ele alan renkli fotoğraflarda gösterilmektedir. Tüm ifadeler, Ekman ve Friesen (1978) tarafından geliştirilen Yüz Hareketi Kodlama Sistemi (Facial Action Coding System – FACS) ile güvenilir ( $r = .91$ ) bir şekilde kodlanmıştır (Ekman ve Rosenberg, 2005). Bu kodlama bir örnekle açıklanacak olursa, AG-1C09 isimli fotoğraf, aşağılama ifadesini göstermektedir ve fotoğrafın FACS karşılığı 12B+14C'dir. Burada belirtilen "12" ve "14" sayıları yüzdeki farklı kas hareketlerini ifade ederken "B" ve "C" harfleri ise kasın gerilme düzeyini, bir başka ifadeyle duygunun yoğunluğunu ifade etmektedir.

**Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (BDDÖ).** BDDÖ, Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, olumsuz ve stres veren yaşam olayları sonrasında kişilerin kullandığı bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ölçmeyi amaçlamaktadır. 36 maddeden oluşan ölçeğin dokuz alt ölçeği bulunmaktadır ve her alt ölçekte 4 madde bulunmaktadır. Bu alt boyutlar "kendini suçlama", "kabul etme", "düşünceye odaklanma", "pozitif tekrar odaklanma", "plana tekrar odaklanma", pozitif tekrar gözden geçirme", "bakış açısına yerleştirme", "yıkım" ve "diğerlerini suçlama"dır.

Ölçeğin Türkçe uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Onat ve Otrar (2010) tarafından yapılmıştır. Yapılan uyarlama çalışmasında da alt ölçekler için istatistiksel olarak anlamlı değerler bulunmuş, ölçeğin orijinaliyle paralel olarak 9 faktörlü yapısı korunmuş ve toplam iç tutarlılık katsayısı .85 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin geçerlilik çalışmaları kapsamında, ölçüt bağımlı geçerlik yönteminden yararlanılmıştır. Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği ile Olumsuz Duygu durum Ölçeği arasında ( $r = -.572$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin güvenilirlik çalışmaları kapsamında ise Cronbach Alpha,

madde-toplam, madde-kalan, madde ayırt edicilik ile test-r-test yöntemleri kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda Cronbach Alpha değeri  $\alpha=,784$  ve test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise “ $r= 1,00$ ” olarak bulunmuştur. Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği'nin kendini suçlama puanları için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .560, kabul etme puanları için .562, düşünceye odaklanma puanları için .626, pozitif tekrar odaklanma puanları için .429, plana tekrar odaklanma puanları için .686, pozitif yeniden Gözden geçirme puanları için .662, bakış açısına yerleştirmek puanları için .514, yıkım puanları için .715, diğerlerini suçlama puanları için ise .719, olarak hesaplanmıştır (Onat ve Otrar, 2010). Bu araştırmada ölçeğin PDR lisans öğrencilerine uygulanmasını takiben ölçeğin bütünü için iç tutarlık katsayısı  $a= .72$  olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin örnek maddeleri EK-4' de verilmiştir. Ölçeğin madde toplam korelasyon değerlerinin “,188” ile “,468” arasında, madde kalan korelasyon değerlerinin “,104” ile “,392” arasında değiştiği görülmüştür. Beşli Likert tipindeki ölçek, 1 (bana hiç uygun değil) ve 5 (bana tamamıyla uygun) arasında değerlendirilmektedir. Her alt ölçeğin puanı 4 ile 20 arasında değişebilmekte, alt ölçeklerden elde edilen puanlarla değerlendirme yapılmaktadır. Bir alt ölçekten alınan yüksek puan, o alt ölçeğin belirlediği stratejinin daha çok kullanıldığına işaret etmektedir. Ölçek, bireylerin hem belirli bir olay ya da durum karşısında, hem de genel olarak kullandıkları bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ölçebilmektedir. Ölçek, normal ve klinik örneklerde kullanılmak üzere geliştirilmiştir ve 12 yaşın üstündeki bireylere uygulanabilmektedir (Onat ve Otrar, 2010).

**Beş Büyük Kişilik Faktör Envanteri.** John, Donahue ve Kentle's (1991) tarafından geliştirilen envanter kişiliği tanımlamak için “dışa dönüklük, uyumluluk, özdenetim, duygusal dengesizlik ve açıklık” faktörleri olmak üzere ismini aldığı 5 alt ölçekten ve 44 maddeden oluşmaktadır. Envanter 5'li likert tipine göre oluşturulmuş ve maddeleri tamamen katılıyorum ifadesinden kesinlikle katılmıyorum olarak sıralanmış ve derecelendirilmiştir (Akt: Karaman, Doğan ve Çoban, 2010). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasına ilişkin alanyazında çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Bu araştırmada Karaman, Doğan ve Çoban'ın Türkçeye uyarladığı envanter kullanılmıştır. Uyarlanan bu envantere orijinalinde belirtilen özelliklerinden farklı olarak 44 madde yerine 40 madde bulunmaktadır (Akt: Doğan, Kürüm ve Kazak, 2014). Uyarlanan envanterin dil denkliği için hesaplanan korelasyon katsayıları;

Dışa dönüklük alt ölçeği için  $r = .64$ , Uyumluluk alt ölçeği için  $r = .50$ , Özdenetim alt ölçeği için  $r = .72$ , Duygusal dengesizlik alt ölçeği için  $r = .70$ , Açıklık alt ölçeği için  $r = .56$  bulunmuştur. Güvenirlik çalışması kapsamında hesaplanan iç tutarlık katsayısı Dışa dönüklük alt ölçeği için  $a = .77$ , Uyumluluk alt ölçeği için  $a = .81$ , Özdenetim alt ölçeği için  $a = .84$ , Duygusal dengesizlik alt ölçeği için  $a = .75$ , Açıklık alt ölçeği için  $a = .86$  bulunmuştur (Karaman, Doğan ve Çoban, 2010). Bu araştırmada ölçeğin PDR lisans öğrencilerine uygulanmasını takiben ölçeğin bütünü için iç tutarlık katsayısı  $a = .73$  olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin örnek maddeleri EK-5' de verilmiştir.

### **Veri Toplama Süreci**

Bu araştırmadaki çalışma grubuna katılacak bireylere ulaşmak için ilk olarak Hacettepe Üniversitesi Etik Kurul Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır (EK-A). Sonra veri toplama araçları bir belge halinde düzenlenmiştir. Ölçekler ve formlara ek olarak 'Gönüllü Katılım Formu' da (EK-6) katılımcılara sunulmuştur. Katılımcıların ölçekleri doldurmadan önce bu formu okuyup, imzalaması istenmiştir.

Tarama tipi araştırmalarda veri toplama süreci kısa sürmekle birlikte bu husus örneklem sayısına göre değişiklik gösterebilir. Veriler araştırmacı tarafından toplanarak elde edilmiştir. Veri toplanırken, veri kaybını en aza indirmek adına psikolojik danışman adaylarının özellikle sınav günü aralıkları, seminer günleri gibi dikkat dağıtması muhtemel zaman aralıkları dışındaki bir zaman aralığı tercih edilmiştir. Veriler toplanmadan önce araştırmacı tarafından yüz ifadelerindeki duyguları tanımaya ilişkin eğitimler alınmış ve bu eğitimler başarıyla tamamlanmıştır. Alınan eğitimlere ilişkin sertifika EK-7'de gösterilmektedir. Verilerin sağlıklı toplanabilmesi için bilgisayar ekranına yansıtılmadan önce katılımcı gruplarında sessizlik sağlanmış ve ekrandaki fotoğrafların net görülebilmesi ve grubun ışıktan etkilenmemesi için grup ortamının karanlık olmasına dikkat edilmiştir.

JACFEE fotoğraf seti, katılımcılara Microsoft Powerpoint 2016 programı aracılığıyla bilgisayar ekranına yansıtılarak gösterilmiştir. JACFEE ile ilgili örnek fotoğraflar EK-2' de gösterilmiştir. Katılımcılara yüz ifadeleri yedi temel duygu ve nötr ifade olmak üzere sekiz seçenekli bir yanıt formu verilmiş ve katılımcılardan fotoğraflarda gördükleri duyguyu işaretlemeleri istenmiştir. JACFEE yanıt formunun örneği EK-3' de gösterilmiştir. Katılımcılara fotoğraflar 6 saniye gösterilmiş ve 8 saniye cevaplama süresi verilmiştir. JACFEE yanıt formunda sayfa değiştirildiği

aralıktaki süre yetersizliğinin önüne geçilmesi amacıyla sayfa değişimine denk gelen fotoğraflar için cevaplama süresi 14 saniye olarak uzatılmıştır. Bu durum, deneme sürecinde fark edilmiş ve katılımcılara sözel olarak ifade edilmiştir. Bu araştırmada her bir katılımcının alabileceği puan tek bir duygu için en düşük 0 iken, en yüksek 7'dir. Bir başka deyişle bir katılımcının 6 saniye gösterilen ifadelerdeki tek bir duygu için alabileceği en yüksek puan 7'dir.

## **Verilerin Analizi**

Verilerin analizi, araştırmanın alt problemleri sırasına uygun bir şekilde yapılmıştır ve verilerin analiz edilmesinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır.

Katılımcıların demografik bilgilerinin tespit edilmesi için açıklayıcı istatistikler yapılmıştır. “Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları anlama beceri düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı fark göstermekte midir?” alt problemine yanıt aramak için bağımsız örneklem için t testi yapılmıştır. “Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki temel duyguları anlama beceri düzeyleri sınıf düzeylerine, yaşamının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine, anne ve babanın eğitim durumuna göre anlamlı fark göstermekte midir?” alt problemlerine yanıt aramak için çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. İki grubun ölçüm değerleri arasındaki farkın analizinde t testi kullanılmıştır. Alt boyutların normallik ölçümleri Kolmogrov – Smirnov testi ile yapılmıştır.

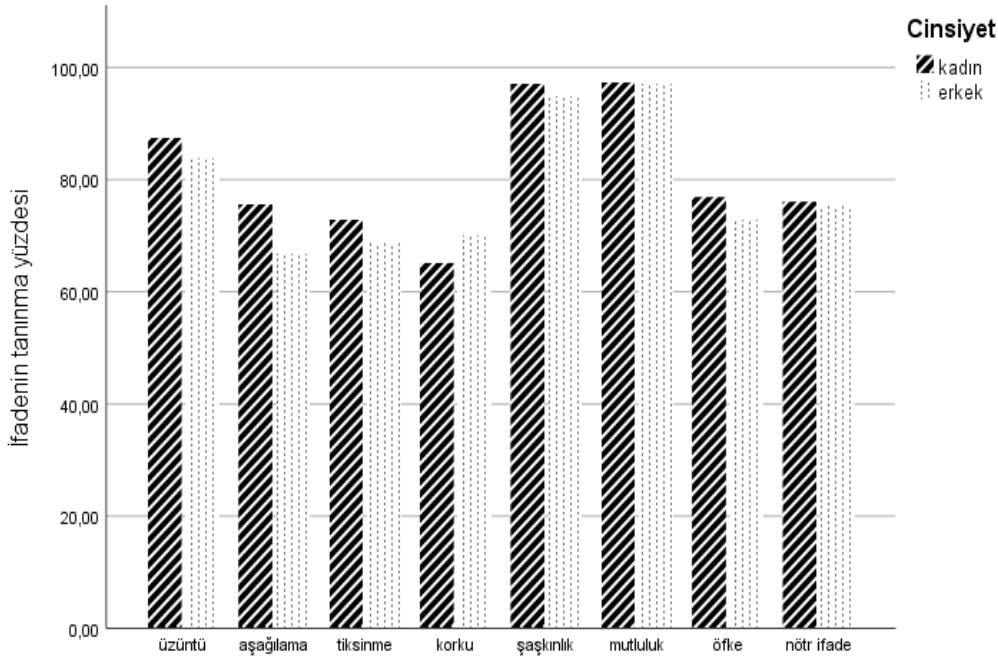
Son olarak “psikolojik danışman adaylarının kişilik özellikleri ve duygu düzenleme stratejileri, temel duyguları tanıma düzeylerini istatistiksel açıdan önemli düzeyde yordamakta mıdır?” alt problemlerine yanıt aramak için ise çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan bilişsel duygu düzenleme ve kişilik özelliklerinin alt boyutların duygu tanıma ile çoklu bağlantılılık durumuna ilişkin korelasyon analizi, çoklu olarak modellenmesi için regresyon analizi uygulaması yapılmıştır. Normalliğin incelenmesi amacıyla P-P Plot; doğrusallığın tespiti için ise saçılma diyagramı (Scatter Plot) uygulanmıştır.

## Bölüm 4

### Bulgular ve Yorumlar

Bu bölümde araştırmada yer alan alt problemlere göre araştırmada elde edilen bulgular ve yorumlar yer almaktadır.

**Cinsiyete göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Bu bölümde katılımcıların yüz ifadelerindeki temel duyguları tanıma düzeylerinin cinsiyete ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla bağımsız örneklem için t testi yapılmıştır. Sonuçlar önce grafik sonra ise tablo ile sunulmuştur. Katılımcıların cinsiyetlerine göre yüz ifadelerindeki duyguları tanıma yüzdeleri Grafik 1.'de yüz ifadelerini tanıma beceri düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılık durumuna ilişkin yapılan t testi analizi sonuçları ise Tablo 2'de verilmiştir.



Grafik 1. Cinsiyete Göre Yüz İfadelerinin Tanınma Yüzdeleri.

Grafik 1. incelendiğinde katılımcıların duyguları doğru tanıma yüzdeleri görülmektedir. Örneğin kadın ve erkek katılımcılar, mutluluk ifadesini %100'e, öfke ifadesini ise %80'e yakın bir oranda tanıdıkları anlaşılmaktadır. Genel olarak bakıldığında korku ifadesi dışında, kadın katılımcıların duyguları tanıma puan ortalamaları erkek katılımcıların puan ortalamalarından daha yüksek olduğu gözlenmektedir.

Tablo 2

*Cinsiyete Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin t Testi Sonuçları*

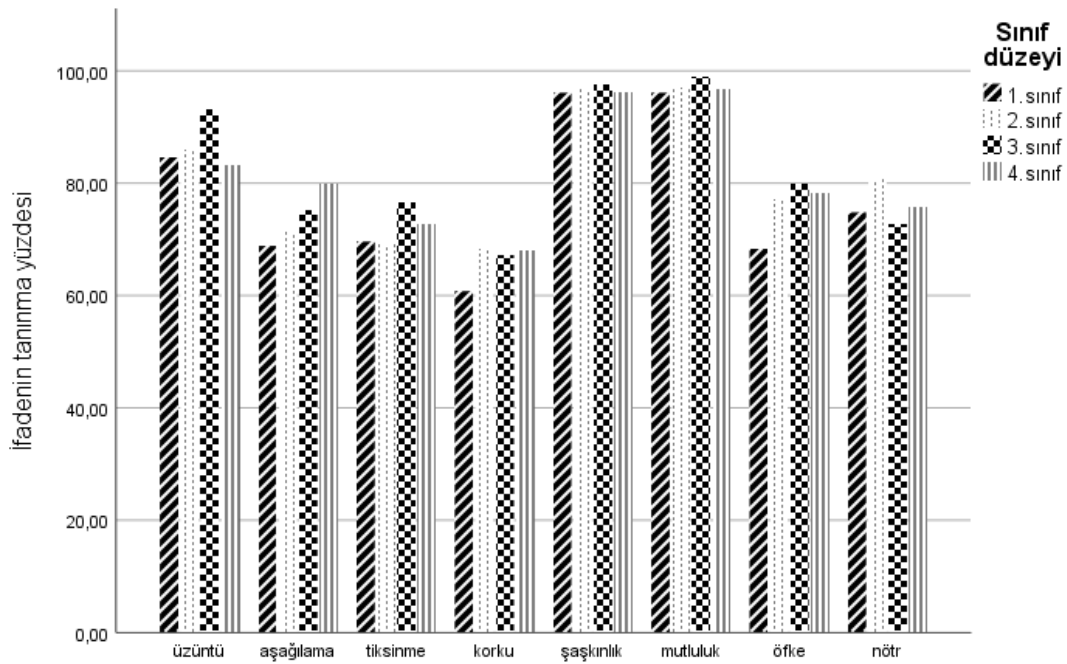
İfadeler	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	S	t	p
Üzüntü	kadın	191	6,1257	1,14475	1,385	,153
	erkek	44	5,8636	1,06947		
Nötr	kadın	191	5,3246	1,42510	,216	,835
	erkek	44	5,2727	1,49982		
Aşağılama	kadın	191	5,2932	1,78529	1,920	,112
	erkek	44	4,6818	2,36026		
Tiksinme	kadın	191	5,0995	1,25888	1,346	,171
	erkek	44	4,8182	1,20605		
Korku	kadın	191	4,5654	1,55417	-1,325	,187
	erkek	44	4,9091	1,53741		
Şaşkınlık	kadın	191	6,8010	,66665	1,470	,153
	erkek	44	6,6364	,68509		
Mutluluk	kadın	191	6,8115	,64569	,156	,848
	erkek	44	6,7955	,46152		
Öfke	kadın	191	5,3822	1,13114	1,499	,173
	erkek	44	5,0909	1,29072		

Tablo 2 incelendiğinde, cinsiyete göre yüz ifadelerinde beliren duyguların (üzüntü, nötr ifade, aşağılama, tiksinme, korku, şaşkınlık, mutluluk ve öfke) tanınma düzeylerinde gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmadığı görülmektedir ( $p>,05$ ).

**Sınıf düzeyine göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların yüz ifadelerini tanıma düzeylerinin sınıf düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık durumunu tespit etmek amacıyla çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. MANOVA, bağımlı değişken sayısının birden fazla olması durumunda kullanılan bir istatistiksel analizdir. Bu durum da ANOVA'dan farkını göstermektedir. Dolayısıyla ANOVA varsayımlarının karşılanması gerekir. ANOVA analizinin varsayımlarından biri bağımlı değişkenin sürekli olmasıdır. Aynı zamanda bağımlı değişken normal olarak dağılmalı ve varyansların homojen olması gerekir. Yapılan analiz sonucunda

dağılımın normal dağılmadığı tespit edilmiştir ( $p<,01$ ). Parametrik tekniklerin varsayımlarından birisi dağılımın normal bir şekilde dağılmasıdır. Ancak özellikle sosyal bilimlerde dağılım için normallik varsayımının sağlanabilmesi zor olabilmektedir. Bu durumda ANOVA yapılırken özellikle büyük örneklerde ( $n>30$ ) normallik varsayımının ihlali verilerin yorumlanmasında önemli bir soruna yol açmamaktadır (Pallant, 2016, s.245). Bu araştırmanın örneklem büyüklüğü 235 olduğundan dağılım normal varsayılmıştır. Varyansların homojenliği varsayımı için ise Levene Testi uygulanmıştır. Bu varsayım aşağılama boyutu için sağlanmazken ( $p<,01$ ); diğer boyutlar için sağlanmıştır ( $p>,01$ ). ANOVA için bu varsayımın ihlali de önemli bir soruna yol açmamaktadır (Pallant, 2016).

Aşağıda öncelikle yüz ifadelerinin sınıf düzeyi açısından tanınma yüzdesi Grafik 2.'de; katılımcıların sınıf düzeylerine göre yüz ifadelerini tanınma puan ortalamalarına ilişkin bilgi betimsel istatistikler Tablo 3'te; MANOVA sonuçları ise Tablo 4'te verilmiştir.



*Grafik 2. Sınıf Düzeyine Göre Yüz İfadelerinin Tanınma Yüzdesi.*

Grafik 2.'de katılımcıların yüz ifadelerini tanıma yüzdelerinin sınıf düzeylerine göre olan durumu görülmektedir. Bu grafiğe göre örneğin üzüntü ifadesindeki puan ortalamasının en yüksek 3.sınıflarda olduğu görülmekteyken, bu sırayı sırasıyla 2.sınıflar, 1.sınıflar ve 4.sınıflar izlemektedir.



Tablo 3

*Sınıf Düzeylerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin n,  $\bar{X}$  ve S Değerleri*

İfadeler	Sınıf düzeyi	n	$\bar{X}$	S
Üzüntü	1.sınıf	55	5,9273	1,21495
	2.sınıf	57	6,0175	,89625
	3.sınıf	62	6,5161	,80454
	4.sınıf	61	5,8197	1,40841
	Toplam	235	6,0766	1,13345
Nötr	1.sınıf	55	5,2364	1,65511
	2.sınıf	57	5,6491	1,28857
	3.sınıf	62	5,0968	1,33931
	4.sınıf	61	5,2951	1,42997
	Toplam	235	5,3149	1,43625
Aşağılama	1.sınıf	55	4,8182	1,97288
	2.sınıf	57	5,0000	1,90863
	3.sınıf	62	5,2581	1,88119
	4.sınıf	61	5,5902	1,86527
	Toplam	235	5,1787	1,91540
Tiksinme	1.sınıf	55	4,8727	1,07246
	2.sınıf	57	4,8421	1,34681
	3.sınıf	62	5,3548	1,18870
	4.sınıf	61	5,0820	1,33286
	Toplam	235	5,0468	1,25147
Korku	1.sınıf	55	4,2545	1,68015
	2.sınıf	57	4,7719	1,52383
	3.sınıf	62	4,7097	1,56170
	4.sınıf	61	4,7541	1,43359
	Toplam	235	4,6298	1,55359
Şaşkınlık	1.sınıf	55	6,7273	,91195
	2.sınıf	57	6,7719	,53511
	3.sınıf	62	6,8387	,48565
	4.sınıf	61	6,7377	,70478
	Toplam	235	6,7702	,67175
Mutluluk	1.sınıf	55	6,7273	,91195
	2.sınıf	57	6,7895	,55860

	3.sınıf	62	6,9355	,24768
	4.sınıf	61	6,7705	,58860
	Toplam	235	6,8085	,61458
Öfke	1.sınıf	55	4,7818	1,25744
	2.sınıf	57	5,4035	1,22270
	3.sınıf	62	5,5968	,93141
	4.sınıf	61	5,4754	1,10464
	Toplam	235	5,3277	1,16533

Tablo 3 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü boyutunda en yüksek puan ortalamasının 6,51 ile 3.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 6,01 ortalama ile 2.sınıf öğrencileri, 5,92 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin ve 5,81 ortalama ile 4.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Nötr ifade boyutunda en yüksek puan ortalamasının 5,64 ile 2.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 5,29 ortalama ile 4.sınıf öğrencileri, 5,23 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin ve 5,09 ortalama ile 3.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Aşağılama boyutunda en yüksek puan ortalamasının 5,64 ile 2.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 5,29 ortalama ile 4.sınıf öğrencileri, 5,23 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin ve 5,09 ortalama ile 3.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Tiksinme boyutunda en yüksek puan ortalamasının 5,35 ile 3.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 5,08 ortalama ile 4.sınıf öğrencileri, 4,87 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin ve 4,84 ortalama ile 2.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Korku boyutunda en yüksek puan ortalamasının 4,77 ile 2.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 4,75 ortalama ile 4.sınıf öğrencileri, 4,70 ortalama ile 3.sınıf öğrencilerinin ve 4,25 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Şaşkınlık boyutunda en yüksek puan ortalamasının 6,83 ile 3.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 6,77 ortalama ile 2.sınıf öğrencileri, 6,73 ortalama ile 4.sınıf öğrencilerinin ve 6,72 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Mutluluk boyutunda en yüksek puan ortalamasının 6,93 ile 3.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 6,78 ortalama ile 2.sınıf öğrencileri, 6,77 ortalama ile 4.sınıf öğrencilerinin ve 6,72 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Öfke boyutunda en yüksek puan ortalamasının 5,59 ile 3.sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunları sırasıyla 5,47 ortalama ile 4.sınıf öğrencileri, 5,40 ortalama ile 2.sınıf öğrencilerinin ve 4,78 ortalama ile 1.sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Tablo 4

*Sınıf Düzeylerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları*

Bağımlı Değişkenler	KT	sd	KO	F	p
Üzüntü	17,429	3	5,810	4,739*	,00
Nötr ifade	9,680	3	3,227	1,576	,19
Aşağılama	19,687	3	6,562	1,807	,14
Tiksinme	10,013	3	3,338	2,163	,09
Korku	10,234	3	3,411	1,421	,23
Şaşkınlık	,457	3	,152	,335	,80
Mutluluk	1,471	3	,490	1,304	,27
Öfke	22,537	3	7,512	5,878*	,00

\*p<,01.

Tablo 4 incelendiğinde yüz ifadelerinden nötr ifade, aşağılama, tiksinme, korku, şaşkınlık ve mutluluk boyutlarında katılımcıların sınıf düzeyleri açısından anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Ancak üzüntü ve öfke boyutlarında hesaplanan F değerleri (F=4,739, p<,01; F=5,878, p<,01) ,01 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ifade etmektedir. Üzüntü ve öfke ifadeleri boyutlarından grupların puan ortalamaları farklarının kaynağını belirleme amacıyla yapılan TUKEY testinin sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

*Sınıf Düzeylerine Göre Üzüntü ve Öfke Boyutlarına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları*

Bağımlı Değişken	Ortalamalar arası			
	(I) Sınıf düzeyi	(J) Sınıf düzeyi	fark (I-J)	p
Üzüntü	1.sınıf	2.sınıf	-,09027	,97
		3.sınıf	-,58886*	,02
		4.sınıf	,10760	,95

Öfke	2.sınıf	1.sınıf	,09027	,97	
		3.sınıf	-,49859	,07	
		4.sınıf	,19787	,76	
	3.sınıf	1.sınıf	,58886*	,02	
		2.sınıf	,49859	,07	
		4.sınıf	,69646*	,00	
	4.sınıf	1.sınıf	-,10760	,95	
		2.sınıf	-,19787	,76	
		3.sınıf	-,69646*	,00	
	Öfke	1.sınıf	2.sınıf	-,62169*	,02
			3.sınıf	-,81496*	,00
			4.sınıf	-,69359*	,00
2.sınıf		1.sınıf	,62169*	,02	
		3.sınıf	-,19327	,78	
		4.sınıf	-,07190	,98	
3.sınıf		1.sınıf	,81496*	,00	
		2.sınıf	,19327	,78	
		4.sınıf	,12136	,93	
4.sınıf		1.sınıf	,69359*	,00	
		2.sınıf	,07190	,98	
		3.sınıf	-,12136	,93	

\*. p<,05.

Katılımcıların sınıf düzeyleri açısından üzüntü boyutundaki puan ortalamaları arasındaki fark incelendiğinde 1.sınıftaki katılımcılar ile 3.sınıftaki katılımcılar ve 3.sınıftaki katılımcılar ile 4.sınıftaki katılımcılar arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu; öfke boyutundaki puan ortalamaları arasındaki fark incelendiğinde ise 1.sınıftaki katılımcılarla diğer (2,3,4.sınıf) sınıflardaki katılımcılar arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu Tablo 5'te görülmektedir. Bu bulgulara göre sınıf düzeyi 3.sınıf olan katılımcıların üzüntü boyutundaki ortalamaları, sınıf düzeyi 1. ve 4.sınıf olan katılımcıların ortalamalarından; sınıf düzeyi 2, 3, ve 4.sınıf olan katılımcıların öfke boyutundaki ortalamaları sınıf düzeyi 1.sınıf olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksektir.

**Katılımcıların yaşamlarının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerilerine ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların yüz ifadelerini tanıma düzeylerinin yaşamlarının büyük bir

bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık durumunu tespit etmek amacıyla MANOVA yapılmıştır. Yapılan analizlere ilişkin bulgular Tablo 6 ve Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 6

*Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Becerilerine İlişkin n,  $\bar{X}$  ve S Değerleri*

İfadeler	Yaşadığı çevre	n	$\bar{X}$	S
Üzüntü	köy-kasaba	40	5,6500	1,42415
	ilçe	69	6,2609	,91799
	il	49	6,3061	,93995
	büyük şehir	77	5,9870	1,19751
	Toplam	235	6,0766	1,13345
Nötr	köy-kasaba	40	5,4500	1,50128
	ilçe	69	5,4493	1,52948
	il	49	5,0408	1,30638
	büyük şehir	77	5,2987	1,39609
	Toplam	235	5,3149	1,43625
Aşağılama	köy-kasaba	40	5,3000	1,89737
	ilçe	69	4,9565	1,96615
	il	49	5,4286	1,97906
	büyük şehir	77	5,1558	1,85007
	Toplam	235	5,1787	1,91540
Tiksinme	köy-kasaba	40	4,8250	1,19588
	ilçe	69	4,9855	1,31163
	il	49	5,1429	1,24164
	büyük şehir	77	5,1558	1,23613
	Toplam	235	5,0468	1,25147
Korku	köy-kasaba	40	4,7250	1,66391
	ilçe	69	4,6812	1,50970
	il	49	4,6327	1,65446
	büyük şehir	77	4,5325	1,49195
	Toplam	235	4,6298	1,55359
Şaşkınlık	köy-kasaba	40	6,8750	,33493
	ilçe	69	6,8261	,45233
	il	49	6,8163	,52732
	büyük şehir	77	6,6364	,97210

	Toplam	235	6,7702	,67175
Mutluluk	köy-kasaba	40	6,7500	,58835
	ilçe	69	6,8551	,75294
	il	49	6,7755	,58685
	büyük şehir	77	6,8182	,50595
	Toplam	235	6,8085	,61458
Öfke	köy-kasaba	40	5,3500	1,12204
	ilçe	69	5,2174	1,17410
	il	49	5,4490	1,19131
	büyük şehir	77	5,3377	1,17664
	Toplam	235	5,3277	1,16533

Tablo 6 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 6,30 ile ilde yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 6,26 ortalama ile ilçede yaşayanlar, 5,98 ortalama ile büyük şehirde yaşayanlar, 5,65 ortalama ile köy – kasabada yaşayanların olduğu görülmektedir.

Nötr ifade boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 5,45 köy – kasabada yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 5,44 ortalama ile ilçede yaşayanlar, 5,29 ortalama ile büyük şehirde yaşayanlar, 5,04 ortalama ile ilde yaşayanların olduğu görülmektedir.

Aşağılama boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 5,42 ile ilde yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 5,30 ortalama ile köy – kasabada yaşayanlar, 5,15 ortalama ile büyük şehirde yaşayanlar, 4,95 ortalama ile ilçede yaşayanların olduğu görülmektedir.

Tiksinme boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 5,15 ile büyük şehirde yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 5,14 ortalama ile ilde yaşayanlar, 4,98 ortalama ile ilçede yaşayanlar, 4,82 ortalama ile köy – kasabada yaşayanların olduğu görülmektedir.

Korku boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 4,72 ile köy – kasabada yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 4,68 ortalama ile ilçede yaşayanlar, 4,63 ortalama ile ilde yaşayanlar, 4,53 ortalama ile ise büyük şehirde yaşayanların olduğu görülmektedir.

Şaşkınlık boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 6,87 ile köy – kasabada yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 6,82 ortalama ile ilçede yaşayanlar, 6,81 ortalama ile ilde yaşayanlar, 6,63 ortalama ile ise köy – kasabada yaşayanların olduğu görülmektedir.

Mutluluk boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 6,85 ile ilçede yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 6,81 ortalama ile büyük şehirde yaşayanlar, 6,77 ortalama ile ilde yaşayanlar, 6,75 ortalama ile ise köy – kasabada yaşayanların olduğu görülmektedir.

Öfke boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre 5,44 ile ilde yaşayanların olduğu ve bunları sırasıyla 5,35 ortalama ile köy – kasabada yaşayanlar, 5,33 ortalama ile büyük şehirde yaşayanlar, 5,21 ortalama ile ise ilçede yaşayanların olduğu görülmektedir.

Tablo 7

*Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Becerilerine İlişkin MANOVA Sonuçları*

Bağımlı Değişkenler	KT	sd	KO	F	p
Üzüntü	12,822	3	4,274	3,430*	,01
Nötr İfade	5,677	3	1,892	,916	,43
Aşağılama	7,094	3	2,365	,642	,58
Tiksinme	3,595	3	1,198	,763	,51
Korku	1,274	3	,425	,174	,91
Şaşkınlık	2,138	3	,713	1,592	,19
Mutluluk	,347	3	,116	,304	,82
Öfke	1,588	3	,529	,387	,76

\*. p<,01.

Tablo 7 incelendiğinde yüz ifadelerinden nötr ifade, aşağılama, tikslenme, korku, şaşkınlık, mutluluk ve öfke boyutlarında katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri açısından anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Ancak üzüntü boyutunda hesaplanan F değerleri ( $F=3,430$ ,  $p<,01$ ),  $,01$  düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ifade etmektedir. Üzüntü ifadesi boyutundan grupların puan ortalamaları farklarının kaynağını belirleme amacıyla yapılan TUKEY testinin sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8

*Katılımcıların Yaşamlarının Büyük Bir Bölümünü Geçirdiği Yerleşim Yerine Göre, Üzüntü Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları*

Bağımlı değişken	(I) Yaşadığı yer	(J) Yaşadığı yer	Ortalamalar arası	
			fark (I-J)	p
Üzüntü	köy-kasaba	ilçe	-,61087*	,03
		il	-,65612*	,03
		büyük şehir	-,33701	,41
	ilçe	köy-kasaba	,61087*	,03
		il	-,04525	,99
		büyük şehir	,27386	,45
	il	köy-kasaba	,65612*	,03
		ilçe	,04525	,99
		büyük şehir	,31911	,40
	büyük şehir	köy-kasaba	,33701	,41
		ilçe	-,27386	,45
		il	-,31911	,40

\*.  $p<,05$ .

Katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri açısından üzüntü boyutundaki puan ortalamaları arasındaki fark incelendiğinde ilçe ve ilde bulunanlar ile köy – kasaba ve büyük şehirde bulunan katılımcılar arasında  $,05$  düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu Tablo 8’de görülmektedir. Bu bulgulara göre yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri ilçe ve il olan katılımcıların üzüntü boyutundaki ortalamaları, köy – kasaba ve büyük şehir olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksektir.

**Anne eğitim durumuna göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların yüz ifadelerini tanıma düzeylerinin



anne eğitim durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık durumunu tespit etmek amacıyla MANOVA yapılmıştır. Yapılan analizlere ilişkin bulgular Tablo 9 ve Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 9

*Anne Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin  $\bar{X}$ , S ve n Değerleri*

İfadeler		$\bar{X}$	S	n
Üzüntü	ilkokul ve altı	5,9760	1,17407	125
	ortaokul	6,5161	,72438	31
	lise	6,0000	1,22971	42
	lisans ve üstü	6,1351	1,10961	37
	Toplam	6,0766	1,13345	235
Nötr ifade	ilkokul ve altı	5,4240	1,48250	125
	ortaokul	5,6129	1,02233	31
	lise	5,3571	1,52734	42
	lisans ve üstü	4,6486	1,31690	37
	Toplam	5,3149	1,43625	235
Aşağılama	ilkokul ve altı	5,1840	1,90663	125
	ortaokul	5,1613	2,13068	31
	lise	5,2619	2,01288	42
	lisans ve üstü	5,0811	1,70585	37
	Toplam	5,1787	1,91540	235
Tiksinme	ilkokul ve altı	5,0080	1,26041	125
	ortaokul	5,0968	1,30012	31
	lise	5,0000	1,16870	42
	lisans ve üstü	5,1892	1,30890	37
	Toplam	5,0468	1,25147	235
Korku	ilkokul ve altı	4,5600	1,58318	125
	ortaokul	5,0000	1,41421	31
	lise	4,6905	1,48961	42
	lisans ve üstü	4,4865	1,64353	37
	Toplam	4,6298	1,55359	235
Şaşkınlık	ilkokul ve altı	6,8000	,68392	125
	ortaokul	6,8387	,52261	31
	lise	6,6667	,81650	42
	lisans ve üstü	6,7297	,56019	37
	Toplam	6,7702	,67175	235

Mutluluk	ilkokul ve altı	6,7760	,52154	125
	ortaokul	7,0000	,00000	31
	lise	6,8333	,58086	42
	lisans ve üstü	6,7297	1,04479	37
	Toplam	6,8085	,61458	235
Öfke	ilkokul ve altı	5,2080	1,15211	125
	ortaokul	5,6774	1,35122	31
	lise	5,2619	1,08334	42
	lisans ve üstü	5,5135	1,09599	37
	Toplam	5,3277	1,16533	235

Tablo 9 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 6,51 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 6,13 ortalama ile lisans ve üstü, 6,00 ortalama ile lise, 5,97 ortalama ile ise ilkokul ve altı olduğu görülmektedir.

Nötr boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 5,61 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 5,42 ortalama ile ilkokul ve altı, 5,35 ortalama ile lise, 4,64 ortalama ile ise lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Aşağılama boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 5,26 ile lise olduğu ve bunları sırasıyla 5,18 ortalama ile ilkokul ve altı, 5,16 ortalama ile ortaokul, 5,08 ortalama ile ise lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Tiksinme boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 5,18 ile lisans ve üstü olduğu ve bunları sırasıyla 5,09 ortalama ile ortaokul, 5,008 ortalama ile ilkokul ve altı, 5,00 ortalama ile ise lise olduğu görülmektedir.

Korku boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 5,00 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 4,69 ortalama ile lise, 4,56 ortalama ile ilkokul ve altı, 4,48 ortalama ile ise lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Şaşkınlık boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 6,83 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 6,80 ortalama ile ilkokul

ve altı, 6,72 ortalama ile lisans ve üstü, 6,66 ortalama ile ise lise olduğu görülmektedir

Mutluluk boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 7,00 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 6,83 ortalama lise, 6,77 ortalama ile ilkokul ve altı, 6,72 ortalama ile ise lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Öfke boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların anne eğitim durumuna göre 5,67 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 5,51 ortalama ile lisans ve üstü, 5,26 ortalama ile lise, 5,20 ortalama ile ise ilkokul ve altı olduğu görülmektedir.

Tablo 10

*Anne Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları*

Bağımlı Değişkenler	KO	sd	KO	F	p
Üzüntü	7,627	3	2,542	2,004	,11
Nötr ifade	20,740	3	6,913	3,457*	,01
Aşağılama	,656	3	,219	,059	,98
Tiksinme	1,108	3	,369	,233	,87
Korku	5,772	3	1,924	,795	,49
Şaşkınlık	,767	3	,256	,564	,64
Mutluluk	1,524	3	,508	1,351	,25
Öfke	7,042	3	2,347	1,745	,15

\*p<,01.

Tablo 10 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü, aşağılama, tiksinme, korku, şaşkınlık, mutluluk ve öfke boyutlarında katılımcıların anne eğitim durumu açısından anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Ancak nötr ifade boyutunda hesaplanan F değerleri (F=3,457, p<,01) ,01 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ifade etmektedir. Nötr ifade boyutundan grupların puan ortalamaları farklarının kaynağını belirleme amacıyla yapılan TUKEY testinin sonuçları Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11

*Anne Eğitim Durumuna Göre Nötr İfade Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları*

Bağımlı Değişken	(I) Anne eğitim durumu	(J) Anne eğitim durumu	Ortalamalar aras fark (I-J)	p
------------------	------------------------	------------------------	-----------------------------	---

Nötr ifade	İlkokul ve altı	Ortaokul	-,23556	,83
		Lise	,20502	,86
		Lisans ve üstü	,79321*	,01
	Ortaokul	İlkokul ve altı	,23556	,83
		Lise	,44058	,57
		Lisans ve üstü	1,02877*	,01
	Lise	İlkokul ve altı	-,20502	,86
		Ortaokul	-,44058	,57
		Lisans ve üstü	,58819	,27
	Lisans ve üstü	İlkokul ve altı	-,79321*	,01
		Ortaokul	-1,02877*	,01
		Lise	-,58819	,27

\*.  $p < ,01$ .

Katılımcıların anne eğitim durumu açısından nötr ifade boyutundaki puan ortalamaları arasındaki fark incelendiğinde annesi ilkokul ve altı ve ortaokul mezunu olanlar ile lise ve lisans üstü mezunu olan katılımcılar arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farklılığın olduğu Tablo 11’de görülmektedir. Bu bulgulara göre anne eğitim durumları ilkokul ve altı ve ortaokul olan katılımcıların nötr ifade boyutundaki ortalamaları, lise ve lisans üstü olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksektir.

**Baba eğitim durumuna göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların yüz ifadelerini tanıma düzeylerinin baba eğitim durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık durumunu tespit etmek amacıyla MANOVA yapılmıştır. Yapılan analizlere ilişkin bulgular Tablo 12 ve Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 12

*Baba Eğitim Durumuna Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin  $\bar{X}$ , S ve n Değerleri*

İfadeler		$\bar{X}$	S	n
Üzüntü	ilkokul ve altı	5,8933	1,29002	75
	ortaokul	5,9394	1,05887	33
	lise	6,3415	1,01513	41
	lisans ve üstü	6,1628	1,05005	86
	Toplam	6,0766	1,13345	235
Nötr ifade	ilkokul ve altı	5,4667	1,32882	75

	ortaokul	5,3030	1,64858	33
	lise	5,6098	1,30150	41
	lisans ve üstü	5,0465	1,47853	86
	Toplam	5,3149	1,43625	235
Aşağılama	ilkokul ve altı	5,0133	2,10850	75
	ortaokul	5,3636	1,63589	33
	lise	5,2195	2,05563	41
	lisans ve üstü	5,2326	1,78671	86
	Toplam	5,1787	1,91540	235
Tiksinme	ilkokul ve altı	4,9867	1,21359	75
	ortaokul	5,0909	1,25906	33
	lise	4,8293	1,28262	41
	lisans ve üstü	5,1860	1,26966	86
	Toplam	5,0468	1,25147	235
Korku	ilkokul ve altı	4,5600	1,49991	75
	ortaokul	4,8788	1,34065	33
	lise	4,9512	1,35925	41
	lisans ve üstü	4,4419	1,73954	86
	Toplam	4,6298	1,55359	235
Şaşkınlık	ilkokul ve altı	6,8533	,56217	75
	ortaokul	6,9091	,38435	33
	lise	6,8537	,42196	41
	lisans ve üstü	6,6047	,88489	86
	Toplam	6,7702	,67175	235
Mutluluk	ilkokul ve altı	6,7867	,55247	75
	ortaokul	6,9394	,24231	33
	lise	6,7805	,61287	41
	lisans ve üstü	6,7907	,75329	86
	Toplam	6,8085	,61458	235
Öfke	ilkokul ve altı	5,2267	,95257	75
	ortaokul	5,2727	1,17985	33
	lise	5,2927	1,34618	41
	lisans ve üstü	5,4535	1,24293	86
	Toplam	5,3277	1,16533	235

Tablo 12 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 6,34 ile lise olduğu ve

bunları sırasıyla 6,16 ortalama ile lisans ve üstü, 5,93 ortalama ile ortaokul, 5,89 ortalama ile ilkokul ve altı olduğu görülmektedir.

Nötr boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 5,60 ile lise olduğu ve bunları sırasıyla 5,46 ortalama ile ilkokul ve altı, 5,30 ortalama ile ortaokul, 5,04 ortalama ile lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Aşağılama boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 5,36 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 5,23 ortalama ile lisans ve üstü, 5,21 ortalama ile lise, 5,01 ortalama ile ilkokul ve altı olduğu görülmektedir.

Tiksinme boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 5,18 ile lisans ve üstü olduğu ve bunları sırasıyla 5,09 ortalama ile ortaokul, 4,98 ortalama ile ilkokul ve altı, 4,82 ortalama ile lise olduğu görülmektedir.

Korku boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 4,95 ile lise olduğu ve bunları sırasıyla 4,87 ortalama ile ortaokul, 4,56 ortalama ile ilkokul ve altı, 4,44 ortalama ile lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Şaşkınlık boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 6,90 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 6,8537 ortalama ile lise, 6,8533 ortalama ile ilkokul ve altı, 6,60 ortalama ile lisans ve üstü olduğu görülmektedir.

Mutluluk boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 6,93 ile ortaokul olduğu ve bunları sırasıyla 6,79 ortalama lisans ve üstü, 6,786 ortalama ile ilkokul ve altı, 6,780 ortalama ile lise olduğu görülmektedir.

Öfke boyutunda en yüksek puan ortalamasının katılımcıların baba eğitim durumuna göre 5,45 ile lisans ve üstü olduğu ve bunları sırasıyla 5,29 ortalama ile lise, 5,27 ortalama ile ortaokul, 5,22 ortalama ile ilkokul ve altı olduğu görülmektedir.

Tablo 13

*Baba Eğitim Durumlarına Göre Yüz İfadelerindeki Duyguların Tanınma Becerisine İlişkin MANOVA Sonuçları*

Bağımlı değişkenler	KT	sd	KO	F	p
Üzüntü	6,655	3	2,218	1,743	,15
Nötr ifade	11,491	3	3,830	1,878	,13
Aşağılama	3,497	3	1,166	,315	,81
Tiksinme	3,943	3	1,314	,837	,47
Korku	9,685	3	3,228	1,343	,26
Şaşkınlık	3,797	3	1,266	2,873*	,03
Mutluluk	,661	3	,220	,580	,62
Öfke	2,276	3	,759	,556	,64

\*p<,05.

Tablo 13 incelendiğinde yüz ifadelerinden üzüntü, nötr ifade, aşağılama, tiksinme, korku, mutluluk ve öfke boyutlarında katılımcıların baba eğitim durumu açısından anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Ancak şaşkınlık boyutunda hesaplanan F değeri (F=2,873, p<,05) ,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu göstermektedir. Şaşkınlık boyutundan grupların puan ortalamaları farklarının kaynağını belirlemek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 14'te verilmiştir.

Tablo 14

*Baba Eğitim Durumuna Göre Şaşkınlık Boyutuna İlişkin TUKEY Testi Sonuçları*

Bağımlı değişken	(I) Baba eğitim durumu	(J) Baba eğitim durumu	Ortalamalar arası fark (I-J)	p
Şaşkınlık	İlkokul ve altı	Ortaokul	-,0558	,97
		Lise	-,0003	1,00
		Lisans ve üstü	,2487	,08
	Ortaokul	İlkokul ve altı	,0558	,97
		Lise	,0554	,98
		Lisans ve üstü	,3044	,11
	Lise	İlkokul ve altı	,0003	1,00
		Ortaokul	-,0554	,98
		Lisans ve üstü	,2490	,20
Lisans ve üstü	İlkokul ve altı	-,2487	,08	

ortaokul	-,3044	,11
lise	-,2490	,20

Tablo 14 incelendiğinde, katılımcıların baba eğitim durumları ile şaşkınlık ifadesi puan ortalaması arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir fark görülmemektedir ( $p>,05$ ).

**Kişilik özelliklerinin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeyini yordamasına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların kişilik özelliklerinin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeylerine ilişkin standart çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi için varsayımların incelenmesi amacıyla öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığı, daha sonra da kişilik özellikleriyle yüz ifadelerini tanıma becerileri değişkenleri arasındaki ilişkinin doğrusal olup olmadığı incelenmiştir. Normallik varsayımı için bütün ölçeklerden alınan puanların normalliği, Normal P-P Plot kullanılarak tespit edilmiş ve Şekil 2.'de gösterilmiştir. Şekil 2.'ye göre dağılım, aşırı sapma göstermemesinden dolayı dağılımın normallik varsayımı sağlanmaktadır (Pallant, 2016). Kişilik özellikleriyle yüz ifadelerini tanıma becerileri arasındaki doğrusallığın incelenmesi için ise saçılma diyagramına bakılmıştır. Saçılma diyagramına göre verilerin -3 ile 3 arasında saçılması gerekmektedir ancak bu değerler dışında birkaç değer olması sonuçların yorumlanmasında problem oluşturmayabilir (Pallant, 2016). Saçılma diyagramı Şekil 3.'te gösterilmiştir. Bu araştırmada yapılan korelasyon analizlerine ilişkin bütün normallik varsayımlarının şekilleri EK-8'de gösterilmiştir.

Yordayıcı değişkenler arasında ise çoklu bağlantılılık problemine rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 15'te pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 15'e göre değişkenler arasındaki değerlerin ,70'ten düşük olması, çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir.

Tablo 15

*Kişilik Özelliklerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6
1. Duygular	1,000					
2. Dışadönüklük	-,027	1,000				



3. Uyumluluk	,059	,153	1,000			
4. Özdenetim	-,054	,237	,185	1,000		
5. D. Dengesizlik	,069	-,279	-,172	-,224	1,000	
6. Açıklık	-,081	,455	,190	,077	-,199	1,000

Kişilik özelliklerinin bütün duyguları tanıma düzeyinin yordamasına ilişkin regresyon analizi ise Tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16

*Kişilik Özelliklerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

		B	SH <sub>B</sub>	β	t	p	İkili r	Kısmi r
1	Sabit	43,899	4,010	-	10,948	,000	-	-
	Dışadönüklük	,032	,071	,035	,451	,653	-,027	,030
	Uyumluluk	,130	,094	,094	1,374	,171	,059	,090
	Özdenetim	-,056	,067	-,058	-,834	,405	-,054	-,055
	D. dengesizlik	,052	,058	,063	,897	,371	,069	,059
	Açıklık	-,081	,062	-,097	-1,305	,193	-,081	-,086

a. bağımlı değişken: yüz ifadelerindeki temel duygular

R=,141	R <sup>2</sup> =,020
F <sub>(0,928)</sub>	p=,464

Tablo 16'ya göre kişilik özelliklerinin yüz ifadelerindeki temel duyguları istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamadığı anlaşılmaktadır ( $p > ,05$ ).

Yüz ifadelerindeki temel duygular tek tek incelendiğinde regresyon analizinin varsayımlarını karşılamasından ötürü tikslenme ve korku ifadeleri için de regresyon analizi yapılmıştır. Mutluluk, şaşkınlık, öfke, aşağılama, nötr ifade ve üzüntü ifadeleri için yapılan analizler incelendiğinde regresyon analizinin varsayımını karşılamadıkları görülmüştür. Dolayısıyla bu ifadelerin değerlendirilmesi yapılamamıştır. Tikslenme ifadesine ilişkin sonuçlar Şekil 4., Şekil 5., Tablo 17 ve Tablo 18'de gösterilmiştir.

Dağılımın kabul edilebilir sınırlar içerisinde olmasının yanı sıra yordayıcı değişkenler arasında çoklu bağlantılılık problemine rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 17'de pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 17'de göre

değişkenler arasındaki değerlerin ,70'ten düşük olması, çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir.

Tablo 17

*Kişilik Özelliklerinin Tiksinme İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6
1. Tiksinme	1,000					
2. Dışadönüklük	,045	1,000				
3. Uyumluluk	-,050	,153	1,000			
4. Özdenetim	,015	,237	,185	1,000		
5. D. Dengesizlik	,153	-,279	-,172	-,224	1,000	
6. Açıklık	,012	,455	,190	,077	-,199	1,000

Kişilik özelliklerinin tiksinme ifadesini tanıma düzeyinin yordamasına ilişkin regresyon analizi ise Tablo 18'de gösterilmiştir.

Tablo 18

*Kişilik Özelliklerinin Tiksinme İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p	İkili r	Kısmi r
1 Sabit	3,627	1,036	-	3,501	,001	-	-
Dışadönüklük	,021	,018	,086	1,136	,257	,045	,075
Uyumluluk	-,015	,024	-,042	-,629	,530	-,050	-,042
Özdenetim	,011	,017	,042	,608	,544	,015	,040
D. dengesizlik	,040	,015	,182	2,623*	,009	,153	,171
Açıklık	,003	,016	,014	,185	,854	,012	,012

a. bağımlı değişken: tiksinme

R=,186 R<sup>2</sup>=,035

F<sub>(1,640)</sub> p=,150

\*. p<,05.

Tablo 18'de görüldüğü üzere tiksinme ifadesiyle duygusal dengesizlik arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir (p<,05). Kişilik boyutlarından duygusal dengesizlik ile tiksinme arasında pozitif ve düşük düzeyde

( $r=,153$ ) bir ilişkinin olduğu ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=,171$  olarak hesaplandığı görülmektedir. Bir başka ifadeyle duygusal dengesizlik ile tikslenme arasında pozitif yönde bir korelasyon olmasına rağmen bu etki düşük düzeydedir.

Korku ifadesine ilişkin sonuçlar ise Şekil 6., Şekil 7., Tablo 19 ve Tablo 20’de verilmiştir. Şekil 6. ve Şekil 7.’de (EK-8) görüldüğü üzere dağılım kabul edilebilir sınırlar içerisinde. Yordayıcı değişkenler arasında ise çoklu bağlantılılık probleminin rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 19’da Pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 19’a göre değişkenler arasındaki değerlerin ,70’ten düşük olması, çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir.

Tablo 19

*Kişilik Özelliklerinin Korku İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6
1. Korku	1,000					
2. Dışadönüklük	-,059	1,000				
3. Uyumluluk	,004	,153	1,000			
4. Özdenetim	-,108	,237	,185	1,000		
5. D. Dengesizlik	,063	-,279	-,172	-,224	1,000	
6. Açıklık	-,058	,455	,190	,077	-,199	1,000

Tablo 20

*Kişilik Özelliklerinin Korku İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	SH <sub>B</sub>	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
1 Sabit	5,257	1,298	-	4,050	,000	-	-
Dışadönüklük	-,003	,023	-,011	-,143	,886	-,059	-,009
Uyumluluk	,018	,031	,039	,579	,563	,004	,038
Özdenetim	-,032	,022	-,101	-1,459	,146	-,108	-,096
D. dengesizlik	,009	,019	,035	,498	,619	,063	,033
Açıklık	-,012	,020	-,046	-,613	,541	-,058	-,040

a. bağımlı değişken: korku

R=,129

R<sup>2</sup>=,017

Tablo 20'de görüldüğü üzere korku ifadesiyle beş faktör kişilik özellikleri arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir (p>,05).

**Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeylerini yordayıcılığına ilişkin bulgular ve yorumlar.** Katılımcıların bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeylerine ilişkin standart çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinin varsayımlarını teyit etmek için kişilik özelliklerinde de yapılan analizler uygulanmıştır. Bu sonuçlar Şekil 8. ve Şekil 9.'da göstermiştir (EK-8). Korelasyon tablosu ise Tablo 21'de verilmiştir. Sonuçlar, regresyon analizinin varsayımlarını karşılamaktadır.

Tablo 21

*Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Duygular	1,000									
2. Kendini Suçlama	,029	1,000								
3. Kabul Etme	,072	,310	1,000							
4. D. Odaklanma	,014	,346	,090	1,000						
5. Pozitif Odaklanma	-,039	-,204	,117	-,009	1,000					
6. Plana Odaklanma	-,052	-,133	-,116	,224	,433	1,000				
7. P. Göz. Geçirme	-,090	-,198	-,047	,168	,402	,649	1,000			
8. B. Açısına Yerl.	-,064	-,065	,207	,092	,375	,248	,412	1,000		
9. Yıkım	,049	,320	,251	,094	-,222	-,264	-,485	-,183	1,000	
10. D. Suçlama	-,070	,078	,161	,016	-,036	-,124	-,232	,030	,418	1,000

Şekil 8. ve Şekil 9.'da görüldüğü üzere dağılım kabul edilebilir sınırlar içerisindedir (EK-8). Yordayıcı değişkenler arasında ise çoklu bağlantılılık probleminin rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 21'de pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 21'e göre değişkenler arasındaki değerlerin ,70'ten düşük olması çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin temel duyguların tanınmasını yordamasına ilişkin yapılan regresyon analizi Tablo 22'de gösterilmiştir.

Tablo 22

*Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	SH <sub>B</sub>	β	t	P	İkili r	Kısmi r
1 Sabit	47,450	3,656	-	12,980	,000	-	-
Kendini Suçlama	-,065	,146	-,035	-,448	,654	,029	-,030
Kabul Etme	,182	,139	,099	1,317	,189	,072	,087
Düşünceye Odaklanma	,065	,144	,033	,449	,654	,014	,030
Pozitif Tekrar Odaklan.	-,016	,156	-,008	-,103	,918	-,039	-,007
Plana Tekrar Odaklan.	,047	,185	,024	,255	,799	-,052	,017
Pozitif Tekrar Gözden G.	-,186	,175	-,109	-1,062	,289	-,090	-,071
Bakış Açısında Yerleş.	-,067	,132	-,039	-,508	,612	-,064	-,034
Yıkım	,036	,124	,025	,290	,772	,049	,019
Diğerlerini Suçlama	-,197	,125	-,116	-1,572	,117	-,070	-,104

a. bağımlı değişken: duygular

R=,165 R<sup>2</sup>=,027

F<sub>(0,703)</sub> p=,706

Tablo 22’de de görüldüğü üzere temel duyguların tanınması ile bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ( $p>,05$ ). Yüz ifadelerindeki temel duygular tek tek incelendiğinde regresyon analizinin varsayımlarını karşılamasından ötürü nötr ifade ve aşağılama ifadeleri için de regresyon analizi yapılmıştır. Nötr ifadeye ilişkin sonuçlar Şekil 10., Şekil 11., Tablo 23 ve Tablo 24’te gösterilmiştir.

Şekil 10. ve Şekil 11.’de görüldüğü üzere dağılım kabul edilebilir sınırlar içerisindedir (EK-8). Yordayıcı değişkenler arasında ise çoklu bağlantılılık problemine rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 23’te pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 23’e göre değişkenler arasındaki değerlerin ,70’ten düşük olması, çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin temel duyguların tanınmasını yordamasına ilişkin yapılan regresyon analizi Tablo 24’te gösterilmiştir.

Tablo 23

*Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Nötr İfadeyi Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Nötr İfade	1,000									
2. Kendini Suçlama	-,149	1,000								
3. Kabul Etme	,026	,310	1,000							
4. D. Odaklanma	,013	,346	,090	1,000						
5. Pozitif Odaklanma	,118	-,204	,117	-,009	1,000					
6. Plana Odaklanma	-,060	-,133	-,116	,224	,433	1,000				
7. P. Göz. Geçirme	-,099	-,198	-,047	,168	,402	,649	1,000			
8. B. Açısına Yerl.	,050	-,065	,207	,092	,375	,248	,412	1,000		
9. Yıkım	-,035	,320	,251	,094	-,222	-,264	-,485	-,183	1,000	
10. D. Suçlama	-,005	,078	,161	,016	-,036	-,124	-,232	,030	,418	1,000

Tablo 24

*Katılımcıların Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Nötr İfadeyi Tanıma Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p	İkili r	Kısmi r
1 Sabit	6,505	1,058	-	6,149	,000	-	-
Kendini Suçlama	-,116	,042	-,210	-2,761*	,006	-,149	-,181
Kabul Etme	,029	,040	,053	,734	,464	,026	,049
Düşünceye Odaklanma	,080	,042	,139	1,931	,055	,013	,128
Pozitif Tekrar Odaklan.	,091	,045	,155	2,016*	,045	,118	,133
Plana Tekrar Odaklan.	-,030	,054	-,051	-,566	,572	-,060	-,038
Pozitif Tekrar Gözden G.	-,132	,051	-,260	-2,616*	,009	-,099	-,172
Bakış Açısında Yerleş.	,031	,038	,061	,820	,413	,050	,055
Yıkım	-,033	,036	-,075	-,907	,365	-,035	-,060
Diğerlerini Suçlama	-,016	,036	-,031	-,434	,665	-,005	-,029

a. bağımlı değişken: nötr

R=,295

R<sup>2</sup>=,087

F<sub>(2,392)</sub>

p=,013

\*. p<,05.

Tablo 24'te görüldüğü üzere nötr ifadeyle kendini suçlama, pozitif tekrar odaklanma ve pozitif tekrar gözden geçirme arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir

farklılığın olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ). Bilişsel duygu düzenleme stratejileri boyutlarından kendini suçlama ile nötr ifade arasında negatif ve düşük düzeyde ( $r=-,149$ ) bir ilişkinin olduğu ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=-,181$  olarak hesaplandığı görülmektedir.

Pozitif tekrar odaklanmayla nötr ifade arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ). Pozitif tekrar odaklanma ile nötr ifade arasında pozitif ve düşük düzeyde ( $r=,118$ ) bir ilişkinin olduğu ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=,133$  olarak hesaplandığı görülmektedir.

Pozitif tekrar gözden geçirme nötr ifade arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ). Pozitif tekrar gözden geçirme ile nötr ifade arasında negatif ve düşük düzeyde ( $r=-,099$ ) bir ilişkinin olduğu ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=-,172$  olarak hesaplandığı görülmektedir.

Aşağılama ifadesi için yapılan regresyon analizi ve varsayımları ise Şekil 12., Şekil 13., Tablo 25 ve Tablo 26'da gösterilmiştir. Şekil 12. ve Şekil 13.'te (EK-8) görüldüğü üzere dağılım kabul edilebilir sınırlar içerisindedir. Yordayıcı değişkenler arasında ise çoklu bağlantılılık problemine rastlanmamıştır. Bu durum Tablo 25'te pearson korelasyon tablosunda gösterilmiştir. Tablo 25'e göre değişkenler arasındaki değerlerin ,70'ten düşük olması, çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin temel duyguların tanınmasını yordamasına ilişkin yapılan regresyon analizi Tablo 26'da gösterilmiştir.

Tablo 25

*Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aşağılama İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Pearson Korelasyon Sonuçları*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Aşağılama	1,000									
2. Kendini Suçlama	,085	1,000								
3. Kabul Etme	-,007	,310	1,000							
4. D. Odaklanma	,086	,346	,090	1,000						
5. Pozitif Odaklanma	-,106	-,204	,117	-,009	1,000					
6. Plana Odaklanma	,010	-,133	-,116	,224	,433	1,000				
7. P. Göz. Geçirme	-,039	-,198	-,047	,168	,402	,649	1,000			

8. B. Açısına Yerl.	-,077	-,065	,207	,092	,375	,248	,412	1,000		
9. Yıkım	,064	,320	,251	,094	-,222	-,264	-,485	-,183	1,000	
10. D. Suçlama	-,128	,078	,161	,016	-,036	-,124	-,232	,030	,418	1,000

Tablo 26

*Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aşağılama İfadesini Tanıma Düzeyini Yordamasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p	İkili r	Kısmi r
1 Sabit	5,456	1,439	-	3,791	,000	-	-
Kendini Suçlama	,020	,057	,027	,343	,732	,085	,023
Kabul Etme	,005	,055	,006	,083	,934	-,007	,006
Düşünceye Odaklanma	,046	,057	,060	,817	,415	,086	,054
Pozitif Tekrar Odaklan.	-,073	,061	-,094	-1,194	,234	-,106	-,079
Plana Tekrar Odaklan.	,061	,073	,077	,834	,405	,010	,056
Pozitif Tekrar Gözden G.	-,025	,069	-,037	-,361	,719	-,039	-,024
Bakış Açısında Yerleş.	-,019	,052	-,027	-,359	,720	-,077	-,024
Yıkım	,057	,049	,099	1,162	,247	,064	,077
Diğerlerini Suçlama	-,119	,049	-,175	-2,410*	,017	-,128	-,159

a. bağımlı değişken: aşağılama

R=,225

R<sup>2</sup>=,050

F<sub>(1,328)</sub>

p=,223

\*. p<,05.

Tablo 26'da görüldüğü üzere bilişsel duygu düzenleme stratejileri boyutlarından diğerlerini suçlama ile aşağılama arasında negatif ve düşük düzeyde (r=, -128) bir ilişkinin olduğu ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun r=, -159 olarak hesaplandığı görülmektedir.



## Bölüm 5

### Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu araştırmada, psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki duyguları tanıma düzeyleri; cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşamının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, ebeveynlerin eğitim durumları, kişilik özellikleri ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri açısından incelenmiştir. Bu başlık altında ise araştırmada elde edilen sonuçların özetine, tartışılmasına ve araştırma sonuçlarına göre geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

#### Sonuç

1. Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerileri, cinsiyetlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde fark olmadığı bulgusuna ulaşılmış ve kadın katılımcılar, korku ifadesinin dışında diğer duyguları tanıma puan ortalamaları erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
2. Yüz ifadelerinin tanıma becerileri ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında üzüntü ve öfke ifadelerinde anlamlı bir farkın olduğu saptanmıştır. Üzüntü duygusunu tanımada 3.sınıftaki katılımcılar, 1. ve 4.sınıftaki katılımcılara kıyasla daha yüksek düzeyde başarı göstermişlerdir. Öfke duygusunu tanımada ise 2., 3. ve 4.sınıftaki katılımcıların, 1.sınıftaki katılımcılardan daha yüksek düzeyde başarı elde etmişlerdir.
3. Yüz ifadelerinin tanıma becerileri ile katılımcıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri arasındaki ilişkiye bakıldığında üzüntü ifadesinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Üzüntü duygusunu tanımada yaşamlarının büyük bir bölümünü il ve ilçede geçirenler, köy – kasabada geçirenlerden daha yüksek düzeyde başarı gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır.
4. Yüz ifadelerinin tanıma becerileri ile katılımcıların annelerinin eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında nötr ifadeyi tanımada anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Nötr ifadeyi tanımada katılımcıların anne eğitim durumları ilkokul ve altı ve ortaokul olanların lisans ve üstü olanlardan daha yüksek düzeyde başarı gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

5. Yüz ifadelerinin tanınma becerileri ile katılımcıların baba eğitim durumları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ifadeler ile baba eğitim durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir.
6. Yüz ifadelerinin tanınma becerilerini beş faktör kişilik özellikleri ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin yordama durumuna ilişkin sonuçlar ise genel olarak istatistiksel açıdan önemli bir yordamanın olmadığı yönündedir. Ancak beş faktör kişiliğin alt boyutlarından duygusal dengesizlik ile tikslenme ifadesi arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu sonucu da bulgular arasındadır. Beş faktör kişiliğin diğer boyutları ile yüz ifadeleri arasında ise istatistiksel açıdan herhangi bir fark bulunamamıştır.
7. Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden kendini suçlama, pozitif tekrar odaklanma ve pozitif tekrar gözden geçirme ile nötr ifade arasında; diğerlerini suçlama ile aşağılama ifadesi arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Kendini suçlama ile nötr ifade arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Pozitif tekrar odaklanma ile nötr ifade arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Pozitif tekrar gözden geçirme ile nötr ifade arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Son olarak diğerlerini suçlama boyutuyla aşağılama arasında negatif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

## **Tartışma**

Bu bölümde araştırma sürecinde ortaya çıkan bulguların tartışılması sunulmuştur. Alt problemlerin verilmiş sırasına göre elde edilen bulgular tartışılmıştır.

**Cinsiyete göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Bu araştırmada kadınların korku ifadesi dışında diğer ifadeleri (mutluluk, öfke, şaşkınlık, aşağılama, tikslenme ve üzüntü) tanımada erkekler kıyasla daha iyi oldukları ancak bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle kadınların yüz ifadelerinde beliren duyguları tanımada erkeklerden daha iyidir ifadesi, istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde fark olmadığından desteklenmemiştir.

Alanyazında yüz ifadelerinde beliren duyguları tanıma ve cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde kadınların erkeklerden daha iyi tanıdığı sonucuna ulaşıldığı görüldüğünü yanı sıra (Boyatzis, Chazan ve Ting, 1993; Hall ve Matsumoto, 2004; Merten, 2005) kadın ve erkek katılımcılar arasında yüz ifadelerini tanımada istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farkın olmadığına ilişkin araştırmalar da bulunmaktadır (Arpita, 2012; Domico, 2011; Hutchison ve Gerstein, 2012; Mitchell, 2006). Ancak Hutchison ve Gerstein (2016) tarafından yapılan çalışmada ise kadınların duyguları erkeklerden daha doğru oranda tanıdığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bir meta – analiz çalışmasına göre ise kadınların duyguları erkeklere kıyasla orta düzeyde daha iyi tanıdıkları belirtilmiştir (Hall, 1978). Bir başka meta – analiz çalışmasına göre ise kadınların duyguları tanımada erkeklere kıyasla düşük düzeyde de olsa daha iyi tanıdıkları belirtilmiştir (Thompson ve Voyer, 2014).

Alanyazında yüz ifadelerini tanımada kadınların daha iyi olmasına açıklık getiren veya kadın ve erkeklerin yüz ifadelerini tanımada istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olmamasına ilişkin çeşitli tartışmalar bulunmaktadır. Bu tartışmalara açıklık getirmek için ileri sürülen görüşlerden birisi itaat (subordination) hipotezidir. Bu hipoteze göre kadınların erkeklere yönelik geleneksel sosyal itaatinin, duyguları tanımada üstün beceriye yol açtığı ileri sürülmektedir. Geleneksel sosyal itaat ile burada kadınların erkeklere yönelik itaati kast edilmektedir. Kadınların erkeklere yönelik itaatkarlığı, erkek düşük yoğunlukta duygu ifadesi gösterse bile beliren bu duygunun tanınmasına aracılık etmektedir. Ancak bu hipotezin tartışmalı olduğu görülmektedir. Bazı araştırma sonuçlarına göre erkek katılımcıların duyguları kadın katılımcılardan daha doğru tanınmasına ilişkin bulgularda mevcuttur (Elfenbein, Marsh ve Ambady, 2002). Bir başka deyişle, kadınların duyguları erkeklerden daha iyi tanınmasına açıklık getirilmesi amacıyla itaat hipotezi ileri sürülmüş ancak bu hipotez duyguları tanımada kadın ve erkek farkını açıklama konusunda yetersiz kalmıştır.

Yüz ifadelerindeki duyguları tanımada kadınlar ve erkekler arasında bir fark olmadığına ilişkin görüşler de bulunmaktadır. Nitekim bu konuda Hutchison ve Gerstein (2012) tarafından yapılan bir çalışmada yüz ifadelerini tanımada kadınlarla erkekler arasında bir farkın olmaması, kadın ve erkeklerin yüz ifadelerini tanımalarının aynı oranlarda doğru bir şekilde olmasının akla daha yakın olduğu ileri sürülmektedir ve uygulamada psikologların duyguların tanınmasında kadınların

daha iyi olması yönündeki çelişkili araştırma bulgularının dikkate almaları gerektiği vurgulanmaktadır. Bir başka deyişle kadınların ve erkeklerin yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerilerine ilişkin bir fark aranmasından ziyade her iki cinsin de yaklaşık aynı oranlarda tanıdığı görüşüyle yaklaşmanın daha mantıklı olacağı ifade edilmektedir.

Genel olarak bakıldığında yüz ifadelerini tanımada cinsiyet farklılıklarına ilişkin bulgular tartışmalıdır. Bu durumu kültür, yaş, bağlam, araştırmada kullanılan yöntem, katılımcının fizyolojik ve psikolojik durumu etkileyebilir. Güncel çalışmalar incelendiğinde (Hess, Blaison ve Kafetsios, 2016) yüz ifadelerini tanımanın toplumsal çevreden etkilenebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmada yüz ifadelerinin bilgisayar ekranına yansıtılarak bağlamın dahil edilmemesiyle (katılımcıların yüz ifadelerindeki duyguları tanıma sırasında sosyal çevreden etkilenmelerinin kısıtlanması) bağlamın katılımcıların cinsiyetlerine göre tanıma becerilerinin etkisinin azaltılması sağlanmıştır. Cinsiyetler arası anlamlı bir farkın çıkmadığı bulgusu ise yüz ifadelerini tanıma konusunda cinsiyet faktörüne ağırlık verilmemesini ispatlamaktadır. Bir başka ifadeyle yüz ifadelerini tanımada kadınlar ve erkekler arasındaki farka gereğinden fazla yoğunlaşılması daha uygun olabilir. Nitekim yüz ifadelerindeki duyguları tanımayı birçok faktör etkileyebilmektedir. Dolayısıyla bu araştırmanın yüz ifadelerini tanımada cinsiyet faktörüne ilişkin bulgusu Hutchison ve Gerstein (2012) tarafından yapılan araştırma bulgusuyla tutarlıdır. Diğer araştırma bulgularıyla (Boyatzis, Chazan ve Ting, 1993; Hall ve Matsumoto, 2004; Merten, 2005; Mitchell, 2006) tutarlı olmamasının sebebi olarak bu araştırmada, uygun örnekleme yönteminin kullanılması olabilir. Fraenkel, Wallen ve Hyun'a (2012) göre uygun örnekleme yöntemi evreni temsil etmez. Dolayısıyla da sonuçların genellenmesinin söz konusu olamayacağı düşünüldüğünde bu araştırma bulgularının genellenmesi de söz konusu değildir.

**Sınıf düzeyine göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerinden üzüntü ve öfke ifadelerinin tanınmasında sınıflar arasında anlamlı düzeyde fark olduğu görülmektedir. Üzüntü ifadesinin tanınmasında 3.sınıflar 1.ve 4.sınıflardan anlamlı düzeyde daha iyi tanırlarken; 2., 3., ve 4.sınıfların öfke ifadesini 1.sınıflardan daha iyi tanıdıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Domico (2011) tarafından yapılan araştırmada doktora düzeyinde 77 katılımcının mikro ifadeleri tanıma becerileri incelenmiştir.

Ayrıca katılımcıların sınıf düzeylerinin de değişken olarak ele alınması amaçlanmıştır ve doktora düzeyindeki bu katılımcıların sınıf düzeyleri ise 1., 3. ve 4.sınıftır. Katılımcıların sınıf düzeyleri ise psikoloji lisans öğrencileriyle karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre 4.sınıf öğrencileri lisans öğrencilerine kıyasla öfke, üzüntü ve aşağılama ifadelerini; 3.sınıflar öfke ve aşağılama ifadelerini ve 1.sınıflar ise aşağılama ifadesini anlamlı düzeyde daha doğru tanımışlardır. Arpita (2012) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise ruh sağlığı bölümlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerin ruh sağlığı dışındaki bölümde okuyan öğrencilere kıyasla yüz ifadelerini daha doğru bir oranda tanıdıkları bulunmuştur. Bu araştırmada ise özgün olarak yüz ifadeleri tanıma becerileri katılımcılar arasında kıyaslanmıştır. Sınıf düzeyine ilişkin beklenen sonuç, 4.sınıf öğrencilerinin ifadeleri diğer sınıflarda öğrenim gören öğrencilerden daha doğru tanınması yönündeyken şaşırtıcı bir bulgu olarak üzüntü ifadesini 3.sınıf öğrencileri anlamlı düzeyde 1.ve 4.sınıf öğrencilerinden daha doğru tanımışlardır. Bu farklı sonucun ortaya çıkmasına ilişkin katılımcıların bireysel özellikleri, diğerlerinden daha dikkatli olmaları gibi faktörler etkilemiş olabilir ancak bu çıkarımların araştırma bulgularıyla desteklenmesi gerekmektedir.

Genel olarak bakıldığında öfke ifadesinin tanınması dışında diğer ifadelerin tanınmasına ilişkin istatistiksel açıdan önemli düzeyde farklılık görülmemektedir. Bunun yanı sıra Tablo 4'te görüldüğü üzere şaşkınlık ve mutluluk duyguları dışında diğer duyguların sınıf düzeylerine göre tanınma oranlarının yüzde seksen civarı ve altında olması psikolojik danışman adayları için duyguları tanımada önemli bir eksiklik olabilir. Tartışmaya girilmeden önce JACFEE fotoğraf setinin olumlu ve olumsuz yanlarından bahsedilmesi yerinde olacaktır. Bu fotoğraf setindeki kişilerin araştırmanın katılımcılarıyla aynı kültürden olmaması, ifadenin tanınmasını etkilemiş olabilir (Elfenbein ve Ambady, 2002). Ancak bu etki JACFEE fotoğraf setinin güvenilir bir şekilde kodlanmasından dolayı sınırlı kalmış olabilir. Nitekim Matsumoto ve ark., (2000) tarafından yapılan araştırmada JACFEE fotoğraf setinin kültürler arası karşılaştırılması yapıldığında, farklı kültürdeki katılımcıların ifadeleri tanımada anlamlı bir farkın olmadığı ancak ifadelerin yoğunluk seviyesinde – düşük düzeyde öfke; yüksek düzeyde öfke gibi – bir farkın olduğu gözlenmiştir. Bu araştırmada, JACFEE fotoğraf setinin duygu yoğunluğunda kültürler arası fark çıkmasından ötürü katılımcılardan duygu yoğunluğunun değerlendirilmesi

ölçülmemiştir. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının farklı kültürlerden danışanlar görmesi de muhtemeldir. Sonucu etkilediği düşünülen bir başka faktör ise zorunlu seçim yöntemi olabilir. Bu yöntem, katılımcıların fotoğrafta gördüğü duyguyu tam anlamıyla ifade etmesini engellemiş olabilir. Ancak böyle bir durum, ifadedeki duygunun tanınmasında anlam karışıklığına da yol açmasına sebep olabilir. Nitekim bu konuda Ekman (2003b) on altı farklı hoş (enjoyable) duygu tanımlamıştır ve bu duyguların her biri ifade olarak birbirlerinden farklıdır. Katılımcıların mutluluk ifadesi olarak gördüğü fotoğraftaki ifadeyi bu on altı hoş duygudan birisi serbest seçim yöntemiyle seçtiği takdirde duygunun tam anlamıyla ifade edilmesine engel de olabilir. Dolayısıyla araştırma yönteminin araştırma konusuna uygun olması gerekmektedir.

Yüz ifadelerinin tanınma becerisi sınıf düzeyine göre incelenmesi, yaş faktöründe ele alınmasına aracılık etmektedir. Horning, Cornwell ve Davis (2012) tarafından yapılan araştırmaya göre yüz ifadelerinin tanınması çocukluk döneminden orta yaş dönemine kadar artmakta, yaşlılık döneminde ise azalmaktadır. Dolayısıyla bu araştırmada 1.sınıf öğrencilerinin yüz ifadelerini tanıma becerileri ile 4.sınıf öğrencilerinin yüz ifadelerini tanıma becerilerine yaşın etkisi incelenmediğinden yüz ifadelerindeki duyguları tanımada sınıf düzeyi ile yaş arasında bir ilişki olabilir.

Yüz ifadelerini tanımada üzüntü ve öfke dışındaki diğer duygular için anlamlı bir farklılığın çıkmamasını etkileyen hususlardan birisi de PDR lisans programlarındaki derslerin ağırlıklı olarak sözel iletişime dayalı olmasından kaynaklanıyor olabilir. Alanyazın incelendiğinde duyguların genellikle psikolojik danışma sürecinin merkezinde yer almasına rağmen sözel ifadelere ağırlık verilmesi, yüzde beliren duyguları tanıma gibi sözsüz iletişimin önemini kısıtlamaktadır (Hutchison ve Gerstein, 2012). Özellikle psikolojik danışman adaylarının temel psikolojik danışma becerileri kapsamında içerik yansıtma, duygu yansıtma gibi danışanı etkin dinlemede ve terapötik ilişkide önemli becerileri tam olarak kullanılabilmesi, danışanın duygusunu doğru tespit etmekle mümkündür. Bu çerçevede makro ve/veya mikro ifadelerin tespiti ve danışandaki teyiti ile danışanın duygularını doğru bir şekilde zihinselleştirme, psikolojik danışmanların önemli görevlerinden birisidir.

**Katılımcıların yaşamlarının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Psikolojik danışman adaylarının yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre yüz ifadelerini tanıma becerileri incelendiğinde üzüntü ifadesinde anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Üzüntü duygusunu tanımada yaşamlarının büyük bir bölümünü il ve ilçede geçirenler, köy – kasabada geçirenlerden anlamlı düzeyde daha doğru tanıdıkları sonucuna ulaşılmıştır. Arı ve Seçer Şahin (2004) tarafından okul öncesi dönemi çocuk katılımcılarla yapılan araştırmada şehir ve kasaba alt kültüründeki çocukların yüz ifadelerindeki duyguları köy alt kültüründen gelen çocuklara kıyasla daha fazla tanıdıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bu konuya açıklık getirmek amacıyla, şehir ve kasaba alt kültüründen gelen çocukların daha fazla kişilerle iletişime girmelerinden ötürü yüz ifadelerindeki duyguları tanımada daha başarılı olabileceği şeklinde ifade edilmiştir. Bu sonuç, bu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Psikolojik danışman adaylarının yaşamlarının büyük bir bölümünde gördükleri insan sayısı akla geldiğinde benzer bir açıklama söz konusu olabilir. Dolayısıyla yaşamlarının büyük bir bölümünü şehirde geçirenlerin köy – kasabada geçirenlere kıyasla üzüntü duygusunu daha doğru tanıdıkları sonucuna ulaşılabilir. Bunun sebebi olarak şehirde yaşayanların, daha çok insan ile karşılaştıkları dolayısıyla da daha çok yüz ifadesi görmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Kalabalık ortamlarda olumlu ve olumsuz olaylarla karşılaşmanın oransal olarak küçük nüfuslu yerlerden daha çok olması, ifadenin tanınma düzeyinin artmasına yol açabilir. Ancak bu yorumların yeni araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir. Yaşamlarının büyük bir bölümünü köy – kasabada geçirenlerin üzüntü ifadesini büyük şehirde geçirenlere kıyasla düşük düzeyde tanımlarının bir başka sebebi olarak köy – kasabada yaşayan kişilerin konuşmayı birbirlerinin yüz ifadelerine daha az bakarak sürdürmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Bu durum duygu ifadelerinin gözden kaçmasına sebebiyet verebilir. Dolayısıyla da duygu ifadelerinin düşük düzeyde tanınmasına neden olabilir. Ancak bu yorumun da yeni araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir.

Psikolojik danışman adaylarının yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre ortaya çıkan bu farka açıklık getirmek amacıyla ego savunma mekanizmalarından baskılama savunma mekanizmasının etkisine ilişkin bir başka araştırma önerilebilir. Zhang ve Parmley (2011) tarafından yapılan araştırmada

yakın arkadaş çiftleri ile tanışık arkadaş çiftlerinin yüz ifadeleri incelenmiştir. Yakın arkadaş çiftleri arasında duygusal dikkat daha yüksekken arkadaşının üzüntü yüz ifadesini daha doğru tanımışlardır ancak öfkeyi daha düşük bir doğrulukla tanımışlardır. Araştırmacılar bu duruma açıklık getirme amacıyla baskılama savunma mekanizmasının devreye girme ihtimalinin olacağını ileri sürmüşlerdir. Öfke ifadesinin tehdit ve zarar verme içerikli olmasından dolayı yakın arkadaşlar çiftinden birisi, arkadaşının öfke ifadesini anlık oluşan kaygıyı azaltmak amacıyla nötr ya da üzüntü ifadesi olarak algılamış olabileceğine dikkat çekmişlerdir. Bu araştırma bulgusunda gruplar arasında üzüntü ifadesindeki farkın sebebine ilişkin baskılama savunma mekanizmasının varlığı sorgulanabilir. Baskılama savunma mekanizması, köy – kasaba grubundaki katılımcıların yaşantılarından ötürü üzüntü ifadesini tanıma becerilerini etkilemiş olabilir. Ancak bu konuya açıklık getirilmesine ihtiyaç vardır.

**Anne ve babanın eğitim durumuna göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerini tanıma becerileri ile anne ve babaların eğitim durumları arasındaki ilişkiye bakıldığında sadece anne eğitim durumunda nötr ifadeyi tanımada anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Nötr ifadeyi tanımada katılımcıların anne eğitim durumları ilkökul ve altı ve ortaokul olanların lisans ve üstü olanlardan daha doğru tanıdıkları sonucuna ulaşılmıştır. Yüz ifadelerinin tanıma becerileri ile baba eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ifadeler ile baba eğitim durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Arı ve Seçer Şahin (2004) tarafından yapılan bir araştırmada okul öncesi dönemi çocukların anne ve baba eğitim durumlarına göre yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerileri incelenmiştir. Okul öncesi dönemi çocukların yüz ifadelerindeki duyguları tanımada anne ve baba eğitim durumlarına göre anlamlı bir farkın olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu duruma ise ebeveyn eğitim düzeyi arttıkça çocukların ifadeleri tanıma becerileri de artar şeklinde açıklık getirilmiştir. Bu bulgu ve yorum, bu araştırma sonuçlarını desteklememektedir. Ancak her iki çalışma grubunun farklı gelişim dönemlerindeki katılımcılardan oluşması, araştırma sonuçlarını ve yorumlanmasını etkileyebilir. Dolayısıyla bu konu için yeni araştırmalara ihtiyaç vardır.



**Beş faktör kişilik özelliklerine göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Yüz ifadelerinin tanınma becerilerini beş faktör kişilik özelliklerinin yordama durumuna ilişkin sonuçlar ise genel olarak istatistiksel açıdan önemli bir yordamanın olmadığı yönündedir. Ancak sadece beş faktör kişiliğin alt boyutlarından duygusal dengesizlik ile tikslenme ifadesi arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu sonucu da bulgular arasındadır. Bir başka ifadeyle duygusal dengesizlikten alınan puan arttıkça tikslenme ifadesinin tanınma oranı da artmaktadır fakat bu etki düşük düzeydedir.

Alanyazın incelendiğinde yüz ifadelerinin tanınmasında beş faktör kişilik yapısına göre yüz ifadelerini tanıma düzeyini ölçen araştırma bulgularında açıklık ve daha düşük düzeyde özdenetim ve dışa dönüklük boyutlarının yüz ifadelerini tanımayı yordadığı; duygusal dengesizlik boyutunun ise yüz ifadelerini daha düşük doğrulukla tanımayı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Açıklık boyutundan fazla puan alan bireylerin yaşantılara açık olması, çevresindeki insanları kavramaya odaklı ve dikkatli olmalarından ötürü başkalarının yüz ifadelerini okumada daha iyi oldukları; özdenetim boyutundan daha yüksek puan alan insanların ise yüzde beliren duygular gibi ayrıntılarda daha dikkatli olmaları nedeniyle duyguları tanımada daha iyi oldukları yorumu yapılmıştır (Matsumoto ve ark., 2000). 16 faktör kişilik yapısından kaygı boyutuyla duyguları doğru tanıma arasında pozitif bir ilişkinin olduğu ve baskınlık, kendine güven ve kaygı boyutlarının duyguları tanımada en iyi yordayıcılar olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bu araştırma sonuçlarına göre beş faktör kişilik yapısından sadece duygusal dengesizlik boyutunun tikslenme ifadesini anlamlı ancak düşük düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Beş faktör kişilik yapısının ise bütün duyguların tanınmasını anlamlı düzeyde yordamadığını da bir diğer bulgular arasındadır. Kişilik özellikleri, özellikle yakın ilişkilerde duyguları doğru tanımada daha az yordayıcı olabilmektedir (Zhang ve Parmley, 2011). Yüz ifadelerini tanımanın etkilendiği birçok husus olmasından kaynaklı olarak kişilik özellikleri ikinci planda kalabilmektedir. Bulgulara göre kişilik özelliklerinin duyguların tanınmasını anlamlı düzeyde yordamadığı göz önünde bulundurulduğunda makro ifadeleri tanımada beş faktör kişilik özelliklerinin istatistiksel açıdan önemsiz olduğu ileri sürülebilir. Ancak önceki araştırmalarda (Matsumoto ve ark., 2000) beş faktör kişilik özelliklerinden açıklık ve özdenetim faktörlerinin mikro ifadeleri tanımada yordayıcı olması, yüz ifadelerindeki duyguların

yüzde kalma süresine dikkat çekmektedir. Bu bağlamda katılımcıların kişilik özelliklerinin makro ve mikro ifadeleri tanımadaki rollerinin sebeplerine ilişkin yapılacak olan araştırmalarla ortaya çıkarılabilir.

**Bilişsel duygu düzenleme stratejilerine göre yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasına ilişkin tartışma.** Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden kendini suçlama, pozitif tekrar odaklanma ve pozitif tekrar gözden geçirme ile nötr ifade arasında; diğerlerini suçlama ile aşağılama ifadesi arasında ,05 düzeyinde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Kendini suçlama boyutundan alınan puanlar arttıkça nötr ifadeyi tanıma oranının azaldığı görülmektedir ancak bu etki düşük düzeydedir. Bu stratejiyi kullanan kişilerin bir olay karşısında kendini suçlayıcı düşünce eğiliminde olmasından kaynaklanması (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001) nötr ifadenin olumsuz duygularla karıştırılmasına yol açmış olabilir. Dolayısıyla da bu durumun yüz ifadesinin yanlış tanınmasına neden olmuş olabilir.

Pozitif tekrar odaklanma boyutundan alınan puanlar arttıkça nötr ifadeyi tanıma oranının da arttığı görülmektedir ancak bu etki düşük düzeydedir. Bu stratejide olaya ilişkin düşünmeden ziyade güzel yaşantıların veya eğlenceli konuların düşünülmesi (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001) olumsuz duygularla başa çıkma yöntemi olduğundan nötr ifadenin tanınmasını olumsuz yönde etkilemediğine ilişkin çıkarım yapılabilir. Bundan ötürü de nötr ifadenin tanınma oranı pozitif tekrar odaklanma arttıkça artacaktır.

Pozitif tekrar gözden geçirme boyutundan alınan puanlar arttıkça nötr ifadeyi tanıma oranının azaldığı görülmektedir ancak bu etki de düşük düzeydedir. Bu stratejinin pozitif tekrar odaklanmadan farkı, aynı olaya olumlu bir anlam yükleme düşüncesidir. Bu duruma açıklık getirilmesi gerekirse, pozitif tekrar odaklanmada yaşanan bir olay karşısında, olay dışındaki olumlu düşünceler oluşurken; pozitif tekrar gözden geçirmede aynı olayın kişide bıraktığı olumlu etkilerine ilişkin düşünceler yer almaktadır. Bu bağlamda nötr ifadenin tanınma oranının azalması, ilk olarak olumsuz duygularla ilişkili olmasından kaynaklanabilir. Nötr ifadenin ilk olumsuz algılanması ve tespit edilmesi, pozitif tekrar gözden geçirme stratejisine aracılık edebilir. Bu çıkarımın yeni araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir.

Son olarak diğerlerini suçlama boyutundan alınan puan arttıkça aşağılama ifadesini doğru tanıma oranının azaldığı görülmektedir ancak bu etki düşük düzeydedir. Bir olay karşısında başkalarını suçlama ve suçu başkalarına yöneltmeyi ifade eden (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001) bu strateji ise düşük düzeyde duygusal açıdan iyi olmayla ilişkilendirilmiştir (Tennen ve Affleck, 1990). Bu çerçevede diğerlerini suçlama, ifadelerin yanlış etiketlenmesine yol açabilir.

Bilişsel duygu düzenleme stratejisi, bireyin olaylarla bilişsel başa çıkma yöntemi olarak eş anlamlı kullanılmasından dolayı (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001) psikolojik danışman adaylarının yüz ifadelerini tanımaları, bilinç ve bilinçdışı düzeyde etkilenebileceği düşünülmektedir. Biliş düzeyinde başa çıkma hususu genişletilecek olursa yaşanan bir olayın ardından oluşan duygunun, kişinin farkında olduğu (bilinçli) yönleriyle baş etmeye çalışması; bilinçdışı düzeyinde kişinin yansıtma, mantığa bürünme gibi ego savunma mekanizmalarının devreye girmesiyle baş etmeye çalışmasıdır. Bu konuda duygu düzenlemenin kültürel değerlerden etkilenmesi ve baskılama savunma mekanizmasının devreye girmesi, yüz ifadelerinin tanıma becerisini etkileyebilir (Butler, Lee ve Gross, 2007). Hem bilinç düzeyinde hem de bilinçdışı duygu düzenleme stratejilerinin oluşmasının kültürel boyutta ele alınması, yüz ifadelerini tanıma becerisine ilişkin araştırmalara yön verebilir.

Birbirleriyle yakın arkadaş olan çiftlerin, birbirlerinin yüzündeki öfke ifadesini daha az doğrulukla tanımalarının sebebi olarak ego savunma mekanizmalarından baskılama savunma mekanizmasının devreye girmesinden olabileceğidir (Zhang ve Parmley, 2011). Bir başka araştırmada uyku yoksunluğu olan kişilerin mutluluk ve üzüntü ifadelerini doğru tanıma oranının anlamlı düzeyde azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Uyku yoksunluğunun bir işlevi olarak ise cinsiyet farklılığı, yüz ifadelerini doğru tanıma anlamlı düzeyde önemli bir değişken olmadığı tespit edilmiştir (Killgore, Balkin, Yarnell ve Capaldi, 2017). Yüz ifadelerini tanımayı etkileyen bir başka husus ise çocukluk dönemindeki ilk yaşantıların etkisidir. Asla, de Paul ve Perez – Albeniz (2011) tarafından yapılan bir araştırmaya göre ise çocuklarını istismar etme riski yüksek olan ebeveynler yüz ifadelerindeki duyguları, çocuklarını istismar etme riski düşük olan ebeveynlerden daha düşük oranda tanımışlardır. Cinsiyet farkının ise yüz ifadelerindeki duyguları tanıma anlamlı bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka araştırmada ise psikopatik özellikler

gösteren katılımcıların üzüntü mikro ifadesini normal gruba kıyasla daha doğru oranda tanımışlardır (Demetriooff, Porter ve Baker, 2017). Kişilik özelliklerindeki bireysel farklılıkların (dışa dönüklük, duygusal dengesizlik ve özdenetim) ise duygu düzenleme stratejilerindeki ülke, bir başka ifadeyle kültür farklılığına aracılık etmesi, yüz ifadelerini tanımadaki faktörlerin iç içe olduğunu kanıtlamaktadır.

Genel olarak bakıldığında yüz ifadelerinde beliren duyguları tanıma düzeyinin birçok faktörden etkilendiği anlaşılmaktadır. Kişinin yaşamının ilk yıllarındaki ebeveyn tutumu, uyku yoksunluğu, kişilik bozukluğu, arkadaş ilişkileri, yaş gibi birçok faktör yüz ifadelerini tanımada ve algılamada anlamlı bir etkiye sahiptir. Yüz ifadelerinin tanınması bir beceri olduğundan yüz ifadelerini doğru tanımanın eğitimler (Humintell, 2017) aracılığıyla yükseltilebileceği de göz önünde bulundurulmalıdır. Her ne kadar yüz ifadelerinin tanınmasına ilişkin eğitim materyalleri geliştirilmiş olsa da yüz ifadelerinin bilgisayar ortamından ziyade gerçek yaşamda bazen oldukça hızlı bir şekilde oluşabileceği ve gözleyen kişinin bağlamdan etkilenme ihtimalinin de olabileceği hususlarına dikkat edilmelidir. Dikkat eksikliği tanısı konulmuş ve yüz ifadelerine ilişkin eğitim almış bir kişinin ifadenin olduğu anda dikkatinin dağılmasına yol açan bir olay olduğunda oluşan ifadeyi kaçırma olasılığı yüksektir. Bir başka örnek verilmesi gerekirse kişide yalnızlık duygusunun ortaya çıktığı anda aynı kişinin gözlediği yüz ifadesini kaçırma ihtimali yüksektir. Dolayısıyla yüz ifadesini tanımada odak dışına çıkıldığı andan itibaren ifadenin doğru bir şekilde tespit edilmesini engelleyebilir. Yüz ifadelerinin tanınması ve oluşmasının doğal ortamlarda incelenmesiyle yapılacak olan araştırmaların sınırlılıklarını azaltacağı düşünülmektedir.

## **Öneriler**

Bu bölümde araştırma bulgularına dayalı olarak getirilebilecek öneriler sunulmuştur. Sırasıyla araştırmacılara yönelik öneriler ve uygulamacılara yönelik öneriler verilmeye çalışılmıştır.

Bu araştırmayla yüz ifadelerinin tanınmasındaki katılımcının cinsiyeti, yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, anne – baba eğitim durumu, sınıf düzeyi, kişilik özellikleri ve duygu düzenleme stratejilerinin etki düzeylerine açıklık getirilmeye çalışılmıştır. Yüz ifadeleri konusuna ilişkin yeni araştırmalarla psikolojik danışma ve rehberlik alanındaki önemli bir boşluğun

doldurulacağı düşünülmektedir. Özellikle yüz ifadeleri konusunun kapsamının geniş olması, PDR programından mezun olan ve mesleğini icra eden alan uygulayıcılarını etkilemektedir. Okulda görevli bir rehber öğretmen/psikolojik danışman, yüz ifadeleri eğitimi almasını takiben bireyi tanıma tekniklerinden birisi olan doğal gözlem yoluyla şiddete maruz kalmış bir öğrenciyi tespit edebilir. Üniversitede görevli ve yüz ifadeleri eğitimi almış bir başka psikolojik danışman ise gireceği mülakatta adayların işe yönelik duygularını tanıyabilir veya özel psikolojik danışma merkezinde görevli bir psikolojik danışman, psikolojik danışma sürecinde danışanın yüz ifadesinde beliren duyguları tanıma ile danışanla olan terapötik ittifakını arttırabilir. Bu gibi örneklerin sayısının arttırılması mümkündür. Yüz ifadelerinin doğru bir şekilde tanınması, insan ilişkileri ve iletişimin temel alındığı psikolojik danışma ve rehberlik programlarının niteliğini arttırabileceği düşünülmektedir.

Duygunun tanımlanması özellikle ruh sağlığı çalışanları için bazen hayati önem arz edebilir. Allen, Fonagy ve Bateman (2008) duygunun zihinselleştirilmesiyle danışanın duygusal durumunun ne olduğunu vurgulaması, danışanın yaşadığı duyguyu tanımlayabilmesine yardımcı olması ifadeleriyle duygunun tanınmasındaki önemini tekrar ortaya koymaktadır. Bu bağlamda psikolojik danışman adaylarının duyguların görüldüğü ilk yer olan yüze odaklanması (Ekman ve Friesen, 2003), danışanı anlamada önem arz eder. Dolayısıyla yüz ifadelerindeki duyguları tanımaya ilişkin bir eğitimin alan uygulayıcılarına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Nitekim Dökmen (1986) tarafından yapılan bir araştırmada yüz ifadelerindeki duyguları tanımaya ilişkin eğitim verilen grubun bu duygu ifadelerini tanıma becerilerinin gelişmesine ek olarak kişiler arası çatışmalara girme hususunda da azalmalar olduğu saptanmıştır. Psikolojik danışman adaylarının ise yüz ifadelerindeki duyguları tanıyabilme becerisinin geliştirilmesi amacıyla PDR lisans programlarında verilen eğitim kapsamında sözsüz iletişim konusu genişletilebilir.

**Araştırmacılara yönelik öneriler.** Yüz ifadelerinin tanınmasını etkileyen ve önemli unsurlardan birisi olan bağlam faktörü yeni araştırmalarla irdelenebilir.

Kişilik özelliklerinin makro ve mikro ifadeleri tanımadaki rollerinin sebepleri, yapılacak olan araştırmalarla ortaya çıkarılabilir.

Yüz ifadelerini tanımada ego savunma mekanizmalarının (özellikle baskılama savunma mekanizması) Türk toplumundaki rolü araştırılabilir.

Türk kültüründen katılımcıların oluşturduğu ve kodlama sistemine göre kodlanan yüz ifadeleri ve mikro ifadeler ölçme aracı geliştirilmelidir. Bununla birlikte Türk kültüründe yüz ifadelerinde beliren duyguların yoğunluğu güvenilir olarak ölçülebilir.

Yüz ifadelerindeki karıştırılan duyguların sebepleri incelenebilir.

Yüz ifadelerini tanımadaki sınıf düzeyinin etkisi, yaş faktörü ile yeniden ele alınabilir.

Kişilik özelliklerinin makro ve mikro ifadeleri yordama düzeylerindeki farklılıkların sebepleri araştırılabilir.

Yüz ifadelerindeki duyguları tanımada gelişim dönemlerinin rolü, kişinin duyguları tanıma becerisini etkileyebileceği düşünülmüşünden ötürü bu husus araştırılabilir.

Alanyazındaki çalışmalarda ele alınan kültür faktörünün özellikle uluslararası boyutta olmasından ötürü yeni çalışmalarla aynı ülkedeki farklı kültürlerin duygu düzenlemeye olan etkisi incelenebilir ve yüz ifadelerini tanıma konusundaki yeni kültürel boyutlar ortaya çıkabilir.

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni olan bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin alt boyutları ile karıştırılan duyguların ele alınmasının sebeplerine yeni araştırmalarla açıklık getirilebilir.

**Uygulamacılara yönelik öneriler.** Yüz ifadelerindeki duyguların tanımanın sosyal iletişimde sahip olduğu önemli rolünden ötürü, duyguları tanıma ve yüz ifadeleri eğitimi, üniversitelerin ruh sağlığıyla ilgili bölüm programlarına dahil edilebilir.

Yüz ifadelerindeki duyguların tanınmasının doğal ortamlardaki rolü (gözlemciyi etkileyen hususlar) incelenebilir.

Uygulama alanında görevini icra eden psikolojik danışmanların yüz ifadelerini tanıma becerileri incelenebilir.

## Kaynaklar

- ACA. (2017). American Counseling Association. 15 Haziran 2017 tarihinde <https://www.counseling.org> adresinden erişildi.
- Adolphs, R. (2002). Neural systems for recognizing emotion. *Current Opinion in Neurobiology*, 12(2), 169-177. [https://doi.org/10.1016/S0959-4388\(02\)00301-X](https://doi.org/10.1016/S0959-4388(02)00301-X).
- Adolphs, R., Damasio, H., Tranel, D., ve Damasio, A. R. (1996). Cortical systems for the recognition of emotion in facial expressions. *Journal of Neuroscience*, 16(23), 7678-7687. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.16-23-07678.1996>.
- Adolphs, R., Tranel, D., Damasio, H., ve Damasio, A. R. (1995). Fear and the human amygdala. *Journal of Neuroscience*, 15(9), 5879-5891. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.15-09-05879.1995>.
- Aebi, M. E. (2015). *Facial Affect Recognition Deficits in Students that Exhibit Subclinical Borderline Personality Traits* (Doctoral dissertation, Cleveland State University).
- Aichhorn, W. ve Kronberger, H. (2012). The Nature of Emotions. *Deuterocanonical and Cognate Literature Yearbook*, 2011(1), pp. 515-526. doi:10.1515/dcl.2012.2011.1.515.
- Aldinger, M., Stopsack, M., Barnow, S., Rambau, S., Spitzer, C., Schnell, K., ve Ulrich, I. (2013). The association between depressive symptoms and emotion recognition is moderated by emotion regulation. *Psychiatry Research*, 205(1), 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.08.032>.
- Allen, J. G., Fonagy, P., ve Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Pub.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*. Oxford, England: Holt.
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J. C., ve Sedikides, C. (1994). Behavioral and characterological attributional styles as predictors of depression and loneliness: Review, refinement, and test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 549.

- Arı, R., ve Seçer Şahin, Z. (2004). Okulöncesi dönemdeki çocukların duygusal yüz ifadelerini tanıma becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 67-84.
- Arpita, P. (2012). *A comparative study on facial emotion recognition ability and empathy in mental health, medical and non-clinical university students* (Order No. 10169148). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1825309150). 4 Haziran 2017 tarihinde <https://search.proquest.com/docview/1825309150?accountid=11248> adresinden erişildi.
- Asla, N., de Paúl, J., ve Pérez-Albéniz, A. (2011). Emotion recognition in fathers and mothers at high-risk for child physical abuse. *Child Abuse & Neglect*, 35(9), 712-721. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.05.010>.
- Averill, J. R. (1994). In the eyes of the beholder. Ekman, P. ve Davidson, R. J. (Ed.), *The nature of emotion: Fundamental questions*. (s. 7-14) içinde. Oxford University Press.
- Babchuk, W. A., Hames, R. B., ve Thompson, R. A. (1985). Sex differences in the recognition of infant facial expressions of emotion: The primary caretaker hypothesis. *Ethology and Sociobiology*, 6(2), 89-101. [https://doi.org/10.1016/0162-3095\(85\)90002-0](https://doi.org/10.1016/0162-3095(85)90002-0).
- Bänziger, T., Grandjean, D., ve Scherer, K. R. (2009). Emotion recognition from expressions in face, voice, and body: the Multimodal Emotion Recognition Test (MERT). *Emotion*, 9(5), 691.
- Bard, K. (2003). Development of emotional expressions in chimpanzees (Pan troglodytes). *Emotions inside out: 130 years after Darwin's the expression of the emotions in man and animals içinde*. New York Academy of Sciences.
- Barrett, L. F., Lewis, M. ve Haviland – Jones, J. M. (2016). *Handbook of emotions (4th ed.)*. Guilford Publications.
- Batty, M., ve Taylor, M. J. (2003). Early processing of the six basic facial emotional expressions. *Cognitive Brain Research*, 17(3), 613-620. [https://doi.org/10.1016/S0926-6410\(03\)00174-5](https://doi.org/10.1016/S0926-6410(03)00174-5).
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.



- Boyatzis, C. J., Chazan, E., ve Ting, C. Z. (1993). Preschool children's decoding of facial emotions. *The Journal of Genetic Psychology*, 154(3), 375-382. <https://doi.org/10.1080/00221325.1993.10532190>.
- Bracha, H. S. (2004). Freeze, flight, fight, fright, faint: Adaptationist perspectives on the acute stress response spectrum. *CNS Spectrums*, 9(9), 679-685. <https://doi.org/10.1017/S1092852900001954>.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarioğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burgoon, M., ve Ruffner, M. (1978). Human Communication. *Holt, Rinehart, and Winston*.
- Burrows, A. M., Waller, B. M., Parr, L. A., ve Bonar, C. J. (2006). Muscles of facial expression in the chimpanzee (*Pan troglodytes*): descriptive, comparative and phylogenetic contexts. *Journal of Anatomy*, 208(2), 153-167. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7580.2006.00523.x>.
- Butchler, J. N., Mineka, S., ve Hooley, J. M. (2013). *Anormal Psikoloji* (Çev. O. Gündüz). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Butler, E. A., Lee, T. L., ve Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific?. *Emotion*, 7(1), 30. <http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.7.1.30>.
- Camras, L. A., Fatani, S. S., Fraumeni, B. R., ve Shuster, M. M. (2016). The development of facial expressions. Current perspectives on infant emotions. Barrett, L. F., Lewis, M. ve Haviland – Jones, J. M. (Ed.), *Handbook of Emotions (4th ed.)*. (s. 255-271) içinde. Guilford Publications.
- Canli, T., Sivers, H., Whitfield, S. L., Gotlib, I. H., ve Gabrieli, J. D. (2002). Amygdala response to happy faces as a function of extraversion. *Science*, 296(5576), 2191-2191. doi: 10.1126/science.1068749.
- Carton, J.S., Kessler, E.A. ve Pape, C.L. (1999). Nonverbal decoding skills and relationship well-being in adults. *Journal of Nonverbal Behavior*, 23, 91-100. <https://doi.org/10.1023/A:1021339410262>.
- Cloninger, S. (2013). *Theories of personality: Understanding persons (6th ed.)*. Pearson.

- Costa Jr, P. T., ve McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90236-I](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90236-I).
- Costa, P. T., ve McCrae, R. R. (1985). The NEO personality inventory. *Journal of Career Assessment*, 3(2), 123.
- Costanzo, M. ve Philippot, J. (1986). Predictors of therapeutic talent in aspiring clinicians: A multivariate analysis. *Psychotherapy*, 23, 363-369.
- Cozolino, L. J. (2014). *The neuroscience of human relationships: attachment and the developing social brain*. New York: W.W. Norton & Company.
- Crivelli, C., Jarillo, S., Russell, J. A., ve Fernández-Dols, J.-M. (2016). Reading emotions from faces in two indigenous societies. *Journal of Experimental Psychology: General*. <https://doi.org/10.1037/xge0000172>.
- Dapelo, M. M., Hart, S., Hale, C., Morris, R., Lynch, T. R., ve Tchanturia, K. (2015). Facial expression of positive emotions in individuals with eating disorders. *Psychiatry Research*, 230(1), 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.08.019>.
- Daros, A. R., Zakzanis, K. K., ve Ruocco, A. C. (2013). Facial emotion recognition in borderline personality disorder. *Psychological Medicine*, 43(9), 1953-1963. doi:10.1017/S0033291712002607.
- Darwin, C., Ekman, P., ve Prodger, P. (1998). *The expression of the emotions in man and animals*. Oxford University Press, USA. (Kitabın orijinal basımı 1872 yılında yapılmıştır).
- Demetriofoff, S., Porter, S., ve Baker, A. (2017). I know how you feel: the influence of psychopathic traits on the ability to identify micro-expressions. *Psychology, Crime & Law*, 23(3), 274-290. doi: <https://doi.org/10.1080/1068316X.2016.1247159>.
- Demir, A., ve Koydemir, S. (2016). *Grupla psikolojik danışma (7.baskı)*. Ankara. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Derntl, B., Kryspin-Exner, I., Fernbach, E., Moser, E., ve Habel, U. (2008). Emotion recognition accuracy in healthy young females is associated with cycle

phase. *Hormones and Behavior*, 53(1), 90-95. doi: 10.1016/j.yhbeh.2007.09.006.

Diep, A. K. (2002). *The interaction of emotional facial expressions and memory recognition of humans' faces* (Order No. 3055137). Available from ProQuest Dissertations and Theses Global. (251455306). 12 Haziran 2017 tarihinde <https://search.proquest.com/docview/251455306?accountid=11248> adresinden erişildi.

Doğan, T., Kürüm, A., ve Kazak, M. (2014). Kişilik Özelliklerinin Erteleme Davranışını Yordayıcılığı. *Başkent University Journal of Education*, 1(1).

Domico, M. J. (2011). *Doctoral-Level Clinical Psychology Students' Ability to Perceive Emotions Through Briefly Presented Facial Expressions at Various Levels of Clinical Experience at Various Levels of Clinical Experience*. The Chicago School of Professional Psychology, 109 pages. Retrieved from <http://proquest.umi.com/pqdweb?did=2219981771&sid=1&Fmt=2&clientId=1898&RQT=309&VName=PQD>.

Dökmen, Ü. (1986). *Yüz ifadeleri konusunda verilen eğitimin duygusal yüz ifadelerini teşhis becerisi ve iletişim çatışmalarına girme eğilimi üzerindeki etkisi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Duncan Jr, S. (1969). Nonverbal communication. *Psychological Bulletin*, 72(2), 118. doi:10.1037/h0027795.

Egan, G. (2013). *The skilled helper: A problem-management and opportunity-development approach to helping*. (10. Edition). Cengage Learning.

Ekman, P. (1971). Universals and cultural differences in facial expressions of emotion. *Nebraska symposium on motivation içinde*. University of Nebraska Press.

Ekman, P. (1992). Are there basic emotions? *Psychological Review*, 99(3), 550–553. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.99.3.550>.

Ekman, P. (1994). Strong evidence for universals in facial expressions: A reply to Russell's mistaken critique. *Psychological Bulletin*, 115(2), 268-287. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.115.2.268>.

- Ekman, P. (1999). Basic emotions. Dangleish, T. ve Power, M. (Ed.), *Handbook of cognition and emotion* (s. 45-60) içinde. John Wiley & Sons: USA.
- Ekman, P. (2003a). *Emotions revealed (2nd ed.)*. New York: Times Books.
- Ekman, P. (2003b). Sixteen enjoyable emotions. *Emotion Researcher*, 18(2), 6-7.
- Ekman, P. (2009). Become Versed in Reading Faces. *Entrepreneur*.
- Ekman, P. (2016). What Scientists Who Study Emotion Agree About. *Perspectives on Psychological Science*. <https://doi.org/10.1177/1745691615596992>.
- Ekman, P. (Ed.). (2006). *Darwin and facial expression: A century of research in review*. Ishk.
- Ekman, P., Davidson, R. J., ve Friesen, W. V. (1990). The Duchenne smile: Emotional expression and brain physiology: II. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 342. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.342>.
- Ekman, P., Friesen, W. V., ve Ellsworth, P. (1972). *Emotion in the Human Face: Guidelines for Research and an Integration of Findings*. Pergamon.
- Ekman, P., Friesen, W. V., ve O'sullivan, M. (1988). Smiles when lying. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 414.
- Ekman, P., Levenson, R. W., ve Friesen, W. V. (1983). Autonomic nervous system activity distinguishes among emotions. *Science*, 221(4616), 1208-1210.
- Ekman, P., Sorenson, E. R., ve Friesen, W. V. (1969). Pan-cultural elements in facial displays of emotion. *Science*, 164(3875), 86-88. doi: 10.1126/science.164.3875.86.
- Ekman, P., ve Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion Review*, 3(4), 364–370. <https://doi.org/10.1177/1754073911410740>.
- Ekman, P., ve Davidson, R. J. (1994). *The nature of emotion: Fundamental questions*. Oxford University Press.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1968). Nonverbal behavior in psychotherapy research. *In Research in Psychotherapy Conference, 3rd, May-Jun, 1966, Chicago, IL, US*. American Psychological Association. 6 Nisan 2017 tarihinde <http://www.paulekman.com/journal-articles/> adresinden erişildi.

- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1969). Nonverbal Leakage and Clues to Deception. *Psychiatry*, 32(1), 88–106. <https://doi.org/10.1080/00332747.1969.11023575>.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1971). Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17(2), 124–129. <https://doi.org/10.1037/h0030377>.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1976a). Measuring facial movement. *Environmental Psychology and Nonverbal Behavior*. <https://doi.org/10.1007/BF01115465>.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1976b). Pictures of facial affect. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1978). *Facial Action Coding System: Investigator's Guide*. Consulting Psychologists Press.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1982). False, felt, and miserable smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 6(4), 238–258. Retrieved from [http://scholar.google.com/scholar?q=related:8pw6P4UvJcJ:scholar.google.com/&hl=en&num=20&as\\_sdt=0,5](http://scholar.google.com/scholar?q=related:8pw6P4UvJcJ:scholar.google.com/&hl=en&num=20&as_sdt=0,5).
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1983). EMFACS facial coding manual. *Human Interaction Laboratory, San Francisco*.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (1986). A new pan-cultural facial expression of emotion. *Motivation and Emotion*, 10(2), 159-168.
- Ekman, P., ve Friesen, W. V. (2003). *Unmasking the face: A guide to recognizing emotions from facial clues*. Ishk.
- Ekman, P., ve Heider, K. G. (1988). The universality of a contempt expression: A replication. *Motivation and Emotion*, 12(3), 303-308.
- Ekman, P., ve Rosenberg, E. L. (2005). *What the face reveals: Basic and applied studies of spontaneous expression using the Facial Action Coding System (FACS)*. (2.ed.). Oxford University Press, USA.

- Elfenbein, H. A., Foo, M. D., White, J., Tan, H. H., ve Aik, V. C. (2007). Reading your counterpart: The benefit of emotion recognition accuracy for effectiveness in negotiation. *Journal of Nonverbal Behavior*, 31, 205-223.
- Elfenbein, H. A., Marsh, A. A., ve Ambady, N. (2002). Emotional intelligence and the recognition of emotion from facial expressions. The wisdom in feeling: Psychological processes in emotional intelligence, 37-59.
- Elfenbein, H. A., ve Ambady, N. (2002). Is there an in-group advantage in emotion recognition? *Psychological Bulletin*, 128(2), 243–249. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.128.2.243>.
- Elfenbein, H. A., ve Ambady, N. (2003). Universals and Cultural Differences in Recognizing Emotions. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 159–164. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01252>.
- Ellsworth, P. C., ve Scherer, K. R. (2003). Appraisal processes in emotion. *Handbook of Affective Sciences*, 572, V595.
- Endres, J., ve Laidlaw, A. (2009). Micro-expression recognition training in medical students: a pilot study. *BMC Medical Education*, 9(1), 47. <https://doi.org/10.1186/1472-6920-9-47>.
- Erdoğan, Ş. (2016). *Duygusal Yüz İfadelerinin ve Uyarıcı Sunum Süresinin Zaman Algısına Etkisi*. Hacettepe Üniversitesi yüksek lisans tezi. <http://hdl.handle.net/11655/3195>.
- Ferreira, G., Sanches, R. F., Crippa, J. A. D. S., Mello, M. F. D., ve Osório, F. L. (2018). Borderline personality disorder and bias in the recognition of facial expressions of emotion: a pathway to understand the psychopathology. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 45(1), 7-11. doi: 10.1590/0101-60830000000146.
- Field, T. M., Woodson, R., Cohen, D., Greenberg, R., Garcia, R., ve Collins, K. (1983). Discrimination and imitation of facial expressions by term and preterm neonates. *Infant Behavior and Development*, 6(4), 485-489.
- Foley, G. N., ve Gentile, J. P. (2010). Nonverbal communication in psychotherapy. *Psychiatry (Edgmont)*, 7(6), 38.

- Fortin, N. J., Agster, K. L., ve Eichenbaum, H. B. (2002). Critical role of the hippocampus in memory for sequences of events. *Nature Neuroscience*, 5(5), 458.
- Fraenkel J.R, Wallen, N.E., ve Hyun, H.H. (2012). *How to design and evaluate research in education*. (8.ed.). New York: McGraw-Hill.
- Freud, S. (1977). *Introductory lectures on psychoanalysis*. WW Norton & Company.
- Fridlund, A. J. (1997). The new ethology of human facial expressions. Russell, J.A. ve Fernandez – Dols, J.M. (Ed.), *The psychology of facial expression*, (s. 103-129). Cambridge University Press.
- Frijda, N. H. (1969). Recognition of emotion. *Advances in experimental social psychology* (Vol. 4, pp. 167-223) içinde. Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60078-7](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60078-7).
- Frijda, N. H., ve Tcherkassof, A. (1997). Facial expressions as modes of action readiness., Russell, J.A. ve Fernandez – Dols, J.M. (Ed.), *The psychology of facial expression*, (s. 78-102). Cambridge University Press.
- Galati, D., Miceli, R., ve Sini, B. (2001). Judging and coding facial expression of emotions in congenitally blind children. *International Journal of Behavioral Development*, 25(3), 268-278.
- Galati, D., Sini, B., Schmidt, S., ve Tinti, C. (2003). Spontaneous facial expressions in congenitally blind and sighted children aged 8-11. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 97(7), 418-428.
- Garnefski, N., Kraaij, V., ve Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6).
- Gendron, M., Roberson, D., ve Barrett, L. F. (2015). Cultural variation in emotion perception is real: A response to Sauter, Eisner, Ekman, and Scott (2015). *Psychological science*, 26(3), 357-359. <https://doi.org/10.1177/0956797614566659>.



- Goldsmith, H. H. (1994). Parsing the emotional domain from a developmental perspective., Ekman ve Davidson (Ed.) *The nature of emotion: Fundamental questions*, (s. 68-73). Oxford University Press.
- Gottman, J., Levenson, R., ve Woodin, E. (2001). Facial expressions during marital conflict. *Journal of Family Communication*, 1(1), 37–57. doi:10.1207/S15327698JFC0101\_06.
- Grace, M., Kivlighan, D. M., ve Kuncce, J. (1995). The effect of nonverbal skills training on counselor trainee nonverbal sensitivity and responsiveness and on session impact and working alliance ratings. *Journal of Counseling & Development*, 73(5), 547-552. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1995.tb01792.x>.
- Greenberg, L. S. (2015). *Emotion – Focused Therapy: Coaching Clients to Work Through Their Feelings*. (2.ed.). American Psychological Association.
- Greenberg, L. S., ve Goldman, R. (1988). Training in experiential psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 696-702. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.56.5.696>.
- Grohl, J.M. (2008). 10 common reasons to lie to your therapist. *Psych Central*. Retrieved on March 13, 2009 from <http://psychcentral.com/blog/archives/2008/02/06/10-common-reasons-to-lie-to-your-therapist/>.
- Haggard, E. A., ve Isaacs, K. S. (1966). Micromomentary facial expressions as indicators of ego mechanisms in psychotherapy. *Methods of Research in Psychotherapy içinde* (s. 154-165). Springer US. doi: 10.1007/978-1-4684-6045-2\_14.
- Hall, J. A. (1978). Gender effects in decoding nonverbal cues. *Psychological Bulletin*, 85(4), 845. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.85.4.845>.
- Hall, J. A., ve Matsumoto, D. (2004). Gender differences in judgments of multiple emotions from facial expressions. *Emotion*, 4(2), 201. <http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.4.2.201>.
- Hampson, E., van Anders, S. M., ve Mullin, L. I. (2006). A female advantage in the recognition of emotional facial expressions: Test of an evolutionary



- hypothesis. *Evolution and Human Behavior*, 27(6), 401-416. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2006.05.002>.
- Harman, R.L. (1971). Nonverbal behavior in counseling. *The School Counselor*, 18, 189- 192. <http://www.jstor.org/stable/23896511>.
- Hess, U., Blaison, C., ve Kafetsios, K. (2016). Judging facial emotion expressions in context: The influence of culture and self-construal orientation. *Journal of Nonverbal Behavior*, 40(1), 55-64. <https://doi.org/10.1007/s10919-015-0223-7>.
- Horning, S. M., Cornwell, R. E., ve Davis, H. P. (2012). The recognition of facial expressions: an investigation of the influence of age and cognition. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 19(6), 657-676. <https://doi.org/10.1080/13825585.2011.645011>.
- Humintell (2017). <https://www.humintell.com/research-news/>.
- Hurley, C. M. (2012). Do you see what I see? Learning to detect micro expressions of emotion. *Motivation and Emotion*, 36(3), 371-381. doi: 10.1007/s11031-011-9257-2.
- Hutchison, A. N., ve Gerstein, L. H. (2012). What's in a face? Counseling trainees' ability to read emotions. *Training and Education in Professional Psychology*. <https://doi.org/10.1037/a0028807>.
- Hutchison, A. N., ve Gerstein, L. H. (2016). The Impact of Gender and Intercultural Experiences on Emotion Recognition. *Revista De Cercetare Si Interventie Sociala*, 54.
- Iwakabe, S., Rogan, K., ve Stalikas, A., (2000). The relationship between client emotional expressions, therapist interventions, and the working alliance: An exploration of eight emotional expression events. *Journal of Psychotherapy Integration*, 10(4), 375. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1009479100305>.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. New York: Plenum Press.
- Izard, C. E. (1990). Facial expressions and the regulation of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(3), 487.

- Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion cognition relations. *Psychological Review*, 99(3), 561–565. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.99.3.561>.
- Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expressions: Evidence from developmental and cross-cultural research. *Psychological Bulletin*, 115(2), 288-299. doi: 10.1037/0033-2909.115.2.288.
- Izard, C. E. (1997). Emotions and facial expressions: A perspective from Differential Emotions Theory., Russell, J.A. ve Fernandez – Dols, J.M. (Ed.), *The psychology of facial expression*, (s. 57-77). Cambridge University Press.
- Izard, C. E. (2010). The many meanings/aspects of emotion: Definitions, functions, activation, and regulation. *Emotion Review*, 2(4), 363-370. doi: 10.1177/1754073910374661.
- Izard, C. E., Dougherty, L. M., ve Hembree, E. A. (1983). *A system for identifying affect expressions by holistic judgments (AFFEX)*. Instructional Resources Center, University of Delaware.
- Izard, C.E., (1979). *The Maximally Discriminative Facial Movement Coding System (MAX)*. University of Delaware, Instructional Resource Center.
- Jack, R. E., Blais, C., Scheepers, C., Schyns, P. G., ve Caldara, R. (2009). Cultural Confusions Show that Facial Expressions Are Not Universal. *Current Biology*. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2009.07.051>.
- John, O. P., Donahue, E. M., ve Kentle, R. L. (1991). The big five inventory: Versions 4a and 54, institute of personality and social research. *University of California, Berkeley, CA*.
- Jurist, E. L. (2005). Mentalized affectivity. *Psychoanalytic Psychology*, 22(3), 426.
- Kagan, J., ve Lewis, M. (1965). Studies of attention in the human infant. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 11(2), 95-127. <http://www.jstor.org/stable/23082701>.
- Kanade, T., Cohn, J. E., ve Tian, Y. (2000). Comprehensive database for facial expression analysis. *In Proceedings of the Fourth IEEE International Conference on Automatic Face Gesture Recognition (46-53)*. Grenoble, France. doi: 10.1109/AFGR.2000.840611.

- Karaman, N. G., Dogan, T., ve Coban, A. E. (2010). A study to adapt the big five inventory to Turkish. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 2357-2359. doi:10.1016/j.sbspro.2010.03.336.
- Keltner, D., ve Ekman, P. (2003). Expression of emotion. *Handbook of Affective Sciences*. Oxford University Press, New York, 411-414.
- Kendler, K. S., Halberstadt, L. J., Butera, F., Myers, J., Bouchard, T., ve Ekman, P. (2008). The similiarity of facial expressions in response to emotion-inducing films in reared-apart twins. *Psychological Medicine*, 38(10), 1475-1483.
- Killgore, W. D., Balkin, T. J., Yarnell, A. M., ve Capaldi II, V. F. (2017). Sleep deprivation impairs recognition of specific emotions. *Neurobiology of Sleep and Circadian Rhythms*, 3, 10-16. doi:10.1016/j.nbscr.2017.01.001.
- LaBar, K. S. (2016). Fear and Anxiety. Barrett, L. F., Lewis, M. ve Haviland – Jones, J. M. (Ed.), *Handbook of emotions (4th ed.)*. (s. 751-773) içinde. Guilford Publications.
- LaBarbera, J. D., Izard, C. E., Vietze, P., ve Parisi, S. A. (1976). Four-and six-month-old infants' visual responses to joy, anger, and neutral expressions. *Child Development*, 535-538. <http://www.jstor.org/stable/1128816>.
- LeDoux, J. E. (1994). Emotion, memory and the brain. *Scientific American*, 270(6), 50-57.
- Machado, P. P., Beutler, L. E., ve Greenberg, L. S. (1999). Emotion recognition in psychotherapy: Impact of therapist level of experience and emotional awareness. *Journal of Clinical Psychology*, Vol.55(1), 39-57.
- MacLean, P. D. (1990). The triune brain in evolution: Role in paleocerebral functions. *Springer Science and Business Media*.
- Matsumoto, D. (1989). Cultural influences on the perception of emotion. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 20(1), 92-105. doi: <https://doi.org/10.1177/0022022189201006>.
- Matsumoto, D. (1991). Cultural influences on facial expressions of emotion. *Southern Journal of Communication*, 56(2), 128-137.

- Matsumoto, D. (1992). American-Japanese cultural differences in recognition of universal facial expression. *Journal of Cross-Cultural Psychology* 23, 72-84. <https://doi.org/10.1177/0022022192231005>.
- Matsumoto, D. (2001). Culture and Emotion. D. Matsumoto (Ed.), *The handbook of culture and psychology* (pp. 171-194) içinde. New York: Oxford University Press.
- Matsumoto, D. (2006). Are cultural differences in emotion regulation mediated by personality traits?. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 37(4), 421-437.
- Matsumoto, D., Hwang, H. S., ve Yamada, H. (2012). Cultural differences in the relative contributions of face and context to judgments of emotions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43(2), 198-218. <https://doi.org/10.1177/0022022110387426>.
- Matsumoto, D., LeRoux, J., Wilson-Cohn, C., Raroque, J., Kookan, K., Ekman, P., ... ve Amo, L. (2000). A new test to measure emotion recognition ability: Matsumoto and Ekman's Japanese and Caucasian Brief Affect Recognition Test (JACBART). *Journal of Nonverbal Behavior*, 24(3), 179-209. <https://doi.org/10.1023/A:1006668120583>.
- Matsumoto, D., ve Ekman, P. (1988). Japanese and Caucasian facial expressions of emotion (JACFEE). [Fotoğraf seti].
- Matsumoto, D., ve Ekman, P. (1989). American-Japanese cultural differences in intensity ratings of facial expressions of emotion. *Motivation and Emotion*, 13(2), 143-157. <https://doi.org/10.1007/BF00992959>.
- Matsumoto, D., ve Ekman, P. (2004). The relationship among expressions, labels, and descriptions of contempt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(4), 529. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.87.4.529>.
- Matsumoto, D., ve Ekman, P. (2005). Facial Expression Analysis Emotion Signaling. *Scholarpedia*, 1–11. <https://doi.org/10.4249/scholarpedia.4237>.
- Matsumoto, D., ve Hwang, H. S. (2011). Evidence for training the ability to read microexpressions of emotion. *Motivation and Emotion*, 35(2), 181-191. <https://doi.org/10.1007/s11031-011-9212-2>.

- Matsumoto, D., ve Willingham, B. (2009). Spontaneous Facial Expressions of Emotion of Congenitally and Noncongenitally Blind Individuals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(1), 1–10. <https://doi.org/10.1037/a0014037>.
- Meltzoff, A., ve Moore, M. (1983). Newborn Infants Imitate Adult Facial Gestures. *Child Development*, 54(3), 702-709. doi:10.2307/1130058.
- Merten, J. (2005). Culture, gender and the recognition of the basic emotions. *Psychologia: An International Journal of Psychology in the Orient*, 48, 306-316. doi:10.2117/psysoc.2005.306.
- Mitchell, L. A. (2006). *The relationship between emotional recognition and personality traits*. Thesis. Rochester Institute of Technology. 5 Ocak 2017 tarihinde <http://scholarworks.rit.edu/theses> adresinden erişildi.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31, 123-143. <http://dspace.marmara.edu.tr/handle/18832014/961>.
- Paiva-Silva, A. I. D., Pontes, M. K., Aguiar, J. S. R., ve de Souza, W. C. (2016). How do we evaluate facial emotion recognition?. *Psychology & Neuroscience*, 9(2), 153. <http://dx.doi.org/10.1037/pne0000047>.
- Pallant, J. (2016). *SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using IBM SPSS*, (6th ed.). McGraw Hill Education.
- Phelps, E. A. (2004). Human emotion and memory: interactions of the amygdala and hippocampal complex. *Current Opinion in Neurobiology*, 14(2), 198-202.
- Phillips, M. L., Drevets, W. C., Rauch, S. L., ve Lane, R. (2003). Neurobiology of emotion perception I: The neural basis of normal emotion perception. *Biological Psychiatry*, 54(5), 504-514. [https://doi.org/10.1016/S0006-3223\(03\)00168-9](https://doi.org/10.1016/S0006-3223(03)00168-9).
- Phillips, M. L., Young, A. W., Senior, C., Brammer, M., Andrew, C., Calder, A. J., ... ve Gray, J. A. (1997). A specific neural substrate for perceiving facial expressions of disgust. *Nature*, 389(6650), 495. doi:10.1038/39051.
- Plutchik, R. (1962). The Emotions: Facts. *Theories and a New Model*, New York.

- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. Harpercollins College Division.
- Plutchik, R., Kellerman, H., ve Conte, H. R. (1979). A structural theory of ego defenses and emotions. *Emotions in personality and psychopathology* içinde (s. 227-257). Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4613-2892-6\\_9](https://doi.org/10.1007/978-1-4613-2892-6_9).
- Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103. <http://dx.doi.org/10.1037/h0045357>.
- Rosenthal, R., Hall, J.A., DiMatteo, M.R., Rogers, P.L., ve Archer, D. (1979). Sensitivity to Nonverbal Communications: The PONS Test. *Baltimore, MD: The Johns Hopkins University Press*.
- Russell, J. A. (1994). Is there universal recognition of emotion from facial expression? A review of the cross-cultural studies. *Psychological bulletin*, 115(1), 102. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.115.1.102>.
- Russell, J., ve Fernandez-Dols, J., M. (1997). *The psychology of facial expression*. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511659911>.
- Schlosberg, H. (1941). A scale for the judgment of facial expressions. *Journal of Experimental Psychology*, 29(6), 497. <http://dx.doi.org/10.1037/h0061489>.
- Schlosberg, H. (1954). Three dimensions of emotion. *Psychological Review*, 61(2), 81-88. <http://dx.doi.org/10.1037/h0054570>.
- Schneider, K. G. (2008). *Expressive control and emotion perception: The impact of expressive suppression and mimicry on sensitivity to facial expressions of emotion* (Order No. 3315550). 5 Haziran 2017 tarihinde <https://search.proquest.com/docview/304639317?accountid=11248>. adresinden erişildi.
- Schofield, C. A. (2006). *Recognition of Facial Expressions of Emotion in Social Anxiety* (Doctoral dissertation, State University of New York at Binghamton, Psychology Department).
- Schore, A. N. (2015). *Affect regulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development*. Routledge.

- Snodgrass, S. E. (1992). Further effects of role versus gender on interpersonal sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(1), 154.
- Sutter, J. V. (2010). *Assessing impact of affect recognition on therapeutic relationship*. University of Kentucky Master's Thesis. 3 Ocak 2017 tarihinde [http://uknowledge.uky.edu/gradschool\\_theses/14](http://uknowledge.uky.edu/gradschool_theses/14) adresinden erişildi.
- Tatar, Z. B., Yargıç, İ., Oflaz, S., ve Büyükgök, P. D. (2014). Erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunda duygu tanınmanın dikkat ve dürtüsellik belirtileri ile ilişkisi. doi: 10.5080/u7713.
- Tennen, H., ve Affleck, G. (1990). Blaming others for threatening events. *Psychological Bulletin*, 108(2), 209.
- Thompson, A. E., ve Voyer, D. (2014). Sex differences in the ability to recognise non-verbal displays of emotion: A meta-analysis. *Cognition and Emotion*, 28(7), 1164-1195. <https://doi.org/10.1080/02699931.2013.875889>.
- Thompson, R.A. (1994). Emotion Regulation: A theme in search of definition. In N. A. Fox, The Development of emotion regulation: Biological and Behavioral Consideration *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>.
- Tomkins, S. S. (1962). *Affect, Imagery, Consciousness*. Vol.1. The positive affects. New York: Springer.
- Turner, E. (1969). Hippocampus and memory. *The Lancet*, 294(7630), 1123-1126.
- Wagner, A. W., ve Linehan, M. M. (1999). Facial expression recognition ability among women with borderline personality disorder: implications for emotion regulation?. *Journal of Personality Disorders*, 13(4), 329-344.
- Watson, J. B. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20(2), 158. <http://dx.doi.org/10.1037/h0074428>.
- Yan, X., Andrews, T. J., ve Young, A. W. (2016). Cultural similarities and differences in perceiving and recognizing facial expressions of basic emotions. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 42(3), 423.



- Yang, T. T., Menon, V., Eliez, S., Blasey, C., White, C. D., Reid, A. J., ... ve Reiss, A. L. (2002). Amygdalar activation associated with positive and negative facial expressions. *Neuroreport*, 13(14), 1737-1741.
- Zhang, F., Parmley, M., Wan, X., ve Cavanagh, S. (2015). Cultural differences in recognition of subdued facial expressions of emotions. *Motivation and Emotion*, 39(2), 309-319. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9454-x>.
- Zhang, F., ve Parmley, M. (2011). What your best friend sees that I don't see: Comparing female close friends and casual acquaintances on the perception of emotional facial expressions of varying intensities. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(1), 28-39. <https://doi.org/10.1177/0146167210388194>.



**EK-1: Kişisel Bilgi Formu**

**KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

**1. Cinsiyetiniz (Yazınız):**

**2. Sınıf Düzeyiniz:**

1 ( )                      2 ( )                      3 ( )                      4 ( )

**3. Yaşamınızın büyük bölümünü nerede geçirdiniz?**

Köy-Kasaba ( )                      İlçe ( )                      İl ( )                      Büyük Şehir ( )

**4. Annenizin eğitim düzeyi (mezuniyeti) aşağıdakilerden hangisidir?**

Okur yazar değil ( )                      İlkokul ( )                      Ortaokul ( )                      Lise ( )  
Yüksek Okul ( )                      Üniversite ( )                      Yüksek Lisans ( )                      Doktora ( )

**5. Babanızın eğitim düzeyi (mezuniyeti) aşağıdakilerden hangisidir?**

Okur yazar değil ( )                      İlkokul ( )                      Ortaokul ( )                      Lise ( )  
Yüksek Okul ( )                      Üniversite ( )                      Yüksek Lisans ( )                      Doktora ( )

## EK-2: JACFEE Örnek Fotoğraflar



## EK-3 JACFEE Yanıt Formu

### JACFEE Yanıt Formu

1.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
2.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
3.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
4.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
5.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
6.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )
7.	Mutluluk ( )	Öfke ( )	Şaşkınlık ( )	Tiksinme ( )	Korku ( )	Aşağılama ( )	Üzüntü ( )	Nötr ( )

## EK-4: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Örnek Maddeler

### BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ

<b>OLAYLARLA NASIL BAŞA ÇIKARSINIZ?</b>	<b>Hemen Hemen</b>	<b>Hicbir Zaman</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Bazen</b>	<b>Sık Sık</b>	<b>Hemen Hemen</b>	<b>Her Zaman</b>
Herkes zaman zaman tatlı acı olaylarla karşılaşmakta ve kendine özgü tepkiler vermektedir. Aşağıdaki sorular, olumsuz durumlarla karşılaştığınızda genelde neler düşündüğünüzü belirlemeyi amaçlamaktadır.							
1. Genelde kendimi suçlu hissedirim.	1	2	3	4	5		
2. Olanları kabul etmek zorunda olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5		
3. Yaşadıklarım hakkında neler hissettiğimi sık sık düşünürüm.	1	2	3	4	5		
4. Yaşadıklarımı düşünmekten ziyade daha iyi şeyler düşünmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5		

## EK-5: Beş Büyük Kişilik Faktör Envanteri Örnek Maddeler

### BEŞ BÜYÜK KİŞİLİK FAKTÖR ENVANTERİ

#### Genel Olarak Nasılım?

Aşağıda verilen ifadelere ne ölçüde katıldığınızı lütfen belirtiniz.

	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Konuşkanım.					
2. İş yönelimliyim.					
3. Karamsarım.					
4. Orijinal, yeni fikirlere açığım.					

## EK-6: Gönüllü Katılım Formu

### GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Değerli katılımcı,

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde yüksek lisans öğrencisiyim. Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümünde psikolojik danışman adaylarının danışanların yüz ifadelerindeki duyguları tanıma becerilerini tespit etmek amacıyla bir araştırma gerçekleştiriyorum. Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi öğretim üyesi Doç. Dr. Türkan DOĞAN danışmanlığında yapılmakta olup Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı'nda yüksek lisans tezi olarak yürütülmektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, Türkiye'de psikolojik danışma ve rehberlik bölümü öğrencilerinin niteliklerine katkıda bulunmak amacıyla kullanılacaktır. Bu araştırma için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli izinler alınmıştır.

Araştırma kapsamında sizinle yaklaşık bir saat sürecek bir uygulama yapacağız. Bu uygulamada, sizin yüz ifadelerindeki duyguları tanıyabilme becerinize yönelik resimler gösterilmesine ek olarak, kişilik özelliklerinizi ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinizi ölçmeye yönelik envanter ve ölçek uygulanacaktır. Uygulama sırasında size özel sorular (politik görüş, cinsel yönelim, din vb.) sorulmayacaktır.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmadan istediğiniz zaman çekilebilirsiniz. Bu durum size hiçbir sorumluluk getirmeyecektir. Uygulamada size verilecek olan fotoğraf seti, ölçek ve envantere vereceğiniz cevaplar, çalışmada yer alan iki araştırmacı dışında kimseyle paylaşılmayacaktır. Araştırma sonuçları eğitim ve bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Araştırmanın tüm süreçlerinde kişisel bilgileriniz ihtimamla korunacaktır. Bu gönüllü katılım formuna adınızı ve soyadınızı yazmanıza gerek yoktur.

Bu gönüllü katılım formunu imzalamadan önce veya daha sonra aklınıza gelebilecek olan soruları istediğiniz zaman bize sorabilirsiniz. Telefon numaram ve adresim bu kâğıtta yazıyor. Bu görüşme ya da araştırma bittikten sonra da bana ulaşabilir ve araştırma ile ilgili soru sorabilirsiniz. Araştırmaya katılmayı tercih ediyorsanız, lütfen aşağıya imzanızı atınız. İmzaladıktan sonra size bu formun bir kopyasını vereceğim.

#### **Katılımcının;**

İmzası:

Tarih:

#### **Sorumlu Araştırmacı:**

Doç. Dr. Türkan DOĞAN

Adres: Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,

Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik A.B.D.,

Beytepe, Çankaya Ankara

Tel: (312) 297-85 71 / 297-85 72

E-posta: dogant@hacettepe.edu.tr

#### **Araştırmacı.**

Psk. Dan. Ahmet METİN

Adres: Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,

Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik A.B.D.,

Beytepe, Çankaya Ankara

Tel: (312) 297-85 71 / 297-85 72

E-posta: ahmetmetin.tr@gmail.com

İmza:

## EK-7: Eğitim Sertifikaları



PAUL EKMAN GROUP, LLC

### Certificate of Training

is hereby granted to

AHMET METİN

has successfully completed the training course

Micro Expressions  
Expert Level

Issued this Tuesday, 10/03/2017 11:59pm



PAUL EKMAN GROUP, LLC

### Certificate of Training

is hereby granted to

AHMET METİN

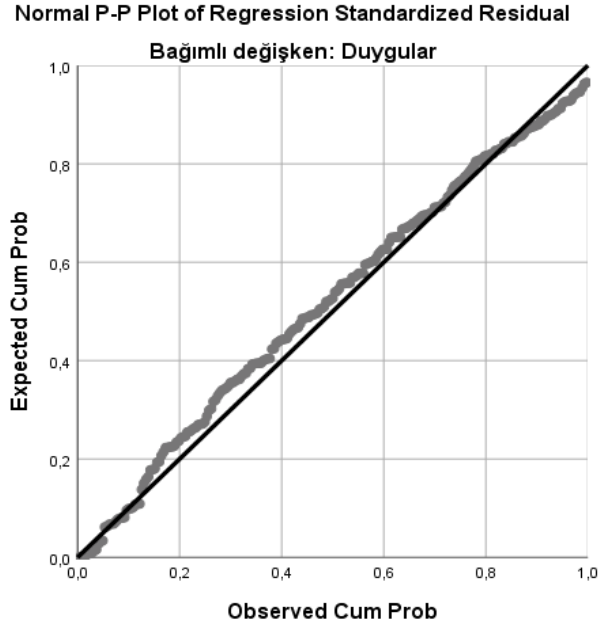
has successfully completed the training course

Subtle Expressions  
Satisfactory Level

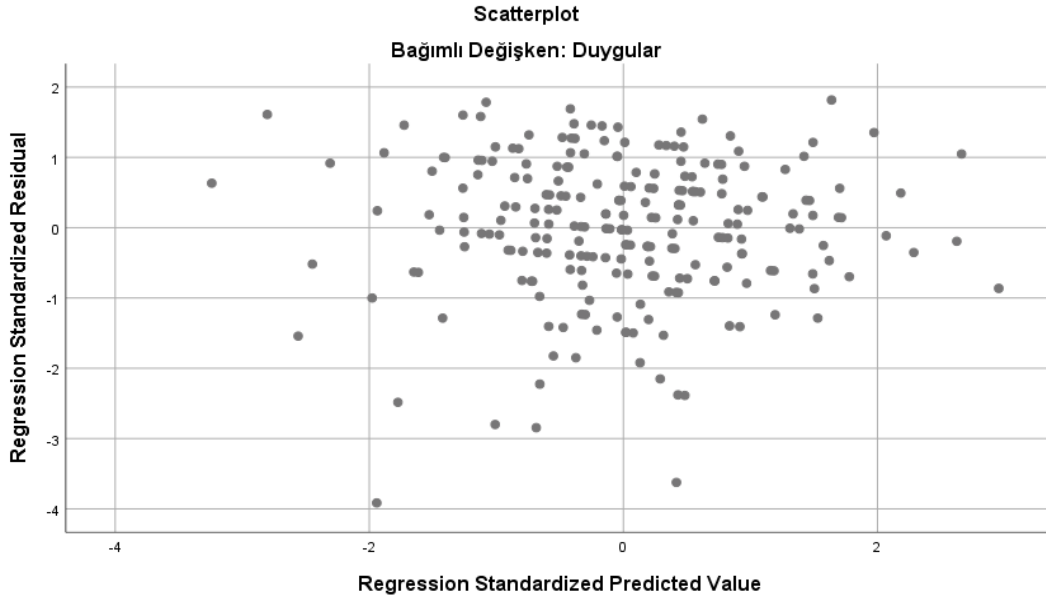
Issued this Wednesday, 10/04/2017 09:56am



## EK-8: Normallik Grafikleri

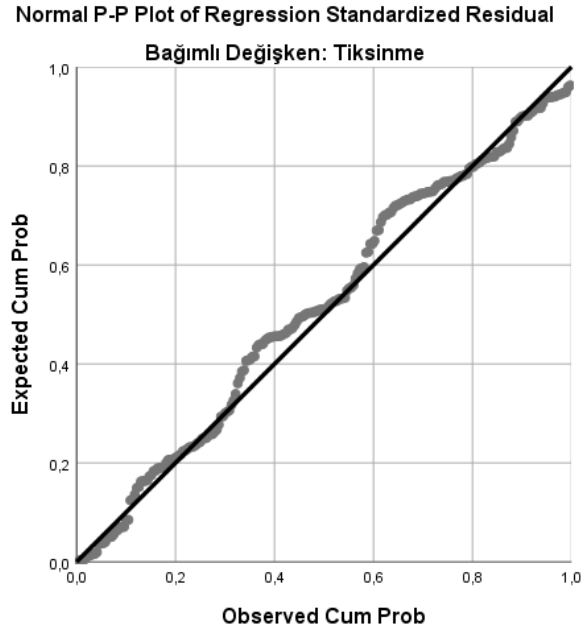


Şekil 2. Duyguların Tanınmasında Kişilik Özelliklerine İlişkin P-P Plot Grafiği.

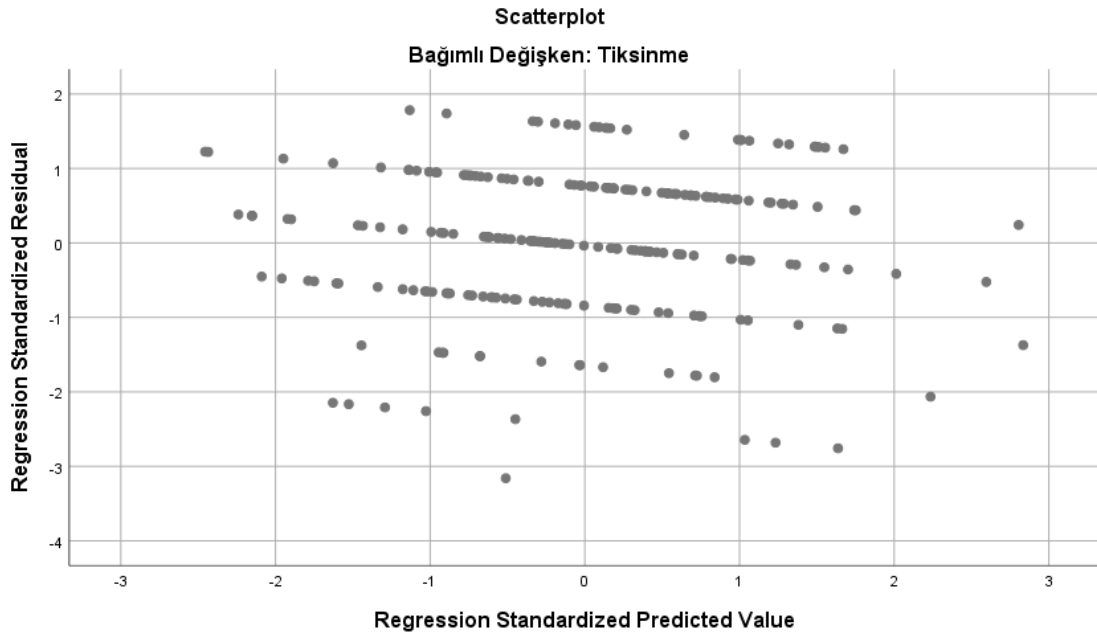


Şekil 3. Kişilik Özelliklerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.

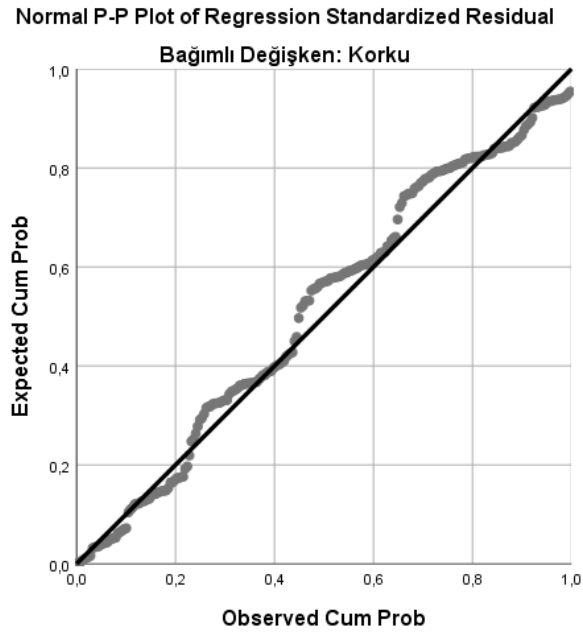




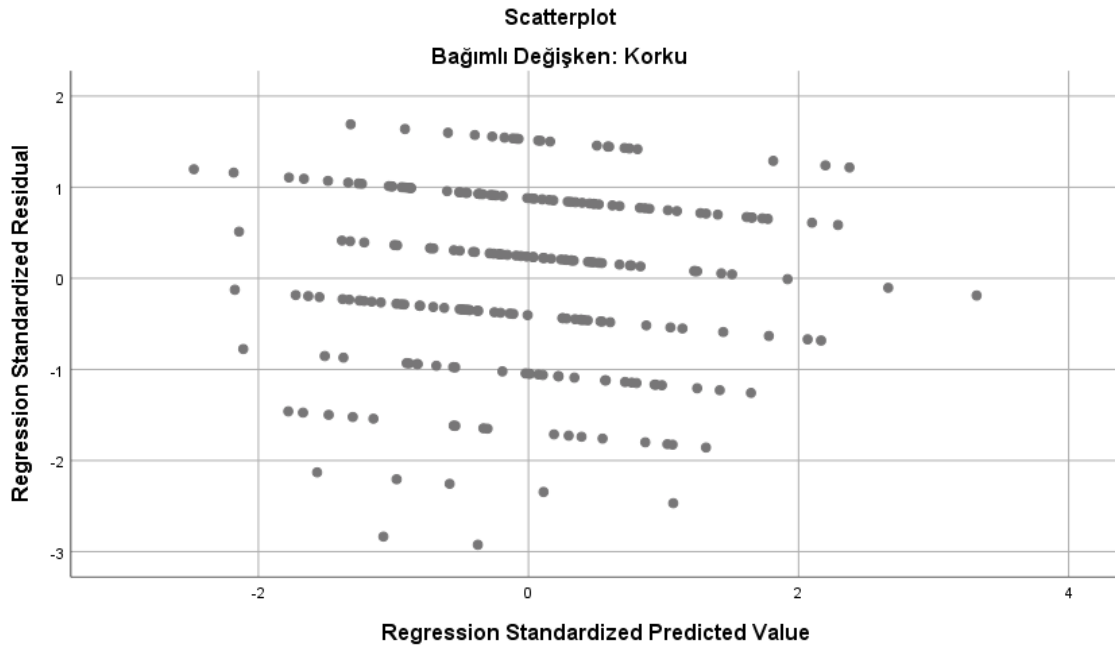
Şekil 4. Kişilik Özelliklerine Göre Tiksınme İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği.



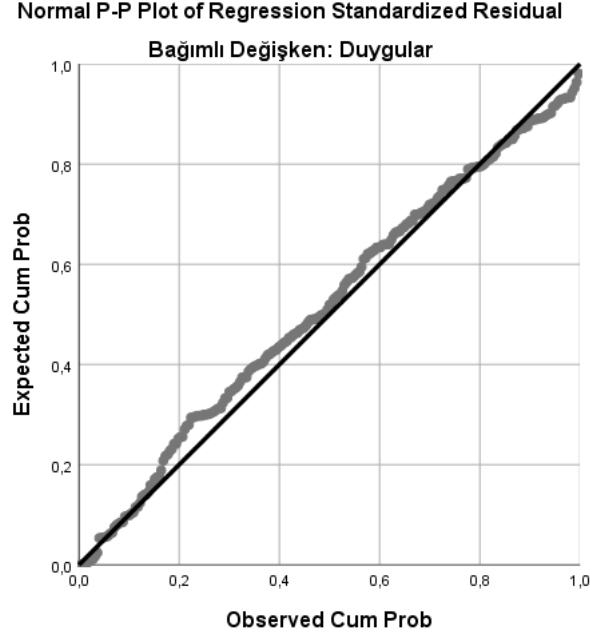
Şekil 5. Kişilik Özelliklerine Göre Tiksınme İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.



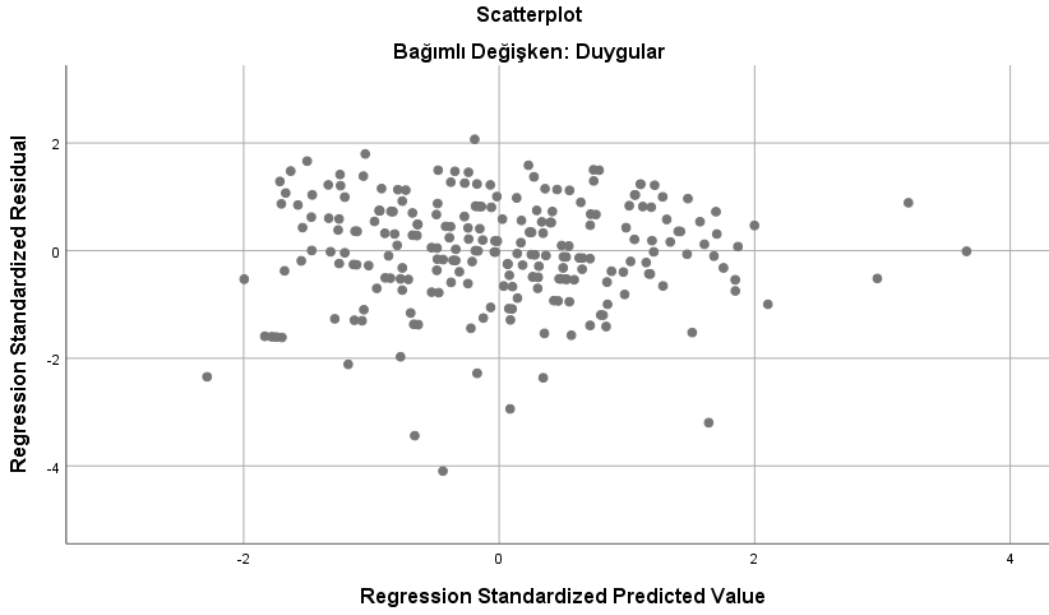
Şekil 6. Kişilik Özelliklerine Göre Korku İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği.



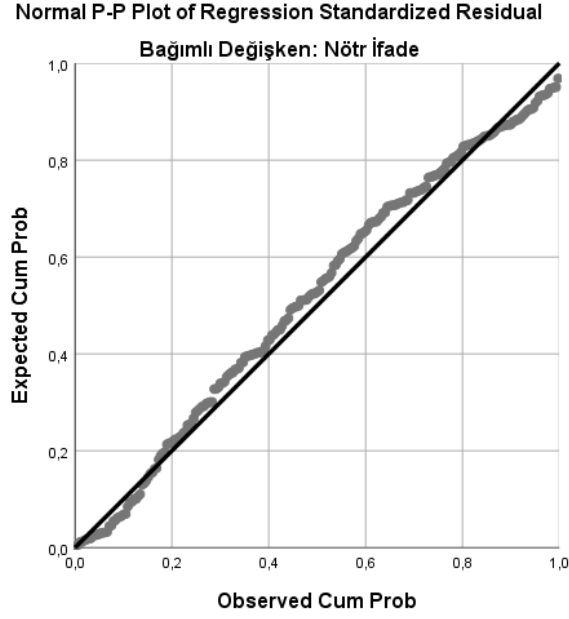
Şekil 7. Kişilik Özelliklerine Göre Tiksınme İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.



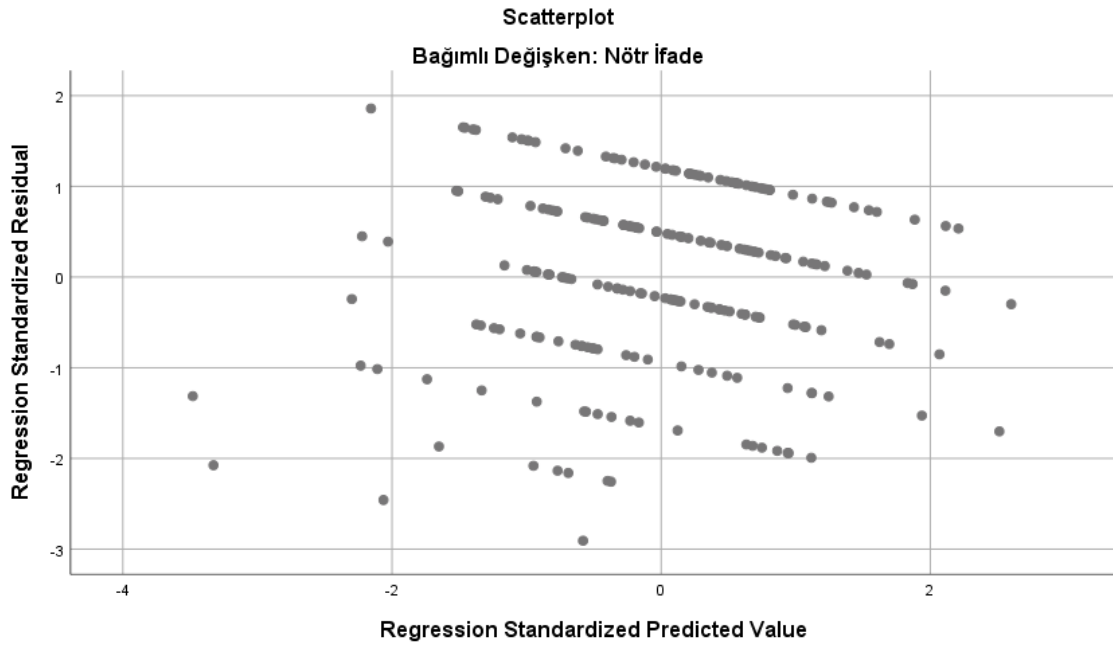
Şekil 8. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği.



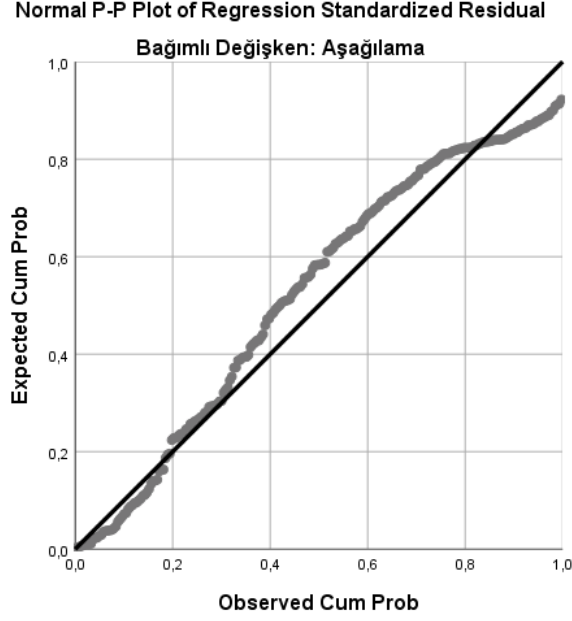
Şekil 9. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Duyguların Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.



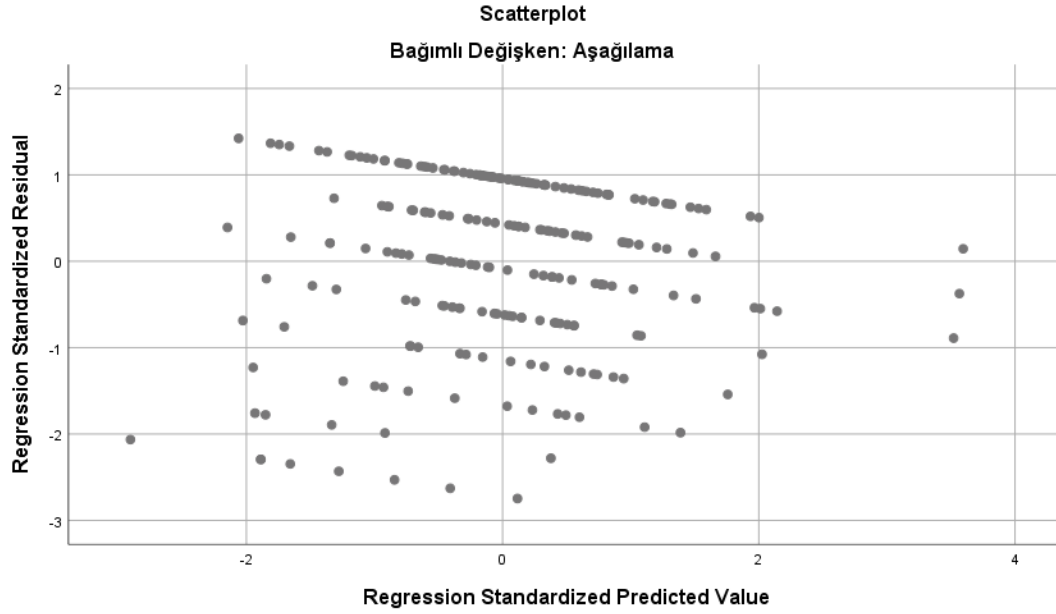
Şekil 10. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Nötr İfadenin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği.



Şekil 11. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Nötr İfadenin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.



Şekil 12. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Aşağılama İfadesinin Tanınmasına İlişkin P-P Plot Grafiği.



Şekil 13. Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Göre Aşağılama İfadesinin Tanınmasına İlişkin Saçılma Diyagramı.

## EK-A: Etik Komisyonu Onay Bildirimi



T.C.  
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
Rektörlük

11 Ocak 2018


Sayı : 35853172/433-157

### EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 25.12.2017 tarih ve 2605 sayılı yazınız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Ahmet METİN'in Doç. Dr. Türkan DOĞAN danışmanlığında yürüttüğü "Psikolojik Danışman Adaylarının Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Becerilerinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 02 Ocak 2018 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

  
Prof. Dr. Rahime M. NOHUTCU  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

M

## EK-B: Etik Beyanı

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin bütününe kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

18/05/2018

(İmza)  
Ahmet METİN



## EK-C: Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu

07/06/2018

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Başkanlığına,

Tez Başlığı: Psikolojik Danışman Adaylarının, Yüz İfadelerindeki Duyguları Tanıma Becerileri

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin** adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Oranı	Gönderim Numarası
07/06/2018	146	232271	18/05/2018	%7	973304092

Uygulanan filtreler:

1. Kaynaklar hariç
2. Alıntılar dâhil
3. 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç


Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan eder, gereğini saygılarımla arz ederim.

Ad Soyadı: Ahmet METİN  
Öğrenci No.: N15229454  
Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri  
Programı: Psikolojik Danışma ve Rehberlik  
Statüsü:  Y.Lisans  Doktora  Bütünleşik Dr.

İmza



### DANIŞMAN ONAYI

  
UYGUNDUR.  
(Unvan, Ad Soyadı, İmza)  
Doç.Dr. Türkan Doğan



## EK-Ç: Thesis Originality Report

07/06/2018

HACETTEPE UNIVERSITY  
Graduate School Of Educational Sciences  
To The Department Of Educational Sciences

Thesis Title: Psychological Counselor Candidates Abilities of Recognizing Emotions in Facial Expressions

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defense	Similarity Index	Submission ID
07/06/2018	146	232271	18/05/2018	%7	973304092

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Lastname: Ahmet METİN  
Student No.: N15229454  
Department: Educational Sciences  
Program: Psychological Counseling and Guidance  
Status:  Masters  Ph.D.  Integrated Ph.D.

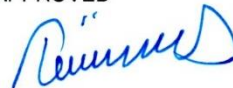
Signature



ADVISOR APPROVAL

Doç. Dr. Tarkan Doğan

APPROVED



## EK-D: Yayınlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesi'ne verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversite'ye verilen kullanım hakları dışındaki bütün fikrî mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının veya bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinleri yazılı izin alarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversite'ye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.

(Bu seçenekle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etmeniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirirse bile, teziniz arama motorlarının ön belleklerinde kalmaya devam edebilecektir)

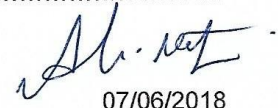
Tezimin/Raporumun 06/06/2019 tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.

(Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir).

Tezimin/Raporumun ..... tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.

Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi:

.....  
.....  
.....  
.....

  
07/06/2018  
(İmza)  
Ahmet METİN

