

İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SANAL GERÇEKLİK ORTAMI İLE UYARILMIŞ
POZİTİF HUŞU VE TEHDİT EDİCİ HUŞUNUN
ÖZGECİLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE
GRUPLARARASI İLİŞKİLER

MEHMET AKİF AYDIN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. HASAN KAPLAN

İSTANBUL, 2024

İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SANAL GERÇEKLİK ORTAMI İLE UYARILMIŞ
POZİTİF HUŞU VE TEHDİT EDİCİ HUŞUNUN
ÖZGECİLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE
GRUPLARARASI İLİŞKİLER

MEHMET AKİF AYDIN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. HASAN KAPLAN

İSTANBUL, 2024

TEZ ONAY SAYFASI

Bu tez tarafımızca okunmuş olup kapsam ve nitelik açısından, Din Bilimleri alanında yüksek lisans derecesini alabilmek için yeterli olduğuna karar verilmiştir.

Tez Jürisi Üyeleri

Unvan – Ad Soyad

Kanaati

İmza

Bu tezin İbn Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından konulan tüm standartlara uygun şekilde yazıldığı teyit edilmiştir.

Teslim Tarihi

Mühür/İmza

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Bu çalışmada yer alan tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak toplanıp sunulduğunu, söz konusu kurallar ve ilkelerin zorunlu kıldığı çerçevede, çalışmada özgün olmayan tüm bilgi ve belgelere, alıntılama standartlarına uygun olarak referans verilmiş olduğunu beyan ederim.

Adı Soyadı: Mehmet Akif AYDIN

İmza:

X X X X

ÖZ

SANAL GERÇEKLİK ORTAMI İLE UYARILMIŞ POZİTİF HUŞU VE TEHDİT EDİCİ HUŞUNUN ÖZGECİLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE GRUPLARARASI İLİŞKİLER

Aydın, Mehmet Akif

Din Bilimleri Yüksek Lisans Programı

Öğrenci Numarası: 214016002

Open Researcher and Contributor ID (ORC-ID): 0000-0003-4590-8111

Ulusal Tez Merkezi Referans Numarası: 10635505

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Hasan Kaplan

Haziran 2024, 217 Sayfa

Keltner ve Haidt'in (2003) prototipik huşu modeline göre huşu, iki merkezi -genişlik ve akomode etme ihtiyacı- özelliğe sahip ve beş periferik -tehdit, güzellik, yetenek, erdem, doğaüstülük- özellik ile ilişkili olan kompleks bir duygudur. Bu araştırma kapsamında, Yaden ve ark. (2018) tarafından, prototipik huşu modelinden bu yana yapılan deneysel araştırma bulgularına dayalı olarak geliştirilen AWE-S'in Türkçe uyarlaması (HDDÖ) yapılmıştır. AFA uygulaması sonucunda ölçekteki 16 maddenin 4 alt boyutta toplandığı ve faktörlerin, toplam varyansın %82.379'unu açıkladığı görülmüştür. HDDÖ ($\alpha=.92$) bireylerin hissettikleri anlık huşu duygusunu, değişmiş zaman algısı ($\alpha=.82$), bağlanılmışlık ($\alpha=.96$), genişlik ($\alpha=.94$) ve akomode etme ihtiyacı ($\alpha=.93$) olmak üzere dört boyutta ölçmektedir. Araştırmalar, huşu deneyimlerinin özgecilik üzerindeki pozitif etkisine vurgu yapmaktadır. Bu araştırmanın temel amacı, VR ortamı ile uyarılmış tehdit edici huşu (TEH) ve pozitif huşu (POH) deneyimlerinin, özgecilik (para bağışlama senaryosu ile ölçülen) üzerindeki etkisini iç grup- dış grup ayrımına dayalı olarak ölçmek ve POH/TEH uyaranlarının dini bağlamda pozitif (DİPOH)/dini bağlamda tehdit edici (DİTEH) olarak sunulduğu koşulda özgecilik üzerindeki etkilerini ele almaktır. İki başörtülü kadın grubu, DİPOH/DİTEH koşulları için POH/TEH uyaranları sunulmadan önce teorik olarak bu uyaranlar ile içerik bakımından ilişkili olduğu düşünülen Kur'ân-ı Kerim'deki ayetlere maruz bırakılmıştır. Literatürde TEH ve POH deneyimlerini

uyarmada güçlü etkileri olduğu bulgularan VR içerikleri (POH için doğa manzaralarını, TEH için volkan patlamalarını içeren) kullanılmıştır. 6 deney ve 2 kontrol koşulundan oluşan bir deney tasarlanarak 112 kadın katılımcı (70 başörtülü/42 başörtüsüz kadın) ile bu araştırma yürütülmüştür. POH, TEH ve kontrol koşullarındaki katılımcıların dış gruba yönelik özgeci davranış ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Fakat kontrol koşullarındaki katılımcıların iç gruba yönelik özgeci davranışlarının huşu koşullarındaki katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu ve DİPOH/DİTEH koşullarında TEH ve kontrol koşullarına kıyasla dış gruba yönelik özgeci davranışların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Bulgular, ilgili huşu modelleri ve gruplararası ilişkiler kuramları çerçevesinde değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Gruplararası İlişkiler, Huşu, Özgecilik, Pozitif Huşu, Tehdit Edici Huşu.

ABSTRACT

INTERGROUP RELATIONS IN THE IMPACT OF VIRTUAL REALITY- INDUCED POSITIVE AWE AND THREAT-BASED AWE ON ALTRUISM

Aydın, Mehmet Akif

MA in Religious Studies

Student ID: 214016002

Open Researcher and Contributor ID (ORCID): 0000-0003-4590-8111

National Thesis Center Reference Number: 10635505

Thesis/Project Supervisor: Prof. Hasan Kaplan

June 2024, 217 Pages

According to the prototypical model proposed by Keltner and Haidt (2003), awe is a complex emotion characterized by two central and five peripheral features. This study aimed to establish the validity/reliability of the Turkish adaptation (HDDÖ) of the AWE-S originally developed by Yaden et al. (2018). The EFA revealed that the 16 items in the scale were grouped into four subscales, and the factors explained 82.379% of the total variance. The HDDÖ ($\alpha=.92$) measures individuals' state awe experiences in four dimensions: altered time perception ($\alpha=.82$), connectedness ($\alpha=.96$), vastness ($\alpha=.94$), and need for accommodation ($\alpha=.93$). Studies emphasize the positive impact of awe experiences on altruistic behavior (AB). The aim of this study is to measure the effects of VR-induced threat-based awe (TEH) and positive awe (POH) experiences on AB based on the in-group favouritism/out-group discrimination, and to examine the effects of POH/TEH stimuli on AB when presented as positive (DİPOH) or threatening (DİTEH) in a religious context (exposure to verses from the Quran theoretically considered to be content-related to these stimuli). Literature review revealed that VR content (volcanic eruptions for TEH and natural landscapes for POH) has been found to be highly effective in inducing TEH and POH. The study was conducted with 112 female participants (70 veiled/42 unveiled) using an experimental design consisting of six experimental and two control conditions. The findings revealed no statistically significant differences in average AB toward the outgroup in the POH/TEH/control conditions. However, participants in the control conditions exhibited significantly

higher levels of AB toward the ingroup compared to participants in the awe conditions. Additionally, participants in the DÍPOH/DÍTEH conditions demonstrated significantly higher levels of AB toward the outgroup compared to those in the TEH and control conditions. These findings were subsequently evaluated within the context of relevant awe models and theories of intergroup relations.

Keywords: Altruism, Awe, Intergroup Relations, Positive Awe, Threat-based Awe.



İTHAF

Sevgili eşim Elirona Aydın'a ithaf olunur...



TEŞEKKÜR

Öncelikle lisans hayatımda Din Psikolojisi alanında çalışma konusunda beni teşvik eden ve bu süreçte desteklerini esirgemeyen Prof. Dr. İbrahim GÜRSES hocama ve bu araştırmada karşılaştığım zorlukları bilgi ve tecrübesi ile aşmamda yardımcı olan değerli Danışman Hocam Prof. Dr. Hasan KAPLAN'a şükranlarımı sunuyorum. İkinci olarak, bu tezin ölçüm araçları kısmındaki kurgusal video içeriklerinin oluşturulmasında elinden gelen çabayı ortaya koyan kıymetli eşim Elirona AYDIN, sevgili ablam Dr. Aslı AYDIN TAŞKOPARAN ve kardeşim Psk. Mustafa Furkan AYKIN'a içtenlikle teşekkür ediyorum. Üçüncü olarak, bu tezin veri toplama aşamasında önemli düzeyde katılım gösteren Kız Kur'an Kursu öğrencilerine, ayrıca gösterdikleri nezaket ve yardımseverlik için öğreticilerine ve yöneticilerine teşekkürlerimi sunuyorum. Dördüncü olarak, yüksek lisans dönemimde Bilim İnsanları Destek Programları Başkanlığı (BİDEB) 2211 Yurt İçi Lisansüstü Burs Programı kapsamında destek aldığım TÜBİTAK'a teşekkür ediyorum.

Eğitim hayatım boyunca sağladıkları maddi manevi destek ile yanımda olduklarını bana her bir an hissettiren, yaşantıları ile rol model olan, dünyanın en güzel annesi Şefika AYDIN, dünyanın en iyi babası Mehmet AYDIN ve şimdi aramızda olmasa da hep özlemlerle yâd ettiğim sevgili büyük annem Müzeyyen Aydın, size sonsuz sevgi ve saygılarımı sunuyorum.

Bilhassa, bu tezin ortaya çıkış sürecinde, en başından sonuna dek, beni cesaretlendiren, gösterdikleri anlayış, destek ve sahip oldukları güzellikleri ile hayatımı kolaylaştıran, günümü güzelleştiren kıymetli eşim Elirona ve sevgili oğlumuz Mehmet Aron, iyi ki varsınız!

Mehmet Akif AYDIN

İSTANBUL, 2024

İÇİNDEKİLER

ÖZ	iv
ABSTRACT	vi
İTHAF	viii
TEŞEKKÜR	ix
İÇİNDEKİLER	x
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xv
GÖRSELLER LİSTESİ	xvi
SEMBOLLER VE KISALTMALAR	xvii
BÖLÜM I GİRİŞ	1
BÖLÜM II TEMEL KAVRAMLAR VE KURAMSAL ÇERÇEVE	4
2.1. Duygular	4
2.1.1. Duyguların Tanımlanması	5
2.1.2. Duyguların İşlevi	7
2.1.3. Duygu Kuramları	8
2.1.3.1. James-Lange Duygu Kuramı	9
2.1.3.2. Cannon-Bard Duygu Kuramı	9
2.1.3.3. Bilişsel Duygu Kuramları	10
2.1.3.4. Paul Ekman'ın Temel Duygu Yaklaşımı	17
2.1.3.4.1. Yüz Geri Bildirim Hipotezi	19
2.1.3.5. Ayrık Duygular Kuramı	20
2.1.3.6. Genişletme ve İnşa Etme Kuramı	21
2.2. Huşu: Hazzın Doruğunda ve Korkunun Sınırında	22
2.2.1. Huşunun Tarihi	22
2.2.2. Huşu Modelleri	31
2.2.2.1. Keltner ve Haidt'in İki Faktörlü Prototipik Huşu Modeli	31
2.2.2.2. Yaden'in Altı Faktörlü Huşu Ölçüm Modeli	39
2.2.3. Huşunun Uyarılması	44
2.2.4. Huşu Deneyimi Üzerine Yapılan Güncel Araştırmalar	53

2.3. Özgecilik	59
2.3.1. Özgecilik ve Huşu Deneyimleri	62
2.3.2. Özgecilik ve Gruplararası İlişkiler	68
2.3.3. Özgecilik, Gruplararası İlişkiler ve Duygular	77
BÖLÜM III MEVCUT ARAŞTIRMAYA GENEL BAKIŞ	85
3.1. Araştırmanın Amacı	85
3.2. Araştırmada Sınanacak Hipotezler	87
3.2.1. Huşu Deneyimlerinin Duygular Üzerindeki Etkisinden Hareketle Hazırlanan Hipotezler	87
3.2.2. Pozitif ve Tehdit Edici Uyarıların Huşunun Bileşenleri Üzerindeki Etkisini Karşılaştırmaya Dayalı Olarak Hazırlanan Hipotezler	88
3.2.3. Huşu Deneyimlerinin Özgecilik Üzerindeki Etkisinden Hareketle Hazırlanan Hipotezler	90
BÖLÜM IV YÖNTEM	94
4.1. Örneklem	94
4.1.1. Araştırmaya Dahil Etme ve Dışlama Ölçütleri	95
4.2. Veri Toplama Araçları	101
4.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	102
4.2.2. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS)	102
4.2.3. Sanal Gerçeklik (VR) İçerikleri	103
4.2.4. Dini Pozitif Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri	106
4.2.5. Dini Tehdit Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri	107
4.2.6. Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	108
4.2.7. Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Soruları	116
4.2.8. Kurgusal Video İçerikleri	116
4.2.9. Ortak Kelimeleri Tespit Etme Formu	117
4.2.10. Özgecilik Vinyeti Karar Formu	118
4.3. Araştırmanın Deseni	119
4.4. Araştırma Planı ve İşlem	121
4.5. Veri Analizi	126
BÖLÜM V BULGULAR	127
5.1. Manipülasyon Kontrolü	127
5.2. TEH Deneyimi Değerlendirme Sorularına İlişkin Betimleyici İstatistikler ..	128
5.3. Huşu Deneyimlerinin Duygular Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular	132

5.4. Pozitif ve Tehdit Edici Uyarıların Huşunun Bileşenleri Üzerindeki Etkisini Karşılaştırmaya Dayalı Bulgular	139
5.5. Huşu Deneyimlerinin Özgeçmiş Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular	149
BÖLÜM VI TARTIŞMA VE SONUÇ	159
6.1. Genel Değerlendirme, Sonuç ve Katkıları	159
6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler	170
REFERANSLAR	173
EKLER.....	195
EK A	195
EK B	197
EK C	199
EK Ç	201
EK D.....	202
EK E	204
EK F	206
EK G.....	207
EK H.....	208
EK I	209
EK İ	212
EK J	213
EK K	214
EK L	216
ÖZGEÇMİŞ	217

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1. Keltner ve Haidt'in (2003) Prototipik Huşu Modeline Göre Huşu Uyarıcıları ve Özellikleri	34
Tablo 4.1. Ana Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....	98
Tablo 4.2. HDDÖ'nün Boyutları, Maddeleri ve Açıklayıcı Faktör Analizi	110
Tablo 4.3. HDDÖ'nün Ölçüm Modeline İlişkin Sonuçlar	114
Tablo 4.4. HDDÖ'de Yapısal Modelin Uyum İyiliği Değerleri	115
Tablo 4.5. Değişkenlerin Normallik Analizi Sonuçları	115
Tablo 5.1. Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Sorularının Dağılımı.....	130
Tablo 5.2. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplarına Göre Negatif Puanlarının Karşılaştırılması	132
Tablo 5.3. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplarına Göre Pozitif Puanlarının Karşılaştırılması	134
Tablo 5.4. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplararası HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması.....	141
Tablo 5.5. Başörtülü Kadın Katılımcıların Grup İçi HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması.....	144
Tablo 5.6. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Grup İçi HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması.....	146
Tablo 5.7. Değişkenler Arasındaki İlişki	148
Tablo 5.8. Özgeçilik Vinyeti Karar Formu Sorularının Dağılımı.....	151
Tablo 5.9. Başörtülü Kadın Katılımcıların Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması	152
Tablo 5.10. Başörtülü Kadın Katılımcıların Deney-Kontrol Grupları Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması.....	153
Tablo 5.11. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması	154
Tablo 5.12. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Deney-Kontrol Grupları Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması.....	155

Tablo 5.13. Özgeci Bağış Kararlarının Gruplararası Karşılaştırılması	156
Tablo 5.14. HDDÖ Puanları ile Bağışlanan Toplam Para Miktarı Arasındaki İlişki	156
Tablo 5.15. Başörtülü Kadınlarda Dindarlık ve Özgeci Bağış Kararları	157
Tablo 5.16. Başörtüsüz Kadınlarda Dindarlık ve Özgeci Bağış Kararları.....	158



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1. Temel Duygu Kuramlarının Karşılaştırılması	12
Şekil 2.2. Lazarus'un Değerlendirme Modeli Örneği	14
Şekil 2.3. Huşu Araştırmalarında Kullanılan Pozitif, Tehdit Edici ve Nötr İçerikteki Sahneler.....	52
Şekil 2.4. Huşunun Özgeci Davranışlarla İlişkisinde Ayrıntılandırılmış Benlik Modeli	67
Şekil 2.5. Haidt'in Ahlaki Duygular Sınıflandırması.....	78
Şekil 2.6. Yüceliğin ve Ahlaki Öfkenin Alana Özgü Etki Modeli	82
Şekil 4.1. HDDÖ'nün Çok Faktörlü Birinci Düzey DFA Modeli.....	114
Şekil 4.2. Ana Araştırma Deseninde Planlanan Gruplar ve Katılımcı Sayıları	120
Şekil 4.3. Ana Araştırmadaki İşlem Basamaklarına Genel Bakış.....	125
Şekil 5.1. Ön Test-Son Test Negatif Puanların Grafik Gösterimi.....	133
Şekil 5.2. Ön Test-Son Test Pozitif Puanların Grafik Gösterimi.....	135
Şekil 5.3. Pozitif/Negatif Duygulanıma İlişkin Grup İçi Karşılaştırmalar.....	137

GÖRSELLER LİSTESİ

Görsel 4.1. Araştırmada Kullanılan Pozitif, Tehdit Edici ve Nötr Uyarılardan Kesitler...	106
Görsel 4.2. VR Seansları Esnasındaki Düzenek ve Ortam Koşulları	123
Görsel 4.3. Kurgusal Video İçeriklerindeki Konuşmacılar.....	124
Görsel I.1. 1. Kişi (Başörtülü Kadın)	209
Görsel I.2. 2. Kişi (Erkek).....	210
Görsel I.3. 3. Kişi (Başörtüsüz Kadın).....	124



SEMBOLLER VE KISALTMALAR LİSTESİ

AMOS	(Analysis of Moment Structures) Veri Analizi Programı
AWE-S	Huşu Deneyimi Ölçeği
ark.	Arkadaşları
bkz.	Bakınız
DİPOH	Dini (Ödül Yönlü) Pozitif Yönelimli Huşu
DİTEH	Dini (Ceza Yönlü) Tehdit Yönelimli Huşu
D-PES	Eğilimsel Pozitif Duygu Ölçeği
DRK	Dikkat Restorasyonu Kuramı
DYK	Dehşet Yönetimi Kuramı
EEG	Elektroensefalografi
fMRI	Fonksiyonel Manyetik Rezonans Görüntüleme
GÖDÖ	Grupla Özdeşim Düzeyi Ölçeği
H	Hipotez
HDDÖ	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği
mDES	Differential Emotion Scale
n	Gözlem Sayısı
NIRS	Yakın Kızılötesi Spektroskopisi
p	Anlamlılık Seviyesi
PANAS	Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği
POH	Pozitif Huşu
r	Korelasyon Katsayısı
SBY	Sosyal Baskınlık Yönelimi
SBYÖ	Sosyal Baskınlık Yönelimi Ölçeği
sEMG	Yüzeyel Elektromiyografi
SKY	Sosyal Kimlik Yaklaşımı
SPSS	(Statistical Package For Social Sciences) Veri Analizi Programı
SS	Standart Sapma
TEH	Tehdit Edici Huşu
vd.	Birden Fazla Yazarı Olan Eserlerde İlk Yazar Hariç Diğerleri
VR	Sanal Gerçeklik
YGBH	Yüz Geri Bildirim Hipotezi
\bar{X}	Ortalama

BÖLÜM I

GİRİŞ

Birdenbire o güzel ve mavi minik bezelyenin Dünya olduğunu fark ettim. Baş parmağımı kaldırdım ve bir gözümü kapattım. Baş parmağım gezegenimiz Dünyayı kapattı. (Beklenenin aksine) kendimi dev gibi hissetmiyordum. Çok ama çok küçük hissettim.

-Neil Armstrong, (MacKinnon, 2019)

Neil Armstrong'un uzay yolcuğu ardından yaşadığı deneyim hakkında söylediği bu ifadeler, çoğumuz için ancak bir uzay seyahati esnasında yaşanabilecek sıra dışı bir duygudurumun göstergesi olabilir. Halbuki şaşırtıcı derecede muhteşem bir doğa manzarasına şahit olduğumuzda, estetik bir sanat eseri ya da görkemli bir mimari esere tanıklık ettiğimizde ince nüanslarıyla birlikte aslında benzer bir duygu tatmış oluruz: Huşu. Keltner ve Haidt (2003)'den bu yana araştırmacılar, bilimsel yöntemlerle huşunun bileşenleri ve varyantları üzerinde çalışmaktadır. Alanyazında huşunun pozitif değerlikli (POH) ve negatif değerlikli tehdit edici (TEH) olmak üzere iki varyantının öne çıktığı görülmektedir. Pozitif huşu, Armstrong'un uzay yolcuğu esnasındaki hisleri ya da muhteşem bir doğa manzarası karşısında çoğumuzda ortaya çıkan ve iki temel bileşene -genişlik ile akomode etme ihtiyacı- sahip kompleks bir duyguya göndermede bulunur. POH, aslında huşunun en anlaşılabilir çeşididir. Diğer taraftan TEH ise korkutucu bir doğal afete ya da bir terör saldırısına maruz kaldığımızda ortaya çıkan ve genişlik ile akomode etme ihtiyacı bileşenlerine ek olarak tehdit teması ile karakterize olan bir duygudur. Böylesi kompleks ve farklı varyantları olan bir duyguyu bilimsel bir araştırmanın konusu yapmak, elbette ölçüm sorununu gündeme getirmektedir. Yakın dönemde Yaden vd. (2018) tarafından geliştirilen AWE-S (Huşu Deneyimi Ölçeği) ile beraber huşu, altı boyutuyla birlikte çalışılmaya başlanmıştır. Bu tez kapsamında Huşu Deneyimi Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması

yapılmıştır. Bu tez, altı bölümden oluşmakta ve huşunun özgecilik üzerindeki etkisini gruplararası ilişkiler bağlamında ele almayı amaçlamaktadır.

İkinci bölümde, araştırmanın temel kavramları ve kuramsal çerçeve tanıtılmaktadır. Bu bölümde öncelikle duyguların tanımlanması, işlevi ve duygu kuramları ele alınmış daha sonra Keltner ve Haidt (2003)'e gelene kadar çeşitli dinlerde, sosyoloji ve felsefede huşu duygusunun izi sürülmüş ve ana hatlarıyla huşunun tarihi aktarılmıştır. Ardından güncel araştırmalara temel oluşturan iki gelişme -Keltner ve Haidt'in iki faktörlü prototipik huşu modeli ile Yaden vd. (2018)'nin altı faktörlü huşu deneyimi ölçeği- tanıtılmıştır. Daha sonra böylesi kompleks bir duygunun tetiklenmesinde literatürde kullanılan yöntemler/uyaranlar sistematik bir şekilde sunulmuştur. Akabinde huşu deneyimi üzerine yapılan güncel araştırmalar ve bulgular aktarılarak bu tezin bir diğer temel kavramı olan özgeciliğe geçilmiştir. Özgecilik kavramı, özgeciliğin huşu deneyimleri ile olan ilişkisi, gruplararası ilişkiler kuramlarının özgecilik hakkında söyledikleri ve gruplararası ilişkiler söz konusu olduğunda duyguların özgecilik üzerindeki etkisi gibi alt bölümlerle spesifik olarak bu tezin kapsamı dahilinde ele alınmıştır.

Üçüncü bölümde, literatür bulgularıyla paralel şekilde araştırmanın amacına ve araştırmada sınanacak hipotezlere yer verilmiştir. Bu bölümde oluşturulan hipotezler, konularına göre üç kısma ayrılmıştır. İlk olarak huşu deneyimlerinin duygular üzerindeki etkisinden hareketle hazırlanan hipotezler sunulmuş, daha sonra sırasıyla pozitif/tehdit edici uyaranların huşunun bileşenleri üzerindeki etkisini karşılaştırmaya dayalı hipotezler ve huşu deneyimlerinin özgecilik üzerindeki etkisinden hareketle hazırlanan hipotezler aktarılmıştır. Dördüncü bölümde, bu tez kapsamında yapılan araştırmanın yöntemine yer verilmiştir. Öncelikle örneklem grubu tanıtarak araştırmaya dahil etme ve dışlama ölçütlerine yer verilmiştir. Daha sonra veri toplama araçları detaylandırılarak araştırmanın deseni, planı, işlem süreci/adımları aktarılmış ve veri analiz stratejileri belirtilmiştir.

Beşinci bölümde ise öncelikle deneysel manipülasyonun kontrolüne ve TEH deneyimi değerlendirme sorularına ilişkin istatistiklere yer verilmiştir. Ardından konularına göre üç kısma ayrılan hipotez kümelerine ait bulgular, üç bölümde ayrı ayrı sunulmuştur. Altıncı bölümde ise araştırma bulgularının genel değerlendirmesi yapılmış, önceki

araştırma sonuçlarıyla örtüşen/çelişen bulgular detaylandırılmıştır. Akabinde bu araştırmanın literatüre olan katkıları/sınırlılıkları ayrı ayrı belirtilmiş ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.



BÖLÜM II

TEMEL KAVRAMLAR VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde öncelikle duygular ve duygu kuramları incelenip -çalışmamızın temel kavramlarından biri olarak- aşkın bir duygu olan huşunun mahiyeti, dinlerde ve inançlarda huşunun yeri üzerinde durulacaktır. Daha sonra huşu deneyimi, çeşitli klasik ve çağdaş psikoloji teorileri bağlamında incelenecektir. Ardından huşunun çeşitleri olarak pozitif huşu ve tehdit edici huşu deneyimlerinin operasyonel tanımları yapılacak ve hangi dışsal faktörlerle bu deneyimlerin uyarılabileceği üzerinde durulacaktır. Daha sonra huşu deneyimi üzerine yapılan güncel araştırmalardan ve ilişkili olarak araştırılan diğer konulardan bahsedilecektir. Ardından araştırmamızın temel kavramlarından biri olan özgecilik, tarihsel ve kuramsal perspektiften incelenecek ve araştırma kapsamımızı ilgilendirdiği ölçüde gruplar-arası ilişkiler kuramlarına yer verilecektir.

2.1. Duygular

Duyguların insanlar için ne anlam ifade ettiği, duyguları ortaya çıkaran nedenler ile bunların sonuçları, düşünce tarihinin ilk zamanlarından beri insanoğlunun üzerine kalem oynattığı konulardan biri olmuştur. Modern çağ ile beraber yerleşen bilimsel düşünce tarzının temel varsayımlarını kendine kılavuz edinen psikoloji bilimi, günümüzde duygular üzerine yürütülen araştırmaların kâhir ekseriyetine bir çerçeve sunmaktadır. Bu çerçeve, çoğunlukla davranışsal ve nörolojik paradigmalardan içeriminde kendine yer bulmaktadır. Duyguların bireylerin düşünce tarzı, çevreyi algılama şekilleri ve davranışları üzerinde güçlü etkileri olduğu bilinmektedir. Bu etkiler, gerek bireysel gerek sosyal bir bağlamda ortaya çıkabilmektedir. Öyle ki duyguların yol açtığı çeşitli bilişsel/davranışsal değişikliklerin kişisel refah ve yaşam tatmini üzerinde etkisi olduğu gibi aynı zamanda sosyal bir varlık olan insan üzerinde, bir başkasıyla olan ilişkisi bakımından da önemli çıktıları olmaktadır.

Duygular ile ilgili yerleşmiş genel bir kanı, dikotomik bir akıl-duygu karşıtlığı üzerine kurulmuştur. Bu bakış açısına göre duygular, analitik ve rasyonel düşüncenin önündeki temel engellerdir. Klasik araştırmaların çoğu bu bakış açısını doğrular şekilde duyguların, çoğu zaman olması gereken davranım ve düşünce tarzını bozarak bireylerin öz-kontrol becerilerini azalttığına vurgu yapmıştır (Oatley, 2004). Duygular konusunda öncü bir araştırmacı olan Daniel Kahneman, tam da bu sebeple duyguları, insan irrasyonelliğinin temel belirleyicileri olarak tanımlamıştır (Kahneman, 2003). O halde rasyonel kararlar vererek hayatının kontrolünü eline almak isteyen insan, aklını kullanarak duygularını kontrol altına almalıdır. Duyguların en bilinen ayrımı, pozitif ve negatif olmak üzere duyguları iki ayrı kutupta değerlendirmektir. Genelde pozitif duygular, özelde mutluluk üzerine yapılan araştırmalar, bu duygulara çoğu zaman pozitif bir değerlik (*positive valence*) atfetmektedir. Buna göre pozitif duygular, insanoğlunun ulaşması gereken sürekli bir hedef olarak görünürken negatif değerliğe sahip olanlar ise müdahale edilmesi, düzeltilmesi, yönetilmesi ve düzenlenmesi gereken duygulardır. Öyle ki yapılan bir araştırma, bireylerin negatif duygu deneyimlemekten kaçınmak için oldukça yüksek miktarlarda para ödemeyi kabul ettiğini bulgulamıştır (Lau vd., 2013). Diğer taraftan duyguları, akıl ve rasyonellikle çatışan bir deneyim olarak gören klasik yaklaşımın etkisi, son zamanlarda negatif duyguların da faydaları olabileceğine vurgu yapan güncel yaklaşımlar/araştırmalar nedeniyle azalmaya başlamıştır (Lench vd., 2018). Örneğin can sıkıntısı, insanları yeni deneyimler keşfetmeye ve yeteneklerini geliştirmeye motive ederken üzüntü ve mutsuzluk ise yakın çevremizden sosyal destek almamızı kolaylaştırabilir.

2.1.1. Duyguların Tanımlanması

Duygunun mahiyeti üzerine konuşurken sıkça karıştırılan iki kavram olarak duygulanım (*affect*) ve duygudurum (*mood*) üzerinde durmak gerekir. Duygulanım kavramı, duygular ve duygudurum için kullanılan bir çatı terimdir (*umbrella term*) (Fridja, 1994). Duyguların oluşması için genellikle bir uyarıcıya ihtiyacı vardır. Ayrıca çoğu zaman duygular daha yoğun ve kısa süreli olup davranışsal sonuçları bulunmaktadır. Bu sebeple otonomik uyarılmaya neden olabilmektedir (Scherer, 2005). Diğer taraftan duygudurum ise, duygulardan daha istikrarlı ve kalıcı olup belli bir uyarın tarafından yönlendirilmemiş duyumlardan oluşur. Ayrıca duygudurum, duyguların aksine bilinçli ve kasıtlı bir deneyim sonucunda ortaya çıkmaz ve daha az

yoğundur. (Beedie vd., 2011). Duyguların mahiyeti üzerine bu bakış, duyguları genel duygudurumdan ayırarak geçici ve kısa tepkiler olarak görmektedir (Russell, 2003). Buna göre duygular geçicidir, mizaç ya da genel duygudurum ise görece daha istikrarlı ve kalıcı yapılardır. Oysaki pratikte bu ayrım çoğu zaman geçerli olmayabilir. Nitekim duyguları deneyimlediğimiz ortam, uyarının gücü, duygu kaynağına yönelik algılarımız ve bu algımızı şekillendirme, düzenlemedeki kişisel özelliklerimiz gibi birçok değişkene göre, duygular anlık hislerden uzun süreli periyodlarla kadar geniş bir zaman aralığında etkin olabilmektedir. O sebeple duyguların ayırt edici özelliği, ortaya çıkış, yoğunluğundaki artış ve azalış süresi değildir. Duygu araştırmacıları arasındaki genel bir konsensüs, duyguların ayırt edici özelliğinin, o duyguyu ortaya çıkartan spesifik bir olay, koşul ya da maddeye karşı gösterilen tepkide aranması gereğidir (Kaplan vd., 2016; Verduyn vd., 2011). Sonuçta bir tepkinin dışavurumu olarak görülebilen duygular, mutluluk, can sıkıntısı, sinir, aşk, keder, gurur, hayranlık ve huşu gibi çeşitli isimler ile etiketlenir ve bilimsel araştırmaların konusu olur.

Bu etiketleme, tanımlama ya da sınır koymanın kendisinin de kültürel bir bağlamda geliştiği unutulmamalıdır. Bazı duygu ifadeleri bazı kültürlere/dillere özgü olabilir ve bazı kültürler duygularını, diğerlerinden farklı şekilde ifade etmeyi tercih edebilir. Örneğin başkasının talihsizliğinden duyulan keyif ya da başkasının zararına sevinme olarak tercüme edilen Almanca “schadenfreude” kelimesine benzer bir kelime çoğu dilde yoktur. Fakat bu kelimenin Türkçe karşılığını bilmek, bu kelimenin hangi duygunun bir göstergesi olarak Alman kültüründe yer aldığına dair bir sezgi geliştirmemize yardımcı olabilir. Bu bakış açısı, duyguların da kültürel bir boyutu olduğunu ve sosyal bir bağlamda ortaya çıktığını vurgulayan kültürel duyarlılığı önceler (Lench ve Carpenter, 2018).

Çeşitli duyguların birbirinden net bir şekilde ayrıştırılabilmesi, işevuruk tanımlarının (*operational definition*) yapılabilmesi ve deneysel araştırma düzeneklerinde uyarılabilmesi, duygu araştırmalarının önemli zorluklarından bazılarıdır (Pascual-Leone vd., 2016). O sebeple duygular üzerinde yapılan araştırmaların, metodolojik olarak sağlam bir temele oturması zorunludur. Aksi takdirde araştırmacının uyarılmak istediği duygu ile gerçekte uyarılan duygu arasında meydana gelebilecek yapısal bir kopukluk, tüm araştırma bulgularının geçerliliği ve güvenilirliğini tehlikeye düşürecektir.

2.1.2. Duyguların İşlevi

Davranış bilimleri alanında herhangi bir durum, olay ya da olguyu ortaya çıkaran etkenlerin sebebi sorgulandığında, konu eninde sonunda evrimsel perspektife temas etmektedir. Evrimsel bir bakış açısı, olayları açıklarken genellikle işlevselciliğin ve doğal seçilimin sayıltılarını kullanır. Bir başka deyişle, duyguların nedenleri konusu hakkında evrimsel bir perspektif, duyguların, belirli bir sorunun çözümünde insanoğlu için ne gibi bir faydaya sahip olduğuna odaklanır. Örneğin öfke duygusu, türdeşimiz olan ötekileri korkutur ve ileride verebilecekleri zararları azaltır. Ya da korku, ortamdaki kaynaklı bir tehlike belirdiğinde savaş ya da kaç (*fight or flight response*) gibi ani tepkiler vermemizi sağlayarak hayatta kalma olasılığımızı artırır. O halde duygular, kendisini ortaya çıkartan belirli olay ya da durumlara karşı verilen ve çoğu zaman bu olay/durumların yarattığı problemlerin çözümüne katkıda bulunan organize olmuş tepkilerdir (Roseman, 2018).

Bununla beraber işlevselliğe yapılan vurgu, her zaman evrimsel perspektifin uzanımından çıkmaz. Nitekim işlevsellik, pratiğe yaptığı vurgu bakımından diğer birçok yaklaşımın (bilişsel, nörobiyolojik, davranışsal vb.) içeriminde yürütülen deneysel çalışmalara da bir çerçeve sunar. Örneğin politik psikoloji alanında yapılan bir çalışmada, seçmenlerin öfke duygusu yansıtan bir politikacıya, üzüntü duygusu yansıtan bir politikacıya kıyasla daha olumlu tepkiler verdiği, öfke duygusu yansıtan politikacının daha iyi bir lider olduğunu düşündükleri için bu kişiye daha fazla oy verdikleri bulgulanmıştır (Tiedens, 2001). Bu araştırmada bir duygu olarak öfkenin işlevi, seçmenlerin algısını etkilemek ve politikacıya bir avantaj sağlamak olmuştur. Ayrıca duygu kuramcıları, duyguların işlevselliği konusunda birbirinden farklı noktalara odaklanmaktadır. Örneğin değerlendirme (*appraisal*) kuramcılarının göre duyguların temel işlevi, motivasyonel ve evrimsel olarak adaptifken diğer bilişsel duygu kuramcılarına göre duyguların başlıca işlevi, dikkat çekici durumlara/olaylara odaklanmaktır. Davranışçı yaklaşıma göre duygular, belirli davranışsal sonuçları olan öğrenmelerken diğer bazı kuramcılara göre ise duygular, direkt olarak belirli davranışsal çıktılara neden olmaz; bunun yerine duygular, hedonistik motivasyonlar yaratmaktadır. Böylece arzu edilen duyguları sürdürme, arzu edilmeyenlerdense kaçınma motivasyonları ortaya çıkmaktadır (Baumeister vd., 2007).

Bu tez kapsamında huşu üzerine yapılan deneysel araştırmada da benzer bir yaklaşım kullanılmıştır. Birçok araştırma, huşu deneyiminin bireylerin özgeci tutum ve davranışlarını artırdığına vurgu yapmaktadır. Bir başka deyişle, bir deneyim ya da bir duygu olarak huşunun bir işlevine, sosyal bağlamdaki bir faydasına dikkat çekmektedir. O halde huşu uyarıcı bir araç kullanarak huşu ile özgecilik arasında var olduğu söylenen ilişkiye dair hipotezler oluşturabilir, bu hipotezleri test etmek için özgeciliğin ölçümünde kullanılacak davranışsal bir görev atayabilir ve böyle bir etkinin var olup olmadığı, eğer varsa bu etkinin gücü hakkında önemli bulgulara ulaşabiliriz.

Duyguların işlevleri oldukça karmaşıktır. Bir duygunun işlevi üzerinde düşünmek, sistemler üzerinde düşünmektir. Öyle ki bir duygu, kişi-içi, kişiler-arası, grup-içi ya da gruplar-arası düzeyde farklı işlevler üstlenebilir. Örneğin bu tez kapsamında inceleyeceğimiz huşu duygusu, oldukça kişisel, anlık bir duygu gibi gözükse de hem kendimizi hem de çevremizi algılama biçimimizde önemli değişikliklere yol açabilmektedir. Bu değişiklikler, yaşamı birbirine bağlı bir bütün olarak algılama sonucu prososyal davranışlarda ve ekolojik duyarlılıkta artış olarak kendini gösterebilmektedir (Chirico ve Yaden, 2018). Huşu duygusu ile ilgili araştırma ve kuramlara geçmeden önce genel duygulanım modelleri ve duygu kuramları hakkında bilgi verilecektir.

2.1.3. Duygu Kuramları

Araştırmacılar arasında genel bir görüş, duyguların fizyolojik uyarılma, bilişsel değerlendirme ve kişisel deneyimin bir bileşimi olduğu yönündedir. O sebeple duygular, kültürün ve yaşantıların etkisine oldukça duyarlıdır. Nitekim benzer olaylar karşısında uyarılar farklılaşmasa da bireyler birbirinden farklı tepkiler gösterebilmektedir. Psikoloji alanında 19. yüzyıldan beri var olan duygu kuramları, duygunun çeşitli bileşenlerini, birbiriyle olan etkileşimlerini ve aynı uyarılara karışı gösterilen farklı tepkilerin nedenlerini incelemiştir.

Bu kısımda, duygu araştırmalarına temel olan James-Lange, Cannon-Bard duygu kuramları, bilişsel duygu kuramları, Ekman'ın temel duygu kuramı ve yüz geri

bildirim hipotezi, ayrık duygular kuramı ve genişletme ve inşa etme kuramı incelenecektir.

2.1.3.1. James-Lange Duygu Kuramı

William James ve Carl Lange tarafından 1884'te geliştirilen, duygulara ilişkin ilk psikolojik kuramdır (James, 1884). James-Lange kuramı duyguların, vücuttaki fizyolojik tepkilerin sonucunda ortaya çıktığını savunmaktadır (Plutchik, 1960). Bu teoriye göre, dışsal bir uyaran ilk olarak vücutta fizyolojik bir tepkiye neden olur. Bu tepkinin sonucu olarak da çeşitli duygular meydana gelir. Örneğin, bir tehlike algılandığında, kalp atış hızı ile solunum hızı artar ve kaslar gerginleşir. James-Lange kuramına göre, birey bu fizyolojik değişiklikler sonucunda korku hisseder. Yani, korku duygusu, vücutta meydana gelen fizyolojik tepkilerin fark edilmesiyle ortaya çıkar.

Duyguların fizyolojik temellerine vurgu yapan James-Lange duygu kuramı, öne sürüldüğü tarihten bu yana pek çok eleştiriye konu olmuştur. Bunlardan en önemlisi, bilişsel ve sosyal faktörlerle de ilişkili olan duyguların, yalnızca fizyolojik tepkilere indirgenmesinin sakıncaları üzerinedir. Ayrıca bu kuramın, duyguların karmaşıklığını ve çeşitliliğini yeterince açıklayamadığı da öne sürülmüştür (Lang, 1994).

2.1.3.2. Cannon-Bard Duygu Kuramı

Walter Cannon ve Philip Bard tarafından geliştirilen bu kuram, James-Lange kuramının aksine vücuttaki uyarılmanın duygudan önce gelmediğini, uyarılma ve duygunun aynı anda ortaya çıktığını öne sürmektedir. Bu teoriye göre, duygusal uyarıcılara maruz kalmak, hem fizyolojik tepkileri hem de duygusal deneyimleri aynı anda tetikler. O nedenle duygusal deneyimler ile fizyolojik tepkiler arasında tek yönlü bir neden-sonuç ilişkisi yoktur; bunun yerine her ikisi de aynı anda ortaya çıkar ve birbirlerini etkilerler. Örneğin yakınlarda bir ayı görmek gibi tehlike durumlarında hem duygusal bir tepki olarak korku hissedilir hem de kalp atışının hızlanması gibi çeşitli fizyolojik tepkiler meydana gelir. Bir başka ifadeyle, fizyolojik tepki ile duygusal tepki birbirine ardıl olarak bağlı değildir. O sebepten ötürü duyguların deneyimlenmesi ve fizyolojik tepkileri düzenleyen beyin yapıları da birbirinden

bağımsızdır. Bu kurama göre gerek duygusal gerek fizyolojik reaksiyonlar, eş zamanlı olarak beynin talamus adı verilen bölgesinden kaynaklanmaktadır. O sebepten ötürü Cannon-Bard kuramına “Talamik Duygu Teorisi” adı da verilmektedir (Cannon, 1931). Bir uyarın algılandığında, bu uyarın, hem beyindeki duygusal deneyimleri hem de vücuttaki fizyolojik tepkileri doğrudan etkileyen beyin bölgelerine gider. Bu nedenle, duygusal deneyimler ve fizyolojik tepkiler birbirlerinden bağımsız olarak değil, eşzamanlı olarak oluşurlar.

Cannon-Bard duygu kuramı, duyguların karmaşıklığını ve çeşitliliğini açıklamada James-Lange duygu teorisine bir alternatif sunmaktadır. Bununla beraber, bu kurama da yöneltilen birtakım eleştiriler bulunmaktadır. Örneğin bu kuram, duyguların ortaya çıkmasında bireysel farklılıkları ve bilişsel değerlendirme süreçlerini dikkate almamaktadır. Ayrıca duyguların deneyimlenmesi ve fizyolojik tepkiler arasındaki ilişkiyi kapsamlı bir şekilde açıklayamamaktadır.

2.1.3.3. Bilişsel Duygu Kuramları

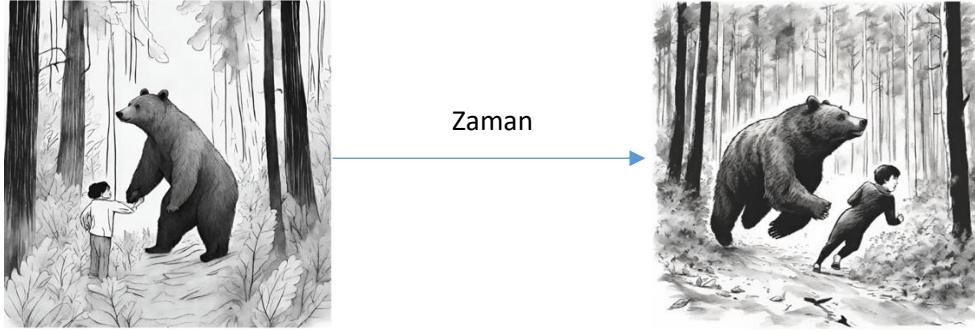
Duygulara bakışta insan bilişini merkeze alan yaklaşım, esasında Platon ve Aristoteles’e kadar uzanır. Platon, Sokrates ile Protarkhos arasında geçen Philebos diyalogunda bedene ait olan haz ve acılar ile ruha ait olan saf haz ve acılar arasında bir ayrıma gider. Saf hazlar, öğrenme ve entelektüel faaliyet ile ilişkilidir. Sokrates, tüm yaşamını çeşitli maddi hazlar içinde geçirmek isteyen Protarkhos’a hitaben şöyle demiştir (Platon, çev. 2013):

Ancak bir aklın, hafızan, bilgin ya da doğru bir düşüncenin olmayacağına göre haz duyup duymadığını bile anlamayacaksın, değil mi? Çünkü hiçbir şekilde aklın olmayacak. Öte yandan hafızan da olmayacağından daha önce haz duyup duymadığını hatırlamayacaksın. Şu an hissettiğin hazzı da hatırlamayacaksın. Hem doğru bir fikrin olmadığı için, şu an hissettiğin şeyin haz olup olmadığını da bilemeyeceksin. Değerlendirme gücün olmadığı için, gelecekte haz duyup duymayacağını da kestirmeyeceksin.

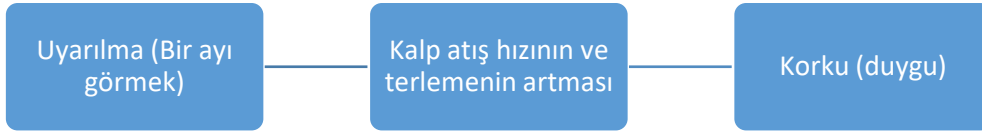
Görüldüğü üzere Philebos’da haz hissine dair bir çıkarsama yapmanın imkânı, aklın değerlendirme gücünde aranmıştır. Diğer taraftan on iki farklı duyguyu sırasıyla temellendiren ve erdemli bir hayat ile duygular arasında ilişki kuran Aristoteles, Nikomakhos’a Etik adlı eserinde duyguların yoğunluğu ve şiddetinin bireysel farklılıklara bağlı olduğuna ve duyguların, davranışları etkilediğine işaret etmektedir

(Aristoteles, çev. 2020; Aristoteles, çev. 2023). O sebeple mutlak bir benzerlik olmasa da modern bilişsel duygu kuramları ve duygu değerlendirme yaklaşımları ile bir analogi söz konusudur. Zaten Antik Yunan'da duygulara genel bakış, insan bilişyle ilgili bir temele dayanmaktadır (Price, 2009). Antik Yunan filozoflarının yaklaşımları, Descartes, Hume, Spinoza gibi birçok filozof tarafından da benimsenmiştir. Duygu kuramlarının kökeni, her ne kadar Antik Yunan'a kadar götürülebilse de duygulara bilişsel yaklaşımın psikoloji biliminde akademik olarak ele alınışı, 19. yüzyılın başlarına rastlamaktadır (Reisenzein, 2006). Davranışçı ekolün 1920 ile 1960 yılları arasındaki yükselişi döneminde duygulara bilişsel yaklaşım bir müddet arka planda kalmıştır. Fakat 1960'lardan sonra bilişsel yaklaşımların popüler olmasıyla birlikte psikolojide bilişsel duygu kuramlarının öncüleri; Stanley Schachter, Jerome E. Singer, Magda Bloumlau Arnold ve Richard Lazarus olmuştur.

Bilişsel duygu kuramlarından ilki, Stanley Schachter ve Jerome E. Singer tarafından 1962 yılında geliştirilen Schachter-Singer Duygu Kuramıdır. Bu kuram, aynı zamanda "İki Faktörlü Duygu Kuramı" ya da "Uyarılma-Biliş Duygu Kuramı" olarak da bilinir. Bu kurama göre bir duygu deneyimi fizyolojik uyarılma ve bu uyarılma ile ilgili bilişsel etiket olmak üzere iki faktörden oluşur (Schachter ve Singer, 1962). İlk aşamada, bir uyarıcıya maruz kalındığında vücutta fizyolojik bir tepki meydana gelir. Örneğin bir tehlike algılandığında, kalp atış hızı ve solunum hızı artabilir. İkinci aşamada, birey bu fizyolojik tepkileri fark eder ve bunları bir duyguyla etiketler. Ancak, bu etiketleme doğrudan fizyolojik tepkilere dayanmaz, aynı zamanda çevresel koşullar ve bireyin bilişsel değerlendirmelerinden de etkilenir. Örneğin, bir kişi kalp atışlarının hızlandığını fark eder ve bu durumu heyecan olarak yorumlar. Kısaca bu teori, duyguların bilişsel süreçlerle ilişkili olduğunu ve çevresel koşulların duyguları etkilediğini öne sürmektedir. İki faktörlü duygu kuramına yöneltilen eleştirilerden biri, bilişsel değerlendirmelerin her zaman duygulardan önce gelmeyeceği, duyguların ortaya çıkmasından sonra bilişin devreye girebileceğidir. Ayrıca davranışçı psikologlar, bebeklerin herhangi bir bilişsel değerlendirme sürecinden bağımsız yalnızca taklit yoluyla duygusal ifadeler gösterebildiğini vurgulamaktadır (Cotton, 1981). Bu kısma kadar aktarılan duygu kuramlarını karşılaştırma amaçlı oluşturduğumuz bir şekil aşağıda sunulmuştur (Şekil 2.1.).



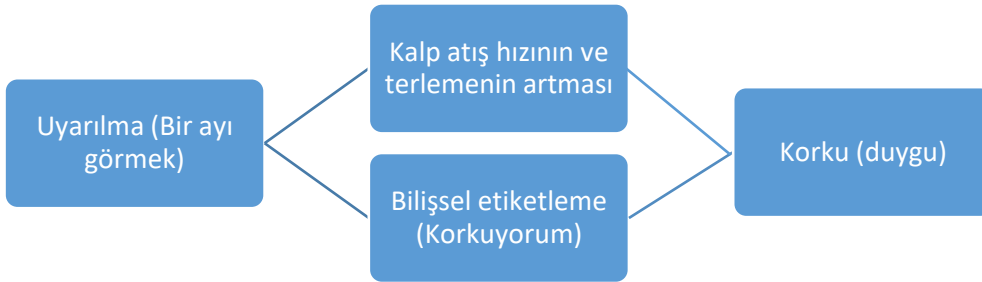
James-Lange Duygu Kuramı



Cannon-Bard Duygu Kuramı



Schachter-Singer İki Faktörlü Duygu Kuramı



Değerlendirme Kuramı



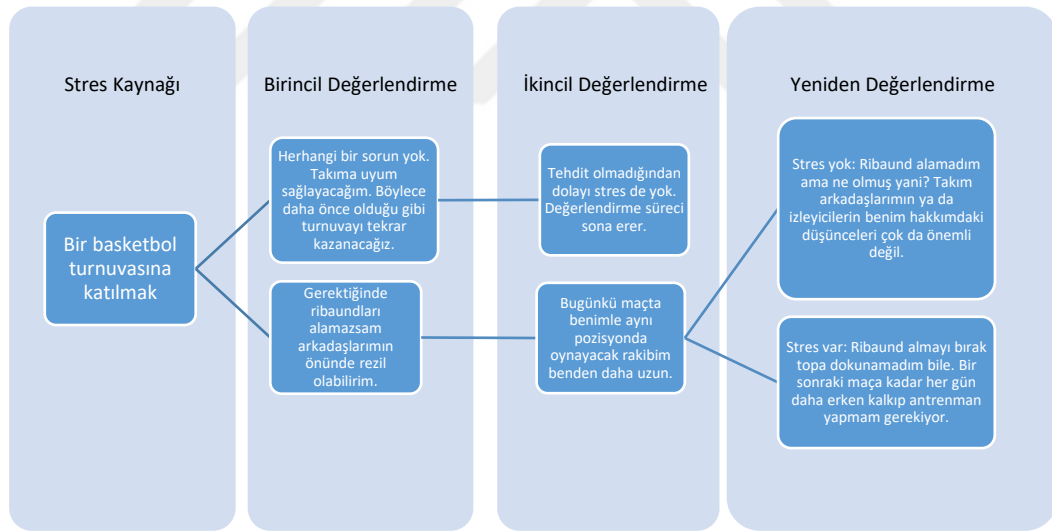
Şekil 2.1. Temel Duygu Kuramlarının Karşılaştırılması

Modern bilişsel duygu kuramlarının temeli, Magda B. Arnold'un (1960), duyguların bilişsel bir değerlendirme (*appraisal theory*) süreci sonucunda ortaya çıktığına dair yaptığı vurgu ile atılmıştır. Değerlendirme kuramının ana savı, bir duygunun deneyimlenmeden önce bilişsel bir değerlendirmeye tabi tutulmasıdır. Buna göre hissedilen duygular, öncelikle biliş ile ilişkilidir. Bu kuram, uyaranlar değişimlenmediği halde bireylerin aynı olaya neden ve nasıl farklı tepkiler gösterdiğine bir açıklama da sunmaktadır (Roseman ve Smith, 2001). Arnold'a göre duygular genellikle nesnelere yönlendirilmiş olarak deneyimlenmektedir. Birbirinden farklı isimler verilerek ilgili dilde etiketlenen "mutlu, üzgün, sevinçli" gibi duyguların nesnelere, felsefede önermeler; günlük hayatta ise belli bir olay ya da durumdur. Örneğin Ali, üniversite sınavında dereceye girdiği için mutludur. Arnold, bir duygunun bir "x" durumu üzerine yönlendirildiği bir durumda ortaya çıkması için kişinin x hakkında belirli bilişler oluşturarak durumu değerlendirmesi gerektiğini önermiştir. Arnold'a (1960) göre bu bilişler iki adımda incelenebilir: İlk olarak, x hakkında kesin, gerçekçi biliş ve inançlar gerekmektedir. İkinci olarak kişinin x'i kendisi için iyi veya kötü olarak değerlendirmesi gerekir. O sebeple Ali üniversite sınavında dereceye girdiğini bilmektedir, yani bu olay gerçekleşmiştir. Ali, bu durumun kendisi için iyi bir sonuç olduğuna inanmaktadır. Bunun sonucunda da Ali mutlu olmuştur.

Arnold, bilişsel değerlendirmeler ile bunların çıktıkları arasındaki ilişkiyi açıklamada evrimsel perspektifin sayıltılarını kullanmıştır. Arnold'a göre bir olay karşısında gösterilen duygusal ve fizyolojik tepkiler, evrimsel süreç içerisinde sıkça tekrarlanan adaptif sorunlara bir çözüm olarak ortaya çıkmıştır. Somutlaştırırsak, tehlikeli bir durumla karşılaşan kişide ortaya çıkan fizyolojik ve duygusal değişiklikler sonucunda beliren kaçma/kaçınma eğilimi, türün hayatta kalma şansını artırdığı için seçilmiştir (Reisenzein, 2006).

Lazarus'un bilişsel duygu kuramı ise, Arnold'un kuramının yeniden formüle edilmiş bir çeşididir (Reisenzein, 2006). Lazarus'a göre de duyguların ortaya çıkmasında değerlendirme süreci etkili olmaktadır. Bu süreç, bireyin bir olayı/durumu nasıl yorumladığını (tehlikeli/tehlikesiz) ve bu yorumun sonucunda olaya/duruma nasıl tepki verdiğini belirler. Ayrıca bireysel özellikler, deneyimler ve çeşitli çevresel faktörler de değerlendirme biçimini etkilemektedir (Lazarus ve Folkman, 1984).

Örneğin sınavda başarısız olan bir öğrenci bu olayı bir tür hezimet olarak yorumlayabilirken, bir başka öğrenci bu durumu, yaptığı yanlışları fark edip düzeltme fırsatı olarak görebilir. Lazarus'a göre fizyolojik ve duygusal tepkiler, bilişsel değerlendirmelerin sonucunda ortaya çıkar. Bilişsel değerlendirme süreci ise temelde 3 adımdan oluşmaktadır: Birincil değerlendirme (*primary appraisal*), ikincil değerlendirme (*secondary appraisal*) ve yeniden değerlendirme (*reappraisal*) (Greenberg, 2020). Lazarus'un değerlendirme adımları ile ilgili örneği içeren bir şekil oluşturulmuş ve aşağıda sunulmuştur (Şekil 2.2.). Birincil değerlendirme, (tehlikeli) bir durum ya da olay karşısında verilen ilk bilişsel tepkilerdir. Bu aşamada kişi, tehlikenin olası çıktılarını düşünür. İkincil değerlendirmede ise kişi, (tehlikeli) bu durum ya da olay ile başa çıkabilecek kaynaklarının olup olmadığını gözden geçirir. Bilişsel değerlendirmenin üçüncü aşamasında ise kişi, başa çıkmaya yönelik girişimlerde bulunduktan sonra herhangi bir ek girişimde bulunması gerekip gerekmediği hususunda yeniden bir değerlendirme yapar. Böylece bilişsel değerlendirme süreci tamamlanmış olur (Lazarus, 1999).



Şekil 2.2. Lazarus'un Değerlendirme Modeli Örneği

(Lazarus ve Folkman, 1984)

Arnold (1960) ve Lazarus'a (1966) göre bilişsel değerlendirme süreci, aynı zamanda algılanan olayların kişisel beklentiler ve isteklerle karşılaştırılması sonucunda oluşur. Başka bir ifadeyle, eğer olaylar kişinin hedefleri ve motivasyonlarıyla uyumluysa

pozitif; uyumsuzsa negatif olarak değerlendirilir. Bu durumda duyguların dolaylı belirleyicileri bilişler; dolaylı belirleyicileri ise istek ve arzulardır. Kısaca bir standart görevi gören kişisel istek ve arzular, bilişler ile karşılaştırılarak algılanan olaylara yüklenen değerliklerin öncülü olmaktadır.

Arnold ve Lazarus'u takip eden bilişsel duygu kuramcıları (Ellsworth, 2013; Fridja, 1986; Ortony vd., 1988; Roseman, 2013; Scherer, 2009), değerlendirme kuramının temel varsayımlarının çoğunu kabul etse de bazı noktalarda farklılaşmaktadır (Moors vd., 2013). Son dönem kuramcıları, Arnold ve Lazarus'tan farklı olarak durumları/olayları ve bunların değerlendirilme sürecini birden fazla boyutta (tercih edilen/edilmeyen ya da ahlaki olarak iyi/kötü veya durumun gerçekleşme olasılığı, duruma ilişkin beklenti ve durumun çıktıları) ele almaktadır (Ortony, 1988). Bu anlamda duygular ile bilişsel değerlendirmeler arasındaki ontolojik farklılığa göre değerlendirme kuramlarının 3 temel çeşidi olduğu söylenebilir:

- i. Değerlendirme kuramına nedensel bir perspektiften yaklaşan bilişsel duygu kuramcıları, duyguların ortaya çıkış ve sürdürülmesindeki temel nedenin değerlendirmeler olduğunu savunmaktadır. Buna göre duygular ve değerlendirmeler birbirinden tamamen farklı iki süreçte meydana gelir. (Arnold, 1960).
- ii. Değerlendirme kuramına ilişkisel bir perspektiften yaklaşan bilişsel duygu kuramcıları, değerlendirmelerin duyguların bileşenleri olduğunu savunmaktadır. Buna göre değerlendirmeler, duygulardan farklıdır fakat aynı zamanda duyguların da bir parçasıdır. (Lazarus, 1991).
- iii. Değerlendirme kuramına özdeşlik perspektifinden yaklaşan bilişsel duygu kuramcıları, duyguların değerlendirmelerle özdeş olduğunu varsayar. Bu varsayıma göre korku, sadece tehlikeli bir durum içinde olmanın bilincinde olmaktır. Duygu ve biliş köktenci yaklaştığından, bu varsayım radikal bilişsel duygu kuramcıları tarafından bir iddiası olarak görülebilir. Özdeşlik yaklaşımı, oldukça az sayıda kuramcı tarafından benimsense de bazı duygulanım modellerinin varsayımlarından biri olarak kabul edilmiştir. (Marsella vd., 2010).

Yine de bilişsel duygu kuramları bazı açılardan eleştirilmektedir. Bu eleştirilerden biri; birçok bilişsel duygu kuramcısının varsayımlarının aksine, bilişsel süreçlerin aslında duygular için mutlak bir ön şart olması gerekmediği üzerinedir (Reisenzein, 2017). Buna göre, birincil duyusal haz ve tiksinti gibi bazı duygu türlerinin ortaya çıkması için bilişsel değerlendirmelere ihtiyaç yoktur. Örneğin, ani ve birden beliren yüksek bir ses, bilişsel değerlendirmeye tabi tutulmaksızın doğrudan korku duygusunu tetikleyebilir. Ya da bir gülün hoş kokusunun tetiklediği pozitif duygulanım için güle dair bir inanç geliştirmeye ya da bir değerlendirmeye ihtiyaç duyulmaz. Ayrıca eleştirmenler, özgül fobileri olan bireylerin, korkulan durumların/nesnelerin onlara tehdit oluşturmadığına kesin bir şekilde inanmalarına rağmen korku yaşadıklarını savunmuşlardır. Ancak bu eleştirileri sorgulayan birçok çalışma da bulunmaktadır. Örneğin Menzies ve Clarke (1995), akrofobisi (yükseklik korkusu) olan bireylerin, bir merdivenden düşme olasılıklarını, akrofobisi olmayan bireylere göre daha yüksek algıladıklarını ve bu düşmenin sonucunda oluşacak potansiyel yaralanmaları daha ciddi şekilde değerlendirdiklerini bulgulamıştır.

Değerlendirme kuramına yöneltilen eleştirilerden sonra alternatif bilişsel duygu kuramları geliştirilmiştir. Bunlardan ilki, İnanç-İstek Duygu Kuramıdır (*Belief-Desire Theory of Emotion*). Bu kuram, bir duygunun ortaya çıkmasında kişisel inançlar ve dışsal isteklerin önemini vurgular. Değerlendirme kuramına göre duygular, gerçek ve değerlendirilmiş bilişlere dayanır. Örneğin, x durumu hakkında hissedilen sevinç, x'in gerçek olduğu ve x'in kişi için iyi bir sonuç olduğuna dair bir değerlendirmeyi içerir. Diğer taraftan inanç- istek duygu teorisi ise, duyguların gerçek inançlar ve motivasyonlar gerektirdiğini varsayar (Castelfranchi ve Miceli, 2009). Buna göre x durumu hakkında hissedilen sevinç, x'in gerçek olduğu inancını ve kişinin x'in gerçekleşmesi için duyduğu arzuyu içerir. Değerlendirme kuramcıları için istekler, önceden belirtildiği gibi, bir durum/olayı iyi veya kötü olarak değerlendirmede kişisel standartlar olarak kabul edilir. Ancak inanç-istek kuramına göre duygular, doğrudan inanç ve isteklerden kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla bu kurama göre değerlendirici inançlar, duyguların ortaya çıkmasında gerek/yeter şart değildir; gerekli olan, gerçek inanç ve isteklerdir. İnanç-istek kuramının değerlendirme kuramıyla ortak yanı ise, duyguların gerçek inançlar gerektirdiğini varsaymasıdır. Bu varsayım, hayali duyguları (örneğin, hayalinde üniversite sınavında birinci olduğunu canlandırmadan

ötürü duyulan sevinç) gerçek duygulardan (örneğin, üniversite sınavından birinci olan bir kişinin duyduğu sevinç) ayırmak için önemlidir.

Alternatif kuramlardan bir diğeri ise Algısal Duygu Teorisidir (*Perceptual Theory of Emotion*). Temelinde felsefeye yakınsayan bu teori, duyguları algılara benzetmektedir. Bu teorinin kapsamlı bir versiyonunu geliştirmiş olan Roberts (2003), değerlendirme kuramcılarına benzer, inanç-istek duygu kuramına ise zıt bir şekilde, duyguların, değerlendirici bilişler gerektirdiği varsayımına katılır; fakat bu bilişlerin, inançlar ya da yargılar olması gerekmediğini, izlenimler ve görüngüler de olabileceğini varsayar ki bunlara, “construal” (algısal/kurgusal yorum) adını vermiştir. Buna göre bir yılanın duyulan korku, yılanın tehlikeli olarak “construal” edilmesidir ki bu da özünde, kişinin güvende olma durumu ile ilgili endişesine dayanır. Tartışmalar sürse de günümüz duygu araştırmalarında temel paradigma, bilişsel duygu kuramları ekseninde ilerlemektedir.

2.1.3.4. Paul Ekman’ın Temel Duygu Yaklaşımı

Psikoloji tarihinde duyguların yüz ifadeleri üzerindeki etkisinin incelenmesi, esasında Charles Darwin’in “İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi” adlı eserine kadar götürülebilir (Darwin, 1965). Darwin bu eserinde yüz ifadeleri ile beraber beden duruşlarını (*posture*) ve organizmaların fenotiplerini de ele almıştır. Paralel şekilde William James (1890) ise “Psikolojinin İlkeleri” adlı kitabında öznel duyguların, vücuttaki çeşitli değişikliklerin (düz kas ve çizgili kasların aktivasyonu gibi) bir sonucu olduğunu öngörmüştür. Darwin’e göre duygu ifadelerinin temel görevi, organizmayı duygulara uygun davranışların ortaya çıkması için hazırlamaktır. Darwin’in bu tezi, duygu ifadelerine sosyo-kültürel açıdan yaklaşan kuramcıların tepkisini çekmiştir. Bununla beraber duygusal ifadelerin evrensel olarak tanınabilirliği hakkındaki kanıtların belirsiz olduğunu, o sebeple yüz ifadelerinin, bilimsel bir araştırmanın konusu olamayacağını savunanlar da olmuştur. Kimi sosyal psikologlar ise yüz ifadelerinin ancak kültürel bir öğrenmenin sonucu olabileceğine vurgu yapmıştır (Bruner ve Tagiuri, 1954). Tüm bu tartışmalar neticesinde, duygu araştırmalarının öncüleri olan Ekman vd. (1972) ve Izard (1971) tarafından yapılan çalışmalar, alandaki baskın yaklaşımın, Darwin’in görüşü lehine sonuçlanmasını

sağladı. Öyle ki Ekman, duygusal ifadelerin evrensel olduğunu ve bireylerin yaşadıkları “gerçek” duyguların bir dışavurumu olduğunu savunmaktadır.

Duygusal yüz ifadeleri üzerine yapılan araştırmaların ana odak noktası, belirli ve prototip duygu ifadeleri ile ilişkili olan temel duygulardır. Ekman, biyolojik bir kökeni olduğunu düşündüğü ve tüm kültürlerde evrensel olarak bulunan altı temel duygu sıralamıştır. Bunlar; sevinç, korku, öfke, iğrenme, üzüntü ve şaşkınlıktır. Ekman’a göre bu duyguların oluşumunda, beynin duygusal uyarıcıları işleyen amigdala ve hipotalamus adlı bölgeleri etkili olmaktadır. Ayrıca Ekman’ın, Darwin’i kuramını temel almasının bir diğer belirteci de duyguların evrimsel olarak işlevselliğine vurgu yapmasıdır. Öyle ki söz konusu temel duygular, türün hayatta kalma ve üreme şansını artırmaktadır. Ekman’ın temel duygulara evrenselci yaklaşımı, kendinden sonra yapılan bazı araştırmalarla desteklenmiştir. Örneğin yenidoğanlar ve bebeklerle yapılan çalışmalar, yüz ifadelerinin genetik bir temeli olabileceğine işaret etmektedir (Izard vd., 1995). Bunun yanı sıra görme ve işitme engelli çocuklarla yapılan diğer çalışmalar, gözlemleyerek öğrenme şansı olmadığı halde bu çocukların da üzüntü ve mutluluk gibi temel duygu ifadeleri gösterebildiklerini bulmuştur (Eibl-Eibesfeld, 1973).

Duygusal ifadelerin, altta yatan duyguların bir göstergesi olup olmadığı konusu, “Duchenne gülümsemesi” adı verilen bir fenomeni ortaya çıkarmıştır. Bireyler her zaman gerçekten de öyle hissettikleri için gülümsemeyebilir. Sosyal bir varlık olan insan, sosyal etkileşimleri sırasında hissettiği negatif duygulanımları, gülümser bir ifadeyle maskeleyebilir. Bu nedenle gülümseme, her zaman gerçek hislerin bir göstergesi olmayabilir (Ekman vd., 1988; LaFrance ve Hecht, 1999). Ekman ve Friesen (1982), belirli davranış belirleyicilere (yoğunluk, zamanlama, yer) dayalı olarak gülümsemenin birden fazla çeşidi olabileceğini ortaya çıkarmıştır. Buna ek olarak, gerçek hislerin ve keyif almanın bir göstergesi olan Duchenne gülüşünün sahte gülüşlerden, gözlerin dış köşelerinde bulunan ince çizgiler ve kırışıklıkların gösterdiği orbikularis okuli (göz kapaklarının kapanmasını sağlayan kas) aktivasyonunun varlığına dayalı olarak ayrılabilirliğini öne sürmüştür. Önemli sayıda araştırma, yetişkinlerin beğendikleri bir film izlerlerken veya samimi sosyal ortamlarında diğer gülümseme türlerine kıyasla daha fazla sayıda Duchenne gülümsemesi gösterdiklerini bulmuştur (Ekman ve Friesen, 1982). Benzer şekilde annelerine gülümseyen

bebeklerde, yabancı birine kıyasla Duchenne gülümsemelerinin daha sık meydana geldiği görülmüştür (Fox ve Davidson, 1988). Psikofizyolojik araştırmalar, Duchenne gülümsemelerinin diğer gülümseme türlerine kıyasla daha yoğun olduğunu, empati ve özgeci davranışları tetiklediğini, ayrıca EEG’de farklı bir bölgesel aktivasyon deseniyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Davidson vd., 1990; Soussignan, 2002).

Diğer taraftan Ekman ve Izard’ın temel duygu yaklaşımına, evrimsel metodun kendi içindeki sınırlılıklarına vurgu yaparak itiraz eden ve sosyal yapısalcı bir perspektifle kültürler-arası ve kültür-içi farklılıkları savunan araştırmacılar da olmuştur. Elfenbein ve ark. (2007), Kanada’nın Quebec eyaleti ile bir Orta Afrika ülkesi olan Gabon’daki katılımcılarla yürüttükleri bir çalışmada çeşitli duygu ifadelerini karşılaştırdılar. Sonuçlar, utanma, öfke, üzüntü, şaşkınlık ve mutluluk ifadelerinde biçem/tarz bakımından bölgesel farklılıklar olduğuna işaret etmiştir; fakat araştırmacılar korku ve iğrenme ifadeleri için benzer farklılıklar bulamamıştır. Kısaca, günümüze kadar yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular, bazı duygu ifadelerinin evrensel olarak tanındığını göstermekle birlikte birçok diğer duygu ifadesinin de evrensel olarak ifade edilmeyip çeşitli kültürlere/gruplara özgü mevcudiyetini ortaya koymaktadır.

2.1.3.4.1. Yüz Geri Bildirim Hipotezi

Yüz geri bildirim hipotezi (*facial feedback hypothesis*) (YGBH), duyguların oluşumu ve sürdürülmesinde yüz ifadelerinin belirleyici gücünü vurgulamaktadır. Buna göre, yüz ifadeleri duygu deneyimlerinin türünü ve yoğunluğunu etkiler (Soussignan, 2002; Zajonc vd., 1989). Örneğin gülümsemek, mutluluk düzeyini artırabilen bir ifadeyken kaşları çatma, üzüntü ya da öfke gibi negatif duyguların düzeyini artırabilir. Bu hipoteze destek olabilecek bir araştırmada, duygusal ifadeleri ketlemenin, bireylerin yaşadıkları duyguların yoğunluğunu da bastırdığı bulgulanmıştır. Araştırmacılar, botulinum toksini (botox) kullanarak depresyona sahip olan katılımcıların yüz ifadelerini inhibe etmiştir. Mutsuzluğun yüz ifadelerindeki çeşitli göstergeleri (kaşların çatık olması gibi) sınırlandığından dolayı depresyona sahip olan katılımcılar, son ölçümlerinde daha az depresif duygudurum bildirmişlerdir (Havas vd., 2010). YGBH’yi deneysel desenlerde sınanan araştırmalar, bu hipotezi üç farklı çeşidiyle ele almışlardır (Tourangeau ve Ellsworth, 1979):

- i. Gerek Şart Hipotezi: Öznel bir duygu deneyiminin ortaya çıkması için mutlaka bu duygu ile ilişkili bir yüz ifadesi gerekli midir?
- ii. Yeter Şart Hipotezi: Herhangi bir uyaran olmaksızın, salt bir yüz ifadesi, bir duygu deneyiminin ortaya çıkması için yeterli midir?
- iii. İlişkisellik Hipotezi: Bir yüz ifadesinin tonu/gücü, bir duygu deneyiminin yoğunluğu ile pozitif ilişkili midir?

Yapılan araştırmalar YGBH'nin gerek şart hipotezini desteklemezken yeter şart ve ilişkisellik hipotezleri kısmi olarak desteklenebilmiştir (Hess vd., 1992).

2.1.3.5. Ayrık Duygular Kuramı

Ayrık duygular kuramı (*differential emotions theory*), Carroll Ellis Izard (1977) tarafından ortaya atılmıştır. Bu kurama göre duygular, insan bilişini ve davranışını düzenleyen temel bir motivasyonel sistemdir. Izard her bir ayrık duyguyu, kişiliğin motivasyonel bir alt sistemi olarak tanımlamıştır (Dougherty vd., 1996). Dolayısıyla her bir ayrık duygu, farklı durumlar karşısında biricik motivasyonel özelliğini yaşam boyu korur. Örneğin merak duygusu, dikkatin belli işlere odaklanmasını ve yeni bilgiler öğrenmeyi motive ederken; öfke duygusu, arzu edilen bir hedefe ulaşmanın önündeki çeşitli engelleri aşmaya yönelik düşünce ve davranışları teşvik eder.

Bu teoriye göre, insanın bilişsel-davranışsal motivasyonunu etkileyen belirli bir duygu kümesi, ayrık duygular sistemini oluşturur. Bu duygu kümesi; “merak, sevinç, öfke, üzüntü, korku, şaşkınlık ve iğrenme” den meydana gelir ve gelişimin en erken basamaklarında ortaya çıkıp insan duygularının repertuarında kalıcı bir parça olarak yerini alır. Ayrık duyguların ortaya çıkması, bilişsel gelişime ya da bilişsel değerlendirme sürecine bağlı değildir (Izard ve Malatesta, 1987). Izard tam da bu noktada Lazarus'u eleştirmektedir. Bir değerlendirme kuramcısı olan Lazarus, tüm duygu deneyimlerinin, öncesinde mutlaka bir biliş gerektirdiğini savunmaktadır. Izard ise ayrık duyguların bağımsız sistemleri olduğunu ve bilişsel sistemden bağımsız olarak aktive olabileceğini ifade etmektedir. Bununla beraber Izard'a göre ayrık duyguların bağımsız sistemleri olması, bu sistemlerin her zaman ve her durumda bilişten bağımsız hareket edeceği anlamına gelmez. Bu duygular, bilişsel duygu kuramcılarının belirttiği gibi bir değerlendirme sonucunda ortaya çıkabilir; fakat aynı

zamanda bilişsel olmayan çeşitli uyarıcılara (hormonal değişiklikler ya da beklenmeyen acı gibi) bir yanıt olarak da aktive olabilir. Diğer taraftan Izard'ın, insan motivasyonunun temel bileşenleri olarak tanımladığı bir diğer duygu kümesi ise ayrık olmayan/bağımlı duygular kümesini oluşturur. Bunlar; “küçümseme, utanç, utangaçlık ve suçluluk” duygularını içerir. Bağımlı duygu sistemlerinin bağımsız duygu sistemlerinden iki temel farkı vardır. Birincisi, bağımlı duygu sistemlerinin aktivasyonu, öncesinde belirli bilişsel kazanımlar (benlik gelişimi, ben-öteki ayrımı gibi) gerektirir. İkincisi, bağımlı duyguların bir göstergesi olabilecek evrensel yüz ifadeleri bulunmamaktadır (Izard ve Haynes, 1988).

2.1.3.6. Genişletme ve İnşa Etme Kuramı

Genişletme ve inşa etme kuramı (*broaden and build theory*), Barbara Lee Fredrickson (2001) tarafından pozitif duyguların insan davranışları ve zihinsel süreçler üzerindeki etkilerini açıklamak için oluşturulmuştur. Fredrickson'a göre pozitif duygular, insan biliş ve davranış repertuarını genişletir, böylece kaynaklarını artırır ve uzun vadede psikolojik ve sosyal iyilik halleri oluşturur. Pozitif duyguların bireylerin dikkatini genişletme, bilişsel, davranışsal ve sosyal kaynaklarını geliştirme gibi çok önemli işlevleri bulunmaktadır. Fredrickson'a göre negatif duygular tehditlerle başa çıkmamıza imkân tanırken pozitif duygular ise fırsatları değerlendirmemizi teşvik eder. Öyle ki, pozitif duygular sayesinde bireyler çevrelerinden gelen bilgileri daha esnek, yaratıcı ve yenilikçi biçimlerde işleyebilir. Bu duruma genişletme etkisi adı verilir. Böylece çevrelerini daha iyi şekilde gözlemleyebilen bireyler, karşılıklarına çıkan fırsatları daha iyi bir şekilde tespit eder ve sonuçta gelecekte kullanılacak kaynaklar, bizatihi bireyler tarafından inşa edilir. O halde genişletme etkisinin sonucu, inşa etmedir.

Diğer taraftan negatif duygular ise kimi zaman ters bir etki yaratabilir. Örneğin bir çatışma esnasında öfke duygusu dikkati daraltarak, ötekiyi (arkadaş, eş gibi sosyal çevredeki bireyler) suçlayacak çeşitli nedenlere odaklanmaya sebep olurken pozitif duygular, ötekinin de bakış açısını içerecek şekilde dikkati genişleterek ötekilerle olan ilişkilerin sürdürülmesini ve yeni sosyal ağların oluşumunu destekleyebilir (Keltner vd., 1993). Aynı zamanda pozitif psikolojideki birçok araştırmaya dayanak olan bu kuram, eylemin ve etkinliklerin pozitif duyguların ortaya çıkmasını

kolaylaştırdığı/teşvik ettiğini öne sürmektedir. Böylece düşünce ve davranış seçenekleri gelişen bireylerin, pozitif duygu deneyimlerini daha kolay bir şekilde deneyimlemesine olanak tanır. Bu süreç, gelişen bir döngü (*upward spiral*) ile beraber faydalı beceriler/yeni kişisel kaynaklar oluşturur ve nihayetinde yaşam tatmininin devinimsel olarak artmasını sağlar (Fredrickson, 2004).

2.2. Huşu: Hazzın Doruğunda ve Korkunun Sınırında

Huşu, bir tür genişlik hissi ile karakterize olan ve diğerlerine göre oldukça az araştırılmış olan spesifik bir duygudur. Araştırmacılar, huşu duygusunu oluşturan temel bileşenlerin ne olduğu sorusuna cevap aramak için birden fazla model geliştirmişlerdir. Genel kabul gören bir görüş; huşunun bir tür bağlanmışlık (*connectedness*) hissi ve benliğin küçülmesiyle (*self-diminishment*) karakterize olduğudur (Chirico ve Yaden, 2018). Bu bileşenler, araştırmacılar tarafından huşunun salt bir duygudan öte aşkın bir deneyim olduğu fikrini geliştirmelerini sağlamıştır. Gerçekten de diğer birçok aşkın ve öznel deneyim gibi huşu deneyimi yaşamının önemli davranışsal sonuçları bulunmaktadır. Öyle ki huşu deneyimi, sıklıkla artan yaşam tatmini ve özgeci davranışlar ile ilişkilendirilmiştir. Bu kısımda, öncelikle huşunun dinlerde, sosyoloji ve psikoloji tarihindeki yeri incelenecek, daha sonra çeşitli huşu deneyimlerinin işe vuruk tanımları yapıp huşu modelleri sunulacak ve literatürde mevcut olan huşu uyarıcı teknikler üzerine var olan literatür bulguları ile huşu deneyimi üzerine yapılan güncel araştırma konuları incelenecektir.

2.2.1. Huşunun Tarihi

Birçok dini metinde, kıssa ve anlatılarda aktarılan insanın Tanrı ile olan ilişkisinde huşu duygusu önemli bir rol oynamaktadır. A'râf Sûresi 143. ayette geçen ve daha sonra itikadi mezhepler arasında "ru'yetullah" kavramı ile tartışılacağı bir mesel, huşunun önemli görüngülerinden birini içermektedir. Buna göre Hz. Musa, Tûr Dağına gelip Allah'ın kendisine görünmesini arzu etmiştir. Allah, "Sen beni asla göremezsin. Fakat şu dağa bak; eğer o yerinde durabilirse sen de beni görebilirsin" buyurmuştur. Allah o dağa tecelli edince dağ paramparça olmuş ve Hz. Musa da bayılarak yere düşmüştür. Hz. Musa biraz zaman geçip kendine geldiğinde şöyle demiştir: "Seni noksan sıfatlardan tenzih ederim, sana tövbe ettim; ben inananların ilkiyim." Hz.

Musa'nın yaşadığı bu deneyim, modern bir okuyucuya psikedelik bir bilincin ürünü gibi gelebilir. Esasında Hz. Musa, bu tecellinin karşısında büyük bir korku ve şaşkınlık yaşamış, oryantasyonunu yitirmiş ve bayılmıştır. Kalkar kalkmaz Allah'ı tenzih ve tesbih etmiş, yaşadığı bu dönüştürücü deneyimin etkisiyle tövbe ederek yeni değerleri, emirleri ve misyonları benimsemiştir.

Benzer bir diğer örnek ise bir krallığın hükümranlığını ele geçirmek için iki kraliyet ailesi arasında geçen mücadeleyi konu alan Hindu destanı Mahabharata'da bulunur (Keltner ve Haidt, 2003). Bu destanın Bhagavad Gita adlı bölümünde, hikayenin kahramanı olan Arjuna'nın, emri altındaki askerleri büyük bir savaşa sürmek üzereyken kontrolünü kaybettiği ve yaşadığı duygusal çalkantılar nedeniyle savaşmayı reddettiği anlatılmaktadır. Bhagavad Gita, Krişna'nın -Tanrı Vişnu'nun dünyadaki sekizinci avatarı- Arjuna'yı, birçok akrabası ölecek olsa bile, emrindeki birliklere liderlik etmesi gerektiğine nasıl ikna ettiğinin bir hikayesidir (Güngören, 2001). Krişna Arjuna'ya dünyadaki misyonunu buyurup evrenin genel işleyişi hakkında bir ders anlatır. Evrenin işleyişi Arjuna'nın öylesine ilgisini çekmiştir ki Krişna'dan bu evreni ve Tanrı'yı kendisine göstermesini, bir diğer ifadeyle evrenin künhüne vâkıf olmayı ister. Krişna, Arjuna'nın bu isteğini yerine getirebilmek için ona, Tanrı'nın ve evrenin hakikatini idrak edebileceği bir kozmik göz verir. Bu kozmik göz sayesinde Arjuna, evrenin tümünü, Tanrıları, yıldızları ve sonsuz uzamı idrak eder. O anda büyük bir hayret içerisinde kalmış, tüyleri diken diken olmuş, zaman-mekan oryantasyonunu yitirmiştir. İşte bu haldeyken Arjuna yaşadığı bu biricik deneyimi şöyle aktarır: “Hiç görmediğim şeyleri gördüm ve coşku doluyum; ama korku ve titreme zihnimi işgal ediyor.” Ardından hemen Krişna'nın önünde secdeye kapanır ve büyük bir tevazu içinde ona yalvarır ve sabır diler. Kuşkusuz Arjuna, yoğun bir huşu duygusu içerisindeydi. Tam da bu anda Krişna'nın emrini duyar: “Benim için doğru işler yap, beni hayatındaki en yüksek amacın kıl, yalnızca bana sadık ol ve diğer nesnelere olan tüm bağı kes.” Bunun üzerine Arjuna, hayatı boyunca Krişna'nın tüm buyruklarını, gönülden yerine getirmiştir (Keltner ve Haidt, 2003).

Gerek Hz. Musa gerek Arjuna, öz-benliklerini aşan yüksek bir güçle temas etmişlerdir. Bu temas nedeniyle korku, hayret, endişe, hayranlık ve sadakat gibi birçok karmaşık bileşenden oluşan bir tür huşu durumu tetiklenmiştir. Yaşanılan bu biricik ve aşkın

deneyim, dönüştürücü bir etki yaratmış ve temas edilen gücün buyruklarını gönülden yerine getirmelerini sağlamıştır.

Mevdûdî huşuyu, heybetli bir şahsın ya da şahs-ı mânevînin karşısında korku ve enginlik hissine kapılmak olarak tanımlamıştır. Bunun sonucunda kişi tevazu gösterip boyun eğer ve alçak sesle konuşur (Mevdûdî, 1996). Birçok dinde, Tanrı hem nimet verici hem de azap edici olarak tasvir edilir. Örneğin İslam’da Allah’ın hem celâl hem de cemâl sıfatı mevcuttur. İncil, Tanrı’nın karşısındaki insanın acziyetini ifade eden pasajlarda sıklıkla huşu duygusuna atıfta bulunur. Örneğin; “Bedenim ürperiyor dehşetinden, korkuyorum hükümlerinden. (*My flesh trembles in fear of you; I stand in awe of your laws*)” (Psalm 119: 120, NIV) ve “Yok yere zulmediyor bana önderler. Oysa yüreğim senin sözünle titrer. (*Princes persecute me without cause, but my heart stands in awe of your words.*)” (Psalm 119: 161, ERF Bibleserver)”

Heschel (1976), dindar Yahudilerin akidesinin, inanç üzerine değil huşu üzerine bina edildiğini öne sürer. Buna göre Yahudilikteki “yirat hashem” kavramı, Tanrı karşısında duyulan huşu anlamına gelirken “yirat shamayim” ise ebedi mutluluk/cennet karşısında duyulan huşu anlamına gelir ki söz konusu iki kavram da “din” kelimesi ile neredeyse birebir örtüşmektedir. Kitâb-ı Mukaddes dilinde dindar kelimesini, İslam dinindeki “mü’min” kavramı karşılamaz. Bir başka ifadeyle, inançlı olmak dindar olmanın yeter şartı sayılmaz. Dindar, “yare hashem” olan, yani Tanrı karşısında huşu içerisinde durandır. Heschel (1976), “yirah” kelimesini huşu olarak çevirmiştir. Kitâb-ı Mukaddes dilinde “yirah” kavramı, mütercimlerce ibarenin kontekstine göre bazen huşu bazen korku -bazen de her ikisi- anlamına gelecek şekilde çevrilmiştir (Wettstein, 1997). Korku ve huşu duyguları arasındaki bağlantı, modern duygu araştırmalarında da vurgulanmaktadır (Haidt, 2003; Keltner ve Haidt, 2003).

Ayrıca birçok dinin kutsal metinlerinde ibadetlerin huşu içerisinde eda edilmesi gerektiğine dair göndermeler vardır. Örneğin Kur’ân-ı Kerim’de huşu kavramının geçtiği ayetlere bakıldığında Tâ-Hâ Sûresinin 108. ayetindeki “وَحَشَعْتَ الْأَصْوَاتَ لِلرَّحْمَنِ” ibaresinde, kıyamet gününde Allah’ın azamet ve heybetinden dolayı insanların seslerinin kısılacağı buyurulmuştur. Ömer Nasuhi Bilmen bu ayette geçen “ha-şe-a” kavramını, “korku nedeniyle sesin kısılması” olarak tercüme ederken (Bilmen, 1964), Elmalılı Hamdi Yazır “azamet ve heybet” mânâsını vermiştir (Yazır, 2012). Diyanet

İşleri Başkanlığı'nın mealinde de "azamet" kavramının geçtiği görülmektedir. Namazda mü'minin nasıl bir hâl üzere olması gerektiğine işaret eden Mü'minûn Sûresinin 2. ayetinde ise "الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ" buyurulmaktadır. Müfessirler bu ayette geçen huşu kelimesine ise tevazu, teslimiyet, derin saygı, sükûnet gibi anlamlar vermişlerdir. Diğer bazı ayetlerde ise huşunun korku (Enbiyâ, 90), tevâzu ve alçakgönüllülük (Bakara, 45), boynu büküklük (Fussilet, 39), gözlerin utanç ve zillet içerisinde olması (Kamer, 7) gibi anlamlar taşıdığı görülmektedir. İlginç olan bir kullanım ise Şûrâ Sûresi'nin 45. Ayetinde karşımıza çıkmaktadır. Bu ayette "وَتَرَاهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَاشِعِينَ مِنَ الدَّلِيلِ" buyurularak cehennemliklerin ateşin karşısına çıkarıldıkları anda huşu içerisinde başlarını öne eğmiş ve göz ucuyla gizli gizli etrafa bakındıkları durum tasvir edilmektedir. Görüldüğü üzere Kur'ân-ı Kerim'de huşu kavramının, modern duygu araştırmalarının jargonuyla ifade edecek olursak, hem pozitif hem de negatif ve tehdit edici varyantları bulunmaktadır.

Dini perspektifin yanı sıra sosyoloji, felsefe ve en nihayetinde psikoloji alanındaki yaklaşımlar da huşu duygusu üzerine önemli çıkarımlarda bulunmuştur. Sosyolojik yaklaşımlar huşuyu, toplumdaki güç dinamikleri ve toplumsal düzenin sürdürülmesi noktasında ele alır. Max Weber'in liderlik tipleri üzerine yaptığı kategorizasyondaki bir bölüm, karizma ve karizmatik liderlerin özelliklerini ele almaktadır. Buna göre, kriz zamanlarında insanlar toplumdaki statükoyu koruma eğiliminden vazgeçerek kitleleri kendisine büyük bir sadakatle bağlayabilme başarısını gösteren karizmatik liderlere tabi olmayı tercih ederler. Karizmatik liderler, bir toplumun içinden ortaya çıkarak o toplumu ve insanların bakış açılarını değiştirirler (Weber, 1978). Weber'in karizmatik lider tanımlaması, yalnızca bir karizmatik liderin büyük bir toplumu etkileyebileceği, insanları büyük bir coşkuyla kendilerine bağlayabileceği ve onları toplum ya da ideoloji lehine özgeci davranışlar göstermeye adeta programlayabileceği gerçeğini ortaya koyar.

Paralel şekilde Emile Durkheim da toplum tarafından hissedilen yoğun duyguların siyasi, sosyal ve dini hareketler oluşturmadaki güçlü rolüne dikkat çekmiştir. Öyle ki Durkheim, iki tür duygulanımı birbirinden ayırt etmiştir. Birincisi, bir bireyi ötekine bağlayan sevgi, korku ve saygı gibi duyguları içermektedir. Bu duygular, kişi-içi ve kişiler-arası durumlar (kişisel güvelik ve toplumdaki konumu gibi) hakkındadır. İkincisi, bireyi toplumsal olana (topluluklara ya da millete) bağlayan sosyal

duygulanımlardır. Bu duygular ise kolektif durumlar hakkındadır. Bu ikinci tür sosyal duygulanımlar içerisinde Durkheim, huşuya ve onun etkilerine oldukça benzeyen duyguları ele almıştır. Durkheim'a göre huşu, belirli karizmatik liderler tarafından tetiklenen hayranlık duygusunun eşlik ettiği daha üst bir duygulanım değil; toplumsal iyilik halini bireysel çıkarılara tercih etmeyi ve özgeci davranış kurallarına bağlı kalmayı teşvik eden bir duygudur (Durkheim, 1972). Kısaca, sosyolojinin kurucularından Weber ve Durkheim, belirli sosyal duygulanımların kolektif etkisine ve dönüştürücü gücüne dikkat çekmiştir. Bu duygular, insanların tutumlarını değiştirir ve onları kendi ile sınırlandırılmış hayatın ötesine taşıyarak daha üst bir amacı gerçekleştirmede bir ideali izlemeye teşvik eder. Günümüz huşu araştırmalarından elde edilen bulgular, Durkheim ve Weber'in teorisini doğrular görünmektedir. Nitekim huşu duygusu, bireyleri ben merkezli düşünme kalıbından uzaklaştırır, psikolojik dayanıklılığı, esnekliği artırır ve özgeci davranışları motive eder (Shapshay vd., 2018).

Bununla beraber huşu duygusu, muhteşem bir sanat eseri ya da bir doğa manzarası karşısında estetik algılarımızla ilişkili olarak ortaya çıktığından dolayı, felsefenin de inceleme alanına girmiştir. Edmund Burke, huşu benzeri estetik duygularla ilişkili olan yücelik/asillik/azamet üzerine incelemelerde bulunmuştur (Burke, 1990). Burke'e göre bir nesne/kişi/olguya yönelen yücelik algımızı şekillendiren ilk nitelik güçtür. Yücelik, bireylerin iradesini kontrol etme ya da yok etme gibi üstün güçlere sahip olduğu düşünülen kişilere ilişmiş bir öz-nitelik gibidir. Yücelik algısının, hayranlık ve huşu deneyimini tetikleyici özelliğini dikkate alan Burke, hayranlık ile sevgi arasındaki farkı açıklarken şu ifadeleri kullanmıştır: "Hayran olduğumuz şeye boyun eğeriz; ancak bize boyun eğen şeyi severiz." Yüceliğe dair algıyı şekillendiren bir başka uyarıcı öz-nitelik ise belirsizliktir. Burke'e göre açık, anlaşılır, tahmin edilebilir, sınır çizilebilir ve tasarımı belli olan nesnelere yücelik algımızı şekillendiremez. Öyle ki insan bilişi, kavramakta zorluk çektiği nesnelere yücelik atfetmeye meyillidir. Örneğin, belirsiz ve ilk bakışta kavranması zor çizimlerden oluşan bir tablo, belirli ve net bir şekilde algılanan çizimleri içeren bir tabloya kıyasla daha fazla ve yoğun bir şekilde yücelik algımızı etkilemekte ve yoğun hislerin oluşmasına neden olmaktadır. Belirsizlik ve şeffaf olmama durumunun, aynı zamanda gücü elinde tutma arzusunda olan birçok iktidarın kitleler üzerindeki kontrol gücünü artıran bir etmen olduğu bilinmektedir. O sebeple çoğunlukla belirsizlik teması içeren enginlik, ihtişam, sonsuzluk gibi uyarıcı özelliklerin birçoğu yüceliğe dair algımızı etkilemektedir.

Burke, hayranlık, şaşkınlık gibi duyguların ve hürmet, saygı gibi tutumların, algılanan yücelik deneyimlerinin bir parçası olduğunu öne sürer ki bu duygu ve tutumlar, son dönem huşu araştırmalarında huşu deneyimi ile ilişkili olarak bulguların temalarından bazılarıdır.

Bunun yanı sıra Darwin, “İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi” adlı eserinde hayranlık duygusunun, huşunun oldukça yakın bir akrabası olduğunu öne sürmüştür. Darwin’e göre hayranlık; hayret, zevk ve beğenme bileşenlerinden oluşan kompleks bir duygudur (Darwin, 1965). McDougall ise hayranlığı, merak duygusu ve güç algısının bir bileşimi olarak tanımlamıştır. Keltner ve Haidt (2003), hayranlık (*admiration*) kelimesinin anlamının son 100 yılda değiştiğini, McDougall’ın hayranlık üzerindeki analizinin, günümüzde daha çok “huşu” (*awe*) kavramına karşılık geldiğini ifade etmektedir. O sebeple Keltner ve Haidt, huşu deneyimi üzerindeki analizinde, McDougall’ın tanımladığı hayranlığın iki bileşenini -merak duygusu ve güç algısı- kendilerine temel almıştır. McDougall huşunun mahiyetini tartışırken, hayranlığın iki bileşenine korku duygusunu da eklemiştir. Keltner ve Haidt, huşunun bu üç bileşenden oluşan çeşidinin yalnızca belli bir tür huşu duygulanımı için geçerli olabileceğini; fakat bütün huşu deneyimlerinin korku bileşenini içermediğini iddia etmektedir.

Öncü duygu kuramcıları, huşunun genel bir tanımını yapmış olsalar da bu duygunun spesifik özellikleri ve karmaşık doğası hakkında çok az araştırma yapmışlardır. Örneğin Lazarus (1991), huşuyu bağlama ve bilişsel değerlendirmeye bağlı olarak değerliği (pozitif/negatif) farklılaşan belirsiz bir duygudurum olduğunu söylerken; Izard (1977) huşunun, yoğun bir ilgi durumu olduğunu ve merakı ve keşfetme isteğini artırdığını ifade etmiştir.

Huşu duygusu üzerine yapılan bilimsel araştırmaların başlangıcı, büyük ölçüde Keltner ve Haidt’in (2003) “Approaching awe, a moral, spiritual and aesthetic emotion” adlı makalesine dayanmaktadır. Keltner ve Haidt, huşunun mahiyetini anlamının karmaşıklığına dikkat çekmiş ve oldukça az araştırılan bir duygu olduğunu ifade etmiştir. Son 20 yılda ise huşu üzerine yapılan araştırmalar çeşitlenmiş ve huşu, birçok davranışsal sonuçlar/bilişsel süreçlerle ilişkilendirilmiştir (Chirico ve Yaden, 2018). Huşunun karmaşık bir duygu olarak tanımlanma nedeni, diğer duygulardan farklı bazı öz niteliklerinin mevcut olmasıdır. İlk olarak, huşunun hem pozitif hem de

negatif değeriğe sahip çeşitleri mevcuttur. Öyle ki huşu, muhteşem bir doğa manzarası karşısında tetiklenebileceği gibi korkunç bir volkan patlamasına şahit olma esnasında da tetiklenebilmektedir (Quesnel ve Riecke, 2018). İkinci olarak, huşu deneyimi yaşamanın zaman algısı ve kendilik algısı üzerinde etkileri tespit edilmiştir. Bu bulgular, araştırmacıları huşuyu salt bir duygusal durumdan öte bir tür özel bilinç hali şeklinde ele almaya yönlendirmiştir. Nitekim çok sayıda deneysel araştırma, oldukça kontrollü ortamlarda bile huşunun, küçülmüş bir benlik algısı ve evrene karşı artan bir birlik hissi ile ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Piff vd., 2015). Her ne kadar huşunun kavramsallaştırılması ve deneysel araştırmalara konu olması, Keltner ve Haidt (2003)'in çalışmalarına dayandırılrsa da ondan önceki birçok duygu kuramcısı da araştırmalarında huşu duygusunun bazı temel karakteristik özelliklerine değinmişlerdir. Örneğin Lazarus (1991), huşunun karmaşık ve çok yönlü doğasına dikkat çekmiş; Ekman (1992) ise huşunun merak ve korku alt bileşenlerinden oluştuğunu, ayrıca potansiyel bir temel duygu (evrensel bir duygu) olabileceğini savunmuştur.

Keltner ve Haidt, diğer birçok duygu kuramcısı gibi duygulara işlevselcilik perspektifinden yaklaşmaktadır. Onlara göre huşu duygusunun kökeninde sosyal hiyerarşiler yatmaktadır. Öyle ki güçlü ve karizmatik liderler tarafından uyandırılan bu duygu, toplumda mevcut bulunan hiyerarşileri meşrulaştırır (Keltner ve Gross, 1999). Sosyal Baskınlık Kuramının sayılıları ile ifade edecek olursak, bu duygu toplumdaki ast-üst ilişkisinde bir tür hiyerarşi artırıcı mit görevi görmektedir. Toplumsal hiyerarşinin en alt basamaklarında bulunan bireyler, kendilerinden daha güçlü birine korku, saygı ve hayranlığın bileşiminden oluşan kompleks bir duygu beslemektedirler. İşte bu duygunun adı huşudur. Elbette bu duygu, niteliksel olarak bir doğa manzarası karşısında hissedilen huşudan oldukça farklıdır. Huşunun bu çeşidi, negatif değeriğe ve tehdit edicilik ile karakterize olan ve şimdiye kadar oldukça az araştırılan bir duygu olmuştur (Chirico vd., 2016). Keltner ve Haidt'e göre huşu duygusu evrimsel olarak toplumdaki güç asimetrisinden türemiştir. Nitekim bir kişiye/karizmatik lidere karşı hissedilen bu duygu, bireyleri baskın bir karakterin ya da sosyal, beşerî, maddi sermaye sahiplerinin etrafında toplayarak onları paylaşılan bir sosyal kimliğin parçası haline getirir. Kısaca sosyalliğin doğasından kaynaklanan bu duygu daha sonra genelleşmiş ve birçok farklı çeşide (çeşitli doğa manzaraları karşısında yaşanan his gibi) bürünmüştür. Chirico ve Yaden (2018) ise Keltner ve

Haidt'in tersine, huşunun öncelikle doğanın ihtişamı karşısında insanın verdiği tepkiden kaynaklandığını; daha sonra bu duygunun sosyal durumlara atfedildiğini öne sürmektedir. Chirico ve Yaden'e göre; avcı-toplayıcı toplumlarda en doğru barınma yerini bulmak çoğu zaman yaşamsal bir mesele olmuştur. Tam da bu noktada doğal manzaranın önemi ortaya çıkmaktadır. Avcı-toplayıcı toplumlar için ideal bir sığınak türünü tanımlayan, "Manzara ve Sığınak" adlı teori (Appleton, 1996), güvenlik ve gözcülüğün önemini vurgular. Bir başka ifadeyle, sığınma yerinin bireyleri potansiyel saldırılardan koruması ve yaklaşan düşmanların görülebileceği bir konumda olması gerekir. Bu koşulları sağlayan yerler, genellikle bir muhitin en hâkim ve yüksek rakımlı, panoramik manzara sunan yerleridir. Bu görüş, günümüzde huşu üzerine yapılan deneysel çalışmalarda en sık kullanılan uyarıcının panoramik doğa manzaraları olma sebebini açıklar.

Bununla beraber güvenliğin sağlandığı ve kolayca gözlem yapılabilen bir konum, huşunun özgeci davranışlarla olan ilişkisini kısmen de olsa aydınlatılabilir. Nitekim özgeci davranışların güvensiz bir ortamda ortaya çıkması evrimsel açıdan adaptif değildir. Bunun yerine özgeci davranışlar, çoğu zaman kişinin kendisini güvende hissettiği bir anda/durumda ortaya çıkmaktadır. Chirico ve Yaden'in huşunun ortaya çıkışı ile ilgili doğayı önceleyen görüşüne destek olabilecek bazı araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin Yaden vd. (2018), doğa manzaralarının, baskın karakterlere/karizmatik liderlere kıyasla huşunun daha yaygın ve yoğun bir tetikleyicisi olduğunu bulgulamıştır. Buna ek olarak, huşunun ilk uyarıcısı olan doğanın, günümüzde hala huşunun en yaygın uyarıcısı olması da doğa öncelikli görüşü doğrular gibi görünmektedir.

Kısaca huşu deneyiminin, benliğin küçülmesi ve evren, canlılar ve diğer insanlarla bağlantı hissinin artmasıyla ilişkili olması, huşunun prososyal davranışları artırmasındaki temel etken olarak görülmektedir (Piff vd., 2015). Bu özelliği nedeniyle huşu, öz-aşkınlık (*self-transcendence*) deneyimlerinin bir çeşidi olarak kabul edilmektedir (Yaden vd., 2017). Diğer öz-aşkınlık deneyimleri; akış teorisinin (*flow theory*) vurguladığı bir akış durumu yaşama hissi (Csíkszentmihályi, 1990), farkındalık (*mindfulness*), doruk deneyimler (Maslow ve Pi, 1964), dini/manevi tecrübeler esnasında yaşanan pozitif duygular ve mistik deneyimleri içermektedir. Öz-aşkınlık deneyimlerinin yaşam tatmininde artış ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Yaden

vd., 2015). Bu deneyimler özsel nitelikleri bakımından birbirinden net bir şekilde ayırt edilebilme güçlüğü nedeniyle bir yoğunluk spektrumunun üzerinde değerlendirilebilir. Mistik deneyimler, bu spektrumun en uç noktasındadır. Çünkü bu deneyimler bütün canlılar ve evrenle tam bir bağlılık hissi uyandırmakta, çoğu zaman bir yıldan uzun bir süre deneyimi yaşayan bireyleri etkilemekte ve öz bildirime dayalı ölçümlerden elde edilen verilere göre bu deneyimler, bireyler tarafından hayatlarında yaşadıkları en anlamlı anlar olarak görülmektedir.

Psikolojideki farklı ekoller tarafından mistik deneyimlerin mahiyetine yönelik çeşitli açıklamalar geliştirilmiştir. Söz gelimi psikanalizin kurucusu Freud, mistik deneyimleri okyanussal hisler olarak nitelemiştir; Maslow ise kişiliği sarsacak güçte zirve deneyimler olarak açıklamıştır (Meissner, 2005). Abraham Maslow'un "doruk/zirve deneyimler" olarak tanımladığı bu bilinç durumu, nitel araştırmalardan elde edilen bulgulara göre huşu deneyimi ile yakından ilişkilidir. Öyle ki Maslow'un (1964) yüzlerce katılımcıyla yaptığı röportajlar neticesinde, zirve deneyimlerin 25 farklı özelliğini tanımlamıştır. Bunlar; zaman-mekan oryantasyonunun bozulması, egonun aşkınlığı, kendini unutma, anlayışlı olma durumu ve alçakgönüllülük, zıtlıkların ve kutuplaşmaların birlik içerisinde algılanması, kendini şanslı hissetme gibi duygudurum ve tutumlar içermektedir. Bu temalar, huşu araştırmalarından elde edilen temalarla oldukça paraleldir. William James ise fenomenolojik açıdan tahlil ettiği mistik deneyimlerin patolojik bir nedenden kaynaklanmadığını, bilincin biricik birer deneyimi olduğunu vurgular (James, 1902). Mistik deneyimler esnasında bazı kişilerin kendilerine ya da çevrelerine zarar verici davranışlarda bulunduğu gözlenmiştir. Donald Winnicott, bu yaşantıları bireyin anneden ayrıldığı esnada yaşadığı travmayı aşabilmek adına kendi bedenine ait bir parçayı geçiş nesnesi olarak kullanmasıyla ilişkilendirmiştir (Frenken, 2000). Nasıl açıklanırsa açıklansın mistik deneyimler yaşayan bireylerde zaman ve mekân algısına yönelik bir bozulma, nirvanaya ve birliğe ulaşmakla beraber gelen sonsuzluk hissi ve derealizasyon benzeri vakaların yaşandığı bilinmektedir (Esel, 2009).

Yoğunluğu ve kalıcılığı nedeniyle mistik deneyimler, bireylerin hayatlarında dönüştürücü bir etkiye sahiptir (Yaden vd., 2017). Bir deneyimin dönüştürücü bir etkiye sahip olması, bireyin hayatındaki radikal değişikliklere neden olması anlamına gelir. Bu değişiklikler hem çevreyi algılama biçimi, zihniyet gibi bilişsel süreçlerde

hem de alışkanlıklar ve davranışlarda ortaya çıkabilir (Gaggioli, 2016). Maslow da huşu deneyimini, bireylerin hayatlarında yaşayabilecekleri en özel anlardan biri olarak kabul etmiş ve kalıcı değişikliklere neden olan bir tetikleyici olduğunu savunmuştur (Maslow ve Pi, 1964). Öyle ki huşu deneyimi, çoğu zaman bireylerin o ana kadar sahip oldukları bilişsel şemaları ve algı biçimlerini akomode etmelerine neden olmaktadır. Bu sürecin sonunda ortaya çıkan şemalar ise çoğu zaman bireyin kendilik algısı üzerinde etkili olmakta ve tevazu/alçakgönüllülüğün zeminini hazırlamaktadır. Böylece huşu deneyimi, bireylerin kendi istekleri ile yaşamlarını dönüştürme, iyileştirme ve yaşam tatminini artırmanın bir aracısı haline gelmiş olmaktadır.

2.2.2. Huşu Modelleri

Bu kısımda, huşu araştırmalarının temelini teşkil eden ve güncel huşu araştırmalarında sıkça kullanılan iki model -Keltner ve Haidt'in İki Faktörlü Huşu Modeli ve Yaden'in Altı Faktörlü Huşu Ölçüm Modeli- diğer deneysel araştırma bulgularına dayalı olarak sunulacaktır.

2.2.2.1. Keltner ve Haidt'in İki Faktörlü Prototipik Huşu Modeli

Keltner ve Haidt, huşunun mahiyetini ortaya çıkarmak amacıyla bu duygunun temel bileşenlerine ve odaklanmışlar ve prototipik bir huşu duygusunu oluşturan faktörleri ele almışlardır. Belirli bir olgu ya da kavramın prototipine ulaşma yaklaşımı, bir bilişsel psikolog olan Eleanor Rosch'un "Prototip Teorisine" dayanmaktadır. Bu teoriye göre bireyler gündelik hayatta karşılaştıkları bir nesne ya da deneyimi kategorize ederken çoğu zaman bu kategorilerin soyut tanımlarını temel almazlar. Bunun yerine ilgili nesneyi veya deneyimlerini, o kategoriye en iyi temsil ettiklerini düşündükleri bir nesne ya da deneyimle karşılaştırırlar ki Rosch buna prototip adını vermiştir. Öyle ki Rosch'a göre kavramların çoğu zaman geçirgen sınırları vardır. Kavramlar arasındaki farkları çok net bir şekilde belirlemek çoğu zaman mümkün olmamaktadır. Bu sebeple tanımlar, bir kategoriye en iyi temsil eden, yani prototipik bir örneği tarafından düzenlenir (Rosch vd., 1976). Rosch'un Prototip Teorisinin duygu psikolojisindeki karşılığı ise, belli bir deneyim/olay karşısında bireylerin yaşadıkları çoğu duygunun birbirinden net bir şekilde ayırt edilebilmesinin zorluğudur. O sebeple duygular, kategoriye en iyi temsil eden bir prototip ile

benzerliklerine/farklılıklarına dayanarak bir spektrumun çeşitli boyutlarına yerleştirilmesi gereken, oldukça geçirgen ve belirsiz sistemlerdir (Fehr ve Russell, 1984). Bu yaklaşıma göre, bir duygunun prototipik bir örneği, belirli bazı temalara ve bileşenlere sahiptir.

Keltner ve Haidt (2003), bu temel perspektifle huşu duygusunu oluşturan temel nitelikleri tanımlayarak huşu deneyiminin prototipik bir modelini geliştirmişlerdir. Böylece çeşitli huşu deneyimlerinin birbirinden farklı şekilde pozitif veya negatif değerlikli olması bakımından birbirinden nasıl ayırt edilebileceğine dair bir model sunmuşlardır. Buna göre huşu, sınırları belirsiz olsa da iki temel merkezi değerlendirme boyutu olan bir duygudur: Genişlik ve akomode etme ihtiyacı.

- i. Genişlik (*Vastness*): Keltner ve Haidt'e göre huşunun bir alt bileşeni olan genişlik hissi, uyarıların bilişsel olarak geniş algılanması ya da uyarıların insan bilişi üzerinde genişletici bir etkiye sahip olması anlamına gelir. Yüksek bir tepeden muhteşem bir doğa manzarası temaşa edildiği anda beliren bu his, huşunun prototipik bir görüngüsüdür. Genişlik daha çok temel fiziksel boyutlarla ilgili olsa da şöret ve otorite gibi sosyal algılarımıza dayanan boyutları da içerir. Gösterişli bir makam odası, çoğu zaman bu bileşenin sosyal boyutunu içerirken yüksek sesler ya da yüksek bir dağ, tepe, geniş bir ova ise fiziksel boyutunu içermektedir. Keltner ve Haidt'e göre genişlik hissine çoğu zaman bir güç algısı eşlik etse de birçok huşu deneyiminin estetik algılarımızla da ilişkili olduğu bilindiğinden, bu boyutun kavramsallaştırılmasında güç terimi yerine genişlik kavramının daha kapsayıcı olduğu düşünülmüştür.
- ii. Akomode etme İhtiyacı (*Need for Accomodation*): Akomodasyon, insan bilişindeki mevcut şemaların yeni bilgi ya da deneyimlerle etkileşime girerek şekillenmesi ve düzenlenmesi anlamına gelmektedir. Keltner ve Haidt'in huşu deneyimi ile ilgili önerdiği ikinci bileşen olan akomode etme ihtiyacı ise, Piaget'nin bilişsel gelişim kuramına referansla, yeni bir deneyimi asimile edemeyen bilişsel şemaların ayarlanması sürecine işaret etmektedir. Buna göre bireyler, deneyimledikleri bir ânın mahiyetini tam olarak kavramakta zorlandıklarında bilişsel şemalarını, bu deneyimi içerecek şekilde ayarlamak zorunda kalırlar. Huşunun bu bileşeni, bilişsel şemaların daha önce bilinmeyen

hakikatleri içerecek şekilde genişlediği durumlarda, bireylerin dolayimsız olarak hissettikleri aydınlanma ve yeniden doğma hislerini açıklayabilir. Öyle ki çok sayıda araştırma, huşu deneyimi esnasında, katılımcıların mevcut uyarılar/yaşadıkları deneyim karşısında şaşkına döndüklerini, bu deneyimi tam olarak kavramakta ve anlamlandırmakta zorluk çektiklerini bulgulamıştır (Graziosi ve Yaden, 2021).

Keltner ve Haidt, genişlik ve akomode etme ihtiyacı bileşenlerini içeren çeşitli deneyimlerin, (karizmatik lider, muazzam bir doğa manzarası ya da görkemli sanat eserleri) huşunun çeşitli tetikleyicileri olabileceğini ifade etmiştir. O sebeple bu iki temel bileşeni aynı anda içermeyen diğer deneyimler/duygular ise başka kavramlarla ifade edilmelidir. Örneğin şaşırma duygusu, genişlik bileşenini içermezken akomode etme ihtiyacı bileşenini içerebilir. Yücelik ise akomode etme ihtiyacı bileşenini içerirken çoğu zaman genişlik bileşenini içermez. Sanatsal tablolara dayalı estetik ise huşunun merkezi bileşenlerini değil, güzellik ve yetenek gibi çevresel bileşenlerinden bazılarını içerir. Aşağıdaki tabloda Keltner ve Haidt (2003)'e göre, huşunun bileşenlerinin her ikisini de içeren, huşu olarak etiketlenebilecek 7 adet durum ve huşu olarak etiketlenmemesi gereken 4 adet durum sunulmuştur (Tablo 2.1.).

Tablo 2.1. Keltner ve Haidt'in (2003) Prototipik Huşu Modeline Göre Huşu Uyarıcıları ve Özellikleri

Uyarıcı Durumlar	Merkezi Özellikler		Periferik Özellikler				
	Genişlik	Akomodasyon	Tehdit	Güzellik	Yetenek	Erdem	Doğüstülük
Sosyal Uyarıcılar							
1. Prototip: Güçlü lider	✓	✓	?				
2. Yaratıcıyı temaşa etmek	✓	✓	?	?		✓	✓
3. Müthiş beceriler (Hayranlık*)		✓			✓		
4. Üstün erdemler (Yücelik*)		✓				✓	
Fiziksel Uyarıcılar							
5. Hortum (Doğal afet)	✓	✓	✓	?			?
6. Muhteşem manzara	✓	✓		✓			
7. Göz alıcı ibadethaneler	✓	✓		✓	✓		?
8. Huşu uyandıran müzikler	✓	✓		✓	✓		
9. Sanatsal tablolar (Estetik*)				✓	?		

Tablo 2.1. (devamı)

Bilişsel Uyarılar							
10. Grand teoriler	✓	✓		?			
11. Havada asılı duran bir nesne görmek (Doğüstülük*)		✓		?			✓

✓ : İlgili durumda çoğunlukla değerlendirme yapıldığına işaret eder.

? : İlgili durumda arada sırada değerlendirme yapıldığına işaret eder.

* : İlgili durum huşu ile ilişkilidir fakat direkt huşu olarak etiketlenmemelidir.

Keltner ve Haidt (2003), huşunun merkezi özelliklerini taşıyan -genişlik ve akomode etme ihtiyacı bileşenlerinin her ikisini de içeren- 7 adet uyarıcı durum tanımlamıştır. Bunlar prototip, bir yaratıcının temaşa edilmesi, doğal afetlerden hortum, muhteşem doğa manzaraları, mimari açıdan göz alıcı ibadethaneler, huşu uyandırıcı müzikler ve grand teorilerdir. Ayrıca, huşu ile ilişki olan ancak direkt huşu duygusu olarak etiketlenmemesi gereken 4 adet durum daha tanımlamıştır. Bunlar müthiş beceriler, üstün erdemler, sanatsal tablolar ve doğaüstü durumlardır.

Bilişsel uyaranlara dahil edilen grand teorileri (çatışma kuramı, feminizm, hümanizm gibi) huşu uyandırıcı bir deneyim yapan durum, bireylerin bu teorilerin kapsamını ve genişliğini fark ettiklerinde yaşadıkları anlık hazdır. Edebiyatta epifani olarak adlandırılan bu durum, birdenbire bir meselenin özünü idrak etme duygusu anlamını taşır. Bu manayı taşıyan benzer bir diğer kavram ise “eureka” dır. Eureka, bireyin üzerinde uzun süredir uğraştığı bir sorunu ya da problemi aniden çözmesi anlamına gelir. Keltner ve Haidt, bilişsel uyaranlara dahil ettiği ve bu tür epifanilere neden olan teorileri, olağan ve sıradan bir meselede derin bir anlamı açığa çıkartması bakımından ele almıştır.

Keltner ve Haidt, iki temel değerlendirme bileşenine -merkezi özellikler- ek olarak çevresel özellikleri bakımından birbirinden farklılaşan, çeşitli uyarıcı durumlara ait olan 5 adet tema öne sürmüşlerdir. Bu temalar, huşu deneyimlerini kategori-içi olarak birbirinden ayıran ve huşunun farklı uyarıcılar karşısında neden birbirinden farklı değerlikler (pozitif/negatif) alabileceğini açıklama amacını taşımaktadır. Huşu deneyimi ile ilişkili olan ve/veya çeşitli huşu deneyimlerine yol açabilecek bu beş tema aşağıda belirtilmiştir:

- i. Tehdit (*Threat*): Immanuel Kant, 1764 yılında yazdığı “Güzellik ve Yücelik Duyguları Üzerine Gözlemler” adlı kitabında yüceliğin, asalet, görkem ve dehşet olmak üzere üç temeli olduğunu savunmuştur (Kant, 2010). Huşunun bir başka çeşidine -tehdit edici huşu- yol açabilecek bu tema, bireylerin kendileri güvendedeyken, potansiyel olarak tehlikeli bir durum/olay karşısındaki hislerine atıfta bulunur. Örneğin helikopter üzerinde uçarken bir volkan patlamasına şahit olmak tehdit edici huşu deneyiminin muhtemel bir örneğidir.

Keltner ve Haidt, huşunun tehdit edici bir durum/olay karşısında direkt olarak tetiklenebileceğini düşünmüyorlardı. Öyle ki, tehdidin var olan merkezi özelliklere sahip (genişlik, akomode etme ihtiyacı) bir huşu deneyimine iliştiğinde huşunun ancak yoğunluğu/çeşidi üzerinde bir etkisi olabileceğini ima etmişlerdi. Öyle ki bir varlığın ya da nesnenin tehdit edici olup olmadığındaki değişkenlik, karizmatik liderlerin veya panoramik doğa manzaralarının, tür ve yoğunluk açısından huşu deneyimlerini, birbirinden farklı derecede uyandırma nedenini açıklamaktadır. 2015'ten bu yana yapılan araştırmalar neticesinde, pozitif huşu deneyiminden kategorik olarak farklılaşan, tehdit edici bir huşu deneyiminin var olabileceği bulgulanmıştır (Sawada ve Nomura, 2020).

- ii. *Güzellik (Beauty)*: Huşu uyandırıcı bir manzaranın, bireyin oldukça kişisel bir değerlendirmesine dayalı olarak estetik ve güzel algılanması, bu deneyimin yoğunluğunu artırabilir. Örneğin bir dere yatağında yüksek bir şelalenin en tepesine doğru bakmanın ve şelaleden akan suların hiçbir engele takılmaksızın serbest düşüşüne şahit olmanın kendisi doğa manzarasındaki estetiğin bir örneğidir (Hudson, 2000). Buna ek olarak, yüzyıllardır var olan çeşitli mimari eserlerin, insan bilişinde uyandırdığı güzellik ve uyuma dayalı algı, huşunun estetik temasının bir örneğidir. Sanatın insan üzerindeki gücü ve dünyayı algılama biçimi üzerindeki etkisi bilinen bir gerçektir. Huşu uyandırıcı sanat eserlerinin birtakım özellikleri vardır. İlk olarak, sanat eserinin fiziki/algısal boyutu önemlidir. Bir sanat eseri, alışkın olunan/beklenen boyuttan daha büyük olduğunda huşu uyandırması daha muhtemeldir. Sanat eserinin kendisi fiziksel olarak büyük olabileceği gibi (Mimar Sinan'ın Süleymaniye Camii) kahramanca, destansı anlatıları ya da milli temaları (İstiklal Marşı) içerebilir. Bu noktada özellikle akomode etme ihtiyacı önemlidir. Bireyler sanat eserlerini direkt olarak idrak edemediklerinde ya da bunun için uğraştıklarında yaşadıkları hissin huşu uyandırıcı bir deneyime dönüşme olasılığı yüksektir.
- iii. *Yetenek (Ability)*: Bireylerin kendileri için oldukça şaşırtıcı ve olağanüstü olduğunu düşündükleri yeteneklere şahit olduklarında yaşadıkları hayranlık hissi, huşu duygusunun yoğunluğunu artırıcı bir etken olabilmektedir (Onu vd.,

2016). Olağanüstü bir yeteneğe şahit olma, sıklıkla akomode etme ihtiyacını tetiklemektedir; ancak genişlik algısı yoksa bu duygu, huşu değil “hayranlık” olarak tanımlanmalıdır. Genellikle bireylerin hayran oldukları bir müzisyen ya da sporcuyla karşılaştıkları anda yaşadıkları his, sosyal açıdan fanatizmin ya da bir takıma aidiyetin sonucu olarak görünse de kişisel duygulanım açısından çoğu zaman huşunun bir örneği olabilmektedir.

- iv. Erdem (*Virtue*): Bu tema, bireylerin şahit oldukları ya da okudukları yüce ahlaki değerler karşısında yaşadıkları hislere atıfta bulunur. Peygamberlerin hayatlarını ve manevi şahsiyetlerin hayat hikayelerini okumak, inananlar için bir örnek teşkil etmesi bakımından adanmışlık ve bir bağlılık hissi uyandırabilir. Ayrıca bu tema, genellikle daha iyi bir insan olma ve daha iyi bir yaşam sürme arzusunu uyandırabilir. Keltner ve Haidt’e göre erdemler, buna şahit olan bireylerde bir tür yücelik hissini tetiklemektedir. Huşunun Yaden vd. (2018) tarafından geliştirilen altı faktörlü ölçüm modelindeki bir alt boyutu da söz konusu bağlılık (*connectedness*) hissidir.
- v. Doğaüstülük (*Supernatural*): Keltner ve Haidt (2003) tarafından sunulan beşinci ve son tema olan doğaüstülük, temelde bireylerin yaşadıkları dini/manevi tecrübelerle göndermede bulunur. Bu tecrübeler, aşkın bir varlığın gerçekliği karşısındaki farkındalık, fizik yasalarının ihlal edilmiş gibi görüldüğü durumlarda ortaya çıkan gizem ya da ölüm-ötesi inançlarla ilişkilendirilebilir. Gizem unsuru genellikle tehdit edici bir algıya neden olsa da şayet gizemin merkezini oluşturan unsur, birey tarafından faydalı ya da muazzam olarak algılanıyorsa, pozitif bir huşu deneyiminin tetikleyicisi de olabilir.

Chirico ve Yaden (2018)’e göre, Keltner ve Haidt’in tanımladığı bu beş ek tema, huşunun çeşitli kültürlerde karşılaşılabilecek varyasyonlarını ifade etmektedir. Ayrıca bu temalar, huşu uyarısının çeşidine ve gücüne bağlı olarak ortaya çıkabilir. O sebeple prototipik bir huşu tanımı içerisinde yer verilmemelidir. Bundan dolayı prototipik bir huşu duygusunun, çoğunlukla pozitif değerliğe sahip bir içeriği vardır (Shiota vd., 2007). Bir duygunun pozitif değerli olması, bireylerin çoğunlukla o duyguya olumlu bir değer atfettiği anlamına gelmektedir. Örneğin yapılan birçok araştırma, huşunun

katılımcıların dikkatlerini odaklama yeteneklerini geliştirdiğini göstermiştir (Sung ve Yih, 2015). Bununla beraber Shiota ve ark. (2007), huşu duygulanımlarının yaklaşık olarak üçte birinin negatif bir değeriğe sahip olduğunu ifade etmektedir.

Bunlara ek olarak Keltner ve Haidt, insanların dağlar, doğa manzaraları, fırtınalar, okyanuslar gibi büyük doğal nesnelere ya da sonsuz tekrarlanma özelliğine sahip olan fraktallar, dalgalar ve doğadaki desenlere (bal peteği gibi) verdikleri ilk tepkide huşu duygusunun ortaya çıkabileceğini öne sürmüşlerdir. Buna ek olarak doğa olaylarının ve afetlerin (kasırga, hortum, deprem, volkan gibi) de farklı türde bir huşu deneyimi uyandırabileceğini ifade etmişlerdir. Bu uyarılar, birey karşısında oldukça büyük, kontrol edilemez, anlamlandırılmaz ya da çoğunlukla tahmin edilemez olanlardır. Bu noktada huşunun temel bileşenlerinden biri olan akomode etme ihtiyacı, önemli bir rol oynamaktadır.

2.2.2.2. Yaden'in Altı Faktörlü Huşu Ölçüm Modeli

Deneysel araştırmalarda bir manipülasyonun gerçekleşip gerçekleşmediğini kontrol etmeye yarayan manipülasyon kontrolü uygulaması oldukça önemlidir. Yaden vd. (2018) tarafından Huşu Deneyimi Ölçeğinin (AWE-S) geliştirilmesine kadar araştırmacılar, manipülasyonu kontrolü için tek maddeli öz-bildirim ölçeklerini kullanmaktaydılar (Örn: Chirico vd, 2017). Bu ölçeklerin bir problemi, huşu maddesini açıkça içermeleriydi. Katılımcılar huşuyu, araştırmacıların kavramsallaştırdığından daha farklı bir biçimde algılayabilirlerdi. Dolayısıyla tek başına bu ölçümün, geçerli ve güvenilir bir manipülasyon kontrolü sağlama derecesi eleştiriye açıktı. Ayrıca çeşitli bileşenleriyle birlikte huşu durumunu ölçen bir ölçeğin bulunmaması, huşu üzerine yapılan deneysel araştırmaların nicelik olarak da sınırlı kalmasına sebep olmuştur.

Mevcut deneysel literatüre dayanılarak oluşturulan AWE-S ile birlikte, geçerli ve güvenilir bir şekilde bir huşu deneyimi ölçümünün yapılması mümkün olmaktadır. Yaden ve ark. geliştirdikleri bu ölçekten elde ettikleri verilerin açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre 6 faktörlü bir huşu ölçüm modeli ortaya çıkarmışlardır. Bu ölçek, değişmiş zaman algısı (*altered time perception*), kendini küçültme (*self diminishment*), bağlantılılık (*connectedness*), (algılanan) genişlik (*vastness*), fiziksel duyular

(*physical sensations*) ve akomode etme ihtiyacı (*need for accommodation*) olmak üzere 6 alt boyutta toplam 30 madde içermektedir.

Yaden vd. (2018) tarafından tanımlanan, huşunun altı bileşeninden ikisi -genişlik ve akomode etme ihtiyacı- Keltner ve Haidt'in (2003) prototipik modelinde tanımladığı merkezi değerlendirme boyutlarıdır. Yaden vd. (2018)'e göre genişlik, algısal genişlik (büyük bir dağın tepesine bakmak gibi) ve kavramsal genişliğe (önemli sonuçları olan bir teoriyi keşfetmek ya da sonsuzluk kavramını anlamaya çalışmak gibi) atıfta bulunur. Huşunun bu iki temel bileşeni, Keltner ve Haidt'in (2003) modelinde detaylandırıldığı için bu kısımda Yaden vd. (2018) tarafından tanımlanan, huşunun kalan 4 boyutu incelenecektir.

- i. Değişmiş Zaman Algısı: Huşu deneyimlerinin bireylerin zaman algısı üzerinde geçici bir etkiye sahip olabileceği gösterilmiştir. Rudd vd. (2012) tarafından yapılan ardışık üç deneysel çalışmada, diğer duygulara kıyasla huşu duygusu yaşayan katılımcıların daha fazla zamanları olduğuna dair bir algılama içinde oldukları, bir diğer ifadeyle elverişli bir zamana (*time availability*) sahip olduklarını hissettikleri ve daha sabırlı oldukları bulgulanmıştır. Huşu deneyimleri, bireyleri içinde buldukları âna odaklanmaları konusunda motive eder. Şimdiye odaklanma hâli ise, huşunun zaman algısını ayarlama, alınan kararları etkileme ve hayatı olduğundan daha tatmin edici kılma kapasitesinin temelini oluşturur. Carroll (2008) tarafından yapılan bir anket çalışmasına göre katılımcıların neredeyse yarısı, günlük hayatlarında yeterince zamanları olmadığından şikayetçi olmuşlardır. Modern hayatla beraber gelişen teknoloji ve sosyolojik değişimler, günümüzde fazla iş yapsa da yeterli zamanı olmadığını hisseden bireyleri anlatan zaman kıtlığı durumunu da beraberinde getirmiştir (Menzies, 2005; Perlow, 1999). Zaman kıtlığının uyku sorunları, stres, ve bağımlılık ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Vuckovic, 1999). Rudd vd. (2012) tarafından yapılan çalışmada, huşu uyarımı sunulan müdahale grubundaki katılımcıların, kontrol grubundakilere kıyasla zamanın daha yavaş aktığını hissettikleri görülmüştür. Bu algısal değişiklik, huşuyu diğer duygulardan ayırmaktadır. Akış durumu (Csikszentmihalyi, 1997), benlik algısı ve zaman algısının değiştiği bir başka zihinsel durumu tanımlar. Bir zihinsel durum olan akış ile bir duygudurumu olan huşu arasındaki temel fark

da burada yatmaktadır. Öyle ki akış durumunda bireyler zamanın daha hızlı aktığı algısına kapılırken; huşu deneyimi esnasında genellikle zaman subjektif olarak yavaşlamaktadır. Rudd vd. (2012)'nin çalışmasında ayrıca müdahale grubundaki katılımcıların başkalarına yardım etmek için gönüllü zaman ayırmaya daha istekli oldukları, özgeci tutumlarında ve yaşam tatmininde artış olduğu bulgulanmıştır. Buna ek olarak, müdahale grubundaki katılımcıların tüketim tercihleri incelendiğinde, maddi ürünlere kıyasla deneyimsel ürünleri daha fazla tercih ettikleri görülmüştür.

- ii. Kendini Küçültme: Huşu deneyiminin, bireylerin subjektif beden ve benlik algısı üzerinde küçültücü bir etki yarattığı gösterilmiştir (Van Elk vd., 2016). Bu ölçüm için kullanılan maddeler arasında “Küçük veya önemsiz hissediyorum” bulunmaktadır (Piff vd., 2015). Huşunun özgecilik ve mütevazilikle ilişkisinde kendini küçültme bileşeninin aracı bir rol oynadığı bulgulanmıştır (Stellar vd., 2018). Preston ve Shin (2017) tarafından yapılan ardışık 5 çalışmada (Toplam N= 1064) manevi deneyimlerin, hem dindar hem de dindar olmayan bireylerde küçülmüş benlik algısı aracılığıyla huşu hissini uyandırdığı bulgulanmıştır. Bu çalışmada kendilerini dindar olarak tanımlayan katılımcılar manevi deneyimlerin kaynakları olarak sıklıkla dini olaylar ve ölüm ötesi inançlara atıfta bulunurken, dindar olmayan katılımcılar ise daha çok doğanın güzelliği, doruk deneyimler, yoga/meditasyon deneyimlerine atıfta bulunmuştur. Sonuçta bu araştırma, dindar ve dindar olmayan bireylerin birbirinden farklı nitelikte manevi deneyimler yaşayabileceği; fakat her iki grupta da maneviyatın küçülmüş benlik algısı aracılığıyla huşuyu tetikleyebileceği ortaya konmuştur.
- iii. Bağlanılmışlık: Kişinin öz-benliğini aşkın bir şekilde başkaları ve çevresi ile olan bağlantı hissi, huşu deneyimlerinin önemli bir parçasıdır (Stellar vd., 2017). Huşu deneyimi sonrası bireyler sıklıkla diğer kişilerle, çevreleri ve doğa ile derinden bir bağlantı hissettiklerini bildirmişlerdir. Huşunun bu bileşenini ölçmek için kullanılan maddeler arasında “Kendimi bütün varlık alemiyle bütünleşmiş hissettim” ve “Tam bir bağlılık hissine kapıldım” bulunmaktadır (Yaden vd., 2018). Yapılan araştırmalar, söz konusu bağlılık hissini kültür, insanlık, dini ve manevi varlıklar gibi bireylerin kendilerinden daha büyük bir

şeye yöneldiğini ortaya koymuştur (Krause ve Hayward, 2015). Daha da önemlisi, huşunun bu bileşenin hem bireyci hem de toplulukçu kültürlerde kolektif katılımı artırdığı bulunmuştur (Bai vd., 2017). Huşunun bu bileşenine kendini küçültme bileşeni ile birlikte, uzay yolculuğu hakkında görüşleri sorulan astronotlarla yapılan nitel araştırmalarda sıkça rastlanmaktadır. Örneğin Neil Armstrong, uzay yolculuğunun ardından klasikleşmiş şu alıntıyı bırakmıştır: “Birdenbire o güzel ve mavi minik bezelyenin Dünya olduğunu fark ettim. Baş parmağımı kaldırdım ve bir gözümü kapattım. Baş parmağım gezegenimiz Dünyayı kapattı. (Beklenenin aksine) kendimi dev gibi hissetmiyordum. Çok ama çok küçük hissettim.” (MacKinnon, 2019). Bu durumun altında yatan temel nedenleri sorgulayan araştırmacılar, yeni bir kavrama yoğunlaşmışlardır: Kuşbakışı etkisi (*overview effect*). Bu etki, dünyayı yukarıdan gözlemlene şansı elde eden astronotlarla yapılan çalışmalarda fark edilmiştir (Yaden vd., 2016). Derin duygusal sonuçları olabilen bu etkinin, dünyaya ve insanlığa karşı artan bir bağlılık ve sorumluluk hissi, özgeci davranış/tutum eğilimi ile ilişkili olduğu görülmüştür (Nelson-Coffey vd., 2019).

- iv. Fiziksel Duyumlar: Araştırmacılar modern ölçüm teknikleri ile yaptıkları çalışmalarda, huşu deneyimi yaşayan bireylerde birçok fizyolojik değişikliğin meydana geldiğini kaydetmiştir. Örneğin bir araştırmada katılımcıların huşu deneyimi esnasında donakalma tepkisi verdikleri görülmüştür (Chirico vd., 2017). Diğer araştırmalar ise katılımcıların tüylerinin diken diken olduğunu (*goose bumps*), bir ürperti hissettiklerini ve bedenlerinin titrediğini kaydetmiştir (Algoe ve Haidt, 2009; Schurtz vd., 2012). Ayrıca duyguların yüz ifadeleri üzerindeki etkisini huşu özelinde araştıran çalışmalarda, huşu deneyimi esnasında katılımcıların göz bebeklerinde büyüme saptanmış, şaşkınlık bildiren bir ifade olarak çene kaslarının kasıldığı görülmüştür (Shiota vd., 2003). Huşunun fiziksel duyumlar ve fizyolojik değişiklikler üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar genellikle psikofizyolojik ölçüm araçlarını kullanmışlardır. Örneğin Quesnel ve Riecke (2018) tarafından yapılan bir çalışmada araştırmacılar, sanal gerçeklik (VR) ortamı ile uyarılmış huşunun, fizyolojik bir tepki olarak tüylerin diken diken olma durumunu ne derece yordayacağını sorgulamışlardır. Bu çalışmada, katılımcıların tüylerinin diken

diken olma sıklığını ölçmek için bir web kamera ve cildin üzerine yansıtılan 3 adet LED ışık kullanılmıştır. Böylece cilt dokusundaki değişiklikleri saptayan araştırmacılar elde ettikleri videoları, yüksek kontrastlı filtreler aracılığıyla analiz etmişlerdir. Sonuçlar, huşu yaratıcı bir uyarana maruz bırakılan katılımcıların yaklaşık olarak yarısının, “tüyleri diken diken olma durumu” yaşadığını ve huşu deneyiminin yoğunluğu ile tüyleri diken diken olma durumu arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermiştir. Buna ek olarak, Chirico vd. (2017) ise huşu deneyimi esnasında meydana gelen değişimlerde çevresel sinir sisteminin rolünü araştırmak için katılımcıların giyebilecekleri çeşitli biyosensörler kullanmışlardır. Bunlardan ilki, fazik deri iletkenlik tepkisini (*skin conductance response*) kaydetmek için kullanılmıştır. Psikofizyolojik uyarılmanın bir göstergesi olan deri iletkenlik tepkisi, sempatik sinir sistemi tarafından kontrol edilen ter bezlerinin aktivitesine bağlıdır (Boucsein, 2012). Bu tepki, bir elin -kişinin sağ ya da sol elinden hangisini kullanıyorsa- işaret ve yüzük parmaklarındaki distal kemiklerin palmar (avuç içi) yüzeyine yerleştirilen iki elektrotla kaydedilmiştir. İkincisi, fotopletismogrik biyosensör olup kan atım hacmini (*blood volume pulse*) kaydetmek amacıyla kullanılmıştır. Fotopletismografi, belirli bir dokudaki kan hacminde meydana gelen dalgalanmaları ölçen elektro-optik bir yöntemdir. Araştırmacılar, bu yöntem ile ölçülen kan atım hacminin bir göstergesi olarak huşu deneyimi ve aşamaları esnasında meydana gelen kardiyovasküler aktiviteyi ölçebilmişlerdir. Bu araştırmada kullanılan üçüncü biyosensör, yüzeyel elektromiyografidir (sEMG). sEMG sayesinde hem kaşların çatılması esnasında harekete geçen Corrugator Supercilii hem de gülümseme esnasında harekete geçen Zygomaticus Major kaslarının otomatik mikro kasılmaları kaydedilmiştir. Corrugator aktivitesi, birey için hoş olmayan uyarılara duyarlı olup tetikleyici uyarının farkında olup olmamadan bağımsız çalışır (Dimberg vd., 2000). Diğer taraftan Zygomatik aktivite ise birey için hoş olan uyarılara duyarlıdır (Larsen vd., 2003). O sebepten ötürü araştırmacılar Zygomatik aktiviteyi, huşunun çeşitlerinin (pozitif ya da negatif değerlikli) bir göstergesi olarak kullanmışlardır. Huşunun fiziksel duyumlar üzerindeki etkisi ile ilgili yapılan çalışmalarda kullanılan diğer teknikler ise, EEG (elektroensefalografi), NIRS (yakın kızılötesi spektroskopisi) ve fMRI

(fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme) gibi modern ve gelişmiş ölçüm araçlarını içermektedir (Takano ve Nomura, 2022).

Yaden vd. (2018) tarafından literatüre dayalı olarak tanımlanan 4 boyut ile birlikte Keltner ve Haidt (2003) tarafından tanımlanan 2 boyut bir araya getirilmiş, her bir boyut için 5'er adet uygun madde tanımlanmış ve huşuyu 6 faktör ile ölçen kapsamlı bir huşu deneyimi ölçeği oluşturulmuştur. Bu ölçekte bulunan maddelerin hiçbirinde "huşu" kelimesi açıkça geçmemektedir. Böylece elde edilen ölçümlerin güvenilirliği sağlanmaya çalışılmıştır.

Buna ek olarak, Yaden vd. (2018) bu ölçeği geliştirirken uyum geçerliliği, ıraksak geçerlik ve yapı geçerliğini kurmak için AWE-S'i, değiştirilmiş Ayrımsal Duygu Ölçeği (*Differential Emotion Scale*, mDES) ve Eğilimsel Pozitif Duygu Ölçeği (*Dispositional Positive Emotion Scale*, D-PES) ile karşılaştırmışlardır. mDES'in her bir maddesi, birbirine benzer üç duygudurumu içermektedir. (Örneğin huşu maddesi huşu, merak ve şaşkınlık duygularını içermektedir.) Sonuçta, mDES'in huşu maddesinin AWE-S ile ve tüm faktörleriyle önemli düzeyde korele olduğu bulgulanmıştır. Benzer şekilde, genel olarak AWE-S ve özel olarak her bir faktörünün D-PES'in huşu alt ölçeği ile güçlü bir korelasyona sahip olduğu bulunmuştur. Bu sebeple AWE-S'in geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada, kendiliğinden gerçekleşen huşu deneyimlerinin çoğunlukla pozitif olduğu, katılımcıların yaşadıkları deneyimleri tanımlarken Keltner ve Haidt'in (2003) çalışmasında olduğu gibi güzellik, erdem, yetenek, tehdit ve doğaüstülük temalarının ön plana çıktığı görülmüştür. Ayrıca huşu deneyimini en yoğun şekilde tetikleyen uyarının, doğa manzaraları olduğu bulgulanmıştır.

2.2.3. Huşunun Uyarılması

Birçok huşu araştırmacısı, laboratuvar gibi kontrollü ortamlarda yoğun bir huşu deneyimi yaratmanın zorluğuna dikkat çekmektedir (Silvia vd., 2015). Bununla beraber araştırmacıların, kontrollü bir laboratuvar ortamında genişlik algısı yaratarak bir tür huşu duygulanımı ortaya çıkarmak için sıkça kullandığı bazı teknikler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, huşu uyandırıcı doğa manzaralarını içeren çeşitli

görseller kullanmaktır. Daha etkili olduğu kanıtlanan diğer yöntemler ise, katılımcıları huşu uyandırıcı video içeriklerine maruz bırakmak (Prade ve Saroglou, 2016; Zhang ve Keltner, 2016) ya da katılımcıların gerçek hayatta muhteşem bir doğa manzarasına (okaliptüs ağaçlarıyla dolu bir orman ya da büyük bir şelale gibi) ya da gökdelenlerle dolu bir şehir manzarasına şahitlik etmesidir (Joye ve Dewitte, 2016; Piff vd., 2015). Özellikle örneklem büyüklüğü fazla olan huşu araştırmalarında kullanılan bir teknik ise, katılımcıların geçmişte yaşadıkları huşu deneyimlerini hatırlamaları ve bu deneyimleri sözel olarak ifade etmeleri ya da yazmalarındır (Griskevicius vd., 2010). Rudd vd. (2012) tarafından yapılan ardışık üç deneysel çalışmada ise huşunun, katılımcılara geçmiş anılarını hatırlatma ve bunları yazılı olarak ifade etme, kısa bir vinyet okuma ve 60 saniyelik kısa bir reklam filmi izleme yoluyla tetiklenebileceği bulgulanmıştır. Bununla beraber birçok araştırmada huşu uyararı olarak kullanılan çeşitli melodilerin, müziklerin ve video oyunlarının da etkili olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır (Colver ve El-Alayli, 2016). Örneğin “Journey” adlı bilgisayar oyunu, oyuncuları bağlantı kurmaya ve gerçek duygusal deneyimler yaşamaya teşvik etmek için algısal genişlik ve huşu duygusunu kullanmaktadır (Isbister, 2016; Quesnel ve Riecke, 2018)

Bu tekniklerin huşu duygusunun tetiklenmesinde etkili olduğu bulgulansa da her bir tekniğin kendine has birtakım sınırlılıkları da bulunmaktadır. Katılımcılardan, geçmişte huşu deneyimi yaşadıkları anılarını hatırlamalarının istenmesi, gerçekte yaşamış olduğu duygulardan farklı duygular uyandırabilmektedir (Levine ve Safer, 2002). Özellikle de huşu gibi kompleks bileşenlerden oluşan bir duygunun, yalnızca anıların hatırlanmasına dayalı uyarılmasının güvenilirliği hususunda önemli şüpheler bulunmaktadır. Buna ek olarak, huşunun hem pozitif hem de negatif değerlikli çeşitleri bulunmaktadır. O sebeple uyarının hangi türde bir huşu deneyimi yarattığını kestirmek, bu yöntemi kullanan araştırmaların önemli bir sınırlılığıdır. Diğer taraftan müzik, görsel ya da video temelli uyarıların kullanılması her ne kadar uyarıların standartlaştırılması açısından laboratuvar ortamında araştırmacıya önemli bir kontrol olanağı sağlasa da huşu gibi oldukça subjektif içeriği olan bir duygunun, bireylerin kendiliğinden yaşadıkları huşu deneyimlerine kıyasla ancak düşük bir yoğunlukta ortaya çıkabilmesine neden olabilir. Bu kısıtlılığı kısmen de olsa elimine etmek için katılımcılar doğal bir ortamda huşu uyarıcılarına maruz bırakılabilir. Fakat doğal

deneyin bir kısıtlılığı olarak bu teknik çoğu zaman pratik olmayabilir ve sonuçlar, diğer birçok karıştırıcı değişkenin etkisine maruz kalabilir.

Son on yılda yapılan huşu araştırmalarında henüz kullanılmaya başlanan bir diğer teknik ise sanal gerçeklik (VR) yöntemidir. VR teknolojisi, bireyleri içinde buldukları gerçeklikten ayırarak bir başka gerçekliği deneyimlemelerine imkân tanımaktadır. Öyle ki VR teknolojisindeki son gelişmeler sayesinde bireyler kablolu bir gözlük takarak sanal bir dünyada seyahat edebilmekte, sanal nesnelere iletişim kurabilmekte ve VR gözlükleri ile birlikte kullanılan kontrol çubukları sayesinde bu nesnelere etkileşime geçebilmektedir. Ayrıca son model VR gözlükler üzerinde bulunan kamera ve sensörler ile baş ve gövde takibi yapılabilmekte ve görsel/işitsel uyarılar doğru yerde/zamanda sunulabilmektedir. VR, katılımcılara özel bir deneyim yaşattığından dolayı -bir mevcudiyet ve başka bir anda bulunma hissi- duygulanımın yoğunluğunu artırabilir (Waterworth vd., 2015). Buna ek olarak, gerçek hayatta yaşanan birçok deneyim diğer karıştırıcı değişkenlerin etkisine maruz kalabilecekken, VR teknolojisi araştırmacılara yüksek kontrollü bir deneysel ortam sunar. Böylece fizik yasalarını ihlal eden deneyimlerden oldukça karmaşık duygusal uyarılara kadar birçok zorlu müdahalenin, geçerli ve güvenilir bir şekilde uygulanabilmesine imkân tanır (Chirico ve Yaden, 2018).

VR tekniği, gerek klinik uygulamalarda gerek deneysel araştırmalarda farklı türde birçok duygunun tetiklenmesinde kullanılmaktadır. Örneğin klinik uygulamalar kapsamında korku ve kaygı gibi negatif duygudurumların uyarımında VR'nin oldukça etkili olduğu bilinmektedir. Örneğin özgül fobilerin ya da sosyal fobilerin tedavisinde, maruz bırakma gibi çeşitli davranışsal teknikler esnasında VR aracılığıyla sunulan tehdit edici uyarıcıların simülasyonları, fobik tepkileri tetiklemek ve bunlara sistematik olarak duyarsızlaştırma için kullanılmaktadır (Diemer vd., 2015). Ayrıca stres yönetimi ve düzenleme süreçlerindeki protokollerin çeşitli adımlarında kullanılmaktadır (Parsons, 2015). Buna ek olarak VR ile araştırmacılar tamamen ayıksız duyguları tetikleyebilmektedir. Örneğin Felnhofen vd. (2015) tarafından yapılan bir araştırmada katılımcılar çeşitli sanal park sahnelerine -hava durumu, çevredekilerin yüz ifadeleri, ortam müziği ve diğer uyarıcılar bakımından farklılaşan- maruz bırakılmışlardır. Sonuçta araştırmacılar VR tekniği ile üzüntü, kaygı, kızgınlık, mutluluk gibi birden fazla duyguyu tetikleyebilmişlerdir. Chirico vd. (2017)'nin de

vurguladığı gibi mevcudiyet -orada bulunma- hissi, yoğun duygusal tepkilerin oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır. Bu hissi yaşatacak iki teknik, doğal deney ve VR olabilir. VR tekniğinin doğal deneye kıyasla üstün olduğu bir nitelik, oldukça kontrollü araştırmalara imkân sağlamasıdır.

Bununla beraber VR ile duyguların tetiklenmesi sürecinde araştırmacıların dikkate alması gereken duygu yoğunluğunu artırıcı birtakım hususlar bulunmaktadır. İlk olarak, başka bir fiziksel mekâna gitmiş olma hissi uyandırılmalıdır. İkinci olarak, gerçek olanla sanal olan arasında algısal bir benzerlik bulunmalıdır. Bir başka ifadeyle sanal olan, gerçeğin iyi bir modeli olmalıdır. Üçüncü olarak, sanal alem bireyin olabildiğince fazla duyusuna hitap etmeli, onu çepeçevre kuşatmalıdır. Böylece birey, gerçek hayatın dinamiklerinden koparak bir başka uzamda olduğuna dair yoğun bir illüzyona kendini kaptırabilir. Son olarak, sanal alem bireyin “eylebildiği” bir yer olmalıdır. Bir diğer ifadeyle, birey gittiği alemdeki nesnelere etkileşime geçebilmelidir. Bu dört kriterin dikkatli bir şekilde uygulanması, tetiklenen duyguların artan yoğunluğu ile pozitif ilişkili bulunmuştur (Baños vd., 2008).

VR tekniğinin huşu araştırmalarında kullanılması, genellikle katılımcıların panoramik bir doğa manzarasını deneyimlemesi gibi huşu uyaranlarının oldukça etkili bir şekilde sunulmasını içerir (Chirico vd., 2017). Diğer huşu uyandırıcı teknikler ile VR tekniğinin etkililiğini kıyaslayan çok sayıda araştırma, VR yönteminin oldukça kontrollü deneysel çalışmalarda bile diğer yöntemlere kıyasla yoğun bir huşu deneyimi uyandırmadaki başarısını ortaya koymuştur (Parsons vd., 2015). Bununla beraber gündeme gelen bir diğer husus da çeşitli huşu deneyimlerine yol açacak şekilde literatürde hangi tür uyaranların kullanıldığıdır.

Huşunun en sık araştırılan çeşidi, pozitif değerlikli pozitif huşudur (POH). Buna ek olarak son 5 yılda sıkça araştırılmaya başlanan bir diğer çeşidi ise negatif değerlikli tehdit edici huşudur (TEH). Pozitif huşu uyarımının kullanıldığı bir çalışma, Chirico vd.’nin (2017) çalışmasıdır. Bu çalışmada kullanılacak huşu uyarıcılarının belirlenmesi için araştırmacılar bir ön çalışma yapmışlardır. Ön çalışma, denek-içi desenle ve 36 katılımcıyla yürütülmüş, bütün katılımcılar bir VR gözlük ile dengelenmiş bir sırayla 4 video içeriği izlemişlerdir. Bu videolardan ikisi, dağların muhteşem manzarasını ve bir orman içindeki uzun ağaçları içermektedir. Üçüncü

video yalnızca eğlenceli bir içerikteyken sonuncu video nötr içerikli olup çimenlerde dolaşan tavukların görüntüsünden oluşmaktadır. Videoları izleyen katılımcılar daha sonra öfke, eğlence, tiksinti, korku, gurur, üzüntü, sevinç ve huşu olmak üzere 8 farklı duygudurumu ne ölçüde yaşadıklarını değerlendirmişlerdir. Sonuçlar, huşu uyandırmada en etkili olanın, bir orman içindeki uzun ağaçları gösteren video olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca çimenlerde dolaşan tavukların görüntüsünü içeren video, beklendiği üzere huşu uyandırmamış, diğer birçok duyguyu ise anlamlı olmayacak kadar düşük bir düzeyde uyarılmıştır. O sebeple ana araştırma için huşu tetikleyici orman videosu (Şekil 2.3.) ve nötr içerikli tavukların videosu kullanılmıştır. Ana araştırma, 2 (huşu uyandırıcı ve nötr) x 2 (360° sürükleyici video ve 2D video) deneysel desenle yürütülmüş ve sonuçlar, panoramik bir sahne sunan, katılımcıların kafasını hangi tarafa çevirirse çevirsin 360° bir görüntüye maruz kaldığı sürükleyici videoların, klasik 2D videolara kıyasla daha yoğun bir huşu duygusu tetiklediğini göstermiştir.

Chirico vd. (2018a), denek-içi desenle ve 36 katılımcıyla yürüttükleri bir diğer çalışmada ise 4 farklı sanal gerçeklik ortamının, huşu duygusunu tetiklemedeki etkisi incelenmiştir. Bu videolardan üçü, pozitif huşuyu tetikleyecek şekilde, son video ise duygusal anlamda nötr bir içerikte hazırlanmıştır. Pozitif huşu tetikleyici içerikte olan sanal ortamlar orman, dağlar, uzaydan dünya manzarası olmak üzere üç doğal sahneyi içermektedir. Orman sahnesi ayrıca Piff vd. (2015) çalışmasında; dağ sahnesi Chirico vd. (2016) çalışmasında; uzaydan dünya manzarası sahnesi ise Gallagher vd. (2015) ve Yaden vd. (2017) çalışmasında da benzer içerikte kullanılmıştır. Nötr ortam (spesifik bir duygu uyandırmayan) olarak ise birkaç çiçek ve ağaçlardan oluşan doğal bir manzara kullanılmıştır. Araştırmacılar bu ortamı belirlerken Riva vd. (2007) ve Diemer vd. (2015) tarafından önerilen yönergeleri takip etmişlerdir. Doğal bir manzara olmasına rağmen bu içeriğin huşu uyandırıcı bir etki yaratmaması adına araştırmacılar birkaç hususa dikkat etmişlerdir. Öncelikle, bu içerik çok az ağaç ve yalnızca birkaç çiçeği barındıran bir parktan oluşmaktadır. Huşunun genişlik bileşenini artıran uyaranların niteliklerine zıt olarak bu sahne, ormanlık alan dışındaki manzarayı engelleyen yüksek taşlarla çevrilmiştir. Böylece manzaranın temaşa edilmesindeki fiziksel engellerin, genişlik hissinin tersine bir daralma hissi yaratacağı varsayılmıştır. Ayrıca akomode etme ihtiyacını azaltmak için, sahneye sıradışı algılanabilecek hiçbir unsur konulmamıştır. Bir diğer ifadeyle sahne öylesine şeffaftır ki bir bakışta

anlamlandırılabilir. İlgili görseller, Şekil 2.3.'de sunulmuştur. Bu çalışmada tüm katılımcılara, Oculus rift DK2 modellenli VR gözlük ile beraber uyarıcı video içerikleriyle ilgili çevresel sesleri duyabilmeleri ve böylece deneyimin yoğunluğunun artırılması amacıyla kafa bandlı bir kulaklık da takılmıştır. Sonuçlar, nötr VR ortamına kıyasla diğer üç ortamın önemli derecede huşu uyandırıcı etkiye sahip olduğunu ve negatif duygulanıma kıyasla daha yoğun bir şekilde pozitif duygulanım yarattığını göstermiştir.

Deneysel araştırmalar, orman manzarasının tipik bir huşu uyarıcı olduğunu göstermektedir. Bununla beraber ormanla beraber -yakınında- bir şelale görüntüsünün, yalnızca orman manzarasına kıyasla daha yoğun bir huşu uyarıcı olduğu bulgulanmıştır (Chirico vd., 2018a; Rudd vd., 2012). Şelalenin huşu uyarıcı olması bakımından iki temel özelliği bulunmaktadır. İlk olarak, orman manzarasına eklenmiş bir şelale görüntüsü, huşunun genişlik bileşeninin yoğunluğunu artırmaktadır. İkinci olarak, şelalenin en tepesinden serbest düşen sular, küçülmüş benlik algısını tetikleyebilir, böylece huşu deneyiminin yoğunluğunu artırabilir. Çünkü serbest düşüş, huşunun Keltner ve Haidt (2003) tarafından vurgulanan bir teması olan estetik algımızı etkilemektedir (Hudson, 2000). Serbest düşüşün huşunun yoğunluğunu artırmada bir etkisinin olup olmadığı, henüz araştırılmış bir konu değildir. Chirico vd.'nin (2018a), orman manzarası ile beraber var olan şelaleyi bir huşu uyarıcı olarak kullanmalarındaki ikinci sebep, serbest düşüş etkisi değil şelalenin ağaçların arkasından aktığı bir içeriğin seçilmiş olmasıdır. Böylece araştırmacılar, huşunun ikinci temel bileşeni olan akomode etme ihtiyacını artırdığını düşünmüşlerdir. Çünkü birkaç ağacın ardındaki büyük bir şelalenin varlığı, katılımcılar için şaşırtıcı bir durum olabilir. Bu durumu özümsemek, huşunun yoğunluğunu artırabilir. Huşunun evrimsel modelini (Lucht ve Van Schie, 2024) destekler şekilde babunlar ve şempanzelerde de hava olaylarına (yağmur ve gök gürültüsü gibi) ve şelalelere yönelik huşu benzeri tepkilerin gözlemlendiği bulgulanmıştır (Goodall, 2005).

Huşunun diğer bir tipik uyarıcı ise uzaydan dünya manzarasını izlemektir. Bu deneyim, ilk kez White (1987) tarafından kuşbakışı etkisi (*overview effect*) olarak tanımlanmıştır. Yaden vd. (2016) ise astronotların uzay yolculukları esnasında yaşadıkları deneyim ile ilgili raporları analiz ederek bu fenomeni huşu araştırmalarına

kazandırmıştır. Bu deneyimde hem genişlik hem de akomode etme ihtiyacının şiddetinin önemli derecede arttığı bulgulanmıştır.

Quesnel ve Riecke (2018) tarafından interaktif VR tekniğiyle denek-içi desen kullanılarak Kanada Üniversitesindeki 16 lisans öğrencisi ile yürüttükleri bir çalışmada ise her bir katılımcı 5'er dakika süreyle dört farklı sanal ortamı keşfetmiştir. Bunlar; interaktif olmayan (etkileşimsiz) renk turu (yeşil, mavi, kırmızı gibi renkleri içeren doğal güzellikler), etkileşimli Everest Dağı, etkileşimli Vancouver/Kanada (Şekil 2.3.) -deney fiziksel olarak Vancouver'da yapıldığından tanıdık bir ortam sağlanmış ve katılımcılar bölgede kolayca gezebilmştir- ve katılımcının kendi seçtiği etkileşime girebileceği bir yerden oluşmaktadır. Bu çalışmayı interaktif -etkileşimsel-yapan husus, araştırmacıların kullandığı Google Earth VR yazılımıdır. Bu özel yazılım, katılımcıların belirli yerleri tanımaları ve seçtikleri yerlere sanal olarak gitmelerini sağlamıştır. Sonuçlar, katılımcıların kendilerine gitmek istedikleri yeri seçebilme imkânı tanındığında, diğer sahnelere kıyasla önemli bir seviyede huşu duygusunun uyandığını göstermiştir.

Şimdiye kadar literatürde mevcut olan pozitif huşu (POH) uyandırıcı içeriklerden bahsedilmiştir. Huşu, pozitif olduğu kadar belirli bilişsel değerlendirme süreçlerine bağlı olarak negatif değerlikli varyantları da olan kompleks bir duygudur. Keltner ve Haidt (2003), huşunun bu özelliğini “hazzın doruğunda ve korkunun sınırında” bir duygu olarak tanımlamıştır. Gerçekten de bir doğa manzarası gibi doğal bir güzelliğe, bir liderin yüce ahlakına, Tanrı'nın verdiği nimetlere ve bahsettiklerine karşı huşu hissettiğimiz gibi bir volkan patlaması ya da deprem gibi bir afette doğanın yok edici gücüne, bir liderin manipülatif karizmasına ya da Tanrı'nın gazabına karşı da huşu hissederiz (Gordon vd., 2017). Huşunun diyalektiği de burada saklıdır. Öyle ki Merriam-Webster, huşuyu “otorite, kutsal veya yüce bir şeyden esinlenen saygı, dehşet ve hayranlık hislerini farklı şekillerde birleştiren bir duygu” olarak tanımlamaktadır. Doğu dillerindeki huşu tanımlamalarında da korku, dehşet, tehdit gibi unsurların yer aldığı bilinmektedir. Örneğin Çince huşu (敬畏) kavramı saygı ve korkunun birleşimidir. Arapçada ise huşu kelimesinin türediği “ha-şe-a” sülasi fiili; tevazu sahibi olmak, itaatkâr olmak, Allah'a boyun eğmek, korkmak, sükûnet içerisinde olmak gibi











anlamlara gelmektedir (Fârîs, 1979; Sarı, 1982). Sonuç olarak, huşunun kültürler-arası semantiğinde korku ve tehdit odaklı bir varyantın örüntüsü izlenebilmektedir.

TEH, sosyal (baskın bir lider karakteri), doğal (şimşek, hortum) ya da metafizik (hayatın amacı üzerine düşünme) deneyimler gibi birçok uyarıcı tarafından tetiklenebilir. Valdesolo ve Graham (2014) çalışmasında katılımcılar, pozitif ve nötr içerikli uyarıcılara kıyasla huşu uyandırıcı video içeriklerine daha yoğun korku tepkisi vermişlerdir. Piff vd. (2015) çalışmasında ise volkan ve hortum gibi tehdit edici doğal uyarılar, tehdit edici olmayan uyarılara göre daha yüksek düzeyde korku uyandırmış, fakat huşu düzeyi açısından bir farklılık bulunamamıştır.

Gordon vd. (2017) çalışmasında, tehdit edici kompleks uyarılara (hortum, volkan patlaması, terör saldırısı ya da Tanrı'nın gazabı gibi) verilen bir tepki olarak ortaya çıkan negatif bir huşunun varlığı kanıtlanmış, hatta bireylerin bu tür deneyimleri günlük hayatlarında sıkça yaşadıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmada, Tehdit Edici Huşu (TEH) uyarısı olarak süper hücre fırtınasının; POH uyarısı olarak ise kutup ışıklarının (*aurora borealis*) bir görüntüsü kullanılmıştır (Şekil 2.3.). Araştırma sonuçlarına göre TEH, altta yatan bilişsel değerlendirmeleri, öznel deneyimleri, fizyolojik sonuçları ve bireylerin yaşam tatminleri üzerindeki etkisi bakımından POH'dan ayrılmaktadır. Öyle ki TEH deneyimleri, POH'a kıyasla daha düşük öz-kontrol (*self-control*) ve kendinden eminlik (*self-certainty*); daha yüksek durumsal kontrol değerlendirmeleri ile tanımlanmakta ve yüksek düzeyde hissedilen korku duygusuyla karakterize olmaktadır. Buna ek olarak TEH, fizyolojik olarak artan sempatik uyarılma ile ilişkiliyken POH, artan parasempatik uyarılma ile ilişkilidir. Ayrıca yalnızca POH'un, artan yaşam tatmini ile ilişkili olduğu kanıtlanmıştır. TEH ile yaşam tatmini arasında pozitif ya da negatif bir ilişki olup olmadığını söylemek için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. Bununla beraber TEH deneyimleri esnasında bireylerin yaşadıkları anlık güçsüzlük hissini, bu ilişkide aracı bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Çünkü kendinden eminlik ve öz-kontrol düzeylerindeki azalma, bireylerin karşılaştıkları durum karşısında kendilerini güçsüz hissetmelerine neden olabilir ki bu durum, yaşam tatmini ile negatif yönde ilişkilidir (Keltner vd., 2003). Öyle ki tehdit edici durumların neden olduğu korku ve kaygı gibi duyguların, yaşam tatmini ve iyi oluş üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğu; pozitif duyguların ise

refahı ve yaşam tatminini artırdığı bilinmektedir (Diener vd., 1999; Fredrickson, 2001).

Araştırmacılar TEH deneyimlerinin, pozitif duygulanıma daha az vurgu yapan ve karmaşık duyguların daha yaygın olduğu Batılı olmayan kültürlerde daha yaygın olabileceği görüşünü benimsemektedir (Shiota vd., 2011). Ayrıca TEH deneyimlerinin, karizmatik liderler üretme kapasitesi olan, bu liderlere güçlü bir bağlılık gösteren toplumlarda ve cezalandırıcı, kudret merkezli bir Tanrı tasavvuruna sahip olan dindar bireylerde daha sık görülmesi muhtemeldir (Gordon vd., 2017; Shariff ve Norenzayan, 2011). Huşu araştırmalarında kullanılan pozitif, tehdit edici ve nötr içerikteki sahneler Şekil 2.3.'de sunulmuştur.

				
Yüksek ağaçlardan oluşan orman	Şelale barındıran bir orman	Engin bir dağ manzarası	Uzaydan dünya manzarası	POH uyarını olarak doğal olmayan bir manzara
Chirico vd. (2017)	Chirico vd. (2018a); Piff vd. (2015)	Chirico vd. (2016); Chirico vd. (2018a) Quesnel ve Riecke (2018)	Chirico vd. (2018a); Gallagher vd. (2015); Quesnel ve Riecke (2018) Yaden vd. (2017)	Collado ve Manrique (2020)
				
Spesifik bir duygu uyandırmayan nötr ortam	Tanıdık olan bir bölge	Renk turu	Kutup ışıkları	TEH uyarını olarak süper hücre fırtınası
Chirico vd. (2018a)	Quesnel ve Riecke (2018)	Quesnel ve Riecke (2018)	Gordon vd. (2017)	Gordon vd. (2017)

Şekil 2.3. Huşu Araştırmalarında Kullanılan Pozitif, Tehdit Edici ve Nötr İçerikteki Sahneler

2.2.4. Huşu Deneyimi Üzerine Yapılan Güncel Araştırmalar

Son 10 yılda huşu deneyimi üzerine yapılan deneysel araştırmalar, huşunun birçok psikolojik, bilişsel, duygusal ve algısal süreçle ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Yaden vd., 2018). Örneğin huşu deneyimi, Genişletme ve İnşa Etme Kuramı (Fredrickson, 2001) ile uyumlu bir şekilde bireylerin dikkat ve algı süreçlerini etkilemektedir (Sung ve Yih, 2015). Buna ek olarak, huşu deneyimi mutluluk gibi diğer pozitif duygudurumlara kıyasla bireylerin zaman algısını genişletmekte (Rudd vd., 2012), iyi oluşlarını ve yaşam tatminlerini artırmakta (Krause ve Hayward, 2015), özgeci davranışları konusunda motive edici olmakta (Jiao ve Luo, 2022; Stellar vd., 2018) saldırgan tutum ve agresif davranışlar gösterme sıklıklarını azaltmaktadır (Yang vd., 2016). Ayrıca, huşu deneyiminin beden algımız üzerinde küçültücü bir etki yarattığı bulgulanmıştır (Van Elk vd., 2016). Araştırmalar, huşunun spiritüel/dini/manevi inançlardaki artışla ilişkili olduğunu (Van Cappellen ve Saroglou, 2012), evrendeki tesadüfi gerçekleşen olayların ardında bir kasıt ve amaç bulma eğilimini -felsefede teleoloji- artırdığını ortaya koymuştur (Valdesolo ve Graham, 2014).

Buna ek olarak huşu deneyimi, kişilik psikolojisinde de çalışılmaktadır. Örneğin, Büyük Beşli Kişilik Modelindeki bir faktör olan deneyime açıklık (*openness to experience*) özelliğinin, bireylerin huşu deneyimi yaşama eğilimlerini yordadığı bilinmektedir (Silvia vd., 2015). Ayrıca huşu deneyimi yaşama eğilimi olarak nitelendirilebilecek süreklilik (*trait*) düzeyinin, dışadönüklük (*extraversion*) ile pozitif ilişkili olduğu bulgulanmıştır (Shiota vd., 2006). Dong ve Ni (2020) çalışmasında deneyime açıklık ve dışadönüklüğün, huşu deneyimine yatkınlığın iyi bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Ayrıca huşu deneyimine yatkınlığın da yüksek düzeyde öznel iyi oluş ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak, deneyime açıklık ve dışadönüklüğün öznel iyi oluş üzerindeki etkisinde huşu deneyimine yatkınlığın aracı bir rol oynadığı bulgulanmıştır. Kısaca, deneyime açıklık ve dışadönüklük kişilik özellikleri, bireylerin günlük hayatta daha fazla huşu deneyimi yaşamalarını sağlayabilir, ve bu da iyi oluş düzeylerini artırabilir.

Huşu duygusunun, bireylerin hayatlarına bir anlam verme çabasından doğduğuna vurgu yapan araştırmalar da mevcuttur. Buna göre huşu uyandırıcı bir deneyim,

bireylerin anlam sistemlerini, deneyim sonrası gerçekleşen akomode etme ihtiyacı sonucunda güncellemelerini ve yeni duruma uyarlamalarını sağlar (Ihm vd., 2019). Bu anlam yaratma sürecinin, dış dünyanın daha tahmin edilebilir ve yordanabilir hale gelmesi ile birlikte pozitif duygulardaki artışa yol açtığı düşünülmektedir. Sonuçta huşu deneyimi, bireylerin fiziksel ve psikolojik iyi oluşlarına katkıda bulunabilir (Bai vd., 2021). Ihm vd. (2019) çalışmasında, huşunun birey düzeyinde hayata anlam verme kapasitesini, grup içi düzeye taşımıştır. Buna göre, huşu duygusu aynı zamanda grup içinde (bir dinin ya da dini grubun mensupları gibi) paylaşılan bir anlam sistemi yaratma kudretine sahiptir. Grup içinde paylaşılan bir anlam sistemi, grup üyelerine ortak bir bakış açısı kazandırmaya ve grup bağlılığını artırmaya yardımcı olur. Evrimsel bakış açısından bu durum, grup içi iş birliğini artırarak üyelerin hayatta kalma şansını artırmaktadır. Nitekim araştırmalar, grup bağlılığının teşvik edilmesinin, bir grup görevinde daha iyi performansla ilişkili olduğunu göstermiştir (Lucht ve Van Schie, 2024; Zaccaro ve McCoy, 1988).

Huşu deneyimi ile ilgili araştırılan bir diğer konu da yaratıcı düşünmedir. Chirico vd. (2018b) tarafından yapılan bir çalışmada, huşunun yaratıcılığı artırdığı bulgulanmıştır. VR tekniği ile yapılan bu araştırmada, huşu grubundaki katılımcılar, bir doğa manzarasına maruz bırakılmışlardır. Huşu grubundaki katılımcıların, kontrol grubundakilere kıyasla bir ürün geliştirme görevinde daha iyi performans gösterdikleri, ayrıca yaratıcılığın üç boyutunda da -akıcılık, esneklik ve ayrıntılandırma- daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Zhang'ın (2017) doktora çalışmasında ise huşuya yatkınlığın, yaratıcılık ile pozitif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir.

Huşu deneyimi aynı zamanda psikolojik sağlık, yaşam tatmini ve artan iyi oluş ile de ilişkilendirilmiştir. Doğa seyahatlerine çıkmak ve doğal güzellikleri keşfetmenin bireylerin iyi oluş düzeylerini ve pozitif duyguları artırdığı bilinmektedir. Bazı araştırmacılar, bu ilişkiye POH'un aracılık edebileceğini belirtmektedir. Çünkü doğal manzaralar, POH'un en temel uyarıcılarından biridir. Gerçekten de doğanın tetiklediği bir POH deneyiminin, katılımcıların stres düzeyini azalttığı, iyi oluş düzeylerini artırdığı bulgulanmıştır (Anderson vd., 2018). Monroy vd. (2023) çalışmasında ise katılımcıların gün içerisinde yaşadıkları huşu deneyimlerini 22 gün boyunca bir günlüğe yazmaları istenmiştir. Sonuçlar, katılımcılar gün içerisinde ne kadar çok

sayıda ve yoğun huşu deneyimi yaşarlarsa, o kadar az düzeyde stres ve fiziksel rahatsızlıkla karşılaştıklarını göstermiştir. Huşu, bireylerin ben merkezli odaklarını azaltarak kendilerini çok daha büyük bir bütünün parçası olarak görmelerini sağlayabilir (Bai vd., 2017; Piff vd. 2015). Böylece huşu deneyimi, bireyin dikkatini daha geniş bir ölçüğe odaklayabilmesini sağlar. Krause ve Hayward (2015) çalışmasında, inançları dolayısıyla Tanrı karşısında huşu duyan bireylerin, diğer insanlarla daha yoğun bir bağlantı/ilişki kurabildiği ve empati düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Huşunun bireyleri ben merkezli düşünceden uzaklaştırarak diğer insanlara, topluma ve çevreye odaklanmayı teşvik ettiği bilinmektedir. Bu minvalde huşunun güncel literatürde araştırılan bir diğer bağlamı da ekolojik davranış ile ilgilidir. Yang vd. (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, kontrol koşulundaki katılımcılara kıyasla huşu koşulundakilerin ekoloji yanlı davranış sergileme eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca huşu koşulundaki katılımcılar, kontrol koşulundakilere kıyasla daha yüksek doğaya bağlılık düzeyi bildirmişlerdir. Buna ek olarak, huşu ile ekolojik davranış arasındaki pozitif ilişkiye, doğaya bağlılık düzeyinin aracılık ettiği bulgulanmıştır. Zhao vd. (2018) çalışmasında, POH ile çevrecilik arasındaki ilişkide, bireylerin sahip olduğu sosyal baskınlık yöneliminin (SBY) kısmi olarak aracı rol oynadığı görülmüştür. SBY, Sosyal Baskınlık Kuramının birey düzeyinde öne sürdüğü değişken olup, Sosyal Baskınlık Yönelimi Ölçeği (SBYÖ) ile ölçülmektedir. Sidanius ve ark. (1994) tarafından geliştirilmiş, Karaçanta (2002) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış SBYÖ, bireylerin toplumda var olduğu düşünülen eşitsizliğe ve gruplar arası hiyerarşinin sürdürülmesine yönelik tutumlarını ölçmede kullanılmaktadır. Yüksek SBY skoru olan bireylerin, genel veya kişiler-arası eşitlik yerine gruplar-arası ve kişiler-arası hiyerarşinin sürdürülmesini tercih ettiği bilinmektedir (Hogg ve Vaughan, 2018; Pratto vd., 1994). Öyle ki bir kaynak paylaşım görevinde, SBY'nin kaynakları dış gruba kıyasla iç grup üyelerine dağıtmayı tercih etmede etkili olduğu bulgulanmıştır (Kteily vd., 2012). SBY'nin sosyal psikoloji araştırmalarındaki temel odak noktası, gruplar-arası eşitsizlik ve toplumdaki baskın grupların hiyerarşik bir düzlemdeki konumuna ilişkindir. Bununla beraber, SBY'nin, insan-çevre etkileşimine dair var olan çeşitli sorunların tanımlanmasında kullanıldığı da görülmektedir (Carrus vd., 2018; Panno vd., 2017; Zhao vd., 2018). Sosyal bağlamda eşitsizlik yanlısı olmak ve hiyerarşinin sürdürülmesini desteklemek, insanın çevre üzerinde hakimiyet

kurabileceğine dair düşünce tarihinin ilk zamanlarından beri süregelen tartışmanın bir izdüşümü olarak yorumlanabilir. Öyle ki yüksek SBY'nin, çevre yanlısı tutum/davranışlar ve çevreci politikalara verilen destekle negatif yönde ilişkili olduğuna dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır (Milfont vd., 2013; Pratto vd., 1994). Zhao vd.'nin (2018) çalışmasının ikinci ve üçüncü adımını oluşturan takip araştırmalarında ise, önceki araştırmada raporlanan huşu ile çevrecilik arasındaki korelasyonel ilişkiyi, deneysel bir desende yeniden ölçmek ve bu iki değişken arasında nedensel bir ilişki olup olmadığını göstermek amaçlanmıştır. Sonuçlar, POH'un, kontrol koşullarına kıyasla katılımcıların SBY'lerini azalttığı, bunun da ekolojik sebeplerle kişisel fedakarlıkta bulunma isteklerini ve çevre yanlısı davranış gösterme eğilimlerini kısmen artırdığını göstermiştir.

Huşu deneyimlerinin genel olarak kendini küçültme ve dikkat odağını benlikten kaydırma ile ilişkili olması, araştırmacıları bu duygunun öz-aşkınsal duyguların bir çeşidi olduğunu düşünmeye sevk etmiştir (Yaden vd., 2017). Öz- aşkınlık deneyimleri, bireylerin somut nesnelere (gösterişçi tüketim ve diğer maddi araçlar) kıyasla soyut nesne ya da belirli değerler bütününe odaklanmasını ve takip etmesini teşvik eder. Bu yönüyle huşu, dini/manevi deneyimlerle de oldukça ilişkilidir. Öyle ki huşu deneyimine yatkın olan bireylerin, sosyal başarı ve maddiyata dayalı yaşam memnuniyeti gibi materyalistik hedeflere daha az önem atfettiği görülmüştür (Van Cappellen vd., 2013). Huşuyu manevi yaşam biçimi-materyalist yaşam biçimi dikotomisinde ele alan bir çalışma (Hu vd., 2018), huşunun gösterişçi tüketim üzerindeki negatif etkisine maneviyatın kısmi olarak aracılık ettiğini bulgulamıştır. Buna göre huşu, bireylerin maneviyatını artırmakta ve bu da gösterişçi tüketim eğilimlerini azaltmaktadır. Huşu deneyimi ile birlikte azalan gösterişçi tüketim, yalnızca durumluk düzeyde değil süreklilik (*trait*) düzeyinde de bulgulanmıştır. Bir diğer ifadeyle, huşu deneyimine olan yatkınlığın, gösterişçi tüketime olan yatkınlıkla negatif ilişkili olduğuna dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır. Araştırmacılar, huşunun maneviyat üzerindeki olumlu etkisinin bir sonucunu, bireylerin tüketim odaklı materyalistik bir yaşam biçiminden uzaklaşması ve değer odaklı bir yaşam biçimine benimseme isteklerindeki artış ile ölçmüşlerdir.

Sayısı oldukça az olsa da literatürde POH ve TEH deneyimlerini çeşitli değişkenler açısından kıyaslayan çalışmalar da mevcuttur. Guan vd. (2019b) çalışmasında, POH

ve TEH deneyimlerindeki farklılığın nöral temelleri incelenmiştir. 62 genç ve sağlıklı katılımcı ile yapılan bu çalışmada, POH ve TEH deneyimleri esnasında belirli beyin bölgelerindeki gri maddenin hacminin (GMH) morfometrik ölçümleri alınmıştır. Elde edilen bulgular, POH'un üst parietal lobun bir parçası olan precuneustaki GMH ile pozitif ilişkili; sol fusiform ve sağ kalkarindeki GMH ile negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan TEH'in sağ ve sol insuladaki ve sol yarımküredeki üst temporal girusta bulunan GMH ile negatif ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Huşunun çeşitli varyasyonlarının birbirinden farkını nöral düzlemde açıklayabilmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Ortak bir huşu deneyiminin, grup üyeleri arasındaki sosyal bağları güçlendirdiğine ilişkin ikna edici kanıtlar bulunmaktadır. Bununla beraber literatürde POH ve TEH deneyimlerinin sosyal işlevlerini karşılaştırmalı olarak sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Nomura vd. (2021) ve Wang vd. (2023) çalışmalarında, TEH'in küçülmüş benlik aracılığıyla bağımlı dünya görüşlerini artırdığı, böylece grup üyeleri arasındaki bağları güçlendirdiği sonucuna ulaşırken; Takano ve Nomura (2023) semantik ağ analizine dayalı çalışmasında, TEH'in, POH'a kıyasla artan güçsüzlük hissi aracılığıyla bağımlı dünya görüşlerini teşvik ettiğini bulgulamıştır. Huşunun grup içi ve gruplar arası süreçlerdeki etkisini güvenilir bir şekilde ortaya koyabilmek için karmaşık modellere dayalı daha fazla çalışmaya ihtiyaç bulunmaktadır.

POH ve TEH deneyimlerinin, sosyal norm ihlaline karşı bireylerin gösterdiği tolerans üzerindeki etkisini karşılaştırmalı olarak ele alan ön test-son test modeli bir çalışma (Sawada ve Nomura, 2020), POH koşulundaki katılımcıların, bir sosyal norm ihlali senaryosunda, son test ölçümlerinde farklı düşünen bir kişiye karşı toleranslarının arttığını; TEH koşulundaki katılımcıların ise artmadığını bulgulamıştır. Birçok araştırma, doğal afetlerin, terör saldırıları ve savaş gibi çevresel/sosyal tehditlerin, sosyal norm ihlallerine ve toplumda farklı düşüncelere sahip bireylere/gruplara karşı toleransı azalttığına, kültürel katılımı artırdığına vurgu yapmaktadır. TEH'in volkan patlaması gibi bir doğal afetin görüntüsünü ya da bir terör saldırısı esnasında yaşananları canlandırma gibi olumsuz uyarıcılarla tetiklendiği dikkate alındığında, POH koşulundaki katılımcılara kıyasla TEH koşulundakilerin bir sosyal norm ihlali senaryosuna neden daha toleranslı yaklaştıkları fark edilebilir. Bu fenomen, kültürler-

arası psikolojide kültürel sıklığa karşı esneklik (*tightness vs looseness*) modeli ile incelenmektedir. (Gelfand vd., 2011; Mrazek vd., 2013).

Pozitif psikoloji alanında huşu duygulanımı üzerine çalışılan bir diğer konu da huşunun bilişsel performans üzerindeki etkisidir. Doğa manzaralarını temaşa etmenin, birey üzerinde sağladığı faydalar birçok deneysel çalışmaya konu edilmiştir. Buna göre POH'un en temel tetikleyicilerinden biri olan doğa manzaralarına maruz kalmanın, dikkat odaklama becerilerini ve pozitif duyguları artırdığı, kan basıncını ve kalp atış hızını azalttığı bilinmektedir (Hartig vd., 2014; Kaplan ve Kaplan, 1989). Bu olumlu çıktılar genel olarak doğanın onarıcı etkisine (*restorative effect*) atıfta bulunur. Restorasyon, işevuruk olarak günlük yaşamda karşılaşılan stres kaynaklarını ve talepleri karşılamak/yönetmek için tükenmiş adaptif kaynakların yenilenmesi şeklinde tanımlanabilir. Dikkat Restorasyonu Kuramına (DRK) göre doğaya ve doğa deneyimlerine doğrudan maruz kalmak, restorasyon sürecinin tetikleyicisidir ve bilişsel konsantrasyonu artırır (Kaplan ve Kaplan, 1989). Diğer taraftan çelişkili bulgular da bulunmaktadır. DRK'yı temel alan bir araştırma (Collado ve Manrique, 2020), sıradan doğal/doğal olmayan manzaralarla huşu uyandıran doğal/doğal olmayan (gökdelenler gibi) manzaralara (Şekil 2.3.) maruz kalmanın restoratif etkilerini incelemiştir. Bu çalışmada huşu uyandırıcı manzaraların restoratif bir etkiye sahip olduğuna dair istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç bulunamamış; fakat huşu uyandırıcı manzaralara maruziyetin pozitif duygularla ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur.

Buna ek olarak, olumsuz yaşam olayları karşısında huşunun tampon etkisine dayalı az sayıda çalışma mevcuttur. Koh vd. (2019) tarafından yapılan ardışık 3 deneysel çalışmada, huşunun önemli bir maddi kayıp yaşayan bireylerdeki negatif duygudurumu hafiflettiği ortaya konmuştur. Huşunun maddi kayıplarla başa çıkmadaki olumlu etkisi bulgulansa da bireylerin sevdiği birini kaybetmesi gibi diğer kayıp durumlarında ne derece tampon etkisi yaratacağına dair çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu minvalde yapılan bir diğer çalışmada (Sun vd., 2023), huşunun katılımcıların küçülmüş benlik algısını artırdığı, böylece negatif duyguları bastıracağına ilişkin sonuçlara ulaşılmıştır. Huşunun negatif duygular üzerindeki tampon etkisini gösteren bu çalışmada, POH deneyimi yaşayan bireyler, tehdit edici üç durumun (zekanın, dış görünüşün ve gücün tehdit edildiği) yol açtığı negatif duyguları, nötr

koşuldaki ve mutluluk koşulundaki katılımcılara kıyasla daha az bildirmişlerdir. Böylece huşunun, bireylerin psikolojik dayanıklılığını (*resilience*) ve fiziksel sağlığını artırdığı düşünülmektedir (Monroy ve Keltner, 2023). Tüm bu çalışma konularına ek olarak huşunun özgeci davranışlarla ilişkisine dair yapılan birçok araştırma da mevcuttur. Bu araştırma bulguları, özgeciliğin kavramsal olarak tanıtılmasından sonra 2.3.1. bölümde sunulacaktır.

2.3. Özgecilik

Özgecilik (*altruism*), genel olarak bir başka insan, canlı ya da varlık yararına tutum ve davranışta bulunma olarak tanımlanır. Özgeciliğin kavramsal olarak prososyal (toplum yanlısı) davranış (*prosocial behavior*) ve yardım etme davranışı (*helping behavior*) gibi kavramlarla da yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Bununla beraber, özgeciliği bu iki kavramdan ayıran bazı ince nüanslar bulunmaktadır. Öyle ki prososyal davranış, topluma yarar sağlayan ve toplum tarafından olumlu bir değer atfedilen davranışlardır. Prososyal davranışta etken olan husus, toplumun o davranışa atfettiği değerdir. Örneğin, genel olarak olumlu olduğu düşünülen yardım etme davranışına, eğer bir toplumda olumsuz bir değer atfediliyorsa bu davranış prososyal bir davranış olarak nitelendirilemez. Diğer taraftan yardım etme davranışı ise, bir insan, varlık, nesne ya da grubun yararına, kasıtlı olarak yapılan davranışları tanımlamak için kullanılır ve prososyal davranışlar kümesinin bir alt kategorisini oluşturur. Buna göre, yardım etme davranışında asıl olan, öznenin kasıtlı olarak kendisi dışındaki diğerleri yararına gerçekleştirdiği fiildir. Buna göre bir şirketin yalnızca reklam amaçlı, depremden etkilenen bir bölgeye büyük miktarlarda para yardımı yapması, bir yardım etme davranışı olarak nitelendirilemez. Özgecilik de yardım etme davranışı gibi prososyal davranışların bir alt kategorisidir. Özgecilik, kişinin yalnızca bir başkasına fayda sağlama amacıyla yaptığı davranışlar olarak tanımlanabilir. Bu tanımda öne çıkan bir husus, özgeci bir davranışta temel niyetin herhangi bir kişisel çıkar ile ilişkili olmaması; tek amacın bir başkası lehine fayda sağlamak olmasıdır (Hogg ve Vaughan, 2018).

Sınırsız ihtiyaçları olan insanın, tamamen öteki lehine bir tutum/davranış sergileyip sergileyemeyeceği hususu, psikoloji araştırmalarından çok önce birçok filozofun düşüncelerinde kendine yer bulmuştur (Hobbes, 2010; Machiavelli, 2004). Her ne

kadar özgecilik kavramını kullanmamış olsalar da insanı bencil bir varlık olarak tanımlayan birçok filozof için kuşkusuz bir davranışın asıl sebebinin kişisel çıkar dışında bir şey olması, normalin dışında vuku bulan bir hadisedir. Öyle ki evrimsel psikologlar özgeciliği açıklarken, genetiğin ve kalıtımın rolünü temel almakta (Buss ve Kenrick, 1998), sosyal öğrenme yaklaşımına sahip araştırmacılar ise özgeciliğin öğrenilen bir davranış olduğuna ve model almanın önemine vurgu yapmaktadır (Hornstein, 1970). Her iki açıklama biçimi de insanın maddi/manevi hiçbir karşılık beklemezsizin yalnızca bir başkası lehine davranışta bulunabileceği fikrine pek sıcak bakmaz. Öyle ki Batson vd. (1981), yalnızca bir olay sonucunda bireyin, ötekinin acısını görmeyeceği ve o acıya maruz kalmayacağı bir durumda dahi o acıyı yaşayanlar lehine yardım etme davranışı göstermesinin, özgeci bir davranış olabileceğini düşünmektedir.

Batson vd. (1994) bireyin, başkaları lehine özgeci davranış gösterme eğilimini iki temel güdüleyici unsura dayalı olarak ele alır. Bunlardan ilki, davranışların bir başka temel hedefe ulaşmak için yalnızca bir aracı olduğu, araçsal hedeflerdir. İkincisi ise herhangi bir ara hedef olmaksızın davranışın kendisinin amaç olduğu nihai hedeflerdir. Araçsal hedeflerin, bireyin kişisel çıkarlarına fayda sağlamaktan başka bir işlevi bulunmuyorsa, bu hedefleri gerçekleştirmeye yönelik yapılan davranışlar da özgeci olarak tanımlanamaz. Fakat araçsal hedeflerin, kişinin ait olduğu grubun ya da daha geniş ölçekte yaşadığı toplumun yararına birtakım sonuçları bulunuyorsa, -söz konusu yarar, dahil olunan grubun bir parçası olarak bireyin kendi çıkarına bir fayda sağlıyor olsa bile- bu hedefleri gerçekleştirmeye yönelik davranışlar özgeci olarak nitelendirilebilir.

Batson vd.'nin (1994) çalışmaları, prososyal davranışların altında yatan nedenleri açıklayan dört temel güdüleyicinin varlığına ilişkin ikna edici kanıtlar ortaya koymuştur. Bireylerin prososyal davranışta bulunma sıklıkları ve biçimleri, aşağıda sunulan dört faktöre bağlıdır.

- i. Bencillik: Prososyal davranışlar çoğu zaman bireyin kişisel çıkarları ile ilişkili olabilmektedir. Öyle ki bireyin başkaları lehine özgeci davranışta bulunması, mal edinme, sosyal ve finansal sermayeye sahip olma, ödül kazanma ve

cezalandırılmadan kaçınma gibi nihai hedefin başkalarının lehine fayda sağlamak olmadığı diğer birçok gerekçeye dayalı olabilir.

- ii. Özgecilik: Prososyal davranışlar, başkalarının lehine fayda sağlar. Bu türden bir davranış, özgeci olması bakımından karşılık beklenmeksizin yapılır. Prososyal davranışın özgeci motivasyonu, birçok toplumda çeşitli gerekçelere dayalı -dini, milli, insani- olarak teşvik ve takdir edilir.
- iii. Toplulukçuluk: Prososyal davranışlar, bir toplumun ya da sosyal grubun lehine fayda sağlar. Bir toplumda var olan çok sayıda sosyal kimliğin gruplararası çatışmanın bir unsuru haline geldiği durumlarda, prososyal davranışın kolektiflik lehine olan güdülenimi, çoğu zaman yalnızca iç grup üyelerine yönelik artan bir fayda ile sonuçlanır.
- iv. İlkelilik: Prososyal davranışlar, ortaya çıktığı toplumda değer atfedilen belirli ahlaki ilkelere dayalı olarak sürdürülür.

Diğer taraftan Latané ve Darley'in (1970) bilişsel modeline göre, bireylerin bir olay karşısında yardım etme davranışı gösterebilmesi için 4 temel bileşenin varlığı gereklidir. Birey, öncelikle meydana gelen olayın ayrıntılarını bilmeli ve bu olayı acil bir durum olarak tanımlamalıdır. Daha sonra sorumluluk yüklenmeli ve bu olay karşısında ne yapılabileceğine karar vermelidir. Bu süreç, sonunca yardım etme davranışını ortaya çıkartır. Latané ve Darley'in (1970) deneysel çalışmasında başkalarının varlığının, bireyin acil bir durum karşısında yapacağı müdahaleleri engellediği görülmüştür. Ortamdaki kişi sayısı arttıkça, olaya gösterilen müdahalenin hızı da azalmaktadır. Dahası yardım etmeyen başkalarının varlığı, yardım etme davranışı göstermeyen diğerleri tarafından meydana gelen olayın acil bir durum olmadığı şeklinde yorumlanmasına neden olmuştur. Bu deneyin sonuçları, öncesinde meydana gelen Kitty Genovese vakası ile birlikte Latané ve Darley tarafından öne sürülen seyirci kalma etkisi (*bystander effect*) kavramı ile ilişkilidir. Seyirci kalma etkisinin altında yatan nedenleri sorgulayan araştırmalar sorumluluğun dağılması, seyirci ketlenmesi ve sosyal etki gibi çeşitli durumları ele almışlardır (Darley ve Latane, 1968; Hogg ve Vaughan, 2018).

Özgeci davranışların ortaya çıkmasında ölümlülük belirginliğinin etkisini vurgulayan araştırmalar ise Dehşet Yönetimi Kuramı'nın (DYK) sayıltılarını temel almaktadır. DYK'ya göre özgeci davranışların ortaya çıkması, insanın kaçınılmaz bir biçimde

ölümlü bir varlık olduğunu hatırlaması ile ilişkilidir (Greenberg vd., 1997). Ölümlülük belirginliği, aynı zamanda bireylerin kültürel dünya görüşlerini savunmadaki artışla ilişkilidir. Özgeci davranışların, toplum yanlısı davranışların bir alt kümesi olduğu hatırlandığında, kültürel dünya görüşlerini savunmadaki artışa yol açan ölümlülük belirginliğinin, aynı zamanda neden özgeci davranışlardaki artışla (bir cenaze namazı çıkışı yardım amaçlı toplanan para miktarı gibi) da ilişkili olduğu anlaşılabilir (Pyszczynski vd., 1999).

2.3.1. Özgecilik ve Huşu Deneyimleri

Çok sayıda deneysel araştırma, huşunun diğer pozitif duygulara kıyasla özgeci tutum ve davranışları daha fazla artırabileceğine vurgu yapmaktadır. Örneğin, Prade ve Saroglou (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, keyif duygusunun tetiklendiği bir koşul ve nötr bir koşula kıyasla durumluk huşunun (*state awe*) katılımcıların para bağışlama niyetlerini ve diğer insanlara yardım etme motivasyonlarını daha fazla artırdığı görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada, ilk kez huşunun özgecilik üzerindeki etkisinde, dindarlığın düzenleyici bir rolü olup olmadığı araştırılmıştır. Ardışık iki çalışmada da dindarlığın düzenleyici etkisine yönelik istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılamamıştır. Birçok araştırma, dindarlık/maneviyat ile huşu deneyimi ve özgeci davranışlar arasında bir ilişki olabileceğine dair ikna edici kanıtlar sunmaktadır (Preston vd., 2010; Valdesolo ve Graham, 2014). O sebeple huşu ile özgecilik arasındaki ilişkide dindarlığın ve ilgili diğer değişkenlerin rolünü açıklayabilmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Bununla beraber huşunun, bireylerin dini aidiyetleri, inançları ve kimliklerinden bağımsız ve farklı kültürlerde gözlemlenebilen bir duygu olduğu unutulmamalıdır.

Huşu araştırmalarından elde edilen son bulgular huşunun, prososyal duygu ailesinin bir üyesi olarak sınıflandırılabilirliğini göstermektedir (Prade ve Saroglou, 2016). Bunun sebebi, huşunun bireylerin hem kendilerine hem de çevrelerine karşı zarar verici davranış eğilimlerini azalttığına (Yang vd., 2016), empati yeteneklerini geliştirdiğine, başkaları için zaman ayırma ya da para bağışlama gibi özgeci davranışta bulunma sıklıklarını artırdığına dair deneysel araştırmalardan elde edilen bulgulardır (Guan vd., 2019a; Jiao ve Luo, 2022). Jiang vd. (2018) tarafından yapılan ardışık iki deneyde ise, huşu deneyiminin bireylerin para kazanmaya yönelik hırslarını azalttığına

dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır. İlk deneyde, geçmişte yaşanan öznel bir huşu deneyimini hatırlamanın, mutlu hissedilen bir anı hatırlama ve spesifik bir duygu içermeyen nötr bir anı hatırlamaya kıyasla katılımcıların paraya daha az önem vermesine neden olduğu bulgulanmıştır. İkinci deneyde ise, birinci deneyde bulgularanan etkinin çeşitli huşu deneyimlerinde de geçerli olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre ikinci deneyde, tehdit edici huşu (TEH) ve doğa manzarası tarafından tetiklenmeyen huşu olmak üzere pozitif huşudan (POH) ayrılan iki farklı huşu varyantı kullanılmıştır. Araştırmacılar, TEH için volkan patlaması, tsunami, hortum gibi çeşitli doğal afetlerin görüntüsünü içeren bir dizi resim kullanmışlardır. Doğa manzarası tarafından tetiklenmeyen huşu uyararı olarak ise tarihteki önemli şahsiyetler, karizmatik liderler ve tarihi yapılar (Mısır Piramitleri, Çin Seddi, Napolyon ve Gandhi) seçilmiştir. Sonuçlar, huşunun hangi çeşidi olursa olsun huşu uyandıran görüntülere maruz kalmanın, katılımcıların para kazanmaya yönelik hırslarını azalttığını göstermiştir.

Huşu ile özgeciler arasındaki ilişkiye dair yapılan çalışmaların -birkaç istisna dışında (Guan vd., 2019; Jiang vd., 2018; Piff vd., 2015)- hemen hepsi huşunun bir çeşidi olan POH uyarılarını seçmiştir. O sebeple negatif değerlikli TEH'in özgeciler üzerindeki etkisini ele alan sınırlı sayıda araştırma mevcuttur. Bunlardan biri, Guan vd. (2019) tarafından yapılan, POH ve TEH deneyimlerinin özgeciler üzerindeki etkisinin ele alındığı ardışık üç deneysel çalışmadır. Araştırmacılar POH ve TEH uyarıları olarak önceki deneysel çalışmalarla yapısal olarak uygunluk gösteren video içerikleri kullanmışlardır. Huşu uyarım seansları sonrası katılımcıların duygulanımları ölçülmüş ve özgeci davranış eğilimlerinin ölçümü amacıyla bir başkasının faydası için para bağışlama ve zaman ayırma senaryoları kullanılmıştır. Sonuçlar, hem POH hem de TEH koşulundaki katılımcıların, belirli bir duygu uyandırmayan nötr koşuldakilere kıyasla daha fazla para bağışlama isteğinde bulunduğunu ortaya koymuştur. Buna ek olarak, POH koşulundaki katılımcılar, TEH koşulundakilere kıyasla, tanımadıkları yabancı kişiler için daha fazla gönüllü zaman ayırma isteğinde bulunmuştur.

Çeşitli huşu uyarılarının prososyal davranışları ve özgeciliği yordadığı bilinmektedir. Bu durumun altında yatan nedenleri sorgulayan araştırmalar bazı aracı modeller kurgulamışlardır. Bunlardan ilki, *küçülmüş benliğin* etkisi üzerinedir. Çeşitli huşu deneyimleri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişkiyi karmaşık modeller ile

araştıran birçok çalışma, bu ilişkiye küçülmüş benlik algısının (*self-diminishment*) aracılık ettiğini bulgulamıştır (Bai vd., 2017; Stellar vd., 2018; Zhao vd., 2018). Küçülmüş bir benliğin, alçakgönüllülük ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Piff vd., 2015). O sebeple, huşu ile prososyal davranışlar arasındaki ilişkiyi aydınlatan bu aracı modelde bulgularan indirekt etki, çoğu zaman geçici bir duygulanım olan huşunun, kalıcı bir kişilik özelliği olarak ele alınan alçakgönüllülüğe benzer şekilde özgeciliği artırdığını ortaya çıkarmıştır (Chirico ve Yaden, 2018). Bir diğer araştırma, huşu ile alçakgönüllülük arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Sonuçlar, huşu deneyimi yaşamaya yatkın olan kişilerin, (Çevremdeki güzellikleri fark ederim gibi maddelere yüksek puan verenler) yakın çevreleri tarafından daha alçakgönüllü olarak değerlendirildiklerini göstermiştir (Stellar vd., 2018). Huşu ile özgecilik arasındaki ilişkiye aracılık eden kendini küçültme bileşeninin, huşu ile alçakgönüllülük arasındaki ilişkide de benzer bir rolü olduğu belirtilmektedir (Lucht ve Van Schie, 2024).

Piff vd. (2015) çalışmasında ise hem tehdit edici hem de tehdit edici olmayan huşu uyarılarının, nötr içerikteki bir videoya kıyasla önemli ölçüde küçülmüş bir benlik duygusu ve artan özgeci davranışlarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca Piff vd. (2015) çalışmasında, huşu deneyimi yaşamaya yatkın olmanın, artan cömertlikle ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Bireylerin geçmişte yaşadıkları tüyler ürpertici bir huşu ânını hatırladıklarında, grup normları ve çıkarları lehine kendi kişisel kazançlarını göz ardı ettikleri ve daha az saldırgan davranış sergiledikleri görülmüştür (Yang vd., 2016). Literatürde vurgulanan huşu ile özgeci davranışlar arasındaki pozitif ilişki, yalnızca Batı kültüründe yapılan araştırmalarla sınırlı değildir. Her ne kadar kolektivizmin daha önemli olduğu kültürlerde daha fazla araştırmaya ihtiyaç olsa da bu ilişkinin, Asya bölgesinde yapılan araştırmalarda da bulgularandığı görülmektedir (Guan vd., 2019a).

Huşu ile özgeci davranışlar arasındaki ilişkiyi açıklama çabalarından ikincisi, *zaman algısının değişmesi* üzerinedir. Bu minvalde yapılan araştırmalar huşunun, bireylerin zaman algısı üzerindeki genişletici etkisi nedeniyle huşu deneyimi yaşayan bireylerin bir başkası yararına daha fazla gönüllü zaman ayırdıklarını vurgulamaktadır (Rudd vd., 2012). Sosyo-Duygusal Seçicilik Teorisi, bireylerin zaman algısı genişlediğinde ve hayatlarında daha fazla zamana sahip olduğuna dair bir tutum geliştirdiklerinde,

uzun vadeli hedefler koyma, yeni bir bilgi öğrenme, yetkinlik geliştirme, başkalarının faydası için zaman ayırma ve başkalarına yardım etme gibi davranışlar göstermeye güdülendiklerini öne sürmektedir (Hicks vd., 2012). O halde huşu uyarılarının, zaman algısı üzerindeki genişletici etkisi aracılığıyla bireyleri özgeci davranışlar göstermeye teşvik ettiği söylenebilir.

Üçüncü bir açıklama modeli ise, Yaden vd. (2018) tarafından geliştirilen Huşu Deneyimi Ölçeği'ndeki *bağlanılmışlık* alt boyutu ve *empati* kavramı ile ilgilidir. Buna göre huşu deneyimi esnasında birey, diğer insanlara, çevreye ve doğaya karşı artan bir bağlılık hissi yaşar ve dikkatini dış dünyaya odaklar. Böylece birey, çeşitli ihtiyaçları olan diğer canlılar/insanlar ile empati kurmaya güdülenir ki bunun sonucunda özgeci davranışlar meydana gelir. Bu modeli test etmek için yapılan bir araştırmada (Jiao ve Luo, 2022), küçülmüş benliğin etkisi kontrol edildiğinde, süreklilik düzeyinde huşunun (huşu deneyimine yatkınlığın) özgecilik ile pozitif ilişkili olduğu ve bu ilişkiye kısmi olarak bağlanılmışlık ve empatinin aracılık ettiği bulgulanmıştır.

Li vd. (2019) tarafından yapılan bir araştırmada ise süreklilik düzeyinde huşunun özgecilik üzerindeki etkisinde iki bağımsız değişkenin aracı rol oynadığı görülmüştür. Literatürde huşunun özgecilik ile ilişkisini aydınlatmayı amaçlayan bu dördüncü açıklama modeli, huşu deneyiminin, bireyin sahip olduğu *öz-aşkın yaşam anlamı ve gelecek zaman perspektifi* aracılığıyla özgeci davranışları yordadığını öne sürmektedir. Öz-aşkın yaşam anlamı, Li vd. (2006) tarafından işevuruk olarak, bireyin ben merkezli olmayan tutum ve davranışlara sahip olması ve yaşam olayları karşısında kayıp ve kazancın birbirini zorunlu kılan ayrılmaz bir ilişkisinin olması, kayıpların hayata anlam veren bir ilişki ağının parçası olması bakımından korkulması gereken durumlar olmamasına dair tutum ve davranışları ifade eder. Kavramın aşkınlığa ilişkin boyutu esnasında bireyin, yaşam olayları karşısındaki odak noktasının diğer canlılar ve nesnelere olmasıdır. Fu vd. (2022) tarafından 676 üniversite öğrencisiyle yürütülen boylamsal bir çalışmada, huşu ile özgeci davranışlar arasındaki pozitif ilişkiye katılımcıların, yaşamlarında bir anlam bulunduğuna dair düşüncelerinin aracılık ettiği bulgulanmıştır. Ayrıca bu ilişkide, algılanan sosyal desteğin düzenleyici bir rolü olduğu görülmüştür. Öyle ki, huşu ile yaşamın bir anlamı olduğuna dair düşünceler arasındaki pozitif ilişki, algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan katılımcılarda istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yaşamın bir anlamı olduğuna dair düşünceler ile özgeci davranışlar

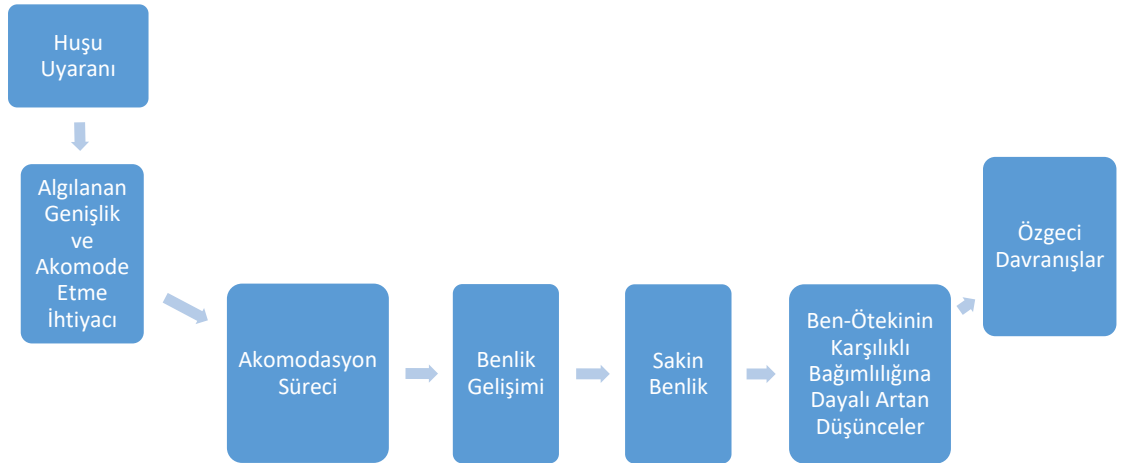
arasındaki pozitif ilişkinin ise algılanan sosyal destek düzeyi yüksek olan katılımcılarda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha güçlü olduğu bulunmuştur.

Gelecek zaman perspektifi kavramı ise, geleceğe yönelmiş davranış örüntülerini ifade eder (Zimbardo ve Boyd, 2014). Araştırmalar, yüksek düzeyde gelecek zaman perspektifine sahip bireylerin, uzun dönemli hedefleri daha kolay gerçekleştirebildiklerini ve kısa süreli hazların peşinde koşmaya daha dirençli olduklarını ortaya koymuştur (English ve Carstensen, 2016; Rudolph vd., 2018). Sosyal İkilem Teorisi'ne göre özgeci davranışlar, kişisel ve kısa vadeli olabilecek faydaların aksine daha büyük çerçevede bir grup ya da toplum lehine davranışlarda bulunmak anlamına gelir. Nihayetinde o toplumun bir üyesi olması bakımından özgeci davranışlar, bireye uzun vadede katkılar sağlayabilir. Kısaca, gelecek zaman perspektifi ile bireyin davranışlarının bir güdüleyicisi olarak gelecek bir dönemde meydana gelmesi muhtemel potansiyel çıktıları dikkate alması, özgeci davranışların sıklığı ile ilişkili bulunmuştur (Li vd., 2019; Moore vd., 2010; Van der Graaff vd., 2018).

Diğer taraftan, huşunun özgeci davranışlar ile ilişkisini açıklamada sıkça kullanılan küçülmüş benlik hipotezini eleştiren çalışmalar da mevcuttur. Perlin ve Li (2020) çalışmasında özgeci davranışların, huşu deneyiminin küçülmüş benlik aracılığıyla bireylerin dikkatlerini, kendi benliklerinden diğerlerine yönlendirmesi sonucu ortaya çıkmasına dayanan genel açıklama biçimini yeterli bulmamıştır. Buna göre küçülmüş benlik hipotezi, birçok boyuta sahip, *sui generis* benlik kavramını (Baumeister, 2010) yalnızca dikkat odağı çerçevesinde indirgemıştır. Oysaki huşunun özgeci davranışlar ile ilişkisinde benlik algısı, merkezi bir rol oynuyorsa ve benlik salt bir dikkat odağından ibaret değilse, o zaman huşunun prososyal etkileri, huşunun benliğin birden fazla katmanı ile etkileşimine dayalı olabilir. Benlik kuramları çerçevesinde huşunun, sadece dikkatin diğerlerine kayması noktasında benlik algısını etkilemediğini, aynı zamanda benliğin birden fazla katmanı ile etkileşim içerisinde bulunduğunu öne sürmüşlerdir.

Huşunun özgeci davranışların ortaya çıkması ve sürdürülmesi üzerindeki etkisine ilişkin beşinci ve daha kapsamlı bir açıklama modeli, Perlin ve Li'nin (2020) küçülmüş benlik hipotezini eleştirerek huşunun benliğin birden fazla katmanı ile etkileşime

girdiğini öne süren, *huşunun ayrıntılandırılmış benlik modelidir*. Buna göre küçülmüş benlik kavramı, Wayment ve Bauer (2008)'e ait “sakin benlik” kavramı çerçevesinde yeniden yorumlanabilir. Sakin benlik, yüksek düzeyde psikolojik bir olgunluğa işaret eder. Öyle ki sakin benlik, ben ve ötekinin karşılıklı bağımlılığının takdir edilmesi, özgeci davranışlarda bulunma noktasında içsel bir motivasyona sahip olma ve bireyin kendini geliştirmesine yönelme gibi olumlu psikolojik değişkenlerle ilişkilidir (Wayment ve Bauer, 2018). Perlin ve Li, Keltner ve Haidt'den (2003) bu yana kabul edilen huşunun merkezi iki bileşeninden biri olan akomode etme ihtiyacının, daha sakin bir benlik aracılığıyla kimliğin yeniden yapılandırılmasını kolaylaştırdığını ve psikolojik olgunluğu geliştirdiğini iddia etmiştir. Öyle ki huşu, küçülmüş benlik hipotezinin öne sürdüğü üzere dikkati benlikten uzaklaştırmak yerine “sakin bir benlik” durumu şeklinde gelişimi ve psikolojik olgunluğu teşvik eder. Huşunun ayrıntılandırılmış benlik modeline göre, sakin benlik, ben ve ötekinin karşılıklı bağımlılığına dayalı düşüncelere dayalı olarak özgeciliğe yönelik güdülenmeyi artırır, bu da özgeci davranışların ortaya çıkmasını sağlar. Perlin ve Li (2020) tarafından geliştirilen huşunun ayrıntılandırılmış benlik modeli aşağıdaki şekilde sunulmuştur. (Şekil 2.4.).



Şekil 2.4. Huşunun Özgeci Davranışlarla İlişisinde Ayrıntılandırılmış Benlik Modeli

Bu modele göre biliş üzerinde akomode etme ihtiyacına neden olan bir uyarının, geniş olarak algılandığı -bir enginlik hissi uyandırdığı- durumda huşu duygusu meydana

gelir. Perlin ve Li (2020) huşunun bileşenleri ile ilgili Keltner ve Haidt (2003)'in görüşünü sürdürür. Bununla beraber, huşunun özgeci davranışlarla ilişkisini açıklamada kullanılan küçülmüş benlik modeli, huşunun küçülmüş benliğe yol açtığını ve özgeci davranışların ortaya çıkmasında da küçülmüş benliğin temel rol oynadığını öne sürmektedir. Ayrıntılandırılmış benlik modeli ise küçülmüş benliği, akomodasyon süreçlerini de içeren daha geniş bir perspektifteki benlik gelişiminin bir parçası olarak ele alır. Bu gelişim süreci, küçülmüş benliği yeniden yorumlayan Perlin ve Li tarafından sakin benlik kavramı ile ifade edilen ve bireyi, özgeci davranışların ortaya çıkmasında başat unsur olan bir psikolojik olgunluğa eriştirir.

En nihayetinde, huşunun özgeci davranışların ortaya çıkması ve sürdürülmesi üzerindeki etkisini açıklamaya çalışan bu modellerden birinin diğerlerine göre daha üstün bir açıklama gücüne sahip olduğunu söylemek için yeterli kanıt bulunmamaktadır. Esasında her bir model, kompleks ve çok sayıda bileşene sahip bir duygu olan huşunun, yine çoğu zaman sıradışı olarak görülen özgeci davranışları nasıl ve ne şekilde yordadığını açıklamaya çalışırken, huşunun belirli açılardan potansiyel olarak hangi değişkenlerle ilişkili olabileceğine yoğunlaşmış gibi görünmektedir. Öyle ki birçok model, bu ilişkide Yaden vd. (2018) tarafından tanımlanan huşunun bileşenlerinin aracı bir rol oynayabileceğine ilişkin varsayımlara dayalı olarak kurgulanmıştır. Kuşkusuz bilimsel araştırmaların tekdüze bir çizgide ilerlediğini söylemek mümkün değildir. O sebeple henüz 20 yıllık bir geçmişi olan ve son 10 yılda daha sık yürütülmeye başlanan huşu araştırmaları belirli bir doygunluğa ulaştığında, huşu ile özgecilik arasındaki ilişkiyi en parsimonik şekilde açıklayan modelin tercihe şayan olduğunu söylemek mümkün olabilecektir.

2.3.2. Özgecilik ve Gruplararası İlişkiler

Bu tezin temel odak noktası, huşu duygusunun özgecilik üzerindeki etkisini vurgulayan araştırma bulgularını gruplararası ilişkiler perspektifinden ele almaktır. Buna göre katılımcıların, iç grup- dış grup ayırımına dayalı sıfır toplamlı bir senaryodaki özgeci para paylaşım görevinde, çeşitli huşu uyaranları mevcut olduğunda ve olmadığında ne derece adil bir tutum göstereceklerine dair bulgulara ulaşılması hedeflenmektedir. Bir başka ifadeyle huşu uyaranları, iç grup- dış grup ayırımına oldukça duyarlı olduğu bulgularan özgecilik üzerinde, daha adil bir paylaşımı

mümkün kılacak şekilde iç grup yanlılığını azaltıcı bir etki gösterebilir mi? O sebepten ötürü gruplararası ilişkiler konusuna, yalnızca bu tezin asıl amacı ve kapsamı dahilinde yer verilecektir.

Gruplararası davranış, bireylerin ait olduklarını hissettikleri bir grup üyeliğinden kaynaklanan ve kendi grubunun üyesi olmayan bireylerle olan etkileşimlerini içeren davranışlarını tanımlar (Hogg ve Vaughan, 2018). Toplumda var olan sosyal grupların birbirlerinden hangi açılardan ayrıştığı ve hangi yönlerden birbirlerine benzedikleri hususunda birçok madde sıralanabilir. Bunlar dış görünüş, giyim tarzı, inançlar ve grubun üye sayısı gibi çeşitli kriterleri içerebilir. Sosyal biliş perspektifinden, bireylerin kendilerini ve ötekileri belirli grupların üyeleri olarak sınıflandırması, günlük hayatta maruz kalınan büyük miktarda uyaran ve bilgi yığınının basitçe -kestirmeden- algılanabilmesinin bir yoludur. Öyle ki, çeşitli ayırt edici özellikler temel alınarak ötekiler, belirli sosyal grupların üyesi olarak kategorize edilebilir. Sosyal kategorizasyon sürecinin önemli bir sonucu, bir grubun üyeleri arasındaki (iç grup) farklılıkların görmezden gelinmesi ve önemsiz olarak algılanması; farklı grup üyeleri (dış grup) arasındaki farklılıkların ise abartılması ve sürekli vurgulanmasıdır.

Evrimsel olarak hayati önem taşıdığı düşünülen iç grup- dış grup ayrımının birinci sonucu, bireylerin iç grup üyeleri hakkındaki bilgileri dış grup üyeleri hakkındaki bilgilere kıyasla bilişsel olarak daha detaylı bir şekilde işlemedir. İkinci olarak bireyler, iç grup üyelerini dış grup üyelerine kıyasla birbirinden farklı özellikleri olan, renkli ve daha heterojen olarak algırlar. Üçüncü olarak, iç grup üyelerinin durumları hakkında daha doğru bir sezgi geliştirebilir ve daha etkili iletişim kurabilirler (Greenaway vd., 2015). Dördüncü olarak, iç grup üyeleri hakkında daha fazla olumlu bilgi; dış grup üyeleri hakkında ise daha fazla olumsuz bilgi hatırlamaya yatkındırlar. Beşinci olarak, dış grup üyelerine kıyasla iç grup üyelerine karşı farklı duygusal tepkiler -içten olumlu duygular gibi- verirler ve değerlendirmelerde -bir başarısızlık durumunda dışsal atıfta bulunma gibi- bulunurlar. Altıncı olarak, bireyler dış grup üyelerine kıyasla iç grup üyelerine karşı daha cömert davranmaya, affedici olmaya ve özgeci davranışlar sergilemeye meyillidir (DiDonato vd., 2011; Hewstone, 1990). Son olarak, bireyler yardıma ihtiyacı olan iç grup üyelerine karşı, dış grup üyelerine kıyasla daha içten empati duyarlar. Önceki bölümde vurguladığımız üzere, huşu ile özgeci davranışlar arasındaki ilişkiyi açıklayan bir model, empatinin aracı rolüne vurgu

yapmaktaydı. Yapılan araştırmalar, empatinin yardım edilecek kişi bir iç grup üyesi olduğunda özgeci davranışı daha güçlü bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Öyle ki para ve ödöl paylaşım görevlerinde bireylerin i grup üyelerini kayırdıklarına dair çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Mullen vd., 1992; Van Leeuwen ve Zagefka, 2017). Özgeciliğin iç grup- dış grup ayırımına dayalı ölçümünde empatinin rolüne ilişkin karmaşık modelli bir araştırma, Stürmer ve Siem (2017) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, algılanan grup temelli -kişilerarası ve gruplararası-benzerlik arttıka empati, özgeci davranışlardaki artışın önemli bir güdüleyicisi olmuş ve özgeci davranışın sonuçlarıyla ilgili maliyet-kazanç analizi görece önemsiz hale gelmiştir. Diğer taraftan algılanan grup temelli -kişilerarası ve gruplararası- farklılık arttıka empati önemsiz hale gelirken özgeci davranışın sonuçlarıyla ilgili maliyet-kazanç analizi ve yardım edilecek bireyin kişi-içi özellikleri katılımcıların yardım etme kararlarını önemli ölçüde etkilemiştir. Bu sonuçlar, dış grup üyelerine karşı gösterilen özgeci davranışlarda, bireylerin maliyet-kazanç analizine dayalı bir hesaplamaya gidebileceğini göstermektedir. Buradaki kazanç, sadece maddi araçlara değil aynı zamanda manevi ve entelektüel kazanımlara da işaret etmektedir. Örneğin mültecilere yapılan yardımlar, diğer kültürler hakkında bilgi edinme ve i grubun dış grup üyelerinin gözündeki imajını/saygınlığını koruması gibi maddi olmayan çeşitli motivasyonlarla da yapılabilmektedir.

Sosyal Kimlik Kuramı (Tajfel ve Turner, 1979) ve Kendini Sınıflandırma Kuramı (Turner vd., 1987), gruplararası ilişkileri ve gruplararası davranışı etkileyen bilişsel ve motivasyonel süreçleri açıklamada önemli bir perspektif sunan temel kuramlardır. Bu kuramlar, sosyal psikolojide gruplararası davranışı açıklamada, Sosyal Kimlik Yaklaşımı (SKY) adıyla genellikle birlikte kullanılır (Ones vd., 2015). SKY, kimliğin kişisel yönünden ziyade sosyal olan yönüyle ilgilenir. SKY'ye göre kimlik gelişimi ve aidiyet duygusu, bir uçta bireyin kişisel deneyimleri ve hedefleri ile ilişkili benliğinden diğer uçta sosyal bir grubun veya kolektif etkilerin varlığı ile şekillenmiş benliğe kadar uzanan bir süreklilik boyunca ele alınmalıdır. İnsanların gruplara üye olma ve kendiliğini aşan bir biçimde grup düzeyinde bir kimlik geliştirme ihtiyacı hissetmesinin altında yatan nedenlerden biri, SKY'nin temel sayılıtları ile ilişkilidir. Öyle ki insan, öz-saygısını artırmaya güdülenmiş bir varlıktır. Öz-saygının artması ve bireylerin kendileri hakkında olumlu düşüncelere sahip olma arzusu, yalnızca kişisel kimliğin uzanımından çıkmaz. Bireyler aynı zamanda prestijli sosyal gruplara üye

olarak da kendilerini -iç grubunu-ötekilerden -dış gruptan- olumlu bir biçimde farklılaştıran sosyal karşılaştırmalara başvururlar (Tajfel ve Turner, 1979).

Kendini sınıflandırma ise, gruplararası ilişkilerin sosyal psikolojik temelini sağlayan ve bağlama bağlı olarak değişen bilişsel bir soyutlama eylemidir. Bu soyutlama, temel olarak 3 düzeyde gerçekleşir. İlk olarak, bireyin, insan türünün bir üyesi olması bakımından sahip olduğu kimliğe dayalı kendini sınıflandırması söz konusudur. İkincisi bireyi, belirli bir sosyal grubun üyesi olarak tanımlayan kendini sınıflandırma ve üçüncüsü ise bireyi diğer iç grup üyelerinden ayıran kendini sınıflandırmadır (Turner vd., 1987). SKY'yi temel alan araştırmalar, bireylerin ait oldukları sosyal kimlikle ve iç grupla özdeşleşme düzeylerinin (*ingroup identification*), iç grubu kayırma eğilimlerini tutarlı/güvenilir bir biçimde yordadığını göstermektedir (Tajfel ve Turner, 1986; Van Leeuwen ve Zagefka, 2017).

Ortak bir grup kimliğini ön plana çıkarmanın, özgeci davranışlar üzerinde iç grup-dış grup ayırımına dayalı etkileri olduğu bulgulanmıştır. Kramer ve Brewer (1984) tarafından yapılan bir araştırmada, toplumsal ikilem çalışmalarına dayalı olarak kurgulanan Ortak Alanlar Trajedisi oyunu kullanılmıştır. Bu oyunda katılımcıları, ortak bir kimliğe -aynı şehirde yaşayan hemşehri olmak gibi- odaklanmaya yönlendirmenin, farklı grup kimliklerine -araştırmaya katılanların sadece bir kısmının üniversite öğrencisi olmak gibi paylaştıkları bir kimliğe vurgu yapmak- vurgu yapmaya kıyasla paylaşılan sınırlı kaynakları korumaya gösterilen artan özenle ilişkili olduğu görülmüştür. Simon vd. (2000) tarafından yapılan bir çalışmada ise iç grup üyelerine yardım etme isteği ile iç grupla özdeşleşme düzeyinin pozitif ilişkili; dış gruba yardım etme isteği ile iç grupla özdeşleşme düzeyinin ise negatif ilişkili olduğu görülmüştür. O halde iç grupla özdeşleşme, iç grup üyelerine karşı artan özgeci davranışlarla ilişkili iken dış grup üyelerine karşı azalan özgeci davranışlarla ilişkilidir.

İç grup ve dış grup üyelerine karşı özgeci davranışlarda bulunma isteğinin, kişilerarası düzeyden gruplararası düzeye kadar uzanan bir davranış skalasında değerlendirilebileceği düşünülmektedir. SKY, özgeci tutum ve davranış bağlamının -sosyal etkileşimin meydana geldiği durum- yalnızca kişi içi özelliklerden etkilendiği durumda iç grup-dış grup ayırımının önemsiz olduğunu öne sürer. Ancak ilgili bağlamın, sosyal kategorilerden etkilendiği bir durum söz konusuysa iç grup ve dış

gruba karşı gösterilen özgeci davranışların grupla özdeşleşmeyi yansıttığı ve bu ilişkide meta-stereotiplerin düzenleyici bir rol oynayabileceğini varsayar (Van Leeuwen ve Zagefka, 2017). Meta-stereotipler, basitçe bireylerin kendi gruplarının, bir dış grup tarafından nasıl görüldüğüne/algılandığına ilişkin izlenimlerini ifade eder (Fowler ve Gasiorek, 2020). Meta-stereotiplerin gruplararası ilişkilerdeki önemi, iç grubunun diğerleri tarafından belirli bir biçimde algılanmasını -yardımsever, cömert, adil gibi- isteyen bireyin, davranışlarını da o yönde gösterebileceği anlamına gelir.

Bununla beraber özgecilik ile ilgili yapılan araştırmalarda niyet ve davranış düzeyinde ölçümlere dair ayrımlar yapılmalıdır. Öyle ki dış grup üyesi bireylere yönelik tutumlar -tersi de geçerli olmak üzere- bu tutumlarla ilişkili davranışları her zaman yordamayabilir. Örneğin LaPiere (1934) tarafından ABD'deki Çinli etnik azınlığa yönelik tutum ve davranışlar ile ilgili yapılan oldukça popüler bir saha araştırmasında, LaPiere ile birlikte ABD'deki lokantaları gezen Çinli çifte hemen hemen tüm işletmeciler dostane ve sıcakkanlı davranmışlardır. Fakat 6 ay sonra bu lokantalarda Çinli bir çift adına rezervasyon talebinde bulunulduğunda, hemen hemen tüm işletmeler bu talebi reddetmiştir. Sonuç olarak, olumlu bir davranış, beklenen olumlu bir tutumu yordamamıştır. Bu bulgu araştırmacıları, tutum ve davranış arasındaki ilişkinin durumsal ve kişisel özellikler tarafından düzenlendiği, öz bildirim ölçeklerinin toplumsal olarak onaylanan yanıtlar verme eğilimi gibi çeşitli cevap yanlılıklarına -potansiyel karıştırıcı etkilere- açık olduğu sonucuna götürmüştür (Fishbein ve Ajzen, 1975).

Özgeciliğin anket dışında diğer ölçüm araçları ile araştırıldığı durumlarda dikkat edilmesi gereken bir nokta ise özgeci davranışın gösterileceği canlının/insanın ve bağlamın ne şekilde sunulduğudur. Öyle ki özgeciliği para ve diğer maddi kaynakların paylaşımı ile ölçen çok sayıda araştırma yardımı ihtiyacı olan kişiler, ismi, fotoğrafı, özgeçmişi ya da halihazırdaki durumunun anlatısı ile sunulduğunda, bu kişilerin anonim olarak sunulduğu -tanıtılmadığı- duruma kıyasla katılımcıların özgeci davranışta bulunma sıklığının arttığı görülmüştür (Slovic, 2007; Small vd., 2007). Buna ek olarak alıcıların tanıtılmasının özgeci davranışlar üzerinde grup düzeyinde etkili olmadığını öne süren araştırmalar da mevcuttur. Örneğin Kogut ve Ritov (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, yardım edilecek kişilerin bir grup olarak algılandığı durumda bu kişilerin tanıtılmasının, bağış yapma kararları üzerinde etkili olmadığı,

ancak her bir yardım edilecek kişinin bireysel olarak tanıtıldığı durumda etkili olduğu gösterilmiştir. Ayrıca, tanıtılan tek bir yardım edilecek kişi, tanıtılmayan bir kişiye ya da tanıtılan/tanıtılmayan bir gruba kıyasla katılımcılar üzerinde bağış davranışını etkileyebilecek daha güçlü duygular uyandırmıştır. O sebeple özgeci davranışlar için tasarlanan ölçüm araçlarında dikkat edilmesi gereken ikinci husus, tanınabilirlik etkisinin (*identifiable effect*) etkisinin birey/grup düzeyinde farklı güce sahip olmasıdır. Öyle ki bir diğer çalışmada, benzer bir durumdan ötürü -afet, felaket vb.- yardım edilecek kişilerin, katılımcılar tarafından bir grup olarak algılandığında tanınabilirlik etkisinin, yardım edileceklerin sayısı bir kişiden iki kişiye çıktığında bile önemli ölçüde azaldığı gösterilmiştir (Västfjäll vd., 2014). Kısaca yardım edilecek kişiler bir grup olarak algılandığında, gruptaki kişi sayısı arttıkça ve bu kişilerin ayrı hikayeleri ve biricik deneyimleri vurgulanmayıp yalnızca bir istatistik olarak sunulduğunda, özgeci davranışların ortaya çıkma olasılığı da azalmaktadır.

Tanınabilirlik, yardım edilecek kişi/kişilerin bir dış grup üyesi olarak algılandığı durumda dahi etkili olabilmektedir. Örneğin genel olarak yakın dönemde dünyayı kasıp kavuran mülteci krizi, özel olarak Suriye’de yaşayan bireylerin diğer ülkelere iltica etmek zorunda bırakılması sonucu yaşanan insanlık dramı, bu olaylardan etkilenmeyen dış grup üyelerini harekete geçirecek, kuvvetli bir güdülenmeye neden olamamıştır. Öyle ki yüz binlere ulaşan Suriye uyruklu bireylerin ölüm haberleri, insan onuruna yakışmayan ve insan haklarına aykırı maruz kaldıkları muameleler hakkındaki medya haberleri, Avrupa ve Amerika’da güçlü bir tepki uyandırmamıştır. Halbuki Yunanistan’a geçmek isterken teknelerinin batması üzerine cansız bedeni Bodrum kıyılarına vuran tanınabilir tek bir Suriyeli bebeğin -Alan Kurdi- görüntüsü, Avrupa ve Amerikalıların mülteci krizi hakkındaki farkındalığını çok daha güçlü bir şekilde etkileyebilmiş ve onları harekete geçirebilmiştir (Pensiero, 2015). Tanınabilirliğin bir dış grup üyesine karşı gösterilen özgeci davranışlar üzerindeki etkisinde empatinin ve duyguların aracı bir rolü olduğunu vurgulayan araştırmalar da bulunmaktadır (Batson vd., 1997). Buna göre, yardım edilecek bir dış grup üyesinin yaşadığı durumu canlandırmak ve empati kurmak, pro-sosyal duyguların yoğunluğunu artırmakta ve özgeci davranışların ortaya çıkmasını sağlamaktadır.

Diğer bazı araştırmalarda ise tanınabilirliğin dış grup üyelerine gösterilen özgeci davranışlar üzerinde etkili olduğuna dair herhangi bir kanıt bulunamamıştır. Örneğin

bir doğal deney araştırmasında, bir yardım kuruluşu aracılığıyla bağışçılara ismi, fotoğrafı ve diğer kişisel özellikleri tanımlanmış olan bir kişi ve bu bilgilerin paylaşılmadığı -tanımlanmayan- bir kişi için bağış talep eden e-postalar gönderilmiştir. Sonuçta, tanımlanan ve tanımlanmayan kişilere yapılan yardımlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (Lesner ve Rasmussen, 2014). Benzer şekilde Friedrich ve McGuire (2010) çalışmasında, tanınabilirliğin bir sel felaketinden sonra Afrikalılara yapılan yardımlar üzerinde etkili olup olmadığını, tanımlanmış -fotoğrafi olan- bir çocuk, tanımlanmamış bir çocuk, tanımlanmamış bir çocuk ve başından geçen olayların aktarıldığı üç koşulda denekler-arası desende incelemiştir. Her üç koşulda yapılan bağışlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Tanınabilirliğin özgecilik üzerindeki etkisine dair söz konusu çelişkili bulguları netleştirmek için iç grup- dış grup ayırımına dair belirginliğin manipüle edildiği kontrollü deneysel araştırmaların yapılması ve bu ilişkiyi düzenleyen/aracılık eden diğer değişkenlerin incelenmesi gerekmektedir.

Bu ilişkinin aydınlatılmasında daha kapsamlı bir çaba, Ritov ve Kogut'un (2017) ardışık iki çalışma içeren araştırmasında görülebilir. Bu çalışmada, Minimal Grup Paradigması (Tajfel vd., 1971) olarak bilinen ve sosyal psikolojideki kontrollü araştırmalarda sıkça görülen bir yöntem kullanılmıştır. Bu yöntem, katılımcıların bir grubun üyesi olduklarına dair tutum geliştirmeleri için gereken asgari koşulların sağlanmasına göndermede bulunur ve laboratuvar ortamında yapay gruplar -belirli bir dine, etnik kökene, inanca vs. dayanmayan- yaratmak için kullanılır. Bu çalışmada katılımcılara bir dizi çift resimler sunularak hangi resmi daha çok beğendiklerini belirtmeleri istenmiştir. Daha sonra katılımcılar, görünüşte sanatsal tercihlerine göre fakat gerçekte seçkisiz (*random*) olarak "Sarı ve Mavi Takım" olmak üzere iki eşit gruba ayrılmıştır. Katılımcıların iç grup ve dış grup üyelerine karşı gösterdikleri özgeci davranışları ölçmek için sıkça kullanılan bir diktatör oyunu seçilmiştir (Kahneman vd., 1986). Bu oyunda katılımcılar seçkisiz olarak eşleştirilir ve içlerinden biri belirli miktarda para alır. Daha sonra bu parayı eşleştirildiği katılımcıyla nasıl paylaşacağına karar verir. Bu çalışmada katılımcılar birbirleriyle deney öncesinde/sırasında herhangi bir etkileşime girmemiştir. Paranın verileceği katılımcı, araştırmacı tarafından belirlenmiş bir numara ile tanınabilmekte ya da anonim olarak kalmaktadır.

O sebeple, deneyde dört koşul (2x2) bulunmaktadır: İç grup üyesi-dış grup üyesi ve tanınabilir-tanınamayan bir alıcı katılımcıyla para paylaşımında bulunmak. Sonuçlar, tanınabilirliğin iç grup üyesi alıcılara para paylaşımını artırdığını, ancak dış grup üyesi alıcılara yapılan paylaşım üzerinde herhangi bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Araştırmada katılımcılar birbiriyle etkileşime girmediğinden dolayı grup kohezyonu düşüktür. Tanınabilirliğin özgecilik üzerindeki etkisinde grup bağlılığı/kohezyonunun (*group cohesiveness*) rolünü araştırmak için grup üyelerinin birbiriyle etkileşim kurmasının sağlandığı ikinci çalışmada ise diktatör oyununa geçilmeden önce grup üyelerine ortak bir hedefe ulaşmaları için iş birliği yapmaları gereken bir görev verilmiştir. Sonuçlar, grup kohezyonu arttığında tanınabilirliğin ters bir etki yarattığını göstermiştir. Öyle ki katılımcılar tanınabilir dış grup üyeleriyle önemli ölçüde daha fazla paylaşımda bulunurken, iç grup üyeleriyle yaptıkları paylaşımda tanınabilirliğin istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Tanınabilirlik etkisi ile ilgili bir diğer açıklama ise Kalıpyargı İçeriği Modeli'ni (Fiske vd., 2002) temel alan araştırma bulgularından gelmektedir (Kogut ve Ritov, 2017; Ponsi vd., 2016). Bu modelin dayandığı hipotezlerden biri olan Temel Boyutlar Hipotezi'ne göre, bireylerin diğer gruplar/grup üyelerine yönelik kalıpyargılarının içeriği, yetkinlik (*competence*) ve yakınlık (*warmth*) olmak üzere iki kutuplu boyutta değerlendirilir. Modelin bir diğer hipotezi olan Kalıpyargı Kümeleri Hipotezi'ne göre ise söz konusu iki temel boyut, yüksek ve düşük olma durumuna göre çaprazlanarak dört farklı kalıpyargı kümesini (yüksek yetkinlik/yüksek yakınlık ya da düşük yetkinlik/yüksek yakınlık gibi) oluşturur. Sonuçta bireyler grupları/grup üyelerini dört farklı dış grup tipolojisinden biri altında kategorize ederek izlenim oluştururlar. Bu model, aynı zamanda kalıpyargı kümelerinin uyandırdığı duyguları da sınıflandırmıştır. Buna göre düşük yetkinlik ve düşük yakınlığa sahip gruplar tikslenme, düşük yetkinlik ve yüksek yakınlığa sahip gruplar şefkat, yüksek yetkinlik ve düşük yakınlığa sahip gruplar kıskançlık, yüksek yetkinlik ve yüksek yakınlığa sahip gruplar ise hayranlık uyandırmaktadır.

Gruplararası düzeyde yakınlık stereotipleri, özgeci davranış eğilimlerini güdülerken, yetkinlik stereotipleri ise ihmal gibi pasif agresif tepkilerle ilişkilidir. Dış grubu düşük yetkinlik ve yüksek yakınlığa sahip olarak algılamak -şefkat uyandırmaktadır- dış grup üyesi bireylere yönelik artan özgeci davranışlarla ilişkilidir. Etiyopyalı ve Rus

göçmenlere yönelik özgeci davranışlarla ilgili yapılan bir araştırmada, dış gruba yönelik yetkinlik ve yakınlık algısının tanınabilir bir dış grup üyesi bireye yönelik özgeci davranışları düzenleyen temel bir değişken olduğu bulgulanmıştır. Öyle ki tanınabilirlik etkisinin yalnızca katılımcıların, düşük yetkinlik ve yüksek yakınlığa sahip olarak algıladıkları Etiyopyalı göçmenler üzerinde etkili olduğu, yüksek yetkinlik ve düşük yakınlığa sahip olarak algıladıkları Rus göçmenler üzerinde etkili olmadığı görülmüştür (Kogut ve Ritov, 2017).

Özgeciliği etkileyen bir diğer husus ise, yardım edilecek dış grup üyesi kişilerin başlarına gelen durumun doğal afetin bir sonucu mu yoksa insan eliyle yapılan bir zulmün sonucu mu olduğudur. Bir doğal afete ya da bireylerin kontrolü dışında ani gelişen bir duruma maruz kalmak, insan eliyle yapılan bir zulme kıyasla dış grup üyelerini özgeci davranışlar gösterme konusunda daha kolay harekete geçirebilmektedir (Zagefka vd., 2011). Örneğin ülkemizde yaşanan 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depremi sonrası gerek devlet gerek toplum düzeyinde Yunanlıların Türkiye'ye gönderdiği insan gücüne dayalı ve maddi yardımlar, öncesinde "Mavi Vatan" doktrini ile birlikte Türkiye'nin meşru deniz yetki alanlarında enerji ve güvenlik gibi önemli konularda tam bağımsız faydalanması hususunda attığı adımların neden olduğu Doğu Akdeniz coğrafyasında Yunanistan ile Türkiye arasında yaşanan gerilimleri bir nebze olsun rahatlatmıştır. İnsan eylemlerinin etkili olduğu durumlara kıyasla doğal afetlerin bireylerin özgeci tutum ve davranışlarını daha güçlü bir şekilde yordaması, belki de kontrol edilemez, tahmin edilemeyen bir afetin bilişsel olarak var olduğu düşünülen ben-öteki ayrımını ortadan kaldırması nedeniyledir. Şüphesiz afetler, bir gün ötekinin başına geldiği gibi benim de başıma gelebilir. Fakat söz gelimi, asimetrik güç ilişkilerinin olduğu bir gruplararası davranışta -örneğin İsrail-Filistin meselesi gibi- zulme uğrayan tarafın yer değiştirmesi, bir doğal afetin -nerede/ne şiddette etkili olacağına dair- çoğu zaman tahmin edilemeyen doğasına kıyasla çok daha zor görünmektedir.

Şimdiye kadar özgecilik ve huşu deneyimleri ile gruplararası ilişkiler bağlamında özgecilik üzerine yürütülen araştırmalara, ilişkili kuramlar, modeller ve hipotezlere yer verilmiştir. Sonraki bölümde, araştırmamızın temel kavramlarını (duygular, özgecilik ve gruplararası ilişkiler) içerecek şekilde gruplararası ilişkiler bağlamında özgeciliği

etkileyen bir diğerk husus olan duygular üzerinde yapılan araştırma bulguları sunulacaktır.

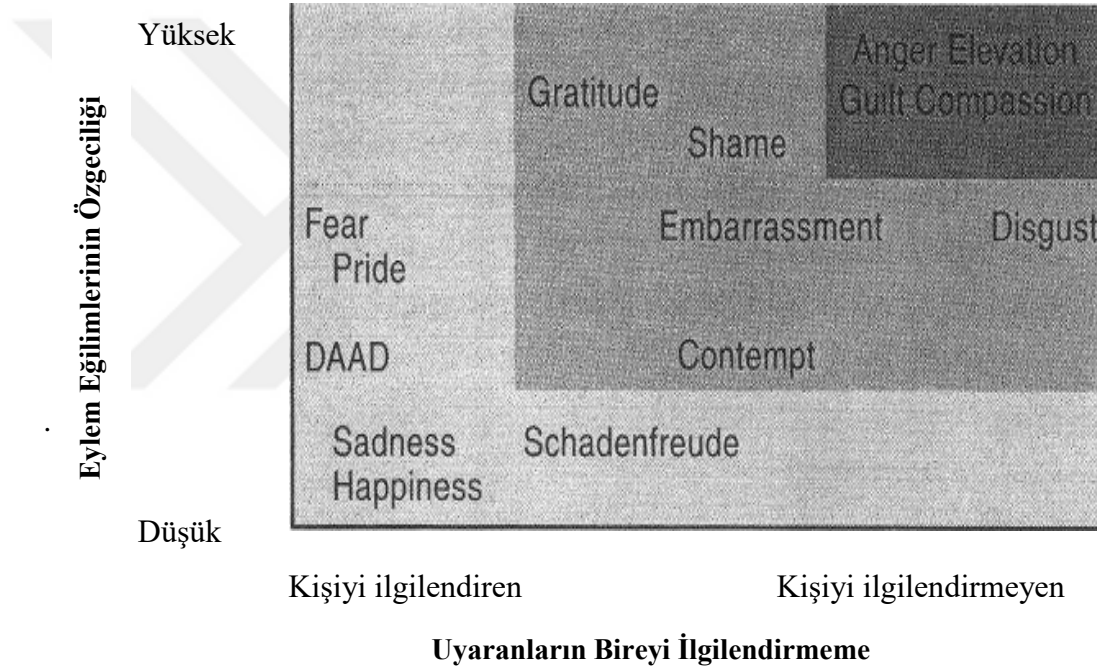
2.3.3. Özgecılık, Gruplararası İlişkiler ve Duygular

Araştırmalar, duyguların, özellikle de ahlaki duyguların birtakım koşullara bağılı olarak özgeci davranışları motive edebileceğini vurgulamaktadır (Tangney vd., 2007). Fizyolojik araştırmalardan elde edilen bulgulara göre, duygusal işleme ile ilişkilendirilen beyin bölgelerinde hasar olan bireylerin günlük hayatlarında daha az özgeci davranış gösterdikleri ve daha fazla antisosyal davranışlarda bulduklarını ortaya koymuştur. Ayrıca bu kişiler daha az empati duymakta ve yanlış bir davranış karşısında daha az pişmanlık göstermektedirler (Koenigs vd., 2010).

Özgeci davranışların ortaya çıkmasında etkili olan duyguları ahlaki duygular olarak nitelendiren Haidt'e (2003) göre, ahlaki duygular, bireylerin ya da toplumun çıkarı ve refahı ile derinden bağlantılı olan duygulardır. Öyle ki tüm duygular, algılanan değişikliklere, tehditlere ya da fırsatlara verilen tepkilerdir. Fakat çoğu zaman bu tepkilerde, insanların/diğerk canlıların doğrudan kendi çıkarlarını/benliğini merkeze alması söz konusudur. Fakat insanın, diğerk tüm hayvanlar/canlılardan farklı olarak duygusal yaşamının önemli bir bölümünü, doğrudan kendisini/çıklarlarını/benliğini etkilemeyen sosyal olaylara verdiği tepkiler oluşturur ki bunlar ahlaki duygular olarak nitelendirilebilir. Haidt'e (2003) göre ahlaki duygular, tetikleyiciler ve eylem eğilimleri olmak üzere iki bileşeniyle ele alınabilir.

Tetikleyiciler, belirli bir duygunun ortaya çıkmasını sağlayan uyarılardır. Korku ya da mutluluk gibi bazı duygular hem bireyin yaşadığı -iyi ya da kötü- bir olay karşısında verdiği tepkileri hem de bireyin, bir başka insanın yaşadığı -iyi ya da kötü- bir olay karşısında verdiği tepkileri içerir. Ancak ikinci durum, çoğu zaman bireyin, diğerk kişiyi tanınmasını ya da onunla bir şekilde bağlantılı olmasını gerektirir. Diğerk bazı duygular ise bireyin, o duyguyu tetikleyen uyarı ile ve kişiyle hiçbir ilgisi olmasa dahi ortaya çıkabilir. Örneğin önceki bölümde örnek verdiğimiz Alan Kurdi'nin Bodrum sahiline vurmuş cansız bedeni, hiçbir ön koşul gerektirmeksizin bireylerde öfke ya da sempati gibi duyguları tetikleyebilir. Haidt'e (2003) göre bir duygu bireyin kendisini ilgilendirmeyen uyarılar (*disinterested elicitors*) sonucu ne kadar yoğun bir şekilde

ortaya çıkarsa, o kadar prototipik bir ahlaki duygu olarak ele alınabilir. Ahlaki duyguların ikinci bileşeni olan eylem eğilimleri (*action tendencies*) ise davranışın kendisinden farklı olarak bireylerin davranışsal bir tepkiyi anında gerçekleştirme isteğine ilişkin eğilimleridir (Lazarus, 1991). Bu kavram duyguların, çoğu zaman bir uyarana verilen çeşitli tepkileri güdülemesine göndermede bulunur. Eylem eğilimleri, başkalarına/topluma fayda sağlama ya da toplumsal düzeni sürdürme derecesine göre sıralanabilir. Haidt (2003), ahlaki duyguları, eylem eğilimlerinin özgecilik derecesi ve uyaranların bireyin kendisini ilgilendirmeme düzeyine göre iki boyutlu bir düzlemde sınıflandırmıştır. Haidt'in (2003) ahlaki duygular sınıflandırması aşağıdaki şekilde sunulmuştur (Şekil 2.5.).



Şekil 2.5. Haidt'in Ahlaki Duygular Sınıflandırması

Yukarıdaki düzlemin sağ-üst noktalarına doğru gidildikçe ahlaki duyguların en prototipik örnekleri görülebilir. Bir diğer ifadeyle, duygusal tepkilere yol açan durum, bireyin menfaati/zararından ne kadar bağımsızsa -ilgilendirmiyorsa- ve duygusal süreçlerin yol açtığı eylem eğilimleri ne kadar özgeciyse söz konusu duygu, o derece prototipik bir ahlaki duygudur. Örneğin mutluluk duygusu, bireylerin çevrelerine karşı pozitif davranışlar göstermesini sağlayabilir ancak mutlulukla ilişkili eylem eğilimleri genellikle başkalarına yardım etme ve özgeci davranışları içermez ya da çok az içerir. Diğer taraftan şefkat duygusunun eylem eğilimleri ise çoğunlukla yardıma muhtaç

durumdaki bir kişiye/gruba karşı gösterilen özgeci davranışların öncüsüdür. Haidt (2003), öfke, yücelme, suçluluk ve şefkati ahlaki duyguların en prototipik örnekleri olarak sıralamıştır. Yücelme (*elevation*) duygusu, Keltner ve Haidt (2003) tarafından -bu tezin 2.2.3.1. bölümünde detaylandırıldığı üzere- huşu duygusu ile ilişkili olan 4. Tema -erdem- başlığı altında incelenmiştir. Keltner ve Haidt (2003), yücelik hissini bireyin, ahlaki bir erdeme ya da faziletli bir davranışa şahitlik etmesine karşı verdiği duygusal tepki olarak tanımlamış ve yüceliği, huşu ile ilişkili duygudurumun bir örneği olarak nitelemiştir. Sonrasında yapılan deneysel araştırmalarda da huşu, öfke, şefkat ve suçluluğun özgeci davranışları/tutumları güdüleyebildiği bulgulanmıştır (Guan vd., 2019a; Nelissen vd., 2007; Piff vd., 2015; Prade ve Saroglou, 2016; Van de Vyver ve Abrams, 2016).

Ahlaki duygular üzerine yapılan çalışmalar, 1980'lere kadar sempati ve suçluluk duygularına yoğunlaşmıştır. Daha sonra bu araştırma alanı, tikslenme, öfke, yücelme ve utanç gibi daha geniş bir duygu yelpazesini içerecek şekilde genişlemiştir. Günümüzde ahlaki duygular, Haidt'e (2003) göre dört tipik başlık (ilk ikisi geniş-birleşik duygu ailesi ve diğer ikisi çekirdek-birleşik duygu ailesi) altında sınıflandırılabilir. Bu dört birleşik duygu ailesi -farklı kültürlerde duygusal deneyimin çeşitli bileşenleri açısından ince farklılıklar gösterse de- tüm kültürlerde ortak olarak bulunur. Birincisi, başkalarını kınama duyguları olarak nitelendirilen tikslenme, öfke ve aşağılama -kibir- gibi duygulardır. İkincisi, öz-farkındalık duyguları olan utanç, mahcubiyet ve suçluluk gibi duygulardır. Üçüncüsü, başkalarının çektiği acıya yönelen sempati ve şefkat gibi duygular ve dördüncüsü başkalarının varlığını/davranışını öven minnettarlık ve yücelme gibi duygulardır (Haidt, 2003).

Gruplararası ilişkiler bağlamında duyguların özgecilik üzerindeki etkisini ele alan sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Huşu duygusu özelinde ise bu ilişkiyi inceleyen hiçbir araştırmaya rastlanılmamıştır. O sebeple genel olarak ahlaki duygularla ilgili yapılan çalışma bulgularına -bu tezin kapsamı dahilinde- yer verilecektir. Yakın bir örnek olarak, huşu duygusu ile ilişkili olan yücelik hissini bireylerin dış grup üyelerine yaklaşma yönelimlerini ve proaktif bir şekilde yardım etme davranışlarını arttırdığı, dış grup üyelerinden kaçınma niyetlerini ise azalttığı bulgulanmıştır (Van de Vyver ve Abrams, 2016). Amerika'daki beyaz öğrencilerle yapılan bir çalışmada, (Freeman vd., 2009), bir video ya da yazılı bir metin aracılığıyla tetiklenen yücelik hissini,

katılımcıların sosyal baskınlık yönelimlerinin -siyahi vatandaşlar için yardım toplayan bir kuruluşa- para bağışlama davranışı üzerindeki negatif etkisini azalttığı gösterilmiştir. Oliver vd. (2015) tarafından yapılan bir çalışmada da yükselme hissi uyandıran video içeriklerinin, komik videolara kıyasla katılımcıların ben-ötekine dair ayrımcı algılarını azalttığı, diğer ırk/etnik gruplardan olan insanlarla bağlantılılık hissini artırdığı bulgulanmıştır. Bir boylamsal araştırmada ise yücelik hissini 3 ay gibi uzun bir süre sonra bile katılımcıların bir yardım hizmeti için gönüllü olma isteklerini yordadığı gösterilmiştir (Cox, 2010).

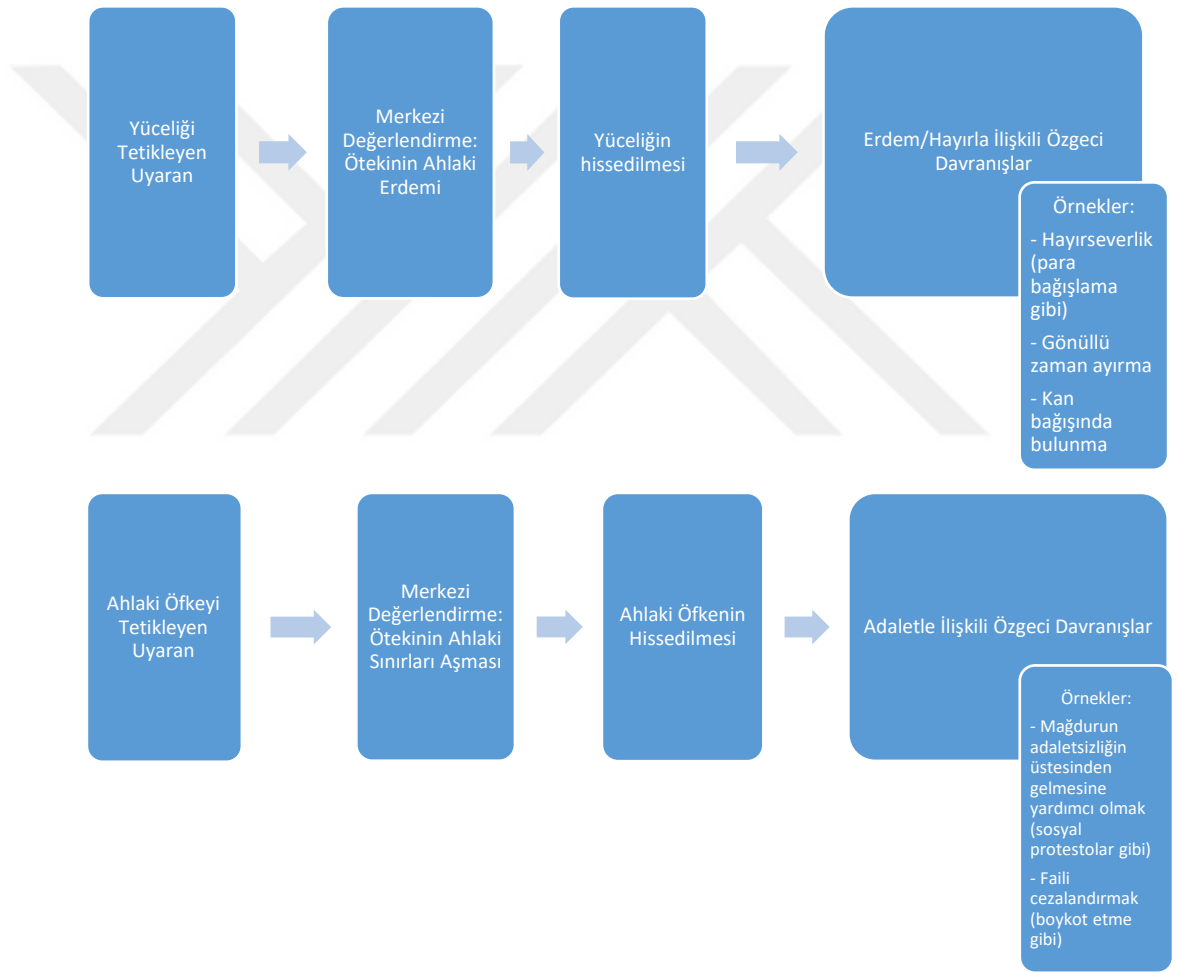
Öfke duygusunun özgeci davranışlarla ilişkisi üzerine yapılan araştırmalarda, öfke (*anger*) ile büyük bir haksızlıktan/hakareten kaynaklanan öfke (*outrage*) arasında bir ayırım yapılmaktadır (Thomas vd., 2009; Van de Vyver ve Abrams, 2017). Öfke ve özgecilik ile ilgili yapılan çalışmalarda öfke, genellikle bireyin ilgili durumdan kendisinin etkilenmediği ikinci tür öfke olarak operasyonalize edilmiştir. Bu tür öfkeyi “ahlaki öfke” kavramıyla nitelendireceğiz. Bireyler, bir kişi ya da bir grup tarafından bir başkasına/gruba karşı yapılan adaletsiz bir muameleye şahit olduklarında, ahlaki öfke duyarlar. Ahlaki öfke, adaletsiz muamele yapan/suç işleyen failerin cezalandırılmasına yönelik eylem eğilimini tetikler. Lotz vd. (2011) tarafından yapılan bir çalışmada ise bireylerin bir haksızlık karşısında failin/faillerin cezalandırılmasına yönelik tepkilerden çok kurbanın etkilendiği olumsuzlukları telafi edici tepkiler - maddi yardımda bulunma gibi- verdikleri bulunmuştur. Buna ek olarak ahlaki öfkenin, bireylerin sosyal adaletin sağlanmasına/sürdürülmesine yönelik artan destekleriyle - adaletsiz sonuçlardan sorumlu olan resmî kurumları protesto etme, kolektif eylemlere katılma (Van Zomeren vd., 2004), kurbanlara sosyal destek sağlama ve iş, kariyer, eğitim gibi çeşitli fırsatlar sunma- ilişkili olduğuna dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır (Iyer ve Leach, 2010). Paralel şekilde, bir çalışmada Amerikan hükümetinin Irak’ı işgali karşısında İngiliz halkının hissettiği ahlaki öfkenin, halkın somut siyasi adımların atılmasına yönelik artan istekleriyle ilişkili olduğu görülmüştür (Iyer vd., 2007). Montada ve Schneider’in (1989) çalışmasında kurbanın başına gelen olumsuz olaylara tanıklık etme sonrası ahlaki öfkenin, suçluluk ve diğer negatif duygulara kıyasla para bağışlama, siyasi liderlere durumun iyileştirilmesi için dilekçe yazma, gösterilere katılma gibi geniş bir spektrumda birçok özgeci davranışı yordadığı bulgulanmıştır. Diğer çalışmalar ise algılanan adaletsizliğin, bireylerin kolektif eylemlere katılma niyetlerini etkilediği ve bu etkide ahlaki öfkenin aracı bir rol

oynadığını (Saab vd., 2015), ahlaki öfkenin protesto davranışını ve özgeci tutumları yordadığını (Van Zomeren ve Lodewijckx, 2005), eşitsizlik karşısındaki ahlaki kanıların kolektif eyleme katılma niyetleri üzerindeki etkisinde ahlaki öfkenin aracı rolünü vurgulamaktadır (Van Zomeren vd., 2011).

Montada ve Schenider'in (1989) çalışmasında ahlaki öfke neden suçluluk ve diğer negatif duygulara kıyasla özgeci davranışları daha güçlü bir şekilde yordamaktadır? Çeşitli duyguların belirli bir özgeci davranışı ne derece yordayabileceği üzerine yapılan karşılaştırmalı duygu araştırmalarından elde edilen bulgular, araştırmacıları Değerlendirme Eğilimi Çerçevesi'nin (*Appraisal Tendency Framework*) sunduğu, her bir duygunun kendine ait benzersiz ve ayırt edici bilişsel değerlendirme sürecinin bir işlevi olarak belirli türden yargıları ve kararları teşvik ettiği bir yaklaşıma götürmüştür (Horberg vd., 2011). Bu çerçeve, duyguların karar verme ve yargıya varma süreçlerindeki rolünü açıklarken, bilişsel değerlendirme kuramlarını -2.1.4.3. bölümde aktarılmıştır- ve duyguların işlevi -2.1.2. bölümde sunulmuştur- üzerine var olan teorileri temel almakta ve genişletmektedir. Buna göre her duygunun, duyguyu tetikleyen merkezi değerlendirme boyutları doğrultusunda durumu değerlendirmek için bilişsel bir eğilimi -değerlendirme eğilimi olarak adlandırılır- harekete geçirdiği varsayılır (Lerner ve Keltner, 2000). Horberg vd. (2011), her bir duygunun belirli ahlaki temalarla ilişkili bilişsel değerlendirme süreçleri tarafından tetiklendiğini vurgulamaktadır. Örneğin ahlaki öfke, belirli bir değerlendirme teması olan adaletten kaynaklanmaktadır.

Dasgupta vd. (2009) tarafından yapılan bir çalışmada, tikslenme duygusunun tetiklenmesi homoseksüellere karşı olan ön yargıyı artırmış fakat Araplara karşı olan ön yargıyı artırmamıştır. Ahlaki öfkenin tetiklenmesi ise ters bir etki yaratarak homoseksüellere karşı olan ön yargıyı artırmamış fakat Araplara karşı olan ön yargıyı artırmıştır. Bu araştırma, ahlaki öfkenin adaletle ilişkili yargıları teşvik ettiğini göstermektedir. Bir diğer araştırmada tiksitmeye yatkın bireylerin, tiksitmeye yatkın olmayan bireylere kıyasla homoseksüellere -dış grup üyelerine- karşı daha fazla ön yargılı davrandığı görülmüştür (Tapias vd., 2007). Öncesinde yapılan çalışmalarda da elde edilen benzer bulgular, araştırmacıları tiksintmenin değerlendirme temasının saflık -bir değişikliğe gidilmemiş, pür- olduğu varsayımına götürmüştür (Rozin vd., 1999; Van de Vyver ve Abrams, 2017). Bu durumu “alana özgü etki” kavramıyla açıklayan

Horberg vd. (2011), bu etkinin bir duygunun ilgili sosyo-ahlaki konuda bireyin ahlaki kararını baskın bir şekilde etkilediği durumda ortaya çıktığını ifade etmektedir. Yüceliğin ve ahlaki öfkenin özgeci davranışlar üzerindeki etkisinde alana özgü etki modelini geliştiren Van de Vyver ve Abrams (2017), her iki duygudurumun merkezi değerlendirme açısından birbirinden önemli derecede farklılaştığını fakat özgeci davranış sonuçları bakımından birbirine yakınsayan etkileri olduğunu ortaya koymuştur. Aşağıdaki şekilde Van de Vyver ve Abrams (2017) tarafından yüceliğin ve ahlaki öfkenin özgeci davranışlar üzerindeki etkisini karşılaştırmalı olarak ele alan alana özgü etki (*domain-specific effect*) modeli sunulmuştur (Şekil 2.6.).



Şekil 2.6. Yüceliğin ve Ahlaki Öfkenin Alana Özgü Etki Modeli

Yukarıdaki modele göre yücelik ve ahlaki öfkenin ortaya çıkmasındaki bilişsel süreçlerin altında yatan, birbirine zıt merkezi değerlendirme bileşenleri bulunmaktadır. Buna göre her bir duygu, özgeci davranışlarda genel bir artışa yol

açmaktansa özgeci davranışların belirli kategorilerinde farklı etkiler yaratmaktadır. Öyle ki ahlaki öfke, adaletle ilişkili bulunan özgeci davranışları tetiklerken yücelik, erdem ve hayırla ilgili özgeci davranışları tetiklemektedir. Bu model, aynı zamanda bu tez kapsamında yürütülen özgeci davranış ölçümündeki para bağışlama senaryosunun temelini oluşturmaktadır. Çünkü yücelik, Keltner ve Haidt (2003) tarafından huşu ile ilişkili bir duygudurum olarak tanımlanmıştır.

Van de Vyver ve Abrams (2017) yüceliğin ve ahlaki öfkenin alana özgü etki modelini kurgularken ardışık üç deneysel araştırma yürütmüştür. Her üç deneyde de denekler-arası desen kullanılmış ve katılımcılar seçkisiz olarak 2 (yüceliği tetikleyen video içeriklerine maruz kalmak/kalmamak) x 2 (ahlaki öfkeyi tetikleyen video içeriklerine maruz kalmak/kalmamak) 4 koşuldan birine atanmıştır. İlk deney, yücelik ve ahlaki öfkenin erdem/hayırla ilişkili özgeci davranışlar üzerindeki etkisine ilişkindir. 117 katılımcıyla yürütülen bu deneyde katılımcılar ilgili video içeriklerine maruz bırakıldıktan sonra değerlendirme ve hissettikleri duygulara ilişkin öz bildirim ölçümleri ve erdem/hayırla ilişkili özgeci davranış ölçümleri alınmıştır. Bu deneyde özgeci davranışların ölçülmesi için katılımcılar 60 Euro tutarındaki ödül çekilişine katılmış ve istedikleri bir yardım kuruluşuna bu paradan istedikleri miktarda bağış yapmalarına imkân tanınmıştır. İlk deneyin sonuçlarında, yalnızca yücelik uyarınının para bağışlama davranışlarını artırdığı ve bu etkide yücelik hissiyle beraber yüceliğe dair merkezi değerlendirmenin aracı bir rol oynadığı görülmüştür. İkinci ve üçüncü deneyler de benzer bir desenle/yöntemle yürütülmüş ve adaletle ilişkili özgeci davranışlarda yücelik/ahlaki öfke duygularının rolünü sorgulamıştır. Sonuçlar, yalnızca ahlaki öfke uyarınının adaletle ilişkili özgeci davranışları -politik bir eyleme katılma- artırdığını ve bu etkide ahlaki öfke hissiyle beraber ahlaki öfkeye dair merkezi değerlendirmenin aracı bir rol oynadığını göstermiştir.

Kısaca, özgeci davranışlarla ilgili karşılaştırmalı duygu araştırmaları, özgeci davranışları tetikleyen çeşitli duygu uyarılarının etkileri arasında ince nüanslar bulunduğunu ve bu nüanslarda merkezi değerlendirme bileşenlerinin önemli bir rolü olduğunu göstermektedir. Her bir duygu, Haidt'in (2003) karşılaştırmalı duygu araştırmalarına temel olan makalesinde bulunan sınıflandırmadaki aynı duygu ailesinden olsa bile çeşitli değişkenler üzerinde adeta kendine ait bir yolakla etkide bulunmaktadır. Bu etkilerin incelenmesine dair özgeci davranışlar özelinde bir çaba,

Van de Vyver ve Abrams'ın (2017) çalışmasında görülebilir. Duyguların çeşitliliği göz önüne alındığında duygu uyaranlarının özgecilik üzerindeki etkisinde hangi bağımsız değişkenlerin -aracı/düzenleyici olanlar da dahil- ne şekilde ve nasıl bir etkiye sahip olduğunu aydınlatmak için yapılan araştırmaların oldukça sınırlı olduğu ve kapsayıcı modellere ihtiyaç olduğu görülebilir.



BÖLÜM III

MEVCUT ARAŞTIRMAYA GENEL BAKIŞ

Bu bölümde pozitif/tehdit edici huşu deneyimleri ile özgecilik arasındaki ilişkiye ve özgeciliği gruplararası ilişkiler bağlamında ele alan literatür bulgularına dayalı olarak araştırmamızın amacından söz edilecek ve -değişkenler arası ilişkilere paralel olarak- araştırmamızda sınanacak hipotezlere yer verilecektir.

3.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, sanal gerçeklik (VR) ortamı ile uyarılmış tehdit edici huşu ve pozitif huşu deneyimlerinin özgecilik üzerindeki etkisini iç grup- dış grup ayırımına dayalı olarak ölçmektir. Türkçe literatürde huşu deneyimi üzerine yapılmış herhangi bir deneysel araştırma bulunmamaktadır. Bu anlamda, araştırmamızın ikinci amacı huşu araştırmalarını Türkçe literatüre kazandırmaktır. Yabancı literatürde mevcut olan çok sayıda araştırma, huşu deneyimlerinin özgeci davranışlar üzerindeki pozitif etkisine vurgu yapmaktadır (Bai vd., 2017; Chirico ve Yaden, 2018; Fu vd., 2022; Guan vd., 2019a; Jiang vd., 2018; Jiao ve Luo, 2022; Li vd. 2019; Lucht ve Van Schie, 2024; Perlin ve Li 2020; Piff vd., 2015; Prade ve Saroglou, 2016; Preston vd., 2010; Rudd vd., 2012; Stellar vd., 2018; Valdesolo ve Graham, 2014; Zhao vd., 2018). Bununla beraber yeni bir teknik olarak, VR ortamında farklı huşu deneyimlerinin (tehdit edici/ pozitif) özgecilik üzerindeki etkisini karşılaştırmalı olarak ele alan hiçbir çalışma bulunmamaktadır. Bu minvalde araştırmamızın, metodolojik özgünlüğü ile ilişkili olarak üçüncü amacı da huşu deneyimini uyarmada VR içeriklerinin kullanılmasının ne derece etkili olabileceğini göstermektir. Nitekim huşu deneyimi yaratmayı hedefleyen birçok araştırmada kullanılan teknikler, hatıraların hatırlanması (Shiota vd., 2007), duyguların yazıyla ifade edilmesi (Rudd vd., 2012) çeşitli resimlerin gösterilmesi (Silvia vd., 2015) ve/veya Youtube videolarının/2d videoların izletilmesi (Piff vd., 2015) ile sınırlı kalmıştır. Yapılan çalışmalarda hem pozitif huşu (POH) deneyimi hem de tehdit edici huşu (TEH) deneyimlerini uyarmada güçlü

etkileri olduğu bulgularanan (Chirico vd., 2017; Chirico vd., 2018a; Quesnel ve Riecke, 2018) sanal gerçeklik içerikleri kullanılacaktır. Bu içerikler; pozitif huşu uyarımı için doğa manzaralarını, tehdit edici huşu uyarımı içinse volkan patlamalarını içermektedir.

Guan vd. (2019a) tarafından yapılan bir çalışma, TEH'e kıyasla POH'un özgeciliğin göstergelerinden biri olan bireylerin gönüllü zaman ayırma davranışlarını daha çok artırdığını bulgulamıştır. Bu araştırmanın dördüncü amacı, huşunun özgeci davranışlar üzerindeki etkisine vurgu yapan literatür bulgularını replike etmek ve genişletmektir.

Daha önce hiçbir çalışmada bireylerin dini inançlarının huşu deneyimi yaratmadaki gücü ve bu gücün özgeci davranışlar üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olup olmadığı değerlendirilmemiştir. Araştırmamızdaki deney deseninde mevcut olan ve başörtülü kadın katılımcıların atandığı iki koşul olan dini (ödül yönlü) pozitif yönelimli (DİPOH) ve dini (ceza yönlü) tehdit yönelimli huşu (DİTEH) koşullarında, huşu uyarıcıları değişimlenmeden (pozitif/tehdit edici) Kur'an-ı Kerim'de mevcut olan ve ödül, mağfiret, cennet ve nimet temalı 8 grup ayet ile azap, tehdit ve cehennem temalı bir diğer 8 grup ayetin katılımcılar tarafından okunmasının özgeciler üzerinde farklılaştırıcı bir etkisinin olup olmadığı araştırılacaktır. Dolayısıyla araştırmamızın beşinci amacı, literatürde mevcut olan POH ve TEH deneyimleri arasındaki farka bir başka boyut kazandırarak bu deneyimlerin, deneyimi yaşayan kişilerin dini inançlarına, zihniyetine, bilişsel bağlantılarına ve bağlamsal özellikleri ile bağlantılı doğasına dikkat çekmektir.

Bu çalışmanın bir diğer amacı; huşu deneyiminin özgeci davranışları yordamada etkili olduğunu öne süren literatür bulgularını gruplar-arası ilişkiler kuramları bağlamında ele almaktır. Sosyal kimlik yaklaşımına göre bireylerin gruplarıyla özdeşim düzeyinin yükselmesi iç grup yanlılığındaki artışla ilişkilidir. Fu vd. (2012) çalışmasına göre, özgeci davranışlar konusunda -özellikle kaynak paylaşımında- dış grup/iç grup ayrımı önemli olmaktadır. Bu çalışmanın temel sorusu; gruplarıyla özdeşim düzeyi yüksek olan başörtülü/başörtüsüz kadınların iç-grup ve dış-grup üyesi bireylere özgeci davranışta bulunma sıklıkları üzerinde huşu deneyimi yaşamalarının bir etkisi var mıdır? Eğer varsa, buna ek olarak, söz konusu bu etkide çeşitli huşu deneyimlerinin (POH, TEH, DİPOH, DİTEH) farklılaştırıcı bir etkisi mevcut mudur?

3.2. Araştırmada Sınanacak Hipotezler

Ön araştırmadan elde edilen bulgulara göre, belirli kriterler çerçevesinde (bkz. 4.1.1.) ana araştırmaya dahil edilen başörtülü kadın katılımcılar, seçkisiz olarak 5 deneysel koşula atanmıştır. Bu koşullar, daha önce belirtildiği üzere pozitif huşu koşulu (POH), tehdit edici huşu koşulu (TEH), dini pozitif yönelimli huşu koşulu (DİPOH), dini tehdit yönelimli huşu koşulu (DİTEH) ve kontrol koşuludur (nötr içerik). Başörtülü kadın grubunun atandığı koşullar için araştırmamız bağlamında sınanacak hipotezler, “Ha” kısaltmalarıyla aşağıda verilmiştir.

Ön araştırmadan elde edilen bulgulara göre, belirli kriterler çerçevesinde ana araştırmaya dahil edilen başörtüsüz kadın katılımcılar da seçkisiz olarak 3 deneysel koşula atanmıştır. Bu koşullar, POH, TEH ve kontrol (nötr içerik) koşullarıdır. Başörtüsüz kadın grubunun atandığı koşullar için araştırmamız bağlamında sınanacak hipotezler de “Hb” kısaltmalarıyla aşağıda verilmiştir.

3.2.1. Huşu Deneyimlerinin Duygular Üzerindeki Etkisinden Hareketle Hazırlanan Hipotezler

Collado ve Manrique (2020) tarafından Dikkat Restorasyonu Kuramı'nın temel alındığı bir araştırmada, huşu uyandırıcı manzaralara maruziyetin pozitif duygularla ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca POH'un en temel tetikleyicilerinden biri olan doğa manzaralarına maruz kalmanın, katılımcıların dikkat odaklama becerilerini ve pozitif duyguları artırdığı, kan basıncını ve kalp atış hızını azalttığı (Hartig vd., 2014; Kaplan ve Kaplan, 1989), tehdit edici bir durum karşısında daha az negatif duygu bildirdikleri (Sun vd., 2023) görölmüştür. Diğer taraftan volkan patlaması, hortum, deprem gibi doğal afet görüntülerine maruz kalma ile tetiklenen TEH'in, POH'a kıyasla güçsüzlük hissi gibi negatif duygularla ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Buna ek olarak TEH'in artan sempatik uyarılma ile POH'un ise artan parasempatik uyarılma ile ilişkili olduğu ve yalnızca POH'un, artan yaşam tatmini ile ilişkili olduğu kanıtlanmıştır (Gordon vd., 2017). Söz konusu araştırma bulgularına dayalı olarak oluşturulan hipotezler (Ha1, Ha2, Ha3, Ha4, Hb1, Hb2) aşağıda sunulmuştur.

Ha1: POH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası pozitif duygulanımlarındaki artış, TEH, DİTEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha2: DİPOH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası pozitif duygulanımlarındaki artış, TEH, DİTEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha3: TEH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası negatif duygulanımlarındaki artış, POH, DİPOH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha4: DİTEH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası negatif duygulanımlarındaki artış, POH, DİPOH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb1: POH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası pozitif duygulanımlarındaki artış, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb2: TEH koşulundaki grubun sanal gerçeklik seansları sonrası negatif duygulanımlarındaki artış, POH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

3.2.2. Pozitif ve Tehdit Edici Uyarıların Huşunun Bileşenleri Üzerindeki Etkisini Karşılaştırmaya Dayalı Olarak Hazırlanan Hipotezler

Chirico vd. (2017) tarafından VR tekniği ile yapılan bir çalışmada, dağ manzaralarına, çimenlerde dolaşan tavukların görüntüsü gibi sıradan bir manzaraya ve eğlence içerikli bir videoya kıyasla huşu uyandırmada en etkili olan uyarının bir orman içindeki uzun ağaçları gösteren video olduğu görülmüştür. Deneysel araştırmalar, orman manzarasının tipik bir huşu uyarını olduğunu göstermektedir. Bununla beraber ormanla beraber -yakınında- bir şelale görüntüsünün, yalnızca orman manzarasına kıyasla -belki de estetik bir uyarıcı olması bakımından serbest düşüş etkisi nedeniyle-

daha yoğun bir huşu uyarımı olduğu bulgulanmıştır (Chirico vd., 2018a; Rudd vd., 2012). İlk olarak astronotların uzaydan dünya manzarasını izlemeleri esnasında yaşadıkları hislerle ilgili öz bildirimlerine dayanan bulgulardan hareketle tanımlanan kuşbakışı etkisinin, huşunun bileşenleri olan genişlik ve akomode etme ihtiyacı şiddetini önemli derecede artırdığı görülmüştür (Quesnel ve Riecke, 2018; Yaden vd., 2016).

Yaden vd. (2018) tarafından geliştirilen Huşu Deneyimi Ölçeği'ndeki huşunun diğer bileşenleri açısından, Rudd vd. (2012) tarafından yapılan çalışmada, huşu uyarımı sunulan müdahale grubundaki katılımcıların, kontrol grubundakilere kıyasla zamanın daha yavaş aktığını hissettikleri kaydedilmiştir. Diğer araştırmalar, huşunun bireylerin -fiziksel olarak- beden ve -bilişsel olarak- benlik algıları üzerinde küçültücü bir etki yarattığını, huşu deneyimi sonrası bireylerin sıklıkla diğer kişilerle, çevreleri ve doğa ile derinden bir bağlantı hissettiklerini vurgulamaktadır (Piff vd., 2015; Van Elk vd., 2016; Yaden vd., 2018). Bu araştırma bulguları geriye dönük olarak Neil Armstrong'un uzay yolcuğu ardından söylediği “..kendimi dev gibi hissetmiyordum. Çok ama çok küçük hissettim” ifadesinde de tematik olarak görülebilir. Önemli bir husus, huşunun bileşenleri üzerine yapılan araştırmalarda kullanılan uyarıların, pozitif huşu uyandırıcı mahiyette olmasıdır. Söz konusu araştırma bulgularına dayalı olarak oluşturulan hipotezler (Ha5, Ha6, Ha7, Ha8, Hb3 ve Hb4) aşağıda sunulmuştur.

Ha5: POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olacaktır.

Ha6: TEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olacaktır.

Ha7: DİPOH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, POH,

TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olacaktır.

Ha8: DİTEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, POH, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb3: POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olacaktır.

Hb4: TEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalaması, kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olacaktır.

3.2.3. Huşu Deneyimlerinin Özgecilik Üzerindeki Etkisinden Hareketle Hazırlanan Hipotezler

Çok sayıda araştırma, huşu deneyimlerinin özgeci davranışlar üzerindeki pozitif etkisine vurgu yapmaktadır (Bai vd., 2017; Chirico ve Yaden, 2018; Fu vd., 2022; Guan vd., 2019a; Jiang vd., 2018; Jiao ve Luo, 2022; Li vd. 2019; Lucht ve Van Schie, 2024; Perlin ve Li 2020; Piff vd., 2015; Prade ve Saroglou, 2016; Preston vd., 2010; Rudd vd., 2012; Stellar vd., 2018; Valdesolo ve Graham, 2014; Zhao vd., 2018). POH ve TEH deneyimlerinin özgecilik üzerindeki etkisini karşılaştırmalı olarak ele alan çalışmalar, hem POH hem de TEH koşulundaki katılımcıların, belirli bir duygu uyandırmayan nötr koşuldakilere kıyasla daha fazla para bağışlama isteğinde bulunduğunu ve POH koşulundaki katılımcıların, TEH koşulundakilere kıyasla, tanımadıkları yabancı kişiler için daha fazla gönüllü zaman ayırma isteğinde bulunduğunu ortaya koymuştur (Guan vd., 2019; Piff vd., 2015). SKY'yi temel alan araştırmalar, bireylerin ait oldukları sosyal kimlikle ve iç grupla özdeşleşme düzeylerinin, iç grubu kayırma eğilimlerini tutarlı/güvenilir bir biçimde yordadığını

göstermektedir (Tajfel ve Turner, 1986; Van Leeuwen ve Zagefka, 2017). Buna ek olarak, iç grup üyelerine yardım etme isteği ile iç grupla özdeşleşme düzeyinin pozitif ilişkili; dış gruba yardım etme isteği ile iç grupla özdeşleşme düzeyinin ise negatif ilişkili olduğuna dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır (Simon vd., 2000)

Diğer taraftan Ritov ve Kogut'un (2017) minimal grup paradigması ile yürüttükleri çalışmada, tanınabilirliğin iç grup üyeleriyle para paylaşımını artırdığını, ancak dış grup üyeleriyle yapılan paylaşım üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı bulgulanmıştır. Bu tez kapsamında yürütülen araştırmanın yöntemine -uyaran seçimi ve sunuş biçimi, özgecilik ölçümü ve ilişkili senaryoların oluşturulması- dayanak oluşturan bu bulgular ışığında hazırlanan hipotezler (Ha9, Ha10, Ha11, Ha12, Ha13, Ha14, Hb5, Hb6, Hb7, Hb8, Hab1 ve Hab2) aşağıda sunulmuştur.

Ha9: Katılımcıların grupları (POH, TEH, DİPOH, DİTEH, kontrol) ile özgeci davranış gösterme eğilimleri (yardımda bulunmak isteme durumu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

Ha10: POH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, TEH ve kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha11: TEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha12: DİPOH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, POH, TEH ve kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha13: DİTEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, POH, TEH ve kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Ha14: Huşu koşullarındaki katılımcıların (POH, TEH, DİPOH, DİTEH), hem nötr oldukları grup üyelerine hem de dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb5: Katılımcıların grupları (POH, TEH, kontrol) ile özgeci davranış gösterme eğilimleri (yardımda bulunmak isteme durumu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

Hb6: POH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, TEH ve kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb7: TEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hb8: Kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları, huşu koşulundaki katılımcılara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olacaktır.

Hab1: Başörtülü kadın grubunda 1. Kişiyeye yapılan para yardımı miktarı, başörtüsüz kadın grubuna kıyasla daha fazla olacaktır.

Hab2: Başörtüsüz kadın grubunda 3. Kişiyeye yapılan para yardımı miktarı, başörtülü kadın grubuna kıyasla daha fazla olacaktır.

Araştırmamızın temel kavramlarını ve katılımcıların başörtülü/başörtüsüz olma durumunu esas alınarak oluşturduğumuz yukarıdaki hipotezlere ek olarak manipülasyon kontrolü ve demografik dindarlık değişkeni ile ilgili oluşturduğumuz hipotezler (Hab1 ve Hab2) de aşağıda sunulmuştur.

Hab3: Huşu koşullarındaki katılımcıların (kontrol grubu hariç tamamı), kontrol grubundaki katılımcılara kıyasla PANAS ölçeğindeki huşu maddesinden elde edecekleri ön test- son test skorlarındaki artış daha yüksek olacaktır.

Hab4: Katılımcıların kendilerini dindar olarak görme eğilimleri arttıkça özgeci davranış gösterme eğilimleri de artacaktır.



BÖLÜM IV

YÖNTEM

Bu bölümde öncelikle araştırmamız için katılımcıların seçilme kriterleri, örneklemin özellikleri ve örneklem grubu oluşturma yöntemiyle ilgili bilgiler verilecek, daha sonra veri toplama araçları ve bu araçların oluşturulma süreci, geçerlik ve güvenirlikleri ile ilgili bilgiler sunulacaktır. Bunlara ek olarak araştırma planımız ve araştırmanın işlem basamakları (prosedür) anlatılacak, ayrıca veri analiz yöntemiyle ilgili bilgilere yer verilecektir.

4.1. Örneklem

Çalışmamızın örneklemini, Bursa'da Diyanet İşleri Başkanlığı'na bağlı Kız Kur'an Kurslarında eğitim gören 18-60 yaş aralığındaki başörtülü kadınlar ve araştırmacının sosyal yardımlaşma ve dayanışma vakıfları aracılığıyla kartopu tekniği ile ulaştığı başörtüsüz kadınlar oluşturmaktadır. Bu araştırma için ulaşılması gereken en az katılımcı sayısı, Van Elk ve ark. (2016) tarafından "huşunun beden algısı üzerindeki etkileri" ile ilgili yapılan çalışmaya dayalı olarak G-Power 3.1 programı ile tespit edilmiş ve toplam 110 katılımcının yeterli olduğu tespit edilmiştir ($\alpha=0.05$; $\eta^2=0.08$; Güç = 0.80). Bu çalışma iki adımdan oluşmaktadır. Çalışmanın birinci adımı, ana çalışmaya ait hipotezleri test etmek amacıyla çeşitli kriterlere göre çalışmanın deneysel aşamasına çağrılacak olan katılımcıları belirlemek amacıyla gerçeleştirilmiştir. Örneklemin oluşturulmasında amaçsal örnekleme yönteminden faydalanılmıştır. Araştırmacı tarafından hazırlanan sosyo-demografik bilgi formunda bulunan belirli sorular, çalışmaya dahil edilme-dışlama kriterleri olarak kullanılmıştır. O nedenle çalışmanın deneysel aşamasına katılacak olan gönüllülerin belirlenmesi amacıyla, gerekli izinler ve onam formu alındıktan sonra 96 başörtülü kadın ve 73 başörtüsüz kadın tarafından sosyo-demografik bilgi formu (bkz. EK-B) doldurulmuştur. Katılımcılara, araştırmanın deneysel aşamasına davet edilip gönüllü olarak katılmaya karar verdikleri takdirde araştırmacı tarafından kişi başi 100'er TL ödeme yapılacağı

bilgisi paylaşılmıştır. Böylece deneysel araştırmaların süre bakımından görece uzun olması nedeniyle ana araştırmaya katılımın teşvik edilmesi amaçlanmıştır. Birçok çalışmada belirtildiği üzere katılımı teşvik etmek amacıyla kullanılan çeşitli ödüllerin, katılım oranlarını artırdığı ve gerçek tutumların ölçülerek daha güvenilir bulgulara erişilmesine katkı sağladığı bilirse de gereğinden fazla verilen ödöl/sağlanan faydanın ters bir etki yaratarak katılımcı yanlılığına (*participant bias*) yol açabileceği de vurgulanmaktadır (Patel ve ark., 2003). O nedenle yakın zamanda teşvik edici kullanılarak yapılmış çalışmaları (Çoker, 2022) ve araştırmacının bütçesi dikkate alınarak her bir katılımcıya 100'er TL ödeme yapılması kararlaştırılmıştır. Çalışmaya dahil edilme kriterlerinden biri, literatür ile paralel şekilde belirlenen gönüllünün kişisel aylık gelirinin 3000 TL'den, birlikte yaşadığı ailesinin aylık gelirinin 30000 TL'den düşük olmasıdır. O sebepten ötürü Bursa'da görece düşük sosyoekonomik duruma sahip bireylerin daha fazla yaşadığı bir bölge olduğu için bu çalışma ağırlıklı olarak Yıldırım ilçesinde yürütölmüştür.

Veri toplama işlemi bittikten ve veri seti üzerinde yapılan incelemelerden sonra, araştırmaya dahil edilme kriterlerine (bkz. 4.1.1.) uyan ve sosyo-demografik bilgi formunu tam olarak dolduran 96 başörtölü kadın katılımcının 76'sının (% 79,1) ve 73 başörtüsüz kadın katılımcının 44'ünün (% 60,2) araştırmanın deneysel aşamasına katılmasının uygun olduğu görölmüştür. Deney deseninde başörtölü kadın katılımcıların seçkisiz atama yöntemiyle atandığı 5 grup; başörtüsüz kadın katılımcıların da seçkisiz atama yöntemiyle atandığı 3 grup bulunmaktadır. Gruplararası eşitliği sağlamak adına her bir grup için 14 kişi olmak üzere toplam 112 gönüllü katılımcı ana araştırmaya çağrılmıştır. Dolayısıyla ana çalışmanın nihai örneklemini, 18-59 yaş arası 112 katılımcı (70 başörtölü kadın ve 42 başörtüsüz kadın, $\bar{x}_{yaş} = 31.72$, $SS_{yaş} = 11.05$) oluşturmuştur.

4.1.1. Araştırmaya Dahil Etme ve Dışlama Ölçütleri

Çalışmanın deneysel aşamasına (ana çalışmaya) katılacak olan gönüllüler, sosyo-demografik bilgi formu ile toplanan bilgiler ışığında çalışmanın birinci adımıdaki katılımcılar arasından seçilmiştir. Bu tez, sanal gerçeklik (VR) ortamı ile uyarılmış tehdit edici huşu ve pozitif huşu deneyimlerinin özgeci davranışlar üzerindeki etkisini iç grup- dış grup ayırımına dayalı olarak ölçmeyi amaçlamaktadır. Ait olduklarını

hissettikleri grup üyelikleriyle özdeşim düzeyi yüksek olan bireylerin, gruplarıyla özdeşim düzeyi düşük olan bireylere göre kendi gruplarını daha fazla kayırma yoluna gittiği bilinmektedir. O halde başörtülü kadın grubuyla özdeşim düzeyi yüksek olan katılımcıların, para paylaşım görevinde iç gruplarına daha fazla ve daha yüksek tutarda para bölüştüreceği öngörülebilir. Literatür bulgularına paralel şekilde oluşturulan hipotezlerin (bkz. 3.3) sınanması amacıyla ana araştırmaya, çalışmanın birinci adımında elde edilen sosyo-demografik verileri aşağıda belirtilen dahil etme- dışlama kriterleriyle uyumlu olan gönüllüler çağrılmıştır.

i. Yaş

Ana çalışmaya, yalnızca 18- 60 yaş arasındaki katılımcılar çağrılmıştır.

ii. Sosyo-Ekonomik Durum

Sosyo-ekonomik durumun bir dahil etme- dışlama kriteri olarak seçilmesinin temel nedeni, ana araştırmanın bağımlı değişkeni olan özgeciliğin bir para paylaşım göreviyle ölçülecek olmasıdır. Özgeciliği davranışsal düzeyde ölçebilmek amacıyla araştırmacı tarafından tüm katılımcılara yapılacak 100'er TL ödemenin tüm katılımcılar için benzer bir değer ifade etmesi önemlidir. Bu kriter, araştırma sonuçlarının geçerlik/güvenirliğini sağlamak için bir önlemdir. O sebepten ötürü “Birlikte yaşadığı ailesinin ortalama aylık geliri 30.000 TL’den az ve kişisel aylık geliri 3.000 TL’den az olmak ya da birlikte yaşadığı ailesinin ortalama aylık geliri 15.000 TL’den az ve kişisel aylık geliri 3.000 TL’den yüksek olmak” bu araştırmaya dahil edilme kriterlerinden biri olarak seçilmiştir.

Diğer taraftan “Birlikte yaşadığı ailesinin ortalama aylık geliri 30.000 TL’den yüksek olmak ve kişisel aylık geliri 3.000 TL’den yüksek olmak” ise araştırmanın dışlama kriterleri olarak seçilmiştir. Bununla beraber ailelerindeki tek gelire kendileri sahip olan katılımcıların araştırmaya dahil edilebilmeleri için ailesinin ortalama aylık geliri 15.000 TL’den az ve kişisel aylık geliri 3.000 TL’den yüksek olan kişiler de araştırmanın deneysel aşamasına dahil edilmişlerdir. Böylece sosyo-ekonomik durum bakımından, araştırma deseninde belirtilen gruplar-arası bir dengelemeye gidilerek araştırma bulgularının doğruluğu ve güvenilirliği sağlanmaya çalışılmıştır.

iii. Sanal Gerçeklik (VR) Deneyimi

Daha önce herhangi bir sanal gerçeklik (VR) gözlüğü kullanmış olmak bu araştırmanın dışlama kriterlerinden biridir. Bunun nedeni, yapılacak olan deneysel araştırmada çeşitli karıştırıcı değişkenlerin etkisini (VR gözlüğü kullanmış olmanın potansiyel karıştırıcı etkisi gibi) elimine etmektir.

iv. Grupla Özdeşim Düzeyi

Sosyo-demografik bilgi formunda (bkz. EK-B) yer alan 8 (8a, 8b, 8c) ve 9 (9a, 9b, 9c) numaralı sorular, formun verildiği katılımcının başörtülü- başörtüsüz olma durumuna göre forma eklenmiştir. Dolayısıyla başörtülü kadın katılımcılar bu formdaki 9 (9a, 9b, 9c) numaralı soruları; başörtüsüz kadın katılımcılar da 8 (8a, 8b, 8c) numaralı soruları görmemiştir. Çalışmanın ana aşamasına dahil edilme kriterlerinden biri, “grupla özdeşim düzeyi yüksek olmak” tır. Grupla özdeşleşme düzeyi yüksek olan katılımcıları belirlemek için, Kirchler ve ark. (1994) tarafından geliştirilmiş; Hortaçsu (2000) tarafından Türkçeye uyarlanmış Grupla Özdeşleşme Düzeyi Ölçeği (GÖDÖ)’ndeki maddeler kullanılmıştır. Buna göre “kendisini başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olarak görmek” ve “başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olmayı önemli görmek” ve “başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olmaktan dolayı mutluluk duymak” bir diğer araştırmaya dahil edilme kriteridir. Katılımcının 5’li Likert tipteki 8b/9b numaralı sorulara “4 ya da 5” puan vermesi, “başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olmayı önemli görmek” kriterinin karşılandığı anlamına gelmektedir. Ayrıca katılımcının 5’li Likert tipteki 8c/9c numaralı sorulara “4 ya da 5” puan vermesi de “başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olmaktan dolayı mutluluk duymak” kriterinin karşılandığı anlamına gelmektedir.

Sonuç olarak, yukarıda belirtilen kriterleri karşılayan 112 kişi ($\bar{x}_{yaş} = 31.72$, $SS_{yaş} = 11.05$) ana araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcılara ilişkin sosyo-demografik bilgiler, her bir grup için ayrı ayrı olmak üzere (POH, TEH, DİPOH, DİTEH) Tablo 4.1.’de yer almaktadır.

Tablo 4.1. Ana Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Değişkenler		Başörtülü POH		Başörtülü TEH		Başörtülü DİPOH		Başörtülü DİTEH		Başörtülü Kontrol		Başörtüsüz POH		Başörtüsüz TEH		Başörtüsüz Kontrol		Test Değeri	p
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Yaş*** ($\bar{X}\pm SS$, 31.72±11.05)	32 yaş altı	7	50.0	7	50.0	5	35.7	7	50.0	7	50.0	11	78.6	8	57.1	9	64.3	6.300**	0.505
	32 yaş ve üzeri	7	50.0	7	50.0	9	64.3	7	50.0	7	50.0	3	21.4	6	42.9	5	35.7		
Eğitim durumu	Okuryazar değil	1	7.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	18.880**	0.988
	Okuryazar	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
	İlkokul	2	14.3	1	7.1	2	14.3	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1		
	Ortaokul	5	35.7	4	28.6	2	14.3	4	28.6	1	7.1	2	14.3	2	14.3	1	7.1		
	Lise	5	35.7	6	42.9	5	35.7	5	35.7	6	42.9	7	50.0	6	42.9	10	71.4		
	Üniversite	1	7.1	2	14.3	3	21.4	2	14.3	5	35.7	3	21.4	4	28.6	1	7.1		
	Lisansüstü	0	0.0	0	0.0	1	7.1	1	7.1	0	0.0	1	7.1	1	7.1	1	7.1		
Çalışma durumu	Evet	4	28.6	4	28.6	4	28.6	3	21.4	4	28.6	3	21.4	3	21.4	2	14.3	5.617**	0.975
	Hayır	5	35.7	3	21.4	5	35.7	6	42.9	5	35.7	3	21.4	6	42.9	4	28.6		
	Öğrenci	5	35.7	7	50.0	5	35.7	5	35.7	5	35.7	8	57.1	5	35.7	8	57.1		

Tablo 4.1. (devamı)

Ailenin ortalama aylık geliri	15000 TL'den az	5	35.7	7	50.0	8	57.1	6	42.9	7	50.0	6	42.9	6	42.9	7	50.0	1.723**	0.974
	15000-30000 TL arası	9	64.3	7	50.0	6	42.9	8	57.1	7	50.0	8	57.1	8	57.1	7	50.0		
	30000 TL'den yüksek	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
Kişisel ortalama aylık geliri	500 TL'den az	3	21.4	2	14.3	2	14.3	4	28.6	2	14.3	3	21.4	1	7.1	2	14.3	8.362**	1.000
	501-1000 TL arası	1	7.1	1	7.1	3	21.4	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1	1	7.1		
	1001-1500 TL arası	2	14.3	2	14.3	2	14.3	1	7.1	1	7.1	3	21.4	2	14.3	2	14.3		
	1501-2000 TL arası	2	14.3	2	14.3	2	14.3	2	14.3	2	14.3	2	14.3	2	14.3	3	21.4		
	2001-3000 TL arası	2	14.3	3	21.4	5	35.7	2	14.3	3	21.4	2	14.3	4	28.6	3	21.4		
	3000 TL'den yüksek	4	28.6	4	28.6	2	14.3	4	28.6	5	35.7	3	21.4	4	28.6	3	21.4		

Tablo 4.1. (devamı)

Dindarlık durumu	Hiç Dindar Değilim	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	7.1	4	28.6	2	14.3	41.488**	0.048*
	Pek Dindar Değilim	0	0.0	1	7.1	2	14.3	0	0.0	2	14.3	6	42.9	2	14.3	4	28.6		
	Dindar Sayılıırım	5	35.7	5	35.7	3	21.4	4	28.6	4	28.6	3	21.4	4	28.6	3	21.4		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	5	35.7	6	42.9	5	35.7	4	28.6	4	28.6	3	21.4	2	14.3	3	21.4		
	Çok Dindarım	4	28.6	2	14.3	4	28.6	6	42.9	4	28.6	1	7.1	2	14.3	2	14.3		
Toplam		14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100		

*p<0.05, **Ki kare testi ya da Fisher Exact test,

*** Yaş değişkeni örneklemin medyan puanına bağlı olarak iki kategoriye bölünmüştür.

Araştırmada yer alan katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 4.1.'de verilmiştir. Katılımcıların grupları ile demografik özellikleri arasındaki ilişkiyi test etmek için ki kare analizi uygulanmıştır. Katılımcıların grupları ile yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, ailenin ortalama aylık geliri ve kişisel ortalama aylık gelir arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların grupları ile dindarlık durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %35.7'sinin dindar sayılımı, %35.7'sinin oldukça dindar sayılımı cevabını verdiği görülmektedir. Başörtülü TEH grubunun %35.7'sinin dindar sayılımı ve %42.9'unun oldukça dindar sayılımı cevabını verdiği görülmektedir. Başörtülü DİPOH grubunun %35.7'sinin oldukça dindar sayılımı ve %28.6'sının çok dindarım cevabını verdiği görülmektedir.

Başörtülü DİTEH grubunun %42.9'unun çok dindarım cevabını verdiği görülmektedir. Başörtülü Kontrol grubunun %28.6'sının dindar sayılımı, %28.6'sının oldukça dindar sayılımı ve %28.6'sının çok dindarım cevabını verdiği görülmektedir. Başörtüsüz POH grubunun %42.9'unun pek dindar değilim cevabını verdiği görülmektedir. Başörtüsüz TEH grubunun %28.6'sının hiç dindar değilim ve %28.6'sının dindar sayılımı cevabını verdiği görülmektedir. Başörtüsüz Kontrol grubunun %28.6'sının pek dindar değilim cevabını verdiği görülmektedir.

4.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama araçları olarak Sosyo-Demografik Bilgi Formu (bkz. EK-B), Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS) (bkz. EK-Ç), Sanal Gerçeklik (VR) İçerikleri (bkz. 4.2.3.), Dini Pozitif Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri (bkz. EK-D), Dini Tehdit Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri (bkz. EK-E), Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği (bkz. EK-G), Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Soruları (bkz. EK-H), Kurgusal Video İçerikleri (bkz. EK-I), Ortak Kelimeleri Tespit Etme Formu (bkz. EK-İ) ve Özgeçmiş Vinyeti Karar Formu (bkz. EK-J) kullanılmıştır.

4.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Bu form, sosyo-demografik bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış anket sorularını içermektedir. Anket yaş, eğitim, meslek ve katılımcıların aylık ortalama gelir düzeyi gibi genel bilgilerin sorulduğu maddelerin yanı sıra katılımcıların kendilerini ne derece dindar gördüklerine ve kendilerini başörtülü/başörtüsüz kadın grubunun bir üyesi olarak görüp görmediklerine dair araştırmacı tarafından Kirchler ve ark. (1994) tarafından geliştirilmiş; Hortaçsu (2000) tarafından Türkçeye uyarlanmış Grupla Özdeşleşme Düzeyi Ölçeği (GÖDÖ)’nden bu araştırma için uyarlanan maddeleri de içermektedir.

4.2.2. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS)

Bireylerin anlık genel duygulanımlarını ölçmek için sıkça kullanılan pozitif ve negatif duygu ölçeği (PANAS), Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilmiş; Gençöz (2000) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Huşu deneyimi üzerine yapılan birçok çalışmada PANAS, sanal gerçeklik seansları sonrası katılımcılara manipülasyon kontrolü için uygulanmıştır (Chirico vd., 2018a; Van Cappellen vd., 2013). Bu nedenle araştırmacılar PANAS’a “huşu” maddesini de eklemiştirler. Bu çalışmada da benzer bir amaçla sanal gerçeklik seanslarının ardından PANAS’a yer verilecektir.

Bu çalışmada kullanılan ölçek, 10 pozitif ve 10 negatif olmak üzere toplam 20 farklı duygu ifadesini ve huşu duygusunu içermektedir. Katılımcılar içinde buldukları duygudurumuna göre her bir maddeyi “Hiç Yansıtmıyor” dan “Tamamen Yansıtıyor” a kadar uzanan 5 dereceli Likert ölçeğinde işaretleyeceklerdir. Gençöz (2000) tarafından ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı, 10’ar maddeden oluşan pozitif duygulanım için .83 ve negatif duygulanım için ise .86 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı, pozitif duygu alt boyutu için .80 ve negatif duygu alt boyutu için .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliği değerlendirildiğinde iyi derecede güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Cronbach Alfa değerlerinin 0.60’tan büyük olması, kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu da çalışmada kullanılan ölçeğin içsel tutarlılıklarının iyi olduğunu göstermektedir (Özdamar K., 2015).

4.2.3. Sanal Gerçeklik (VR) İçerikleri

Huşu deneyimini uyarmada VR (sanal gerçeklik) kullanımını oldukça yeni bir tekniktir. Nitekim birçok araştırmada huşu deneyimi yaratmak amacıyla katılımcıların geçmiş anılarını hatırlaması (Shiota vd., 2007), ilgili duyguları içeren hatıralarını 5-6 satırda ifade etmesi (Rudd vd., 2012) ya da çeşitli resimlerin (Silvia vd., 2015) ve/veya Youtube videolarının/2d videoların izletilmesi (Piff vd., 2015) gibi teknikler kullanılmıştır/kullanılmaktadır. VR gözlüğü ile yapılan az sayıda çalışmada pozitif huşu deneyimini uyarmada ırmak, dağ, görkemli ağaçlar gibi doğa manzaraları; tehdit edici huşu deneyimlerini uyarmada ise volkan patlaması, deprem ve sel gibi doğal afetler kullanılmıştır (Sawada ve Nomura, 2020). Söz konusu içeriklerin huşu deneyimini uyarmadaki etkilerinin yeterince güçlü olduğu bulgulanmıştır (Quesnel ve Riecke, 2018). Bununla beraber huşu deneyimini uyarmada BBC'ye ait "Planet Earth" belgesellerindeki video içeriklerini kullanan çalışmalar da olmuştur (Chirico vd., 2018a; Zhao vd., 2018).

Huşu deneyiminin, bireylerin bedenleri üzerindeki hâkim olma duygularını artırarak benliğin özgürleşmesini tetiklediği savını ortaya atan ve bunu plastik el illüzyonu (*rubber hand illusion*) deneyinde kanıtlayan bir diğer araştırmada ise huşu koşuluna atanan katılımcılar, VR gözlüğü aracılığıyla 3 dakika boyunca 360° panoramik bir video formatında Angel Şelalesini izlemişlerdir (Takano ve Nomura, 2021). Dünyanın en yüksek şelalesi olan Angel Şelalesi, Eyfel Kulesi'nin 3 katı yüksekliğindedir. Öyle ki yüksekliği 979 metre; genişliği ise yaklaşık 46 metredir. (Plumb, 1993). Araştırmamızda pozitif huşu uyaranı olarak (hem pozitif huşu koşulu hem de dini pozitif yönelimli huşu koşulu için) benzer şekilde Angel Şelalesi seçilmiştir. Bunun üç temel nedeni vardır. İlk olarak, Angel Şelalesinin araştırmamız ile ilgili olan bir özelliği, şelaleden akan suların, en tepeden en aşağı noktaya kadar ilerlerken 807 metre boyunca herhangi bir engele takılmadan düşmesidir. Serbest düşüş olarak isimlendirilen bu hususun estetik algımızı etkilemesi bakımından (Hudson, 2000) ayrıca huşu uyandırıcı bir etken olduğu kanaatindeyiz.

İkinci olarak, huşu araştırmalarında sıkça söz edilen kuşbakışı etkisidir (*overview effect*). Genellikle dünyayı tepeden görebilme şansı elde eden astronotlar üzerinde yapılan çalışmalarda fark edilen kuşbakışı etkisinin, birçok astronotta derin bir

duygusal tepkiyi tetikleyerek çeşitli bilişsel değişiklerle ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Bu değışiklikler, çoğunlukla yüksek bir farkındalık hissi ve sorumluluk duygusu ile ortaya çıkmaktadır. Bir diğere ifadeyle, kuşbakışı bakmanın, yaşamın ve tüm canlıların birbirine bağı olduğu hissi yaşamak ve canlılara/gezegeneimizin geleceğine karşı artan özgeci davranışlar ile ilişkili olduğu düşünölmektedir. Dönüştürücü bir deneyim olması bakımından huşu araştırmalarında da kullanılan bu etki (Yaden vd., 2016) ilk olarak White (1987) tarafından tanımlanmıştır.

Üçüncü olarak, araştırmamızda kullanacağımız sanal gerçeklik (VR) videosunun, 360 derece panoramik bir görüntü sağlıyor olmasıdır. Birçok araştırma, 360 derece panoramik bir görüntünün daha güçlü bir huşu etkisi yaratacağına vurgu yapmaktadır (Chirico vd., 2017; Chirico vd., 2018b; Takano ve Nomura, 2021). Araştırmamızda kullanılan VR gözlük, hareket sensörlü ve titreşim özelliğine sahip bir çift el-kontrol çubukları ile kontrol edilebilmektedir. Bu kontrol çubukları sayesinde araştırmamızda pozitif huşu koşuluna atanan katılımcılar, izledikleri 360° video formatındaki Angel Şelalesinin en tepesine kadar tırmanma deneyimi yaşamışlar ve daha sonra Venezuela Ormanlarına tepeden bakmışlardır. Sonuç olarak, kuşbakışı etkisi (overview effect) ile birlikte, kullandığımız deney düzeneğinde pozitif huşu uyarımının etkisinin artacağı düşünölmektedir.

Diğere taraftan, araştırmamızda tehdit edici huşu uyarımı olarak (hem tehdit edici huşu koşulu hem de dini tehdit yönelimli huşu koşulu için) katılımcılar, bir droneun üzerinde volkan püskürten dağa kuşbakışı bakarak doğal afetlerden biri olan volkan patlamasının ortaya çıkış ve yayılımını içeren bir doğa klibini izlemişlerdir. Pozitif huşu uyarımı için kullanılan içerikte olduğu gibi tehdit edici huşu uyarımı için kullanılan sanal gerçeklik içeriğinde de -benzer gerekçelerle- 360 derece panoramik bir görüntü seçilmiş ve katılımcılar bir droneun üzerinde volkan patlamasının yaşandığı dağa kuşbakışı bakmışlardır. Dolayısıyla kuşbakışı etkisi (overview effect) ile birlikte, kullandığımız deney düzeneğinde tehdit edici huşu uyarımının etkisinin de artacağı düşünölmektedir.

Son olarak, deney bulgularının güvenilirliği için kontrol koşuluna atanan katılımcıların nötr bir içeriğe maruz kalması önem taşımaktadır. O sebeple kontrol koşulu için kullanılacak içeriğin belirlenmesinde alanyazın incelenmiş ve Chirico vd. (2017)

tarafından betimlenen içeriğe uygun bir video seçilmiştir. Bu video, çimenlerde dolaşan tavukların görüntüsünü içermektedir. Ayrıca temelde huşu deneyiminin özgecilik üzerindeki etkisini ölçmeyi amaçlayan bu çalışmada, katılımcıların ilk defa bir sanal gerçeklik (VR) gözlüğü kullanmasının kendisinin karıştırıcı etkisini elimine etmek adına, kontrol koşulundaki katılımcılar da söz konusu videoyu VR gözlüğü ile izlemişlerdir.

Bu çalışmada Oculus Meta Quest 2 modeli VR gözlük kullanılmıştır. Baş takibi, el takibi, 4 adet takip kamerası ve 6 eksen takibi gibi oldukça gelişmiş hareket takibi özelliği, gözlük kullanan katılımcılar için de kullanılabilir olması, 3664 x 1920 oranlı yeterli düzeyde çözünürlüğe sahip olması ve çift el ile kontrol edilebilmesi gibi nedenlerle Oculus Meta Quest 2'nin bu çalışma için geçerli ve güvenilir bir araç olduğu düşünülmektedir. Her bir koşuldaki tüm katılımcılar, 360⁰ perspektiften panoramik sahneleri içeren sürükleyici video gösterimlerini 3'er dakika boyunca deneyimlemişlerdir. Araştırmada kullanılan pozitif, tehdit edici ve nötr uyarılardan bir kesit aşağıdaki görselde sunulmuştur (Görsel 4.1.). Literatürdeki benzer çalışmalarda katılımcılar, video içeriklerine 2 dakika ile 5 dakika arasında değişen aralıklarda maruz bırakılmışlardır (Guan vd., 2019a; Zhao vd., 2018). Bu çalışmada da 3 dakikalık bir maruziyetin yeterli olabileceği düşünülmektedir.



Görsel 4.1. Araştırmada Kullanılan Pozitif, Tehdit Edici ve Nötr Uyarılardan Kesitler

4.2.4. Dini Pozitif Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri

Literatürde pozitif huşu (*positive awe*) olarak kavramsallaştırılan ve huşunun ilk ve en çok araştırılan bu çeşidinin, birçok araştırmada panoramik doğa manzaraları, müzik ve muhteşem sanat eserleri ya da karizmatik liderler gibi ilham kaynakları tarafından tetiklenebileceği belirtilmektedir (Gordon vd., 2017; Graziosi ve Yaden, 2021). Şimdiye kadar hiçbir araştırma, bireylerin dini inançlarının ve kutsal kitaplarında

geçen ifadelerin huşu uyandırıcı etkisine vurgu yapmamıştır. Dini pozitif yönelimli huşu grubu ayetleri, araştırmacı tarafından Kur'an-ı Kerim'de geçen ve literatürde pozitif huşu kavramsallaştırması ile içerik bakımından ilişkili olduğu düşünülen ayetlerdir. Örneğin; “Allah, mümin erkeklere ve mümin kadınlara, içinde ebedî kalmak üzere altından ırmaklar akan cennetler ve Adn cennetlerinde güzel meskenler vâdetti (Tevbe, 72).” ve “Görmez misin ki, Allah gökten bir su indiriyor? Biz onunla renkleri çeşit çeşit meyveler, sebzeler çıkarıyoruz. Dağlarda da toprağın rengine göre beyaz, kırmızı, daha farklı renklerde ve simsiyah yollar vardır. (Fâtır, 27)” bu ayetlerden bazılarıdır.

Araştırmamızda kullanacağımız ayetlerin seçilmesi için araştırmacı tarafından uzman görüşü alınmış ve bir pilot çalışma yapılmıştır. Bu süreçte, öncelikle araştırmacı tarafından Kur'an-ı Kerim'de geçen ve “ödül, mağfiret, cennet ve nimet” temalı ve literatürde sıkça vurgulanan pozitif huşu uyaranları ile paralel, çeşitli doğa manzaralarını tasvir eden 22 ayet tespit edilmiştir. Daha sonra seçilen bu ayetler hakkında 23 uzman kişiden (Kur'an Kursu öğretmeni 10 kişi, din görevlisi 10 kişi, üniversitede öğretim elemanı olarak görev yapan 3 kişi) görüş alınmıştır. Her bir uzmanın ilgili ayetleri gerek yapısal gerek kontext temelli değerlendirmeleri sonucunda 12 ayet maddelerden çıkartılmış ve pilot çalışma için 10 ayetin kullanılmasına karar verilmiştir. Pilot çalışma ise ana araştırmaya katılacak olan gönüllüleri belirlemek için yapılan ön çalışma esnasında, araştırmacının gittiği Bursa/Yıldırım ilçesindeki Kız Kur'an Kurslarında hafızlık yapan 5 öğrenci ile yürütülmüştür. Pilot çalışma sonrası 2 ayet daha maddelerden çıkartılmış ve ana araştırma için 8 ayetin kullanılmasına karar verilmiştir.

4.2.5. Dini Tehdit Yönelimli Huşu Grubu Ayetleri

Literatürde tehdit temelli/tehdit edici huşu (*threat-based awe*) olarak kavramsallaştırılan ve huşunun negatif değerlikli (*negative valence*) olarak araştırılan bu çeşidinin, birçok araştırmada depresyon, sel, kasırga ve volkan patlaması gibi doğal afetler ya da terör saldırıları gibi ani gerçekleşen olumsuz olaylar tarafından tetiklenebileceği belirtilmektedir (Gordon vd., 2017; Nelson-Coffey vd., 2019; Piff vd., 2015). Gerek Türkçe gerek yabancı literatür incelendiğinde, bireylerin dini inançlarının ve kutsal kitaplarında geçen tehdit edici vurgulara sahip ifadelerin, tehdit

temelli bir biçimde uyandırabileceği huşu üzerine yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Dini tehdit yönelimli huşu grubu ayetleri, araştırmacı tarafından Kur'an-ı Kerim'de geçen ve literatürde tehdit temelli/tehdit edici huşu kavramsallaştırması ile içerik bakımından ilişkili olduğu düşünülen ayetlerdir. Örneğin; “İnkârcı suçlular cehennem ateşini görecekler, oraya kesinlikle düşeceklerini anlayacaklar; etrafı yoklayacaklar, fakat ondan kaçıp kurtulacak bir yer bulamayacaklar (Kehf, 53).” ve “Oraya atıldıklarında, cehennem onları yutmak için homurtularla nasıl içine doğru nefes alıp, uğuldaya uğuldaya kaynadığını işitirler (Mülk, 7).” bu ayetlerden bazılarıdır.

Dini tehdit yönelimli huşu grubu ayetlerinin seçilmesinde, dini pozitif yönelimli huşu grubu ayetlerinin seçilmesinde uygulanan prosedürün bir benzeri uygulanmıştır. O sebeple, öncelikle literatürde tehdit edici huşu uyaranlarından biri olan volkan patlamaları ile paralel şekilde araştırmacı tarafından Kur'an-ı Kerim'de geçen ve “azap, tehdit ve cehennem” temalı 17 ayet tespit edilmiştir. Daha sonra seçilen bu ayetler hakkında, dini pozitif yönelimli huşu grubu ayetlerinin seçilmesinde görüşlerine başvuru yapılan aynı 23 uzmandan alınan geri bildirimler doğrultusunda 3 ayet maddelerden çıkartılmış ve pilot çalışma için 14 ayetin kullanılmasına karar verilmiştir. Pilot çalışma da aynı şekilde hafızlık yapan 5 kadın öğrenci ile yürütülmüştür. Pilot çalışma sonrası 4 ayet daha maddelerden çıkartılmış ve ana araştırma için kullanılmaya uygun 10 ayetin olduğu tespit edilmiştir. Her bir ayet grubu (dini pozitif yönelimli ve dini tehdit yönelimli), yapılacak olan deneysel çalışmada farklı koşullarda kullanılacağından gruplar-arası dengelemeye gidilmesi gerekli görülmüş ve nihayetinde ana çalışma için -dini pozitif yönelimli huşu grubu ayetlerinde olduğu gibi- 8 ayetin kullanılmasına karar verilmiştir.

4.2.6. Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği

Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği (HDDÖ), bir manipülasyon sonrası bireylerin yaşadıkları anlık huşu deneyimini ölçmek amacıyla Yaden vd. (2018) tarafından geliştirilen Huşu Deneyimi Ölçeği'nden (AWE-S) araştırmacı tarafından Türkçe'ye uyarlanan maddeleri içermektedir. Huşu Deneyimi Ölçeği'nde, değişmiş zaman algısı (*altered time perception*), kendini küçültme (*self diminishment*), bağlantılılık (*connectedness*), (algılanan) genişlik (*vastness*), fiziksel duyular (*physical*

sensations) ve akomode etme ihtiyacı (*need for accommodation*) olmak üzere 6 alt boyutta toplam 30 madde bulunmaktadır. Mevcut çalışmanın ana hedefinden hareketle bu ölçeğin 4 boyutu (değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacı) kullanılmış ve HDDÖ oluşturulmuştur.

HDDÖ; huşu deneyiminin 4 boyutu olan değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacını ölçen 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte huşu deneyimi ile ilgili her bir boyut için 4'er madde bulunmaktadır. HDDÖ, Huşu Deneyimi Ölçeği'nde olduğu gibi 7'li Likert tipte olup katılımcılar, yaşadıkları sanal gerçeklik deneyiminden sonra her bir maddeyi "1= Kesinlikle Katılmıyorum" dan "Kesinlikle Katılıyorum" a kadar uzanan bir skalada derecelendireceklerdir. Her bir alt boyuttan alınan toplam puanlar arttıkça katılımcıların yaşadıkları huşu deneyiminin yoğunluğu da artmaktadır. Yaden vd. (2018) tarafından Huşu Deneyimi Ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .93 olarak hesaplanmış; ayrıca bu değer ölçeğin değişmiş zaman algısı alt boyutu için .91, bağlanılmışlık alt boyutu için .87, algılanan genişlik alt boyutu için .85, akomode etme ihtiyacı alt boyutu için ise .80 olarak bulgulanmıştır.

Mevcut çalışmada ise HDDÖ'nün Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı, .92 olarak hesaplanmış; ayrıca bu değer ölçeğin değişmiş zaman algısı alt boyutu için .82, bağlanılmışlık alt boyutu için .96, algılanan genişlik alt boyutu için .94, akomode etme ihtiyacı alt boyutu için ise .93 olarak bulgulanmıştır. Bu tez kapsamında yürütülen araştırmada, huşu uyarılarının, bileşenleriyle birlikte çeşitli huşu deneyimleri üzerindeki etkisini ölçmeyi amaçlayan HDDÖ, Türkçe dilinde ilk defa kullanılacaktır. HDDÖ'nün faktör desenini ortaya koymak amacıyla yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulamasından önce, örneklem büyüklüğünün faktör analizi yapmaya uygun olup olmadığını test etmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi uygulanmıştır. HDDÖ'nün boyutları, maddeleri ve açıklayıcı faktör analizi Tablo 4.2.'de sunulmuştur.

Tablo 4.2. HDDÖ'nün Boyutları, Maddeleri ve Açıklayıcı Faktör Analizi

İfadeler	Maddeler	Faktörler				Toplam Madde Korelasyonu
		F1: Değişen Zaman Algısı	F2: Bağlanılmışlık	F3: Algılanan Genişlik	F4: Akomode Etme İhtiyacı	
HUSU1	Zamanın daha yavaş geçtiğini fark ettim.	0.859				0.686
HUSU2	Zaman algımın değiştiğini hissettim.	0.670				0.581
HUSU3	Zamanın akışını her zaman olduğundan daha farklı şekilde deneyimledim.	0.670				0.644
HUSU4	O anda geçirdiğim zamanın normalden daha uzun sürdüğü hissine kapıldım.	0.842				0.701
HUSU5	Kendimi bütün varlık alemiyle bütünleşmiş hissettim.		0.893			0.908

Tablo 4.2. (devamı)

HUSU6	Tüm canlılarla birlik olma deneyimi yaşadım.		0.910			0.914
HUSU7	İnsanlığa yakından bağlı olduğumu hissettim.		0.904			0.901
HUSU8	Tam bir bağlılık hissine kapıldım.		0.907			0.915
HUSU9	Büyük bir varlığın huzurunda olduğumu hissettim.			0.838		0.865
HUSU10	Her zamankinden çok daha büyük bir deneyim yaşadım.			0.836		0.874
HUSU11	Kendimden çok daha büyük bir şey algıladım.			0.845		0.882
HUSU12	Bir tür genişlik hissine kapıldım.			0.790		0.873
HUSU13	Yaşadıklarımı anlamlandırmakta zorluk çektiğimi fark ettim.				0.881	0.842

Tablo 4.2. (devamı)

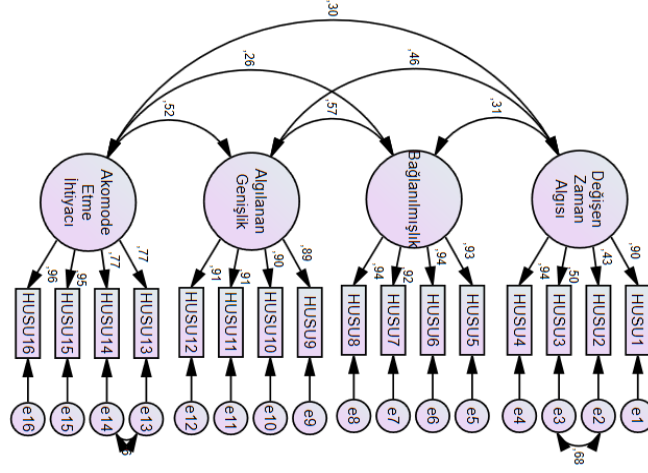
HUSU14	Yaşadığım deneyimi tam olarak kavramakta zorlandım.				0.919	0.849
HUSU15	İzlediklerim karşısında şaşkına döndüm.				0.857	0.852
HUSU16	Yaşadığım deneyimin büyüklüğünü anlamaya çalıştım.				0.878	0.875
Cronbach's Alpha		0.826	0.963	0.947	0.938	0.922
Açıklanan Varyans (%)		16.912	23.121	20.702	21.644	82.379
KMO =0.820; $\chi^2(120) =1882.988$; Bartlett Küresellik Testi (p) = 0.000						

Analiz sonucunda KMO değerinin 0.820 olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç doğrultusunda, örneklem yeterliliğinin faktör analizi yapmak için “yeterli” olduğu sonucuna ulaşılmıştır. KMO değeri olarak 0.5-1.0 arası değerler kabul edilebilir olarak değerlendirilirken, 0.5’in altındaki değerler faktör analizinin söz konusu veri seti için uygun olmadığının göstergesidir. (Altunışık vd., 2010). Ayrıca Bartlett Küresellik testi sonuçları incelendiğinde, elde edilen ki kare değerinin kabul edilebilir olduğu görülmüştür ($\chi^2(120) = 1882.988, p < 0.05$).

Ölçeğin faktör desenini ortaya koymak amacıyla yapılan AFA’da, 16 madde 4 alt boyutta toplanmıştır. Bu faktörler toplam varyansın %82.379’unu açıklamaktadır. Çok faktörlü desenlerde, açıklanan varyansın %40’in üzerinde olması yeterli olarak kabul edilir (Karagöz, 2017).

Ölçeğin güvenirliği değerlendirildiğinde (Cronbach α iç tutarlık katsayısı, .92, değişmiş zaman algısı alt boyutu için .82, bağlanılmışlık alt boyutu için .96, algılanan genişlik alt boyutu için .94, akomode etme ihtiyacı alt boyutu için ise .93), iyi derecede güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Cronbach α değerlerinin 0.60’tan büyük olması, kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu da çalışmada kullanılan ölçeğin içsel tutarlılıklarının iyi olduğunu göstermektedir (zdamar K., 2015).

Buna ek olarak HDDÖ’nn Doğrulatory Faktör Analizi (DFA) yapılarak (şekil 4.1.) lm modeline ilişkin sonuçlar verilmiş (Tablo 4.3.) ve ölçeğin bu tez çalışması kapsamında ele alınan dört faktörlü yapısının literatürde kullanılan formlar ile uygunluğu değerlendirilmiştir. Aynı veri setine hem AFA hem de DFA uygulaması yapılması konusunda yöntemsel tartışmalar mevcuttur. Bazı araştırmacılar aynı veri setine önce AFA uygulayarak sonra da mevcut yapıyı doğrulama amaçlı DFA uygulanabileceğine işaret ederken (Schmitt, 2011), bazı araştırmacılar mantıksal olarak bir veri seti ile oluşturulan modelin aynı veri seti ile test edilmesinin totoloji olduğuna vurgu yapmaktadır (Dolma, 2022). En doğrusu iki ayrı veri setinden birine AFA, tekine DFA yapmak olsa da ulaşılabilen katılımcı sayısı ve ölçeğin laboratuvar ortamında tetiklenen bir uyarının etkilerini keşfetmek amacıyla kullanılacak olması gibi nedenlerle bu durum, araştırmamızın yöntemsel bir kısıtlılığı olarak kalmıştır.



Şekil 4.1. HDDÖ'nün Çok Faktörlü Birinci Düzey DFA Modeli

Tablo 4.3. HDDÖ'nün Ölçüm Modeline İlişkin Sonuçlar

Faktörler	İfadeler	Faktör Yükleri	Standart Hata	t Değerleri	p Değerleri
F1: Değişen Zaman Algısı	HUSU1	0.902	-	-	-
	HUSU2	0.430	0.087	4.645	***
	HUSU3	0.501	0.089	5.562	***
	HUSU4	0.935	0.093	10.721	***
F2: Bağlanılmışlık	HUSU5	0.931	-	-	-
	HUSU6	0.937	0.049	18.788	***
	HUSU7	0.922	0.053	17.782	***
	HUSU8	0.938	0.052	18.905	***
F3: Algılanan Genişlik	HUSU9	0.894	-	-	-
	HUSU10	0.902	0.065	14.546	***
	HUSU11	0.912	0.070	14.926	***
	HUSU12	0.912	0.068	14.914	***
F4: Akomode Etme İhtiyacı	HUSU13	0.772	-	-	-
	HUSU14	0.773	0.056	18.039	***
	HUSU15	0.947	0.120	11.464	***
	HUSU16	0.965	0.121	11.617	***

Değişkenler arası korelasyonlar incelendiğinde maddelerin faktör yüklerinin 0.30'un üzerinde olduğu ve tüm korelasyon ilişkilerinin anlamlı olduğu görülmektedir. Buna ek olarak HDDÖ'de yapısal modelin uyum iyiliği değerleri Tablo 4.4.'de sunulmuştur.

Tablo 4.4. HDDÖ'de Yapısal Modelin Uyum İyiliği Değerleri

	Yapısal Modeli Değerleri	Tavsiye Edilen Değerler
CMIN/DF	1.914	≤ 5
RMSEA	0.091	≤ 0.10
GFI	0.841	≥ 0.80
CFI	0.953	≥ 0.80
TLI	0.941	≥ 0.80
IFI	0.954	≥ 0.80
SRMR	0.089	≤ 0.10

DFA'ya göre, HDDÖ'yü oluşturan 16 maddenin, 4 alt boyutlu ölçek yapısıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Modelde iyileştirme yapılmaktadır. Sonrasında yenilenen uyum indisi hesaplamalarında uyum indisleri için kabul edilen değerlerin sağlandığı -dört faktörlü modelin veriye iyi uyum sağladığı- tabloda gösterilmiştir. Son olarak, araştırmada kullanılan değişkenlerin normallik analizi sonuçları Tablo 4.5.'de sunulmuştur.

Tablo 4.5. Değişkenlerin Normallik Analizi Sonuçları

		Çarpıklık	Basıklık	Durum
Negatif	Ön test	1.123	2.923	Normal
	Son test	0.730	0.091	Normal
Pozitif	Ön test	0.073	0.338	Normal
	Son test	0.184	-0.489	Normal
Değişen Zaman Algısı		-0.202	-0.687	Normal
Bağlanılmışlık		-0.418	-0.984	Normal
Algılanan Genişlik		-0.337	-0.995	Normal
Akomode Etme İhtiyacı		0.277	-1.154	Normal
Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği		-0.214	-0.612	Normal

Araştırmada kullanılan değişkenlerin normallik analizi sonuçlarına göre, verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3 arasında olması normal dağılıma sahip olduğunu göstermektedir.

4.2.7. Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Soruları

Tehdit edici huşu deneyimi değerlendirme soruları, araştırmacı tarafından pozitif huşu ve tehdit edici huşu koşullarındaki her bir katılımcıya verilmek üzere manipölasyon kontrolü amacıyla hazırlanmış soruları içermektedir. Formda buna ek olarak, katılımcıların yaşadıkları deneyim esnasındaki duygu, düşünce ve hislerini ortaya çıkartan temel etkenler ile ilgili düşünce ve algılarını ölçmeyi amaçlayan bir soru ve katılımcıların, yaşadıkları sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki hislerini, düşüncelerini ve bu deneyimin fiziksel etkilerini yazabilecekleri bir alan bulunmaktadır. Bu kısımdan elde edilen bulgular, araştırma sonuçlarının daha etkili bir şekilde değerlendirilebilmesi amacıyla çalışmadan elde edilen nicel verilerin analizi ile birlikte bulgular kısmında açıklanacaktır.

4.2.8. Kurgusal Video İçerikleri

Tüm katılımcılara, aynı mesajları içeren ve 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depreminden etkilenen üç kişiye ait olduğu söylenen üç adet video izletilmiştir. Yaklaşık 1'er dakika süren her üç video da araştırmacının kendisi tarafından çekilmiş olup bu kişiler videoda, yalnızca önceden araştırmacı tarafından hazırlanan konuşma metinlerini okumuşlardır. Dolayısıyla aslında depremden etkilenen kişiler değildir. Her üç videoda da konuşmacılar bir sandalyede oturarak; “Kahramanmaraş depreminden sonra Bursa'ya taşındıklarını, Bursa'da yaşam şartlarının daha zor olduğunu, kalan hayatları boyunca Bursa'da yaşamak istemediklerini, geçici bir işte çalıştıklarını, hayat düzenlerinin bozulduğunu, çok az miktarda paranın bile onlar için önemli olduğunu” söylemektedir. Videolardaki kişilerden birinin başörtülü kadın olduğu, diğer kişinin başörtüsüz kadın olduğu ve son videodaki kişinin de erkek olduğu katılımcılar tarafından ayırt edilebilmektedir. Bununla beraber araştırmacı tarafından konuşmacıların yüzleri, yüz çekiciliği ve diğer karıştırıcı değişkenlerin etkilerini minimize etmek için sansürlenmiştir. Ayrıca sıralama etkisinden kaçınmak

için videolar katılımcılara değişik sıralamalarla sunularak bir dengelemeye (*counterbalancing*) gidilmiştir.

Katılımcılara bu üç video izletilmeden önce, “Birazdan size üç adet video sunulacaktır. Bu videoların izletilmesindeki amaç dikkat ve hafıza becerilerinizi ölçmektir. Videoları izledikten sonra bu kişilerin ortak olarak kullandıkları kelimeleri, size vereceğim formdaki boşluklara sırasıyla yazmanızı bekliyorum. Örneğin eğer her üç kişi de “depresyon” kelimesini kullanmışsa bu kelime ortak bir kelimedir. Lütfen her üç videoyu da dikkatlice izleyiniz.” şeklinde bir açıklama yapılmıştır. Böylece katılımcıların, deneyin bir sonraki adımında ölçülecek -bağımlı değişken- olan para bağışlama davranışlarının deneyin asıl amacı olduğu fikrini geliştirmemeleri sağlanmaya çalışılmıştır.

Depremden etkilenen kişi rolüne girmiş kurgusal video içeriklerinin belirlenmesi sürecinde bir ön çalışma daha yapılmıştır. Bu çalışmada kullanılmak üzere, araştırmacının kartopu tekniği ile ulaşabildiği toplam 11 farklı gönüllü kişi ile (5 başörtülü kadın, 3 başörtüsüz kadın, 3 erkek) 11 adet kurgusal video çekilmiştir. Karıştırıcı etkisi olabilecek olası dışsal değişkenleri kontrol altına alabilmek için aşırı tiz ya da aşırı kalın seslere sahip; giyim, saç şekli ve konuşma tarzı bakımından toplumda birtakım diğer kalıpyargılara maruz kalması muhtemel görüntüye sahip -yüzleri sansürlenmiş olsa bile- ve konuşmaları esnasında ses titremesi yaşayan kişilere ait 5 adet kurgusal videonun bu araştırma için kullanılmamasına karar verilmiştir. Kalan 6 videodan hangilerinin kullanılmaya daha uygun olduğunun belirlenmesi amacıyla uzman görüşüne başvurulmuştur. Nihayetinde bu araştırma için kullanılması kararlaştırılan 3 konuşmacıya ait kurgusal video içeriklerindeki ifadeler EK-I’da sunulmuştur.

4.2.9. Ortak Kelimeleri Tespit Etme Formu

Ortak kelimeleri tespit etme formu, katılımcılardan deneyin asıl amacını gizlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Davranış bilimleri alanındaki birçok çalışmada, bulguların doğruluğunu ve güvenilirliğini sağlamak için yanıt yanlılığını (*response bias*) ve katılımcı yanlılığını (*participant bias*) engelleyecek/azaltacak önlemler alınması önem taşımaktadır (Bortolotti ve Mameli, 2006; Christensen, 1988).

Bu önlemlerden bazıları, araştırmanın, katılımcıların gerçek davranışlarını ölçmeyi amaçlayan bir deseni olduğunda elzem olmaktadır. Özellikle bağımlı değişkenin ve ilgili diğer ölçüm araçlarının gerçek amacının katılımcılardan gizlenmesi (*concealment*) ve katılımcıların kasıtlı olarak yanıltılması -aldatma- (*deception*) bu amaçla kullanılan tekniklerdir. Böylece algılanan beklentilere uyum sağlamak yerine tarafsız yanıtlar verme eğilimi gösteren katılımcıların, gerçek tutum ve davranışları doğru ve güvenilir şekilde analiz edilebilecektir.

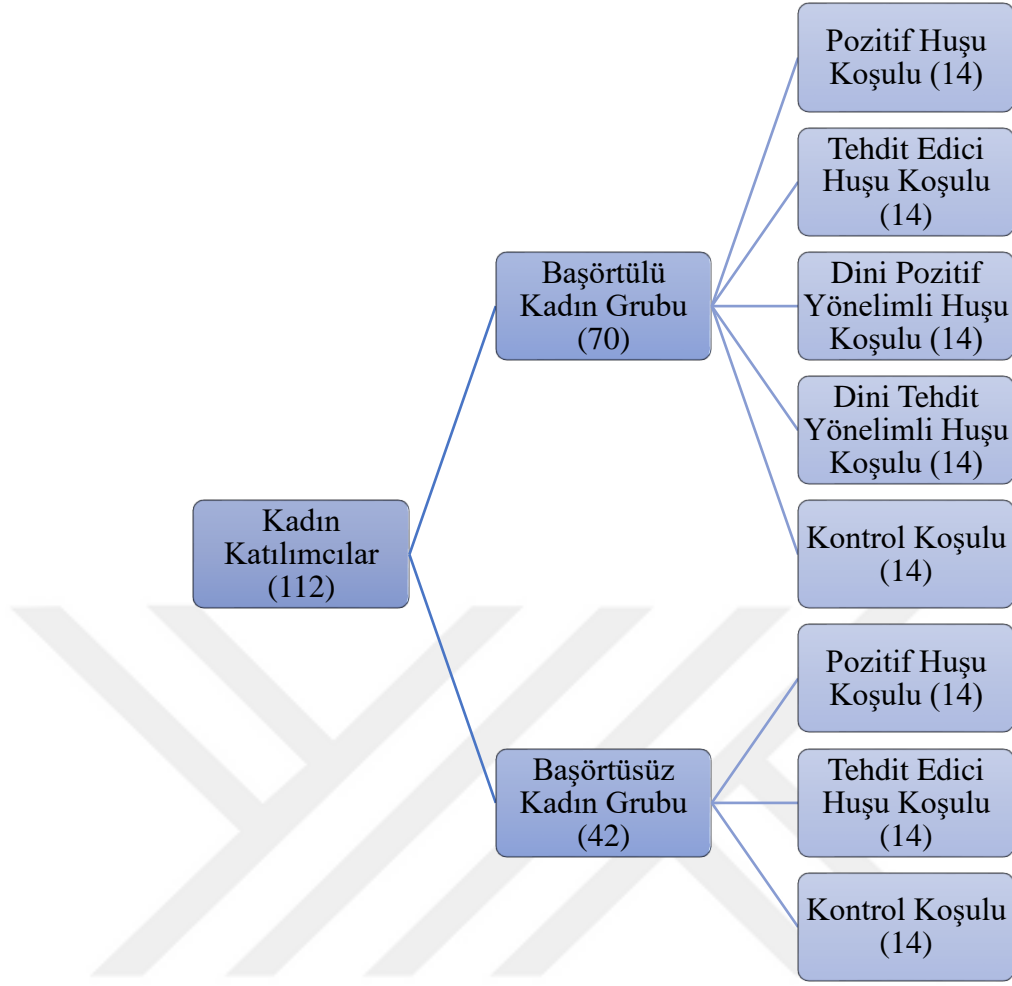
Bu form araştırma planında katılımcılara, depremden etkilenen kişilere ait kurgusal videoların gösteriminden sonra sunulacaktır. Kurgusal videoların gösteriminden önce her bir katılımcıya dikkat ve hafıza becerilerinin ölçümü amacıyla videolardaki kişilerin konuşmalarına dikkat etmeleri ve bu kişilerin ortak olarak kullandıkları kelimeleri tespit etme görevi verilmiş; her üç video da bittikten sonra katılımcılardan kendilerine verilecek ortak kelimeleri tespit etme formunda bu kelimeleri sırasıyla boşluklara yazmaları istenmiştir. Ortak kelimeleri tespit etme formunun, araştırmanın asıl amacı ile bir ilgisi bulunmamaktadır. O sebepten ötürü bu formdan elde edilen veriler araştırma bulgularında kullanılmayacaktır.

4.2.10. Özgeciliğin Vinyeti Karar Formu

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan özgeci davranışları, çoğunlukla anket tekniğinin bir sınırlılığı olan yalnızca niyet düzeyinde değil davranışsal olarak ölçmeyi amaçlayan ve araştırmacı tarafından oluşturulan formdur. Özgeciliğin davranışsal olarak ölçülmesinde bireylerin gönüllü zaman ayırma tutumları ya da para/ödül/materyal dağıtım testleri sıklıkla kullanılan tekniklerdir (Guan vd., 2019a; Rudd vd., 2012). Bu araştırmada da katılımcılara depremden etkilenen ihtiyaç sahibi üç kişiye (başörtülü bir kadın, başörtüsüz bir kadın ve bir erkek) ait olduğu söylenen videolar izletilmiş ve para paylaşım miktarını ölçmek amacıyla deneyin sonunda katılımcılara bu form verilmiştir. Bu formda videolarda izletilen her bir kişi için bir numara ve karşısında yardım miktarının yazılabileceği bir yer bulunmaktadır. Katılımcıların ait hissettikleri grup (başörtülü kadın grubu) üyesi bireylere, başörtüsüz kadın grubu üyesi bireylere ve nötr oldukları grup (erkek grubu) üyesi bireylere yaptıkları para yardımı miktarları, çalışmanın bağımlı değişkeni olan özgeci davranışların ölçülmesi amacıyla analiz edilecektir.

4.3. Araştırmanın Deseni

Sanal gerçeklik ortamı ile uyarılmış pozitif huşu ve tehdit edici huşunun özgeciler üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek, bu etkinin, bireylerin sahip oldukları dini inançları ve inandıkları kutsal kitaplarda geçen, yapısal olarak benzer ifadelerden ne derece etkilendiğini bulgulamak, bireylerin para bölüştürme görevinde verecekleri kararların iç grup- dış grup ayrımından etkilenip etkilenmediğini, şayet bu ayrım önemliyse bu etkinin hangi huşu deneyimi koşulunda adil paylaşım lehine gücünün azalacağını bulgulamak için 6 deney koşulu (*treatment conditions*) ve 2 kontrol koşulundan (*control condition*) oluşan bir deney tasarlanmıştır. Tüm koşullarda bağımsız değişken huşu uyarım düzeyi iken bağımlı değişken para paylaşım görevi ile ölçülecek olan özgeci davranışlardır. O sebeple araştırma, tek faktörlü desen olarak tasarlanmıştır. Deneyde tasarlanan ana değişken gruplarına ek olarak sosyo-demografik verilere dayalı diğer değişkenler (başörtülülük-başörtüsüzlük, yaş, dindarlık) de analiz edilecektir. Ana araştırma için planlanan araştırma deseni ile oluşturulan deney koşulları ve kontrol koşullarının gösterimi aşağıdaki çizimde sunulmuştur (Şekil 4.2.).



Şekil 4.2. Ana Araştırma Deseninde Planlanan Gruplar ve Katılımcı Sayıları

Bu çalışmada denekler-arası desen (*between-subject design*) tercih edilmiştir. Denekler-arası desenin temel avantajı, her bir katılımcının yalnızca bir koşula atanması ve elde ettikleri skorların, diğer birçok potansiyel karıştırıcı değişkenden (deneyim etkisi, araştırma süresinin uzamasından ötürü oluşabilecek yorgunluk ve sıkılma gibi) etkilenmemiş olmasıdır. Bu sebeple denekler-arası desen, denek-içi desene tercih edilmiştir. Bununla beraber denekler-arası desenin de bazı dezavantajları bulunmaktadır. Bu dezavantajlar, katılımcılar arasında bağımlı değişkeni etkileme ihtimali bulunan diğer değişkenlerden (cinsiyet, yaş, eğitim durumu gibi demografik değişkenler ya da araştırmanın konusu ile ilişkili olabilecek diğer değişkenler) kaynaklı ekstrem bireysel farklılıklar ya da deneyin yapıldığı ortamdan kaynaklanan diğer faktörleri içermektedir (Gravetter ve Forzano, 2018). Bu çalışmada, denekler-arası desenin potansiyel dezavantajlarını elimine etmek için araştırma amacımız doğrultusunda çeşitli dahil etme- dışlama ölçütleri (yaş, sosyo-ekonomik durum, sanal

gerçeklik (VR) deneyimi, grupla özdeşim düzeyi) belirlenmiş ve katılımcılar, deney koşullarına seçkisiz olarak atanmıştır. Böylece katılımcıların skorlarında, bireysel farklılıklardan kaynaklanabilecek aşırı değişken olma durumu kontrol edilmeye ve atama yanlılığı (*assignment bias*) önlenmeye çalışılmıştır. Buna ek olarak, çevresel faktörler her bir katılımcı için eşitlenmeye çalışılmış ve araştırma sürecine uygun hale getirilmiştir.

4.4. Araştırma Planı ve İşlem

Bu çalışmanın veri toplama aşaması için İbn Haldun Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 2024/03-07 karar numarası ile izin alınmıştır (bkz. EK-L). Ana araştırma için uygun katılımcı bulma amacıyla yapılan ön araştırmada, dahil etme ve dışlama ölçütleri (bkz. 4.1.1.) çerçevesinde belirlenen 112 kadın katılımcı (70 başörtülü kadın ve 42 başörtüsüz kadın) ile bu araştırma yürütülmüştür. Çalışmanın hedefleri doğrultusunda başörtülü kadın katılımcılar, her bir koşulda 14 katılımcı olmak üzere seçkisiz (*random*) atama yöntemiyle 5 gruba (pozitif huşu koşulu, tehdit edici huşu koşulu, dini pozitif yönelimli huşu koşulu, dini tehdit yönelimli huşu koşulu, kontrol koşulu) atanmıştır. Başörtüsüz kadın katılımcılar da her bir koşulda 14 katılımcı olmak üzere seçkisiz atama yöntemiyle 3 gruba (pozitif huşu koşulu, tehdit edici huşu koşulu, kontrol koşulu) atanmıştır. Katılımcılar ile, ön araştırma için kendilerine verilen bilgilendirilmiş gönüllü onam formunda (bkz. EK-A) tercih ettikleri iletişim bilgileri (e-posta veya telefon) aracılığıyla iletişime geçilmiş ve araştırmanın gün/saat planlaması yapılmıştır. Yıldırım İlçe Müftülüğünden ve Kur'an Kursu yöneticisinden gerekli izinler alındıktan sonra Bursa'nın Yıldırım ilçesindeki bir kız Kur'an Kursu'ndaki deney için uygun bulunan boş bir odada bu çalışmanın yürütülmesine karar verilmiş ve katılımcılar davet edilmiştir.

Tüm katılımcılara, istedikleri takdirde sebep göstermeksizin herhangi bir aşamada bu araştırmadan ayrılacakları söylenmiştir. Katılımcılara, araştırmaya başlamadan önce Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu (bkz. EK-C) teker teker dağıtılmış ve araştırma süreci ile ilgili çeşitli bilgileri içeren (araştırmanın amacı, izlenecek olan yöntem ve yapılacak işlemler, araştırmanın tahmini süresi) bu formu dikkatli bir şekilde okumaları ve kimsenin baskısı veya telkini altında kalmadan araştırmaya

katılma/katılmama kararı vermeleri hususunda araştırmacı tarafından bilgilendirme yapılmıştır. Araştırmaya katılma kararı veren gönüllüler, bu formun en alt kısmında bulunan ‘‘Araştırmaya Katılma Onayı’’ bölümünün altına isim-soyisimlerini ve iletişim bilgilerini yazıp bu formu imzalamışlardır. Ana araştırmaya katılacak kişilerin seçiminde, ön çalışma esnasında verilen sosyo-demografik bilgi formundaki kişisel beyanlar dikkate alındığından ana araştırmaya çağrılan katılımcıların sosyo-demografik bilgi formunu yeniden doldurmalarına ihtiyaç duyulmamıştır.

Daha sonra tüm katılımcılar sanal gerçeklik seansları öncesi temel duygulanım ölçümleri için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğini (PANAS) (bkz. EK-Ç) doldurmuşlardır. Bununla beraber dini pozitif yönelimli huşu koşuluna (DİPOH) atanan katılımcılar Dini Pozitif Yönelimli Huşu Grubu Ayetlerini (bkz. EK-D); dini tehdit yönelimli huşu koşuluna (DİTEH) atanan katılımcılar ise Dini Tehdit Yönelimli Huşu Grubu Ayetlerini (bkz. EK-E) okumuşlardır. Kur’an-ı Kerim’deki bu ayetler, yapılan ön çalışmalar (bkz. 4.2.4 ve 4.2.5) neticesinde belirlenmiş ve katılımcılara, bu ayetlerin Türkçe meallerini dikkatlice okumaları hususunda araştırmacı tarafından bilgi verilmiştir.

Araştırma esnasında katılımcıların yaşadıkları deneyime daha iyi odaklanabilmelerini sağlamak için kafa bantlı bir kulaklık takılmıştır. Ayrıca VR gözlük (Oculus Meta Quest 2) aracılığıyla izleyecekleri sanal gerçeklik içeriklerini daha rahat bir şekilde deneyimleyebilmeleri için uygun bir sandalyede oturmuşlardır. Bu sandalyenin önünde bir masa bulunmaktadır. Böylece katılımcılar, videoyu başlattıktan sonra kontrol çubuklarını rahatça masanın üzerine bırakabileceklerdir. Katılımcıların oturduğu sandalye ile araştırmacının bulunduğu sandalye arasındaki mesafenin, sağlık ve hijyen koşullarına uygun olarak minimum 2 metre olmasına dikkat edilmiştir. Her bir katılımcı VR gözlüğü kullanmadan önce dezenfektan spreyle ellerini durulamıştır. Bu araştırmaya katılan katılımcıların hiçbiri daha önce bir sanal gerçeklik (VR) gözlüğü kullanmamışlardır. O sebeple bu aşamada öncelikle her bir katılımcıya, araştırmacı tarafından hazırlanmış VR Gözlüğü Kullanım Yönergesi (bkz. EK-F) verilmiştir. Ayrıca araştırmacı tarafından bu gözlüğün kullanımı hususunda sözlü açıklama da yapılmış ve katılımcıların soruları yanıtlanmıştır. Daha sonra katılımcılar, 3’er dakika boyunca araştırmacı tarafından atandıkları koşullarda kullanılacak sanal

gerçeklik içeriklerini izlemiştir. Deneysel ortamının bir örneği aşağıdaki görselde sunulmuştur (Görsel 4.2.)



Görsel 4.2. VR Seansları Esnasındaki Düzenek ve Ortam Koşulları

VR seansları sonrası ise katılımcılar yeniden PANAS ölçeğini doldurduktan sonra, Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeğini (bkz. EK-G) ve Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Sorularını (bkz. EK-H) yanıtlamıştır. Bu ölçümler aynı zamanda manipülasyon kontrolü için kullanılmıştır.

Daha sonra tüm katılımcılara, “Birazdan size üç adet video sunulacaktır. Bu videoların izletilmesindeki amaç dikkat ve hafıza becerilerinizi ölçmektir. Videoları izledikten sonra bu kişilerin ortak olarak kullandıkları kelimeleri, size vereceğim formdaki boşluklara sırasıyla yazmanızı bekliyorum. Örneğin eğer her üç kişi de “deprem” kelimesini kullanmışsa bu kelime ortak bir kelimedir. Lütfen her üç videoyu da dikkatlice izleyiniz.” şeklinde bir açıklama yapılmış ve katılımcılara, aynı mesajları içeren ve 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depreminden etkilenen üç kişiye ait olduğu

söylenen üç adet video izletilmiştir. Bu videolar gerçekte depremden etkilenen kişilere ait olmayıp araştırmacı tarafından çekilmiş kurgusal videolardır.

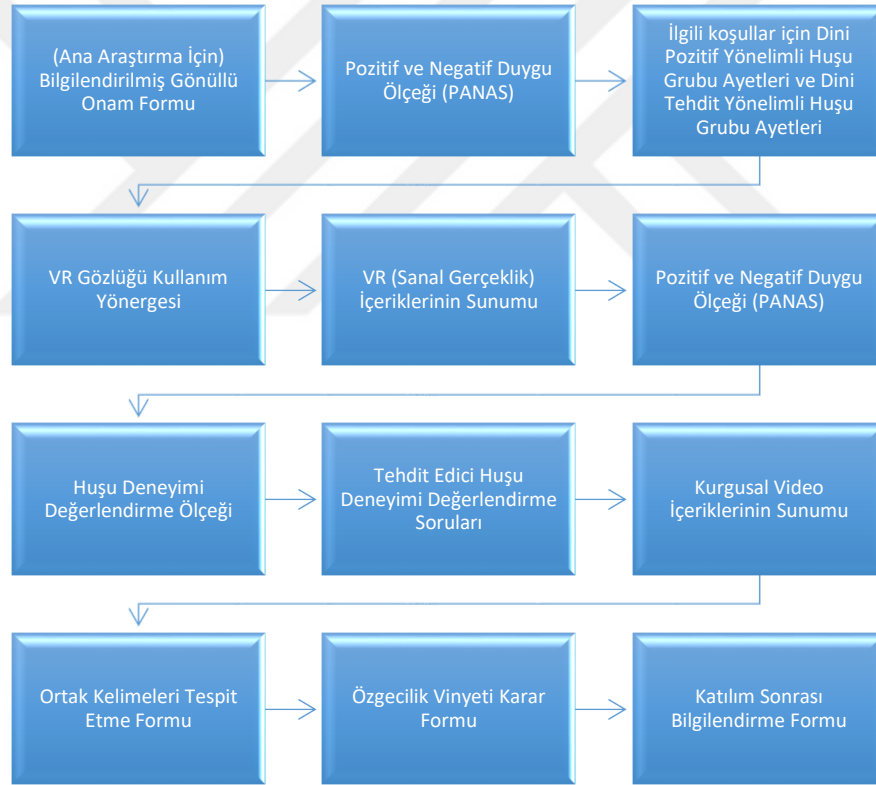
Videolardaki konuşmacıların yüzleri sansürlenmiş olup kullandıkları cümleler EK-I'da, görüntüleri ise Görsel 4.3.'de sunulmuştur. Araştırmamızın amaçları doğrultusunda, konuşmacılardan birinin başörtülü kadın olduğu, diğer kişinin başörtüsüz kadın olduğu ve son kişinin de erkek olduğu katılımcılar tarafından net bir şekilde ayırt edilebilmektedir. Sıralama etkisini elimine etmek için, bu videolar katılımcılara değişik sıralamalarla sunulmuş ve dengeleme (*counterbalancing*) yapılmıştır. Her üç videoyu da izleyen katılımcılar, tespit edebildikleri ortak kelimeleri Ortak Kelimeleri Tespit Etme Formuna (bkz. EK-İ) sırasıyla yazmışlardır. Bu formun araştırmanın esas amacı ile bir ilgisi yoktur. Katılımcıların, araştırmanın amacı ile ilgili beklentilerini başka bir yöne kaydırmak suretiyle gerçek tutum ve davranışlarını ölçebilmek için katılımcı yanlılığını azaltmaya yönelik bir önlem niteliği taşımaktadır.



Görsel 4.3. Kurgusal Video İçeriklerindeki Konuşmacılar

Bu aşamadan sonra katılımcılara, “Araştırmamız burada sona ermiştir. Bu araştırmaya katılarak bilimsel bir araştırmaya katkıda bulunduğunuz için teşekkür ederiz. Son olarak araştırmamızla ilgili olmayan bir form daha var. Bu formu okuduktan sonra işaretleme yapmayabilirsiniz. Ya da dilerseniz formdaki soruları yanıtlayabilirsiniz.” denmiş ve Özgeçelik Vinyeti Karar Formu (bkz. EK-J) verilmiştir. Bu araştırmada

katılımcılara depremde etkilenen ihtiyaç sahibi üç kişiye (başörtülü bir kadın, başörtüsüz bir kadın ve bir erkek) ait olduğu söylenen videolar izletilmiş ve para paylaşım miktarını ölçmek amacıyla deneyin sonunda katılımcılara bu form verilmiştir. Saha araştırmasında katılımcılara verilmiş formlarda, formun ismi yazmamaktadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan özgeciliği, davranışsal olarak ölçmeyi amaçlayan bu formda, videolarda izletilen her bir kişi için bir numara ve karşısında yardım miktarının yazılabileceği bir yer bulunmaktadır. Tüm katılımcılar bu formu okumuştur. Bu araştırmadan elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılırken, karar formunda herhangi bir işaretleme yapmayan katılımcıların, bu formun 1. Sorusuna verdiği cevabı 0 (Hayır) olarak kodlanmıştır. Araştırma planı ve işlem sürecinin özeti aşağıdaki şekilde sunulmuştur (Şekil 4.3.).



Şekil 4.3. Ana Araştırmadaki İşlem Basamaklarına Genel Bakış

Tüm araştırma süreci bittikten sonra her bir katılımcıya Katılım Sonrası Bilgilendirme Formu (bkz. EK-K) verilip araştırmanın asıl amacı (özgeci davranışların ölçülmesi) hakkında bilgilendirme yapılmış, izlemiş oldukları ve depremde etkilendiği söylenen kişilere ait üç videonun araştırmacı tarafından çekildiği, bu kişilerin gerçekte

depremden etkilenen kişiler olmadığı belirtilmiştir. Her bir katılımcıya, bilgilendirilmiş gönüllü onam formunda belirtildiği üzere 100'er TL ödeme yapılmıştır.

Sonuç olarak, katılımcıların ait hissettikleri grup (başörtülü kadın grubu) üyesi bireylere, başörtüsüz kadın grubu üyesi bireylere ve nötr oldukları grup (erkek grubu) üyesi bireylere yaptıkları para yardımı miktarları, çalışmanın bağımlı değişkeni olan özgeci davranışların ölçülmesi amacıyla analiz edilmiştir.

4.5. Veri Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 25.0 ve AMOS (Analysis of Moment Structures) 23.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Ölçeklerin güvenilirliğini test etmek amacıyla "Güvenilirlik Analizi", yapı geçerliliği test etmek için SPSS ile "Açıklayıcı Faktör Analizi", AMOS programı kullanılarak "Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)" yapılmıştır. Verileri değerlendirilirken (sayı, yüzde, medyan, ortalama, standart sapma) tanımlayıcı istatistiksel metotlar kullanılmıştır. Gruplara göre homojenliği test etmek için ki kare analizi uygulanmıştır.

Kullanılan verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiştir. Normal dağılıma uygunluk Q-Q Plot çizimi ile incelenebilir (Chan, 2003). Ayrıca, kullanılan verilerin normal dağılım göstermesi çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3 arasında olmasına bağlıdır (Shao, 2002). İki den fazla bağımsız grup karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi, 2 bağımlı aşama karşılaştırılmasında ise bağımlı t testi kullanılmıştır. Numerik değişkenler arasında ilişkiyi test etmek için Pearson korelasyon uygulanmıştır.

BÖLÜM V

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın hipotezlerini test etmek amacıyla yapılan analizlere/bulgulara yer verilmiştir. İlk olarak, araştırmada uygulanan manipülasyon kontrolüne ilişkin bulgular sunulmuştur. Daha sonra ilgili betimsel istatistiklerle beraber altı deney ve iki kontrol koşulunda huşu deneyimlerinin duygular üzerindeki etkisine, pozitif ve tehdit edici uyaranların huşunun bileşenleri üzerindeki etkisine ve huşu deneyimlerinin özgecilik üzerindeki etkisine ilişkin ilgili hipotezlere paralel olarak grup içi ve gruplararası (başörtülü/başörtüsüz kadın katılımcılar) karşılaştırmaya dayalı analizler/bulgular aktarılmıştır.

5.1. Manipülasyon Kontrolü

112 kadın katılımcı (70 başörtülü kadın ve 42 başörtüsüz kadın) ile yürütülen bu araştırmada, başörtülü kadın katılımcılar, 5 gruba (POH, TEH, DİPOH, DİTEH, kontrol koşulu), başörtüsüz kadın katılımcılar da 3 gruba (POH, TEH, kontrol koşulu) atanmıştır. Sonuçlar, huşu koşullarının istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu göstermiştir. Ayrıca post-hoc analizleri, hem başörtülü kadın katılımcıların POH ($X = 3.80$, $SS = 0.91$), TEH ($X = 3.34$, $SS = 0.71$), DİPOH ($X = 4.03$, $SS = 0.89$), DİTEH ($X = 4.06$, $SS = 0.95$) koşullarında, kontrol koşuluna ($X = 1.91$, $SS = 0.55$) kıyasla daha yüksek huşu skoru bildirdiklerini hem de başörtüsüz kadın katılımcıların POH ($X = 3.65$, $SS = 0.76$) ve TEH ($X = 3.1$, $SS = 0.68$) koşullarında kontrol koşuluna ($X = 1.85$, $SS = 0.49$) kıyasla daha yüksek huşu skoru bildirdiklerini göstermiştir ($p < 0.05$).

Ayrıca başörtülü kadın katılımcılar POH ($X = 3.82$, $SS = 0.53$) ve DİPOH ($X = 4.10$, $SS = 0.42$) koşullarında, TEH ($X = 2.80$, $SS = 0.30$) ve DİTEH ($X = 2.35$, $SS = 0.51$) koşullarına kıyasla, daha yüksek pozitif duygu bildirmişlerdir ($p < 0.05$).

Diğer taraftan başörtülü kadın katılımcılar TEH ($X= 2.59$, $SS = 0.48$) ve DİTEH ($X= 3.44$, $SS = 0.83$) koşullarında, POH ($X= 1.50$, $SS = 0.50$) ve DİPOH ($X= 1.53$, $SS = 0.38$) koşullarına kıyasla daha yüksek negatif duygu bildirmişlerdir. Paralel şekilde, başörtüsüz kadın katılımcılar da POH ($X= 3.71$, $SS = 0.66$) koşulunda, TEH ($X= 2.61$, $SS = 0.35$) koşuluna kıyasla daha yüksek pozitif duygu bildirirlerken TEH ($X= 2.74$, $SS = 0.52$) koşulunda, POH ($X= 1.69$, $SS = 0.47$) koşuluna kıyasla daha yüksek negatif duygu bildirmişlerdir ($p<0.05$) (Tablo 5.2. ve Tablo 5.3.).

Bununla beraber, katılımcıların grupları ile yaşanan deneyim esnasında kendilerini tehdit altında hissetme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %85.7'si, başörtülü DİPOH grubunun %100'ü ve başörtüsüz POH grubunun %85.7'si "Hiç tehdit altında hissetmedim" cevabını verirken başörtülü TEH grubunun %71.4'ü, başörtülü DİTEH grubunun %85.7'si ve başörtüsüz TEH grubunun %78.6'sı "Tehdit altında hissettim" cevabını vermiştir. Buna ek olarak, katılımcıların grupları ile sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki duygu düşünceler ve hisler düşünüldüğünde ortaya çıkan bu durumun etkisine bakıldığında, DİPOH ve DİTEH grubunun %85.7'sinin "dini/manevi bir his" cevabını verdiği görülmektedir (Tablo 5.1.). Bu bulgular, araştırmamız kapsamında seçilen uyarıların, istenilen duyguları tetikleyebildiğini göstermektedir.

5.2. TEH Deneyimi Değerlendirme Sorularına İlişkin Betimleyici İstatistikler

Katılımcıların grupları ile tehdit edici huşu deneyimi değerlendirme soruları arasındaki ilişkiyi test etmek için ki kare analizi uygulanmıştır. Katılımcıların grupları ile sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki duygu düşünceler ve hisler düşünüldüğünde ortaya çıkan bu durumun etkisinin "düşünce tarzım" olma durumu ve "diğer" olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların grupları ile yaşanan deneyim esnasında kendilerini tehdit altında hissetme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %85.7'sinin, başörtülü DİPOH grubunun %100'ünün, başörtülü kontrol grubunun %100'ünün, başörtüsüz POH grubunun %85.7'sinin ve başörtüsüz kontrol grubunun %100'ünün hayır cevabını verdiği

görülmektedir. Başörtülü TEH grubunun %71.4'ünün, başörtülü DİTEH grubunun %85.7'sinin ve başörtüsüz TEH grubunun %78.6'sının evet cevabını verdiği görülmektedir.

Katılımcıların grupları ile bu deneyim esnasında kendilerini tehdit altında hissetme düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %85.7'sinin, başörtülü TEH grubunun %28.6'sının, başörtülü DİPOH grubunun %100'ünün, başörtülü Kontrol grubunun %100'ünün, başörtüsüz POH grubunun %85.7'sinin ve başörtüsüz Kontrol grubunun %100'ünün "Hiç tehdit altında hissetmedim" cevabını verdiği görülmektedir. Başörtülü DİTEH grubunun %28.6'sının ve başörtüsüz TEH grubunun %28.6'sının "Çok az düzeyde tehdit altında hissettim" cevabını verdiği görülmektedir.

Katılımcıların grupları ile sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki duygu düşünceler ve hisler düşünüldüğünde ortaya çıkan bu durumun etkisi doğanın ihtişamı, doğal afet, dini/manevi bir his olma durumu ve bilmeme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %85.7'sinin doğanın ihtişamı, başörtülü TEH grubunun %78.6'sının doğal afet, başörtülü DİPOH grubunun %85.7'sinin dini/manevi bir his, başörtülü DİTEH grubunun %85.7'sinin dini/manevi bir his, başörtülü kontrol grubunun %42.9'unun bilmediği, başörtüsüz POH grubunun %71.4'ünün doğanın ihtişamı, başörtüsüz TEH grubunun %71.4'ünün doğal afet ve başörtüsüz kontrol grubunun %42.9'unun bilmediği görülmektedir. Tehdit edici huşu deneyimi değerlendirme sorularının dağılımı Tablo 5.1.'de verilmiştir.

Tablo 5.1. Tehdit Edici Huşu Deneyimi Değerlendirme Sorularının Dağılımı

Değişkenler		Başörtülü POH		Başörtülü TEH		Başörtülü DİPOH		Başörtülü DİTEH		Başörtülü Kontrol		Başörtüsüz POH		Başörtüsüz TEH		Başörtüsüz Kontrol		Test Değeri	p
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Yaşanılan deneyim esnasında kendinizi tehdit altında hissetme durumu	Evet	2	14.3	10	71.4	0	0.0	12	85.7	0	0.0	2	14.3	11	78.6	0	0.0	65.182**	0.000*
	Hayır	12	85.7	4	28.6	14	100.0	2	14.3	14	100.0	12	85.7	3	21.4	14	100.0		
Bu deneyim esnasında tehdit altında hissetme düzeyi	Hiç tehdit altında hissetmedim	12	85.7	4	28.6	14	100.0	2	14.3	14	100.0	12	85.7	3	21.4	14	100.0	71.422**	0.000*
	Çok az düzeyde tehdit altında hissettim	2	14.3	4	28.6	0	0.0	4	28.6	0	0.0	1	7.1	4	28.6	0	0.0		
	Orta düzeyde tehdit altında hissettim	0	0.0	2	14.3	0	0.0	4	28.6	0	0.0	1	7.1	2	14.3	0	0.0		
	Oldukça fazla düzeyde tehdit altında hissettim	0	0.0	1	7.1	0	0.0	2	14.3	0	0.0	0	0.0	2	14.3	0	0.0		
	Tamamen tehdit altında hissettim	0	0.0	3	21.4	0	0.0	2	14.3	0	0.0	0	0.0	3	21.4	0	0.0		

Tablo 5.1. (devamı)

Sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki duygu düşünceler ve hisler düşünüldüğünde ortaya çıkan bu durumun etkisi	Doğanın ihtişamı	Hayır	2	14.3	10	71.4	3	21.4	9	64.3	11	78.6	4	28.6	11	78.6	12	85.7	33.383**	0.000*	
		Evet	12	85.7	4	28.6	11	78.6	5	35.7	3	21.4	10	71.4	3	21.4	2	14.3			
	Doğal afet	Hayır	14	100.0	3	21.4	14	100.0	7	50.0	14	100.0	14	100.0	4	28.6	14	100.0	65.524**	0.000*	
		Evet	0	0.0	11	78.6	0	0.0	7	50.0	0	0.0	0	0.0	10	71.4	0	0.0			
	Dini/manevi bir his	Hayır	12	85.7	11	78.6	2	14.3	2	14.3	11	78.6	12	85.7	14	100.0	14	100.0	57.267**	0.000*	
		Evet	2	14.3	3	21.4	12	85.7	12	85.7	3	21.4	2	14.3	0	0.0	0	0.0			
	Düşünce tarzım	Hayır	9	64.3	6	42.9	11	78.6	7	50.0	10	71.4	7	50.0	8	57.1	12	85.7	9.600**	0.212	
		Evet	5	35.7	8	57.1	3	21.4	7	50.0	4	28.6	7	50.0	6	42.9	2	14.3			
	Bilmiyorum	Hayır	13	92.9	13	92.9	14	100.0	14	100.0	8	57.1	12	85.7	13	92.9	8	57.1	23.787**	0.001*	
		Evet	1	7.1	1	7.1	0	0.0	0	0.0	6	42.9	2	14.3	1	7.1	6	42.9			
	Diğer	Hayır	10	71.4	9	64.3	8	57.1	9	64.3	12	85.7	21.4	21.4	11	78.6	11	78.6	4.594**	0.709	
		Evet	4	28.6	5	35.7	6	42.9	5	35.7	2	14.3	21.4	21.4	3	21.4	3	21.4			
	Toplam			14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0		

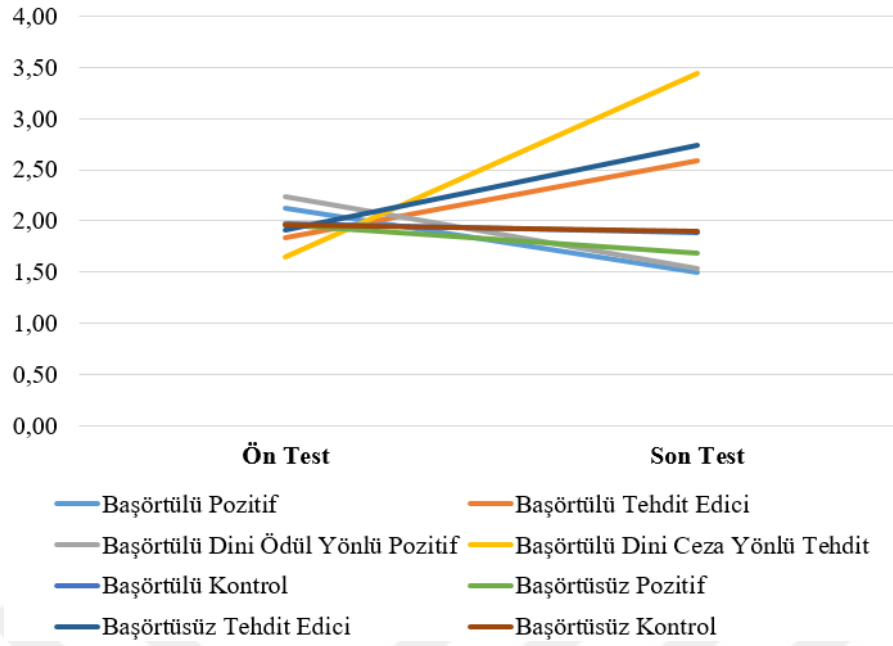
*p<0.05, **Ki kare testi ya da Fisher Exact test

5.3. Huşu Deneyimlerinin Duygular Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular

Tablo 5.2. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplarına Göre Negatif Puanlarının Karşılaştırılması

Gruplar	Ön Test		Son Test		Test değeri	p
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Başörtülü POH (1)	2.12	0.87	1.50	0.50	2.239***	0.043*
Başörtülü TEH (2)	1.84	0.57	2.59	0.48	- 6.004***	0.000*
Başörtülü DİPOH (3)	2.24	0.44	1.53	0.38	5.796***	0.000*
Başörtülü DİTEH (4)	1.65	0.45	3.44	0.83	- 5.851***	0.000*
Başörtülü Kontrol (5)	1.97	0.63	1.89	0.45	0.858***	0.407
Başörtüsüz POH (6)	1.96	0.46	1.69	0.47	1.635***	0.126
Başörtüsüz TEH (7)	1.91	0.54	2.74	0.52	- 4.515***	0.001*
Başörtüsüz Kontrol (8)	1.96	0.55	1.90	0.53	1.319***	0.210
Test Değeri	1.300**		23.547***			
p	0.257		0.000*			
Bonferroni			2>1, 4>1, 7>1, 2>3, 4>2, 2>5, 2>6, 2>8, 4>3, 7>3, 4>5, 4>6, 4>7, 4>8, 7>5, 7>6, 7>8			

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi, ***Bağımlı t testi



Şekil 5.1. Ön Test-Son Test Negatif Puanların Grafik Gösterimi

Araştırmada yer alan katılımcıların gruplarına göre negatif puanlarının karşılaştırılması Tablo 5.2.'de verilmiştir. Elde edilen veriler incelendiğinde, katılımcıların gruplarına göre son test negatif puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 23.547, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü TEH, başörtülü DİTEH ve başörtüsüz TEH grubunun son test negatif puanlarının, başörtülü POH grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Başörtülü TEH grubunun son test negatif puanlarının, başörtülü DİPOH, başörtülü kontrol, başörtüsüz POH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü DİTEH grubunun son test negatif puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü DİPOH, başörtülü kontrol, başörtüsüz POH, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz TEH grubunun son test negatif puanlarının, başörtülü DİPOH, başörtülü kontrol, başörtülü POH, başörtüsüz POH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

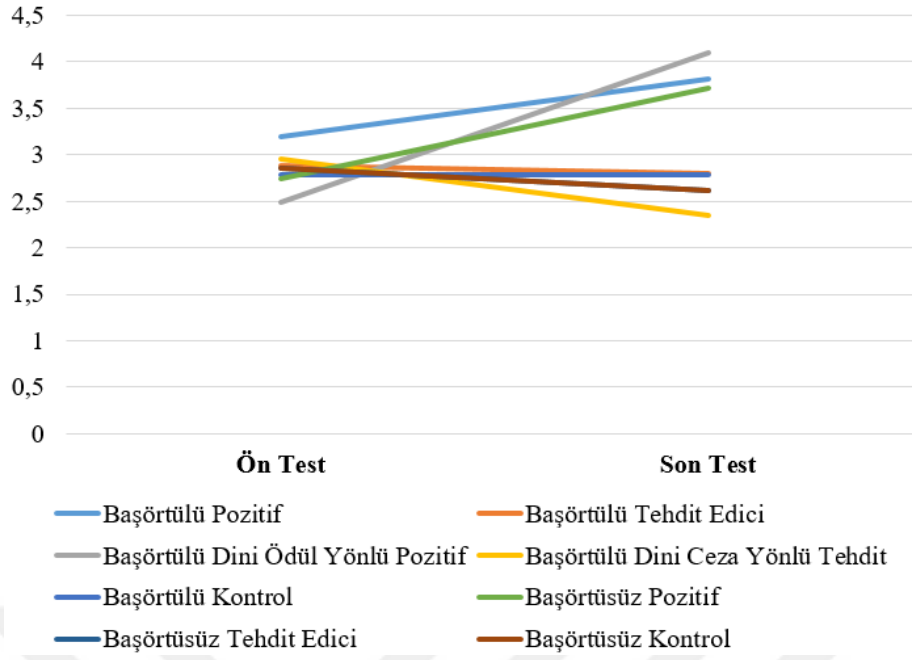
Başörtülü POH, başörtülü TEH, başörtülü DİPOH, başörtülü DİTEH ve başörtüsüz TEH grubunun ön test ve son test negatif puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı

bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Başörtülü POH ve başörtülü DİPOH grubunun negatif ön test puanlarının, son test puanlarından daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü TEH, başörtülü DİTEH ve başörtüsüz TEH grubunun negatif son test puanlarının, ön test puanlarından daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgular, araştırmanın Ha3, Ha4 ve Hb2 no'lu hipotezlerinin desteklendiğini göstermektedir.

Tablo 5.3. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplarına Göre Pozitif Puanlarının Karşılaştırılması

Gruplar	Ön Test		Son Test		Test değeri	p
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Başörtülü POH (1)	3.19	0.78	3.82	0.53	- 4.719***	0.000 *
Başörtülü TEH (2)	2.89	0.37	2.80	0.30	1.013***	0.330
Başörtülü DİPOH (3)	2.49	0.54	4.10	0.42	- 8.908***	0.000 *
Başörtülü DİTEH (4)	2.96	0.70	2.35	0.51	3.246***	0.006 *
Başörtülü Kontrol (5)	2.79	0.78	2.79	0.72	0.000***	1.000
Başörtüsüz POH (6)	2.74	0.66	3.71	0.66	- 4.815***	0.000 *
Başörtüsüz TEH (7)	2.85	0.55	2.61	0.35	2.173***	0.049 *
Başörtüsüz Kontrol (8)	2.86	0.65	2.61	0.63	5.218***	0.000 *
Test Değeri	1.363***		21.896***			
p	0.229		0.000*			
Bonferroni			1>2, 1>4, 1>5, 1>7, 1>8, 3>2, 6>2, 3>4, 3>5, 3>7, 3>8, 6>4, 6>5, 6>7, 6>8			

* $p < 0.05$, **Tek yönlü varyans analizi, ***Bağımlı t testi



Şekil 5.2. Ön Test-Son Test Pozitif Puanların Grafik Gösterimi

Araştırmada yer alan katılımcıların gruplarına göre pozitif puanlarının karşılaştırılması Tablo 5.3.'de verilmiştir. Elde edilen veriler incelendiğinde, katılımcıların gruplarına göre son test pozitif puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 21.896, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH grubunun son test pozitif puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü DİTEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

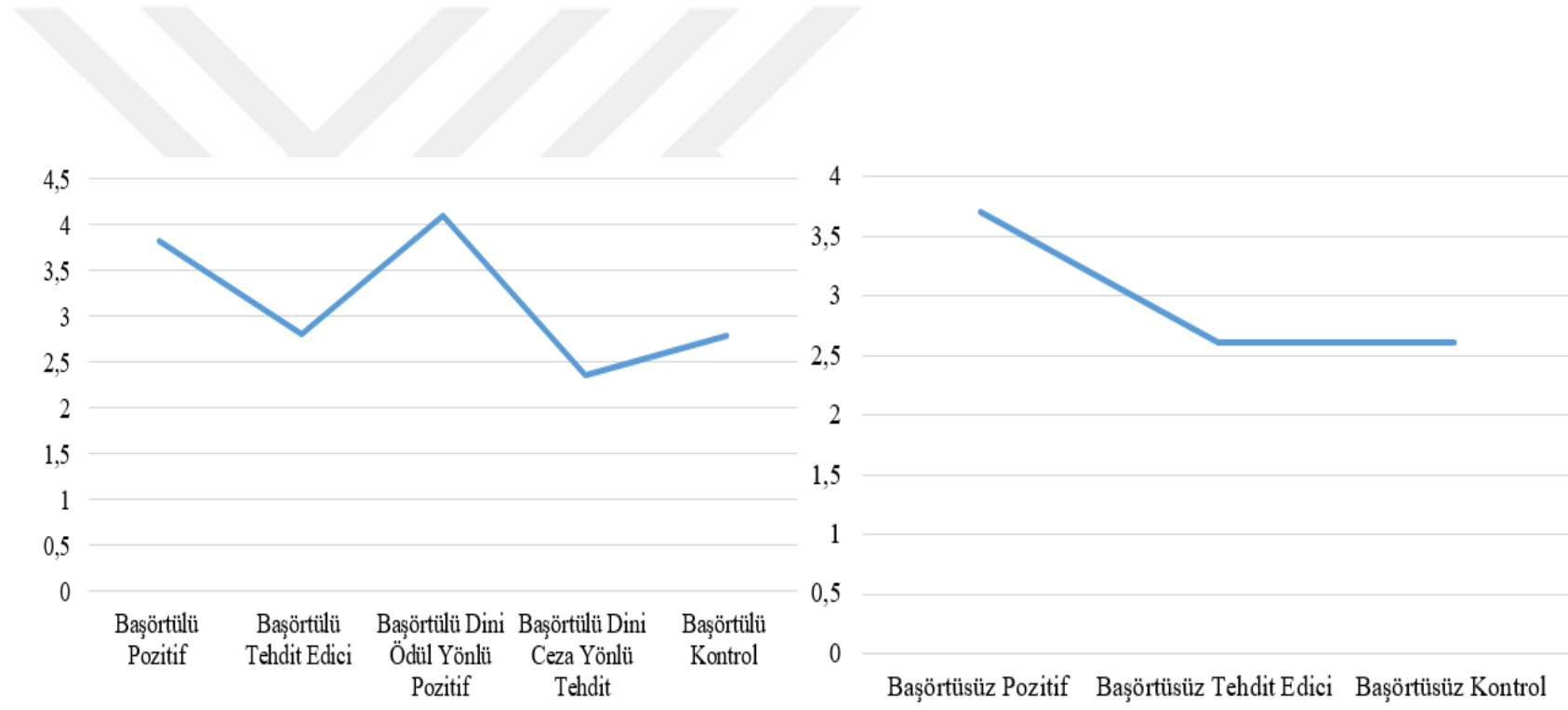
Başörtülü DİPOH ve başörtüsüz POH grubunun son test pozitif puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü DİTEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Başörtülü POH, başörtülü DİPOH, başörtülü DİTEH, başörtüsüz POH, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubunun ön test ve son test pozitif puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü DİTEH, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubunun ön test puanlarının, son test pozitif puanlarından daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH ve başörtüsüz POH grubunun son test pozitif puanlarının, ön test puanlarından daha fazla

olduğu görülmektedir. Bu bulgular, araştırmanın Ha1, Ha2 ve Hb1 no'lu hipotezlerinin desteklendiğini göstermektedir.

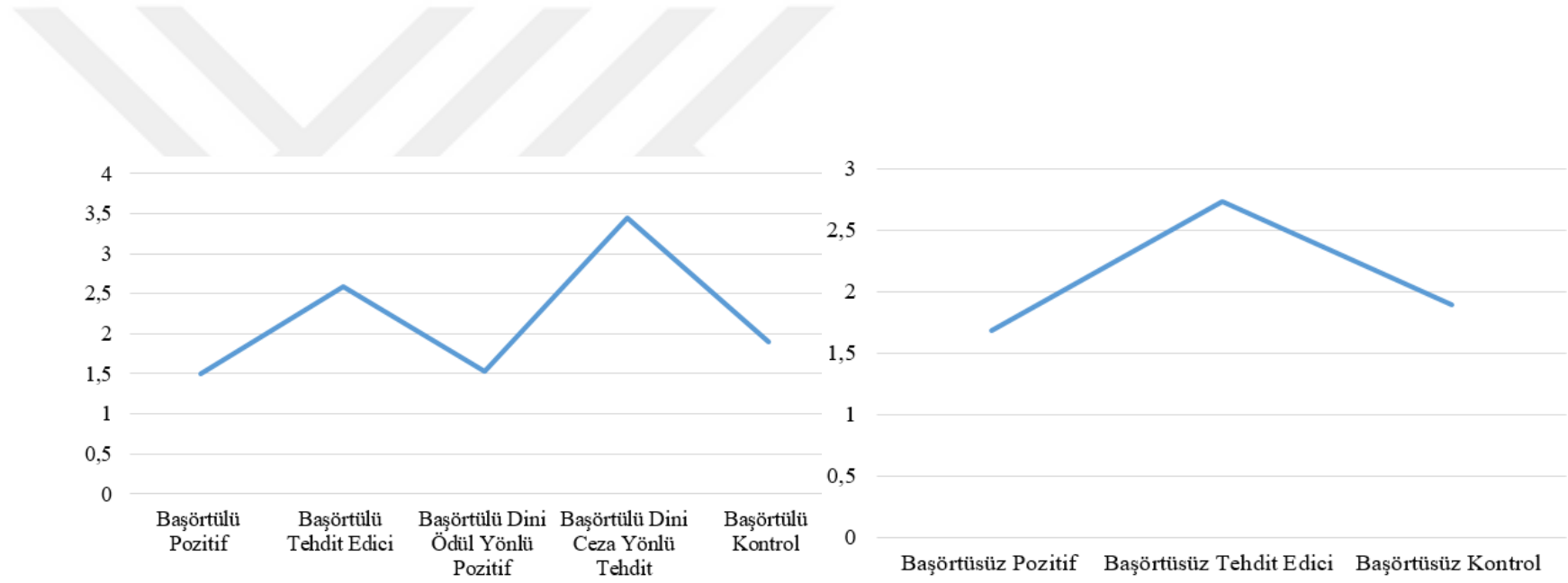
Son olarak aşağıdaki şekilde pozitif/negatif duygulanıma ilişkin grup içi karşılaştırmalara dayalı grafikler verilmiştir (şekil 5.3.).





Grup İçi Pozitif Duygu Skorları Karşılaştırması

Şekil 5.3. Pozitif/Negatif Duygulanıma İlişkin Grup İçi Karşılaştırmalar



Grup İçi Negatif Duygu Skorları Karşılaştırması

Şekil 5.3. (devamı)

5.4. Pozitif ve Tehdit Edici Uyananların Huşunun Bileşenleri Üzerindeki Etkisini Karşılaştırmaya Dayalı Bulgular

Araştırmada yer alan katılımcıların gruplar-arası HDDÖ ve boyutlarının puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde (Tablo 5.4.), katılımcıların gruplarına göre değişen zaman algısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 6.122, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH ve Başörtülü DİTEH grubunun değişen zaman algısı puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz POH grubunun değişen zaman algısı puanlarının, başörtülü kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre bağlanılmışlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 14.321, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH ve başörtülü DİPOH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü DİTEH ve başörtüsüz POH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtülü kontrol ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz TEH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre algılanan genişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 14.104, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH ve başörtülü DİPOH grubunun algılanan genişlik puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü DİTEH grubunun algılanan genişlik puanlarının, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz POH grubunun algılanan genişlik puanlarının, başörtülü kontrol ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre akomode etme ihtiyacı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(7,104) = 2.705, p=.013$]. Fark yaratan

grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü DİTEH grubunun akomode etme ihtiyacı puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre HDDÖ puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir [$F(7,104) = 18.194, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü DİPOH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Başörtülü DİTEH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtülü TEH, başörtülü kontrol, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz POH ve başörtüsüz TEH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtülü kontrol ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Araştırmada yer alan katılımcıların gruplarına göre HDDÖ ve boyutlarının puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin istatistikler, Tablo 5.4.'de sunulmuştur.

Tablo 5.4. Araştırmada Yer Alan Katılımcıların Gruplararası HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması

HDDÖ ve Boyutları	Gruplar	\bar{X}	SS	Test Değeri	p	Bonferroni
Değişen Zaman Algısı	Başörtülü POH (1)	5.36	1.17	6.122**	0.000*	1>2, 1>5, 1>8, 4>2, 4>5, 4>8, 6>5
	Başörtülü TEH (2)	3.64	1.23			
	Başörtülü DİPOH (3)	4.86	1.36			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.43	1.28			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.18	1.62			
	Başörtüsüz POH (6)	4.93	1.25			
	Başörtüsüz TEH (7)	4.79	1.34			
	Başörtüsüz Kontrol (8)	3.29	1.75			
Bağlanılmışlık	Başörtülü POH (1)	6.30	0.55	14.321***	0.000*	1>2, 1>5, 1>7, 1>8, 3>2, 3>5, 3>7, 3>8, 4>5, 4>8, 6>5, 6>8, 7>8
	Başörtülü TEH (2)	4.20	1.42			
	Başörtülü DİPOH (3)	6.48	0.69			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.27	1.41			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.16	1.69			
	Başörtüsüz POH (6)	5.39	1.59			
	Başörtüsüz TEH (7)	4.45	1.31			
	Başörtüsüz Kontrol (8)	2.75	1.63			

Tablo 5.4. (devamı)

Algılanan Genişlik	Başörtülü POH (1)	5.95	0.96	14.104***	0.000*	1>2, 1>5, 1>7, 1>8, 3>2, 3>5, 3>7, 3>8, 4>5, 4>7, 4>8, 6>5, 6>8
	Başörtülü TEH (2)	4.16	1.56			
	Başörtülü DİPOH (3)	5.55	1.16			
	Başörtülü DİTEH (4)	6.18	0.96			
	Başörtülü Kontrol (5)	2.93	1.42			
	Başörtüsüz POH (6)	5.23	1.43			
	Başörtüsüz TEH (7)	3.79	1.69			
	Başörtüsüz Kontrol (8)	2.86	1.19			
Akomode Etme İhtiyacı	Başörtülü POH (1)	4.48	1.59	2.705***	0.013*	4>8
	Başörtülü TEH (2)	3.59	1.95			
	Başörtülü DİPOH (3)	3.93	2.04			
	Başörtülü DİTEH (4)	4.66	1.91			
	Başörtülü Kontrol (5)	2.75	1.77			
	Başörtüsüz POH (6)	3.84	1.87			
	Başörtüsüz TEH (7)	3.80	2.04			
	Başörtüsüz Kontrol (8)	2.29	1.36			

Tablo 5.4. (devamı)

Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	Başörtülü POH (1)	5.52	0.65	18.194***	0.000*	1>2, 1>5, 1>7, 1>8, 3>2, 4>2, 3>5, 3>8, 4>5, 4>7, 4>8, 6>5, 7>5, 6>8, 7>8
	Başörtülü TEH (2)	3.90	0.72			
	Başörtülü DİPOH (3)	5.21	0.69			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.38	0.79			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.00	1.11			
	Başörtüsüz POH (6)	4.85	1.12			
	Başörtüsüz TEH (7)	4.21	1.35			
	Başörtüsüz Kontrol (8)	2.79	0.76			

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi

Tablo 5.5. Başörtülü Kadın Katılımcıların Grup İçi HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması

HDDÖ ve Boyutları	Gruplar	\bar{X}	SS	Test Değeri	p	Bonferroni
Değişen Zaman Algısı	Başörtülü POH (1)	5.36	1.17	8.150***	0.000*	1>2, 1>5, 4>2, 3>5, 4>5
	Başörtülü TEH (2)	3.64	1.23			
	Başörtülü DİPOH (3)	4.86	1.36			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.43	1.28			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.18	1.62			
Bağlanılmışlık	Başörtülü POH (1)	6.30	0.55	18.278***	0.000*	1>2, 1>5, 3>2, 3>5, 4>5
	Başörtülü TEH (2)	4.20	1.42			
	Başörtülü DİPOH (3)	6.48	0.69			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.27	1.41			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.16	1.69			
Algılanan Genişlik	Başörtülü POH (1)	5.95	0.96	17.391***	0.000*	1>2, 1>5, 3>2, 4>2, 3>5, 4>5
	Başörtülü TEH (2)	4.16	1.56			
	Başörtülü DİPOH (3)	5.55	1.16			
	Başörtülü DİTEH (4)	6.18	0.96			
	Başörtülü Kontrol (5)	2.93	1.42			
Akomode Etme İhtiyacı	Başörtülü POH (1)	4.48	1.59	2.372***	0.061	
	Başörtülü TEH (2)	3.59	1.95			
	Başörtülü DİPOH (3)	3.93	2.04			
	Başörtülü DİTEH (4)	4.66	1.91			
	Başörtülü Kontrol (5)	2.75	1.77			
Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	Başörtülü POH (1)	5.52	0.65	26.027***	0.000*	1>2, 1>5, 3>2, 4>2, 5>2, 3>5, 4>5
	Başörtülü TEH (2)	3.90	0.72			
	Başörtülü DİPOH (3)	5.21	0.69			
	Başörtülü DİTEH (4)	5.38	0.79			
	Başörtülü Kontrol (5)	3.00	1.11			

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi

Başörtülü kadın katılımcıların gruplarına göre HDDÖ puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde (Tablo 5.5.), katılımcıların gruplarına göre değişen zaman algısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(4,65) = 8.150, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH ve başörtülü DİTEH grubunun değişen zaman algısı puanlarının, başörtülü TEH grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH ve

başörtülü DİTEH grubunun değişen zaman algısı puanlarının, başörtülü kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre bağlanılmışlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(4,65) = 18.278, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH ve başörtülü DİPOH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtülü TEH grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH ve başörtülü DİTEH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtülü kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre algılanan genişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(4,65) = 17.391, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH ve başörtülü DİTEH grubunun algılanan genişlik puanlarının, başörtülü TEH ve başörtülü kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Bu bulgular, ilk olarak Ha5 no'lu hipotezin büyük ölçüde desteklendiğini göstermektedir. Buna göre, POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yalnızca akomode etme ihtiyacı alt bileşeni bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

İkinci olarak, Ha6 no'lu hipotez desteklenmemiştir. Üçüncü olarak, Ha7 no'lu hipotez kısmi olarak desteklenmiştir. Buna göre, DİPOH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba; bağlanılmışlık ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Dördüncü olarak, Ha8 no'lu hipotez kısmi olarak desteklenmiştir. Buna göre, DİTEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, TEH ve kontrol koşulundaki gruplara; bağlanılmışlık

ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların gruplarına göre huşu deneyimi değerlendirme ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(4,65) = 26.027, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH, başörtülü DİTEH ve başörtülü kontrol grubunun huşu deneyimi değerlendirme ölçeği puanlarının, başörtülü TEH grubundan daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü POH, başörtülü DİPOH ve başörtülü DİTEH grubunun huşu deneyimi değerlendirme ölçeği puanlarının, başörtülü kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 5.6. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Grup İçi HDDÖ ve Boyutlarının Puanlarının Karşılaştırılması

HDDÖ ve Boyuları	Gruplar	\bar{X}	SS	Test Değeri	p	Bonferroni
Değişen Zaman Algısı	Başörtüsüz POH (1)	4.93	1.25	5.423**	0.008*	1>3, 2>3
	Başörtüsüz TEH (2)	4.79	1.34			
	Başörtüsüz Kontrol (3)	3.29	1.75			
Bağlanılmışlık	Başörtüsüz POH (1)	5.39	1.59	10.879**	0.000*	1>3, 2>3
	Başörtüsüz TEH (2)	4.45	1.31			
	Başörtüsüz Kontrol (3)	2.75	1.63			
Algılanan Genişlik	Başörtüsüz POH (1)	5.23	1.43	9.509**	0.000*	1>2, 1>3
	Başörtüsüz TEH (2)	3.79	1.69			
	Başörtüsüz Kontrol (3)	2.86	1.19			
Akomode Etme İhtiyacı	Başörtüsüz POH (1)	3.84	1.87	3.468**	0.041*	1>3, 2>3
	Başörtüsüz TEH (2)	3.80	2.04			
	Başörtüsüz Kontrol (3)	2.29	1.36			
Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	Başörtüsüz POH (1)	4.85	1.12	12.687**	0.000*	1>3, 2>3
	Başörtüsüz TEH (2)	4.21	1.35			
	Başörtüsüz Kontrol (3)	2.79	0.76			

* $p<0.05$, **Tek yönlü varyans analizi

Başörtüsüz kadın katılımcıların gruplarına göre HDDÖ puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde (Tablo 5.6.), katılımcıların gruplarına göre değişen zaman algısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(2,39) =$

5.423, $p=.008$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtüsüz POH ve başörtüsüz TEH grubunun değişen zaman algısı puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre bağlanılmışlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(2,39) = 10.879, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtüsüz POH ve başörtüsüz TEH grubunun bağlanılmışlık puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre algılanan genişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(2,39) = 9.509, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtüsüz POH grubunun algılanan genişlik puanlarının, başörtüsüz TEH ve başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gruplarına göre akomode etme ihtiyacı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(2,39) = 3.468, p=.041$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtüsüz POH ve başörtüsüz TEH grubunun akomode etme ihtiyacı puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Bu bulgular, ilk olarak Hb3 no'lu hipotezin büyük ölçüde desteklendiğini göstermektedir. Buna göre, POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba; algılanan genişlik ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının ise hem TEH hem de kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

İkinci olarak, Hb4 no'lu hipotez de büyük ölçüde desteklenmiştir. Buna göre, TEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yalnızca algılanan genişlik alt bileşeni bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark

bulunamamıştır. Katılımcıların gruplarına göre HDDÖ puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir; [$F(2,39) = 12.687, p=.000$]. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtüsüz POH ve başörtüsüz TEH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 5.7. Değişkenler Arasındaki İlişki

Gruplar	HDDÖ ve Boyutları	Pozitif	Negatif
Başörtülü POH	Değişen Zaman Algısı	-0.057	0.135
	Bağlanılmışlık	-0.204	0.232
	Algılanan Genişlik	-0.289	0.228
	Akomode Etme İhtiyacı	-0.164	0.285
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	-0.276	0.369
Başörtülü TEH	Değişen Zaman Algısı	0.159	0.343
	Bağlanılmışlık	0.089	-0.089
	Algılanan Genişlik	-0.207	0.286
	Akomode Etme İhtiyacı	-0.446	0.003
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	-0.301	0.260
Başörtülü DİPOH	Değişen Zaman Algısı	0.285	-0.259
	Bağlanılmışlık	0.188	0.090
	Algılanan Genişlik	-0.316	-0.122
	Akomode Etme İhtiyacı	-0.002	0.361
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	0.054	0.110
Başörtülü DİTEH	Değişen Zaman Algısı	0.219	0.505
	Bağlanılmışlık	-0.166	-0.110
	Algılanan Genişlik	0.254	0.745*
	Akomode Etme İhtiyacı	0.466	0.209
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	0.373	0.508
Başörtülü Kontrol	Değişen Zaman Algısı	-0.048	0.185
	Bağlanılmışlık	-0.247	0.227
	Algılanan Genişlik	-0.135	0.299
	Akomode Etme İhtiyacı	-0.121	0.043
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	-0.203	0.266

Tablo 5.7. (devamı)

Başörtüsüz POH	Değişen Zaman Algısı	0.351	-0.008
	Bağlanılmışlık	0.169	-0.331
	Algılanan Genişlik	-0.071	0.102
	Akomode Etme İhtiyacı	0.030	0.368
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	0.148	0.067
Başörtüsüz TEH	Değişen Zaman Algısı	0.040	-0.112
	Bağlanılmışlık	0.386	-0.174
	Algılanan Genişlik	0.032	-0.008
	Akomode Etme İhtiyacı	0.231	-0.153
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	0.201	-0.130
Başörtüsüz Kontrol	Değişen Zaman Algısı	0.639*	0.008
	Bağlanılmışlık	-0.687*	-0.245
	Algılanan Genişlik	-0.085	0.484
	Akomode Etme İhtiyacı	-0.183	-0.021
	Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	-0.118	0.053

*p<0.05

Değişkenler arasındaki ilişkiyi test etmek için Pearson korelasyon uygulanmıştır. Katılımcıların VR seansları sonrası pozitif ve negatif duygu bildirimleri ile HDDÖ'nün boyutları arasındaki ilişkiye dair korelasyonlar, Tablo 5.7.'de sunulmuştur. Bunun sonucunda, başörtüsüz kontrol grubunun değişen zaman algısı ile pozitif puan arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.639$, $p<0.05$). Başörtüsüz kontrol grubunun bağlanılmışlık ile pozitif puan arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.687$, $p<0.05$). Başörtülü DİTEH grubunun algılanan genişlik ile negatif puan arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.745$, $p<0.05$).

5.5. Huşu Deneyimlerinin Özgecilik Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular

Özgecilik vinyeti karar formu sorularının dağılımı Tablo 5.8.'de verilmiştir. Katılımcıların grupları ile özgeci davranış gösterme eğilimleri (yardımda bulunmak isteme durumu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Başörtülü POH grubunun %71.4'ünün, başörtülü TEH grubunun

%64.3'ünün, başörtülü DİPOH grubunun %85.7'sinin, başörtülü DİTEH grubunun %92.9'unun, başörtülü kontrol grubunun %50'sinin, başörtüsüz POH grubunun %64.3'ünün, başörtüsüz TEH grubunun %50'sinin ve başörtüsüz kontrol grubunun %35.7'sinin evet cevabını verdiği görülmektedir. Katılımcıların grupları ile 1.kişi, 2.kişi ve 3.kişiye yardım etmek istedikleri miktar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Bu bulgular, araştırmanın Ha9 ve Hb5 no'lu hipotezlerinin desteklendiğini göstermektedir.



Tablo 5.8. Özgecilik Vinyeti Karar Formu Sorularının Dağılımı

Değişkenler		Başörtülü POH		Başörtülü TEH		Başörtülü DİPOH		Başörtülü DİTEH		Başörtülü Kontrol		Başörtüsüz POH		Başörtüsüz TEH		Başörtüsüz Kontrol		Test Değeri	p
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Yardımda bulunmak isteme durumu	Hayır	4	28.6	5	35.7	2	14.3	1	7.1	7	50.0	5	35.7	7	50.0	9	64.3	15.556**	0.030*
	Evet	10	71.4	9	64.3	12	85.7	13	92.9	7	50.0	9	64.3	7	50.0	5	35.7		
1.Kişi	Hiç	4	28.6	5	35.7	2	14.3	1	7.1	7	50.0	9	64.3	11	78.6	12	85.7	42.039**	0.000*
	0-25 TL	3	21.4	5	35.7	4	28.6	4	28.6	2	14.3	4	28.6	3	21.4	2	14.3		
	25 TL üzeri	7	50.0	4	28.6	8	57.1	9	64.3	5	35.7	1	7.1	0	0.0	0	0.0		
2.Kişi	Hiç	7	50.0	10	71.4	3	21.4	2	14.3	11	78.6	8	57.1	10	71.4	11	78.6	32.249**	0.004*
	0-25 TL	4	28.6	3	21.4	6	42.9	6	42.9	3	21.4	5	35.7	4	28.6	2	14.3		
	25 TL üzeri	3	21.4	1	7.1	5	35.7	6	42.9	0	0.0	1	7.1	0	0.0	1	7.1		
3.Kişi	Hiç	9	64.3	11	78.6	4	28.6	2	14.3	12	85.7	5	35.7	7	50.0	9	64.3	32.673**	0.003*
	0-25 TL	3	21.4	3	21.4	6	42.9	6	42.9	2	14.3	3	21.4	4	28.6	0	0.0		
	25 TL üzeri	2	14.3	0	0.0	4	28.6	6	42.9	0	0.0	6	42.9	3	21.4	5	35.7		
Toplam		14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0	14	100.0		

*p<0.05, **Ki kare testi ya da Fisher Exact test

Başörtülü kadın katılımcıların gruplarına göre özgeciklik vinyeti karar formundaki 1. (iç grup üyesi), 2. (nötr grup üyesi) ve 3. (dış grup üyesi) kişiye yapılan bağış kararlarının karşılaştırılması Tablo 5.9.'da aktarılmıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde, 2.kişi [$F(4,46) = 2.829, p=.035$] ve 3.kişiye [$F(4,46) = 5.506, p=.001$] yapılan yardım miktarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Fark yaratan grubu bulmak için Bonferroni uygulanmıştır. Başörtülü POH grubunun 2.kişiye yapılan yardım miktarının, başörtülü kontrol grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Ha10 no'lu hipotez desteklenmemiştir. Bununla birlikte TEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları ortalamaları ($\bar{X} = 6.11, SS = 9.93$) ile kontrol koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarları ortalamaları ($\bar{X} = 2.86, SS = 4.88$) arasındaki farkın anlamlı olmadığı görüldüğünden Ha11 no'lu hipotez desteklenmemiştir. Ayrıca başörtülü DİTEH grubunun 3.kişiye yapılan yardım miktarının, başörtülü TEH grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtülü DİPOH ve başörtülü DİTEH grubunun 3.kişiye yapılan yardım miktarının ise başörtülü kontrol grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. O sebepten ötürü Ha12 ve Ha13 no'lu hipotezler kısmi olarak desteklenmiştir.

Tablo 5.9. Başörtülü Kadın Katılımcıların Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Gruplar	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p	Bonferroni
1.Kişi	Başörtülü POH	45.00	53.00	34.58	1.223**	0.314	
	Başörtülü TEH	25.00	43.89	34.62			
	Başörtülü DİPOH	30.00	38.19	21.70			
	Başörtülü DİTEH	30.00	38.03	24.27			
	Başörtülü Kontrol	70.00	64.29	38.67			
2.Kişi	Başörtülü POH (1)	22.50	20.00	17.48	2.829**	0.035*	1>5
	Başörtülü TEH (2)	0.00	11.67	17.32			
	Başörtülü DİPOH (3)	25.00	24.86	12.32			
	Başörtülü DİTEH (4)	25.00	23.41	10.57			
	Başörtülü Kontrol (5)	0.00	7.14	9.51			

Tablo 5.9. (devamı)

3.Kişi	Başörtülü POH (1)	5.00	13.50	17.33	5.506**	0.001*	4>2, 3>5, 4>5
	Başörtülü TEH (2)	0.00	6.11	9.93			
	Başörtülü DİPOH (3)	25.00	20.69	11.47			
	Başörtülü DİTEH (4)	25.00	23.41	10.57			
	Başörtülü Kontrol (5)	0.00	2.86	4.88			

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi

Başörtülü kadın katılımcıların atandıkları deney grupları -huşu grubu- ile kontrol grubunun özgecilik vinyeti karar formundaki 1., 2. ve 3.kişiye yapılan bağış kararlarının karşılaştırılması Tablo 5.10.'da sunulmuştur. Elde edilen veriler incelendiğinde, 2.kişi ve 3.kişiye yapılan yardım miktarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Huşu grubunun 2.kişi ve 3.kişiye yapılan yardım miktarının, kontrol grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgular, Ha14 no'lu hipotezin desteklendiğini göstermektedir. Buna göre, kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ($X=64.29$, $SS=38.67$) hem nötr oldukları grup üyelerine ($X=7.14$, $SS=9.51$) hem de dış grup üyelerine ($X=2.86$, $SS=4.88$) yaptıkları para yardımı miktarlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu ve huşu koşullarındaki katılımcıların (POH, TEH, DİPOH, DİTEH), hem nötr oldukları grup üyelerine ($X=20.63$, $SS=14.63$) hem de dış grup üyelerine ($X=16.88$, $SS=13.78$) yaptıkları para yardımı miktarlarının, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür.

Tablo 5.10. Başörtülü Kadın Katılımcıların Deney-Kontrol Grupları Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Deney/Kontrol Grubu	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Huşu Grubu	30.00	42.67	28.20	-	0.080
	Başörtülü Kontrol	70.00	64.29	38.67	1.789**	

Tablo 5.10. (devamı)

2.Kişi	Huşu Grubu	25.00	20.63	14.63	2.350**	0.023*
	Başörtülü Kontrol	0.00	7.14	9.51		
3.Kişi	Huşu Grubu	20.00	16.88	13.78	5.048**	0.000*
	Başörtülü Kontrol	0.00	2.86	4.88		

* $p < 0.05$, **Bağımsız t testi

Başörtüsüz kadın katılımcıların gruplarına göre özgecilik vinyeti karar formundaki 1., 2. ve 3.kişiye yapılan bağış kararlarının karşılaştırılması Tablo 5.11.'de aktarılmıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$). O sebepten ötürü Hb6 ve Hb7 no'lu hipotezler desteklenmemiştir.

Tablo 5.11. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Gruplar	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Başörtüsüz POH	10.00	10.56	11.84	0.331**	0.722
	Başörtüsüz TEH	0.00	6.43	9.45		
	Başörtüsüz Kontrol	0.00	7.00	10.95		
2.Kişi	Başörtüsüz POH	20.00	13.89	11.67	0.726**	0.497
	Başörtüsüz TEH	10.00	9.29	10.18		
	Başörtüsüz Kontrol	20.00	19.00	20.74		
3.Kişi	Başörtüsüz POH	40.00	40.00	27.84	2.114**	0.150
	Başörtüsüz TEH	20.00	40.00	30.00		
	Başörtüsüz Kontrol	50.00	70.00	27.39		

* $p < 0.05$, **Tek yönlü varyans analizi

Başörtüsüz kadın katılımcıların atandıkları deney grupları -huşu grubu- ile kontrol grubunun özgecilik vinyeti karar formundaki 1. (dış grup üyesi), 2. (nötr grup üyesi) ve 3. (iç grup üyesi) kişiye yapılan bağış kararlarının karşılaştırılması Tablo 5.12.'de sunulmuştur. Elde edilen veriler incelendiğinde, 3.kişiye yapılan yardım miktarında

istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Kontrol grubunun 3.kişiye yapılan yardım miktarının, huşu grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgular, Hb8 no'lu hipotezin desteklendiğini göstermektedir. Buna göre, kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ($X = 70$, $SS = 27.39$) hem nötr oldukları grup üyelerine ($X = 19$, $SS = 20.74$) hem de dış grup üyelerine ($X = 7$, $SS = 10.95$) yaptıkları para yardımı miktarlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Ayrıca kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ($X = 70$, $SS = 27.39$), huşu koşulundaki katılımcılara göre ($X = 40$, $SS = 27.81$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 5.12. Başörtüsüz Kadın Katılımcıların Deney-Kontrol Grupları Özgeci Bağış Kararlarının Karşılaştırılması

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Deney/Kontrol Grubu	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Huşu Grubu	5.00	8.75	10.72	0.317**	0.755
	Başörtüsüz Kontrol	0.00	7.00	10.95		
2.Kişi	Huşu Grubu	10.00	11.88	10.94	-1.023**	0.319
	Başörtüsüz Kontrol	20.00	19.00	20.74		
3.Kişi	Huşu Grubu	35.00	40.00	27.81	-2.112**	0.048*
	Başörtüsüz Kontrol	50.00	70.00	27.39		

* $p < 0.05$, **Bağımsız t testi

Başörtülü ve başörtüsüz kadın katılımcıların, özgecilik vinyeti karar formundaki 1., 2. ve 3. kişiye yapılan bağış kararlarının gruplararası karşılaştırılması Tablo 5.13.'de aktarılmıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde, 1.kişi ve 3.kişiye yapılan yardım miktarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Başörtülü kadın grubunda 1.kişiye (iç grup) yapılan yardım miktarının, başörtüsüz kadın grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Başörtüsüz kadın grubunda 3.kişiye (iç grup) yapılan yardım miktarının, başörtülü kadın grubuna göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgular, araştırmanın Hab1 ve Hab2 no'lu hipotezlerinin desteklendiğini göstermektedir.

Tablo 5.13. Özgeci Bağış Kararlarının Gruplararası Karşılaştırılması

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Gruplar	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Başörtülü Kadın	33.00	45.64	30.33	7.727**	0.000*
	Başörtüsüz Kadın	0.00	8.33	10.53		
2.Kişi	Başörtülü Kadın	20.00	18.78	14.73	1.393**	0.168
	Başörtüsüz Kadın	10.00	13.57	13.61		
3.Kişi	Başörtülü Kadın	10.00	14.95	13.78	-6.261**	0.000*
	Başörtüsüz Kadın	50.00	47.14	30.02		

*p<0.05, **Bağımsız t testi

HDDÖ'den alınan puanlar ile her bir grubun toplam olarak bağışladığı para miktarı arasındaki ilişki test edilmiş ve Tablo 5.14.'de sunulmuştur. Elde edilen veriler incelendiğinde, başörtülü kontrol grubunun algılanan genişlik ile bağışladığı para miktarı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.778$, $p<0.05$). Ayrıca başörtüsüz POH grubunun algılanan genişlik ile bağışladığı para arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.701$, $p<0.05$).

Tablo 5.14. HDDÖ Puanları ile Bağışlanan Toplam Para Miktarı Arasındaki İlişki

Gruplar	Değişen Zaman Algısı		Bağlanlılık		Algılanan Genişlik		Akomode Etme İhtiyacı		Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Başörtülü POH	0.151	0.676	0.557	0.095	-0.153	0.674	0.182	0.615	0.218	0.546
Başörtülü TEH	0.530	0.142	-0.073	0.851	-0.110	0.778	-0.323	0.396	-0.142	0.716
Başörtülü DİPOH	0.008	0.980	0.002	0.994	0.048	0.882	0.466	0.127	0.387	0.214
Başörtülü DİTEH	-0.141	0.645	-0.346	0.247	-0.155	0.613	-0.171	0.577	-0.368	0.216

Tablo 5.14. (devamı)

Başörtülü Kontrol	-0.207	0.656	-0.590	0.163	-	0.040 *	-0.286	0.534	-0.582	0.170
Başörtüsüz POH	-0.548	0.127	0.085	0.828	0.701	0.035 *	-0.056	0.886	0.116	0.766
Başörtüsüz TEH	-0.450	0.311	0.422	0.345	0.281	0.542	0.482	0.273	0.261	0.571
Başörtüsüz Kontrol	-0.236	0.702	-0.440	0.458	0.125	0.841	-0.389	0.518	-0.436	0.463

*p<0.05

Son olarak, demografik dindarlık değişkeni ile özgeci davranış gösterme eğilimi arasındaki ilişkiye dair oluşturduğumuz hipotezi (Hab4) test etmek amacıyla yapılan analiz ve bulgulara yer verilecektir. Başörtülü kadın katılımcıların dindarlık seviyelerine göre 1., 2. ve 3. kişiye yapılan yardım miktarı Tablo 5.15.'de sunulmuştur. Elde edilen veriler incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (p>0.05).

Tablo 5.15. Başörtülü Kadınlarda Dindarlık ve Özgeci Bağış Kararları

Kurgusal Videolardaki Kişiler	Dindarlık	Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Pek Dindar Değilim	36.67	45.83	38.33	1.630**	0.195
	Dindar Sayılıırım	31.50	39.77	21.44		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	30.00	39.61	29.65		
	Çok Dindarım	50.00	61.15	35.83		
2.Kişi	Pek Dindar Değilim	10.00	13.33	16.33	2.179**	0.103
	Dindar Sayılıırım	25.00	26.02	13.46		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	20.00	17.11	12.11		
	Çok Dindarım	10.00	13.85	17.10		
3.Kişi	Pek Dindar Değilim	10.00	13.33	16.33	1.646**	0.191
	Dindar Sayılıırım	25.00	19.46	15.64		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	15.00	16.00	12.73		
	Çok Dindarım	0.00	8.46	10.68		

*p<0.05, **Tek yönlü varyans analizi

Başörtüsüz kadın katılımcıların dindarlık seviyelerine göre 1., 2. ve 3. kişiye yapılan yardım miktarı Tablo 5.16.'da sunulmuştur. Elde edilen veriler incelendiğinde, başörtülü kadın grubunda olduğu gibi başörtüsüz kadın grubunda da katılımcıların dindarlık seviyelerine göre 1., 2. ve 3. kişiye yapılan yardım miktarı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bu bulgular, araştırmanın Hab4 no'lu hipotezinin desteklenmediğini göstermektedir.

Tablo 5.16. Başörtüsüz Kadınlarda Dindarlık ve Özgeci Bağış Kararları

		Med	\bar{X}	SS	Test Değeri	p
1.Kişi	Hiç Dindar Değilim	10.00	13.33	5.77	2.051**	0.135
	Pek Dindar Değilim	17.50	15.00	13.42		
	Dindar Sayılıırım	5.00	8.75	11.81		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	0.00	2.00	4.47		
	Çok Dindarım	0.00	0.00	0.00		
2.Kişi	Hiç Dindar Değilim	20.00	16.67	5.77	0.827**	0.527
	Pek Dindar Değilim	17.50	15.00	13.42		
	Dindar Sayılıırım	10.00	11.25	13.15		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	0.00	6.00	8.94		
	Çok Dindarım	20.00	23.33	25.17		
3.Kişi	Hiç Dindar Değilim	20.00	20.00	0.00	0.707**	0.599
	Pek Dindar Değilim	50.00	50.00	28.98		
	Dindar Sayılıırım	40.00	50.00	35.59		
	Oldukça Dindar Sayılıırım	50.00	56.00	42.78		
	Çok Dindarım	50.00	50.00	0.00		

BÖLÜM VI

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde öncelikle literatür özeti ile paralel şekilde araştırma bulgularının genel bir değerlendirmesi yapılacak ve bu tezin genelde duygu araştırmalarına, özelde huşu araştırmalarına olan katkıları sunulacaktır. Ardından araştırmanın sınırlılıkları ele alınacak ve gelecekte yapılacak olan araştırmalara önerilerde bulunulup bir perspektif çizilecektir. Sonuçta bu tezin kapsamı dahilinde neyi amaçladığı, ne sonuca ulaştığı ve neden yapıldığının altı çizilerek nihayete erdirilecektir.

6.1. Genel Değerlendirme, Sonuç ve Katkılar

Keltner ve Haidt (2003)'den bu yana huşunun genişlik ve akomode etme ihtiyacı alt bileşenlerine sahip olan kompleks bir duygu olduğu vurgulanmaktadır. Yaden vd. (2018) çalışmasında, huşunun bu iki bileşenine değişmiş zaman algısı, kendini küçültme, bağlanılmışlık ve fiziksel duyumları da ekleyerek Huşu Deneyimi Ölçeği'ni (HDÖ) geliştirmişlerdir. Bu tez kapsamında ilk defa HDÖ'nün Türkçe'ye uyarlaması yapılarak Huşu Deneyimi Değerlendirme Ölçeği (HDDÖ) geliştirilmiştir. HDDÖ, huşu deneyiminin 4 boyutu olan değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık, algılanan genişlik ve akomode etme ihtiyacını ölçen 16 maddeden oluşmaktadır. HDDÖ'nün Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı, .92 olarak hesaplanmış; ayrıca bu değer ölçeğin değişmiş zaman algısı alt boyutu için .82, bağlanılmışlık alt boyutu için .96, algılanan genişlik alt boyutu için .94, akomode etme ihtiyacı alt boyutu için ise .93 olarak bulgulanmıştır. Cronbach α değerinin 0.60'tan büyük olması, ölçeğin güvenilir ve iç tutarlılığının iyi bir düzeyde olduğu göstermektedir. Ölçeğin faktör desenini çıkarmak amacıyla yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi sonuçlarında 16 maddenin 4 alt boyutta toplandığı görülmüştür. Çok faktörlü desenlerde, açıklanan varyansın %40'ın üzerinde olması yeterli kabul edilmekte olup HDDÖ'de bu faktörlerin, toplam varyansın %82.379'unu açıkladığı bulgulanmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda HDDÖ'nün ölçüm modeline ilişkin sonuçlarda maddelerin faktör yüklerinin 0.30'un

üzerinde olduğu, tüm korelasyonel ilişkilerin anlamlı olduğu ve dört faktörlü modelin veriye iyi uyum sağladığı ortaya çıkmıştır. Türkçe literatüre bakıldığında huşu duygusunu ölçmeyi amaçlayan hiçbir ölçüm aracının bulunmadığı ve daha önce hiçbir deneysel araştırmada çeşitli bileşenleriyle birlikte huşu duygusunun ele alınmadığı görülmektedir. Böylece bu tezin umulan *ilk katkısı*, Türkçe literatürde huşu araştırmalarına olan ilgiyi artıracak olmasıdır.

Keltner ve Haidt'in (2003) Prototipik Huşu Modeli'ne göre fiziksel uyaranlardan doğal afetler ve muhteşem manzaralar, huşunun merkezi özelliklerini barındırması bakımından prototipik huşu uyaranlarıdır. Yapılan araştırmalar, doğal afetler gibi olumsuz durumlarla tetiklenen huşunun, muhteşem doğa manzaraları gibi olumlu durumlarla tetiklenen huşudan açıkça farklılaştığını bulgulamıştır (Gordon vd., 2017; Piff vd., 2015). Bu durum huşunun hem pozitif hem de negatif değerlikli varyantları olduğunu göstermiştir. Diğer taraftan araştırmacılar huşunun bilimsel bir yöntemle çalışılması için çeşitli tekniklerle katılımcılarda huşu duygusu uyandırmayı denemişlerdir. Öyle ki literatürde, katılımcıların huşu uyandırıcı video içeriklerini izlemesi (Prade ve Saroglou, 2016), doğa manzaralarını içeren görsellere maruz kalması (Gordon vd., 2017), çeşitli makamlarda müzikleri dinlemesi (Ji vd., 2021), bizatihi doğal ortamlarda zaman geçirmesi (Joye ve Dewitte, 2016), geçmiş anılarını hatırlaması ve yazıya dökmesi (Rudd vd., 2012) gibi sıkça kullanılan birçok teknik bulunmaktadır. Diğer taraftan araştırmacılara, hem yoğun bir huşu duygusu yaratma hem de daha kontrollü bir şekilde çalışma imkânı tanınması bakımından yaklaşık on yıl önce huşu araştırmalarında ilk defa sanal gerçeklik (VR) araçları kullanılmaya başlanmıştır. VR teknolojisinin gelişimiyle paralel şekilde araştırmacılar, farklı varyantlarda huşu uyaranlarını daha yoğun bir şekilde tetikleyebilmekte ve deneysel desenlerde sınayabilmektedir. Bununla beraber huşunun en sık araştırılan çeşidinin, pozitif değerlikli huşu (POH) olduğu, ancak son beş yılda yapılan araştırmalarda henüz karşımıza çıkan bir diğer çeşidinin ise negatif değerlikli tehdit edici huşu (TEH) olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın literatüre *ikinci katkısı*, huşunun hem pozitif hem de tehdit edici varyantlarını araştırırken, kontrollü huşu araştırmalarında görece yeni bir teknik olan VR içeriklerinin kullanılmış olmasıdır.

VR tekniğinin huşu araştırmalarında kullanılması, genellikle katılımcıların panoramik bir doğa manzarasını deneyimlemesi gibi huşu uyaranlarının oldukça etkili bir şekilde

sunulmasını içerir (Chirico vd., 2017). Şimdiye kadar VR araçları aracılığıyla tetiklenen huşu araştırmalarında kullanılan uyaranlara bakıldığında, katılımcıların genellikle panoramik bir doğa manzarasına (Chirico vd., 2016; Chirico vd., 2018a; Quesnel ve Riecke, 2018), yüksek ağaçlardan oluşan bir ormana (Chirico vd., 2017), şelale barındıran bir ormana (Chirico vd., 2018a; Piff vd., 2015; Takano ve Nomura, 2021), uzaydan dünya manzarasına (Chirico vd., 2018a; Gallagher vd., 2015; Quesnel ve Riecke, 2018; Yaden vd. 2017), gökdelenler gibi yüksek binalara (Collado ve Manrique, 2020) ve kutup ışıklarına (Gordon vd., 2017) maruz bırakıldığı görülmektedir. Bu araştırmanın *nc katkısı*, hem POH hem de TEH uyaranları olarak seçilen içeriklerin özgünlüğü ile ilişkilidir. Araştırmamızda POH uyaranı olarak seçilen Angel şelalesi, yalnızca tek bir araştırmada (Takano ve Nomura, 2021) huşu uyaranı olarak kullanılmıştır. Ancak araştırmacılar, prototipik bir huşu uyaranı olan doğa manzaralarından bir parça içerdiği için bu uyaranı seçmişlerdir. Araştırmamızda Angel şelalesinin POH uyaranı olarak seçilmesinin dört zgn nedeni bulunmaktadır. Birincisi, Angel şelalesi, dünyanın en yüksek şelalesidir. Bu şelalenin bir özelliği, şelaleden akan suların tepe noktasından yere düşene dek 807 metre boyunca hiçbir engele takılmadan serbest düşüşe geçmesidir. Serbest düşüş, şimdiye kadar huşu araştırmalarında sıkça söz edilen ve ilk defa astronotların dünyaya tepeden baktıkları andaki deneyimlerini aktardıkları raporlarda görülen kuşbakışı etkisi (*overview effect*) gibi bir etki yaratabilir. Öyle ki Keltner ve Haidt (2003), prototipik bir huşu uyaranı olmasa da huşunun periferik özelliklerinden güzellik temasını barındıran sanatsal tabloların, estetik olarak algılandığı durumda huşu duygusu ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Keltner ve Haidt'e (2003) göre estetik, huşu duygusuyla olduğa ilişkilidir. Hudson (2000), serbest düşüşün estetik bir unsur olduğunu belirtmiştir. O halde Yaden vd. (2016)'dan bu yana huşu araştırmalarında sıkça söz edilen kuşbakışı etkisi gibi huşu deneyimini yoğunlaştırıcı yapısal bir etki, serbest düşüş etkisinde (*free-fall effect*) de görülebilir. Bu araştırmada POH uyaranı olarak Angel şelalesinin seçilmesinin ikinci nedeni, kuşbakışı etkisidir. Katılımcılar, VR aracılığıyla Angel şelalesinin en aşağı noktasından en tepe noktasına kadar tırmanma deneyimi yaşamışlar, şelaleden akan suları en tepeden en aşağı noktaya kadar izlemişler ve Angel şelalesinin en tepe noktasındayken Venezuela ormanlarını kuş bakışı izlemişlerdir. Üçüncüsü, POH uyaranı olarak seçilen VR içeriği, 360⁰ panoramik bir görüntü sağlamaktadır. Dördüncüsü, deneysel araştırmalardan elde edilen bulguların, şelale içeren bir orman manzarasının, yalnızca bir orman manzarasına kıyasla daha

yoğun bir huşu uyarını olduğunu göstermesidir (Chirico vd., 2018a; Rudd vd., 2012). Buna ek olarak, bu araştırmada TEH uyarını olarak katılımcılar, bir droneun üzerinde volkan püskürten bir dağa maruz bırakılmıştır. Söz konusu VR içeriğinde de a) kuş bakışı etkisi ve b) 360⁰ panoramik bir görüntü sayesinde yoğun bir huşu uyarımının tetikleneceği beklenmiştir. Tüm bu nedenlerle, araştırmamızda kullanılan POH ve TEH uyarılarının, aynı zamanda Baños vd. (2008) tarafından VR ile duyguların tetiklenmesi sürecinde altı çizilen dört temel hususu barındırdığı -katılımcılarda başka bir fiziksel mekâna gitmiş olma hissi uyandırma, gerçek olanla sanal olan arasında algısal bir benzerliğin bulunması, sanal alem bireyin olabildiğince fazla duyusuna hitap ederek onu çepeçevre kuşatması ve bireyin sanal alemde gittiği yerlerdeki nesnelere etkileşime geçebilmesi- düşünülmektedir.

Buna ek olarak araştırmacılar, huşunun negatif varyantlarından biri olan TEH deneyimlerinin, pozitif duygulara daha az vurgu yapan ve karmaşık duyguların daha yaygın benimsendiği Batılı olmayan kültürlerde daha yaygın olabileceğini belirtmektedir (Shiota vd., 2011). Bu araştırmanın *dördüncü katkısı*, şimdiye kadar birkaç istisna dışında genellikle batılı kültürlerde yapılan huşu araştırmalarından elde edilen bulguları, Türk örnekleme sınaması ve çeşitli değişkenler açısından huşunun birden fazla çeşidini -POH ve TEH- ele almasıdır.

Şimdiye kadar yapılan hiçbir araştırmada, bireylerin ait oldukları dinin kutsal metinlerinde geçen ifadelerin, kendileri üzerinde huşu uyandırıcı bir etkisi olup olmadığı araştırılmamıştır. Keltner ve Haidt (2003) tarafından huşunun merkezi özelliklerini barındıran bir sosyal uyarın olarak yaratıcıyı temaşa etmek, prototipik bir huşu uyarınıdır. Bununla beraber, muhteşem doğa manzaralarına ya da doğal afetlere şahit olmak da bir huşu uyarınıdır. Ayrıca bilişsel bir uyarın olarak grand teoriler de prototipik huşu uyarınıdır. Keltner ve Haidt'e (2003) göre, bireylerin ilgili büyük teorilerin kapsamını ya da kendi hayatlarındaki tikel örneklerini keşfettikleri andaki hisleri, prototipik bir huşu duygusudur. Toplumumuzdaki dindar bireylerin, Kur'an-ı Kerim okuduklarında, bir ezan sesi dinlediklerinde, etkileyici bir vaaz dinlediklerinde zaman zaman huşu içerisinde buldukları bir durumdan söz ettikleri görülmektedir. Bu hâl, aynı zamanda birçok dinin kutsal metinlerinde ifade edilmektedir (A'râf, 143; Enbiyâ, 90; Fussilet, 39; Mü'minûn, 2; Psalm 119: 120; Psalm 119: 161; Tâ-Hâ, 108).

Tüm bu teorik arka plana dayalı olarak bu çalışmada, Keltner ve Haidt'in (2003) Prototipik Huşu Modeli'ne göre huşu uyarıcı durumlar olarak tanımlanan ve güzellik temasını içeren muhteşem manzaralar -daha sonra POH olarak kavramsallaştırılmıştır- ile içerik bakımından ilişkili olduğu düşünülen Kur'an-ı Kerim'deki ayetler, POH uyarıcı olarak seçilen Angel Şelaleleri ile birlikte sunulmuş ve dini (ödül yönelimli) pozitif huşu (DİPOH) koşulu oluşturulmuştur. Paralel şekilde, Keltner ve Haidt'in (2003) Prototipik Huşu Modeli'ne göre huşu uyarıcı durumlar olarak tanımlanan ve tehdit temasını içeren doğal afetler (volkan patlaması) -daha sonra TEH olarak kavramsallaştırılmıştır- ile içerik bakımından ilişkili olduğu düşünülen Kur'an-ı Kerim'deki ayetler, TEH uyarıcı olarak seçilen volkan patlaması maruziyeti ile birlikte sunulmuş ve dini (ceza yönelimli) tehdit edici huşu (DİTEH) koşulu oluşturulmuştur. Henüz son on yılda bilimsel olarak farklı varyantları ile birlikte araştırılmaya başlanan huşu duygusu, kutsal metinlerde açıkça insanın hem pozitif hem de tehdit edici bir durum karşısındaki tepkilerini anlatmak için kullanılmıştır. İlginç bir şekilde şimdiye kadar hiçbir deneysel araştırmada, dini metinler, ibadetler ya da dini sembollerin huşu uyandırıcı etkisi ele alınmamıştır. Bu araştırmanın *beşinci katkısı*, literatürde mevcut olan POH ve TEH deneyimleri arasındaki farka bir başka boyut kazandırarak bu deneyimlerin, deneyimi yaşayan kişilerin dini inançlarına, zihniyetine ve bağlamsal özellikleri ile bağlantılı doğasına dikkat çekmesidir. Katılımcıların grupları ile VR seansları sonrası kendilerini tehdit altında hissetme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Kendilerini en çok tehdit altında hisseden katılımcılar, DİTEH koşuluna atananlar olmuştur. Bu durumun sebebi, TEH uyarıcılarının katılımcıların dini inançlarıyla ilişkili biçimde sunulmuş olması olabilir. Bir diğer ifadeyle, katılımcılar kendilerini tehdit altında hissedecekleri bir VR içeriğine maruz bırakıldığında, şayet bu tehdit unsuru dünyevî değil, dini bir cezanın analogisi/demonstrasyonu gibi algılanmışsa tehdidin yoğunluğu da paralel şekilde artıyor olabilir. Genel olarak bakıldığında, TEH ve DİTEH koşullarındaki katılımcılar, kendilerini tehdit altında hissederlerken POH, DİPOH ve kontrol gruplarındakiler kendilerini tehdit altında hissetmemiştir. Bu bulgular, diğer araştırma bulgularıyla örtüşmektedir (Gordon vd., 2017; Guan vd., 2019). Katılımcıların grupları ile VR esnasındaki duygu, düşünce ve hislerinin nedenini açıklamada doğanın ihtişamı, doğal afet, dini/manevi bir his ve bilmeme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre başörtülü POH grubunun %85.7'si ve başörtüsüz POH grubunun %71.4'ü yaşadığı duygu,

düşünce ve hislerin nedenini doğanın ihtişamına bağlarken başörtülü TEH grubunun %78,6'sı ve başörtüsüz TEH grubunun %71.4'ü bir doğal afet olarak volkan patlamasına bağlamıştır. Diğer taraftan DİPOH/DİTEH grubunun %85.7'si dini/manevi bir his cevabını vermiştir. Kontrol grupları da eşit bir şekilde (%42.9) bilmediğini ifade etmiştir. Bu bulgular, DİPOH ve DİTEH koşullarının, POH ve TEH koşullarından birey düzeyinde önemli derecede ayrıştığını göstermektedir. Öyle ki aynı uyaran, sosyo-demografik özellikleri bakımından görece benzeşen katılımcılara dini/manevi bir bağlamda sunulduğunda, bu deneyim daha dini/manevi bir bağlamda algılanırken, dünyevi bir içerik olarak sunulduğunda -bir doğa manzarası ya da doğal afet- daha dünyevi temaların ön plana çıktığı görülmektedir.

Dikkat Restorasyonu Kuramı'na (Collado ve Manrique, 2020) göre huşu uyandırıcı manzaralara maruz kalmak, artan pozitif duygulanımla ilişkiliyken hortum ve volkan patlaması gibi doğal afet görüntülerine ve olumsuz durumlara maruz kalmak artan negatif duygulanımla ilişkilidir. Araştırmalar TEH'in, POH'a kıyasla artan güçsüzlük hissi ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Takano ve Nomura, 2023). Huşu uyaranlarının pozitif/negatif duygularla ilişkisine dayalı literatür bulguları, araştırmamızın bulgularıyla örtüşmektedir. Öyle ki huşu deneyimlerinin duygular üzerindeki etkisinden hareketle hazırlanan hipotezlerin tamamı (Ha1, Ha2, Ha3, Ha4, Hb1 ve Hb2) doğrulanmıştır. Buna göre, POH ve DİPOH koşulundaki grubun VR seansları sonrası pozitif duygulanımlarındaki artışın, TEH, DİTEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu; TEH ve DİTEH koşulundaki grubun VR seansları sonrası negatif duygulanımlarındaki artışın ise POH, DİPOH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca hipotezleştirilmemiş bir sonuç olarak, DİTEH grubunun son test negatif puanlarının, başörtülü TEH ve başörtüsüz TEH gruplarına kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Bu durum, katılımcıların kendilerini en çok tehdit altında hissettiği koşulun DİTEH olması sonucuyla tutarlıdır.

Yaden vd. (2018) HDÖ'nün geliştirilmesine dair yaptıkları çalışmada, HDÖ'nün geçerliliğini sınamak için mDES ve DPES ile karşılaştırmışlardır. Sonuçlar, mDES'in huşu maddesinin HDÖ ile ve tüm faktörleriyle önemli düzeyde korele olduğunu, ayrıca HDÖ'nün D-PES'in huşu alt ölçeği ile güçlü bir korelasyona sahip olduğunu

göstermiştir. Bir diğer ifadeyle, pozitif duyguların HDÖ ile pozitif yönde korelasyonel bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda araştırmacılar bazı negatif duyguların da -korkmuş, ürkmüş, sinirli, sıkıntılı ve asabi- HDÖ ile pozitif yönde korelasyonel bir ilişkisi olduğunu tespit etmiştir. Bu durum, araştırmacıları bazı istisnalarıyla birlikte huşunun birincil olarak pozitif bir duygu olduğu sonucuna götürmüştür. Bununla beraber Yaden vd. (2018) çalışmasında, huşu uyararı olarak katılımcıların huşu deneyimi yaşadıkları geçmiş anılarını hatırlaması ve yazıya dökmesi yöntemi kullanılmıştır. Bir diğer ifadeyle, HDÖ deneysel bir desende sınanmamıştır. Ayrıca şimdiye kadar HDÖ'nün kullanıldığı çalışmalara bakıldığında, yalnızca POH uyarılarının kullanıldığı, spesifik bir TEH uyarısının HDÖ'nün alt boyutlarında ne gibi etkileri olabileceğine dair bir araştırmanın bulunmadığı görülmektedir. Bu araştırmanın *altıncı katkısı*, ilk olarak bu çalışmada POH ve TEH uyarılarının huşunun bileşenleri üzerindeki etkisini karşılaştırmaya dayalı bir yöntem kullanılmış olmasıdır. Bu doğrultuda altı hipotez (Ha5, Ha6, Ha7, Ha8, Hb3 ve Hb4) hazırlanmıştır.

Birincisi, Ha5 büyük ölçüde desteklenmiştir. Buna göre başörtülü POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, başörtülü TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, yalnızca akomode etme ihtiyacı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. İkincisi, Hb3 büyük ölçüde desteklenmiştir. Buna göre, başörtüsüz POH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba; algılanan genişlik ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının ise hem başörtüsüz TEH hem de kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgular, Rudd vd. (2012) tarafından huşu uyararı -yapısal olarak POH- sunulan müdahale grubundaki katılımcıların, kontrol grubundaki katılımcılara kıyasla zamanın daha yavaş aktığına dair bir his geliştirdiklerine dair ortaya çıkan sonuçlarla örtüşmektedir. Bu sonuçlar aynı zamanda, POH deneyimlerinin, TEH'e kıyasla bireylerin evrenle/diğer canlılarla daha derinden bir bağlılık hissi yarattığı, bireylerin yeterli bir zamana sahip olduklarını hissetmelerini sağladığı, daha yoğun bir genişlik hissiyle ilişkili olduğu anlamına gelmektedir.

Üçüncüsü, Ha6 desteklenmemiştir. Her ne kadar başörtülü TEH koşulundaki grubun HDDÖ'nün genel olarak ve ayrı ayrı alt boyutlarından aldıkları skorların ortalaması, her defasında başörtülü kontrol koşulundaki grubun ortalamasından yüksek olsa da aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Fakat diğer taraftan dördüncüsü, Hb4 büyük ölçüde desteklenmiştir. Başörtüsüz TEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı, bağlanılmışlık ve akomode etme ihtiyacı ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, başörtüsüz kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yalnızca algılanan genişlik alt bileşeni bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Beşincisi, Ha7 kısmi olarak desteklenmiştir. Buna göre DİPOH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının, kontrol koşulundaki gruba; bağlanılmışlık ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, başörtülü TEH ve kontrol koşulundaki gruplara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuncusu, Ha8 kısmi olarak desteklenmiştir. Buna göre, DİTEH koşulundaki grubun değişmiş zaman algısı ve algılanan genişlik ölçümlerinden aldıkları skorların ortalamasının, başörtülü TEH ve kontrol koşulundaki gruplara; bağlanılmışlık ölçümünden aldıkları skorların ortalamasının, başörtülü kontrol koşulundaki gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. DİTEH ve TEH koşulları arasındaki bu fark, tehdit unsuru söz konusu olduğunda huşu uyarısının kendisinden çok algılandığı bağlamın (dini/manevi ya da dünyevî) bireylerin zaman algılarını ve genişlik hislerini etkilediği anlamına gelmektedir. Bununla beraber DİPOH ve POH koşulları arasında huşunun bileşenleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu durum güzellik teması ön plana çıktığında ise, huşu uyarısının algılandığı bağlamdan ziyade uyarının kendisinin huşu deneyimi üzerinde etkili olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Ayrıca başörtülü POH, DİPOH, DİTEH ve kontrol grubunun HDDÖ puanlarının başörtülü TEH grubundan; başörtülü POH, DİPOH ve DİTEH grubunun HDDÖ puanlarının ise başörtülü kontrol grubundan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu ve başörtüsüz POH ve TEH grubunun HDDÖ puanlarının, başörtüsüz kontrol grubundan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, başörtülü katılımcıların gruplarına göre HDDÖ'den genel olarak ve akomode etme ihtiyacı hariç olmak üzere diğer alt bileşenlerinden aldıkları puanlar

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu, başörtüsüz katılımcıların da gruplarına göre HDDÖ'den genel olarak ve ayrı ayrı diğer alt bileşenlerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulgulanmıştır.

Literatürde huşunun mahiyeti, çeşitleri ve uyarıcı yoğunluğu üzerine yapılan araştırmaların yanısıra huşunun çeşitli değişkenler açısından ele alındığı da görülmektedir. Bu değişkenlerden biri, ötekini yararına tutum ve davranışta bulunma olarak tanımlanan özgeciliktir. Önemli sayıda araştırma, huşunun özgeci davranışlar üzerindeki pozitif etkisine vurgu yaparken (Bai vd., 2017; Chirico ve Yaden, 2018; Fu vd., 2022; Jiang vd., 2018; Jiao ve Luo, 2022; Li vd. 2019; Lucht ve Van Schie, 2024; Perlin ve Li 2020; Prade ve Saroglou, 2016; Preston vd., 2010; Rudd vd., 2012; Stellar vd., 2018; Valdesolo ve Graham, 2014; Zhao vd., 2018), huşuyu yalnızca pozitif duygularla ilişkilendirmiş ve birkaç istisna dışında (Guan vd., 2019; Piff vd., 2015) negatif değerlikli varyantların özgecilik üzerinde ne gibi etkileri olabileceği üzerinde durmamıştır. Bununla beraber POH ve TEH'in özgecilik üzerindeki etkisini karşılaştırmaya dayalı araştırmalarda ise huşu uyarıcı olarak görüntü maruziyeti seçilmiştir. Bu araştırmanın *yedinci katkısı*, VR ortamında POH ve TEH'in özgecilik üzerindeki etkisini karşılaştırmalı olarak ele almasıdır.

Gruplararası ilişkiler bağlamında duyguların özgeci davranışlar üzerinde ne gibi etkileri olabileceğini ele alan sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Bununla beraber huşu ile özgecilik arasındaki ilişkiyi ele alan hiçbir araştırmada gruplararası ilişkilerin rolü dikkate alınmamıştır. İlk defa bu çalışmada, POH ve TEH'in özgeci davranışlar üzerindeki etkisi, gruplararası ilişkiler kuramlarına dayalı olarak ele alınmıştır. SKY'ye göre iç grupta özdeşim düzeyi yüksek bireyler, daha fazla iç grup yanlılığında bulunma eğilimi göstermektedir (Tajfel ve Turner, 1986; Van Leeuwen ve Zagefka, 2017). Öyle ki Simon vd. (2000) çalışmasında, iç grup üyelerine özgeci davranışta bulunma eğiliminin, iç grupta özdeşleşme düzeyi ile pozitif ilişkiliyken dış grup üyelerine özgeci davranışta bulunma eğiliminin iç grupta özdeşleşme düzeyi ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Özellikle kaynak paylaşımında -para, maddi araçlar vd.- iç grup/dış grup ayrımı önemli olmaktadır (Fu vd., 2012). Bu araştırma, gruplarıyla özdeşim düzeyi yüksek başörtülü ve başörtüsüz kadınlarla yürütülmüş ve katılımcıların iç grup/dış grup üyesi bireylere özgeci davranışta bulunma sıklıkları (maddi yardımda bulunmak isteme durumu) üzerinde yaşadıkları huşu deneyiminin

bir etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Bu doğrultuda on iki adet hipotez (Ha9, Ha10, Ha11, Ha12, Ha13, Ha14, Hb5, Hb6, Hb7, Hb8, Hab1 ve Hab2) oluşturulmuştur. Birincisi, Ha9 ve Hb5 no'lu hipotezler desteklenmiştir. Buna göre, katılımcıların grupları (POH, TEH, DİPOH, DİTEH, kontrol) ile özgeci davranış gösterme eğilimleri (yardımda bulunmak isteme durumu) ve yardım etmek istedikleri para miktarı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Öyle ki DİTEH grubunun %92.9'u, DİPOH grubunun %85.7'si, başörtülü POH grubunun %71,4'ü, başörtülü TEH ve başörtüsüz POH grubunun %64,3'ü yardımda bulunmak isterken başörtüsüz TEH/başörtülü kontrol grubunun %50'si ve başörtüsüz kontrol grubunun %35.7'si yardımda bulunmak istemiştir. İkincisi, Ha10, Ha11, Hb6 ve Hb7 desteklenmemiştir. Hem başörtülü hem de başörtüsüz kadın grubunda POH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ortalaması, TEH ve kontrol koşulundakilere kıyasla daha yüksek olsa da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Benzer şekilde, hem başörtülü hem de başörtüsüz kadın grubunda TEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ortalaması, kontrol koşulundakilere kıyasla daha yüksek olsa da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulguların, önceki araştırma sonuçlarıyla görünürde örtüşmediği söylenebilir. Nitekim sınırlı sayıda çalışma (Guan vd., 2019; Piff vd., 2015), hem POH hem de TEH koşulundaki katılımcıların, belirli bir duygu uyandırmayan nötr koşuldakilere kıyasla daha fazla para bağışlama isteğinde bulunduğunu ve POH koşulundaki katılımcıların, TEH koşulundakilere kıyasla, tanımadıkları yabancı kişiler için daha fazla gönüllü zaman ayırma isteğinde bulunduğunu ortaya koymuştur. Fakat araştırmamızda katılımcıların genel bir davranış eğilimi olarak özgeci tutumlarını değil, dış gruba karşı yapılacak olan özgeci davranışların ölçülmesi hedeflenmiştir. Buna ek olarak araştırmamızda özgecilik, bir para bağışlama senaryosunda ölçülmüştür. Huşunun, bireylerin zaman algısı üzerinde etkide bulunup bireylerin, zamanı daha geniş algılaması ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Yaden vd., 2018). O sebepten ötürü yüceliğin ve ahlaki öfkenin alana özgü etki modelinde (Van de Vyver ve Abrams, 2017) olduğu gibi huşunun özgeci davranışlar üzerindeki etkisinde muhtemel bir alana özgü etki modeli sıranabilir. Buna göre POH ve TEH uyaranlarının bireylerin dış gruba yönelik para bağışlama davranışı ile ölçülen özgeciliği değil gönüllü zaman ayırma davranışı ile ölçülen özgeciliği artırabileceği test edilebilir.

Üçüncüsü, Ha12 ve Ha13 kısmi olarak desteklenmiştir. DİTEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının, başörtülü TEH koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu ve DİPOH/DİTEH koşulundaki katılımcıların dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Bu bulgular, dindar bireylerde huşu uyarılarının dini/manevi bir bağlamda sunulduğu durumda, dış gruba yönelik özgeci davranışları yordadığı anlamına gelmektedir. Dördüncüsü, Ha14 desteklenmiştir. Buna göre, huşu koşullarındaki katılımcıların (POH, TEH, DİPOH, DİTEH), hem nötr oldukları grup üyelerine hem de dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ortalamasının, kontrol koşulundakilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Beşincisi, Hb8 desteklenmiştir. Buna göre, kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ortalamasının, hem nötr oldukları grup üyelerine hem de dış grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu ve kontrol koşulundaki katılımcıların iç grup üyelerine yaptıkları para yardımı miktarlarının huşu koşulundaki katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Bu bulgular, huşunun yalnızca özgeci davranışlar değil, dış gruba yönelik özgeci davranışlar üzerinde de etkili olduğunu göstermektedir. Kısaca, başörtülü kadın grubunda DİPOH ve DİTEH koşullarında TEH ve kontrol koşullarına kıyasla dış gruba yönelik özgeci davranışların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülürken, başörtüsüz kadın grubunda huşu koşulları ile kontrol koşulu arasında dış gruba yönelik özgeci davranışlar üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Fakat başörtüsüz kadın grubunda kontrol koşulundaki katılımcıların, iç grup üyelerine yönelik özgeci davranışlarının huşu koşulundaki katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Sonuncusu, Hab1 ve Hab2 desteklenmiştir. Buna göre, başörtülü kadın grubunda 1. kişiye (iç grup) yapılan para yardımı miktarlarının ortalamasının, başörtüsüz kadın grubuna kıyasla daha fazla olduğu ve başörtüsüz kadın grubunda 3. kişiye (iç grup) yapılan para yardımı miktarlarının ortalamasının da, başörtülü kadın grubuna kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, SKY'yi temel alan araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Buna göre iç grupla özdeşleşmenin, iç grup üyelerine karşı artan özgeci davranışlarla ilişkili olduğu söylenebilir. Bu araştırmanın *sekizinci katkısı*, anlık tetiklenen huşu

duygusunun, yalnızca genel özgeci davranışlar üzerinde değil, aynı zamanda dış grup üyelerine yönelik özgeci davranışlar üzerinde de etkisi olduğunu göstermesidir.

6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler

Her araştırmanın/tezin olduğu gibi bu araştırmanın da birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, bu çalışmada Türkçe diline uyarlaması yapılan HDDÖ'nün, AFA ve DFA analizlerinin sınırlı bir kadın örneklem grubuyla (112 katılımcı) ve aynı veri setiyle yapılmış olmasıdır. Sonraki çalışmalarda, yalnızca VR tekniği ile değil literatürde kullanılan diğer huşu uyarıcı tekniklerle de ve temsil edici daha büyük bir örneklem grubuyla HDDÖ test edilebilir ve huşu yaratıcı deneyimlerin çeşitli boyutsal özellikleri ile ilgili bir karşılaştırmaya gidilebilir. Bu çalışmanın ikinci sınırlılığı, örneklem grubunun demografik özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Bu çalışma, görece sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan kadın katılımcılarla yürütülmüştür. O sebepten ötürü normal popülasyonu temsil yeteneği kısıtlıdır. Sonraki çalışmalar, dış geçerliliği daha iyi sağlayacak temsil edici bir örneklem grubuyla çalışabilir.

Bu çalışmanın üçüncü sınırlılığı, seçilen huşu uyaranlarının yoğunluk düzeyleri ile ilişkilidir. POH ve TEH uyaranlarının gücü bakımından bir dengelemeye gidilememiştir. Öyle ki literatürde huşu uyaranlarının, yoğunlukları bakımından bir derecelendirme skalası bulunmamaktadır. O sebepten ötürü bu çalışmada POH/TEH deneyimleri karşılaştırılırken, uyaranların huşu uyandırıcı gücü kontrol edilememiştir. Sonraki çalışmalar, çeşitli huşu uyandırıcı içeriklerin, bir skala üzerinde negatiften pozitif doğru uzanan etki gücünü araştırabilir.

Bu çalışmanın dördüncü sınırlılığı, literatürde huşu üzerine yapılan çalışmaların, genel bir kanı uyandıracak düzeyde -aynı anlama gelmek üzere teorik arka planın da-olgunlaşmamış olması ile ilgilidir. O sebepten ötürü bu çalışmadan ve diğer çalışmalardan elde edilen bulguların tekrarlanabilirliği test edilmelidir. Belirli duyguların/bileşenlerinin spesifik bir kültürel bağlamda ortaya çıkabileceği bilinmektedir. O sebepten ötürü gelecek çalışmalar, kültürler-arası bir perspektifle huşunun sosyo-kültürel yönünü ve ilişkili temaları ortaya çıkarabilecek çabalar gösterebilir.

Ayrıca gelecekteki huşu araştırmalarında, uyaranların çeşitli bileşenleri bakımından yapısal bir ayrıştırmaya gidilebilir. Bu minvalde, huşu araştırmalarında sıkça karşılaşılan kuşbakışı etkisinin yanı sıra serbest dūřuř etkisi gibi bir etkinin mevcut olup olmadığı, estetik olarak algılanan konum ve boyut gibi uzamsal yapıların huşu yaratıcı bir deneyim olması bakımından varlığı araştırılabilir. Buna ek olarak diğer sosyo-demografik değişkenlerin -cinsiyet, yař, dindarlık ve tūrleri- huşunun yoğunluğu ve diğer değişkenler üzerindeki -özgecilik gibi- etkisinde düzenleyici bir rolü olup olmadığı sorgulanabilir. Öyle ki TEH deneyimlerinin, karizmatik liderler üretme kapasitesi olan, bu liderlere güçlü bir bağlılık gösteren toplumlarda ve cezalandırıcı, kudret merkezli bir Tanrı tasavvuruna sahip olan dindar bireylerde daha sık görülebileceği düşünölmektedir (Gordon vd., 2017; Shariff ve Norenzayan, 2011).

Sonraki araştırmalarda, huşunun negatif değerlikli TEH dışındaki potansiyel diğer varyantları teorik olarak ele alınabilir. Araştırmalar, POH ve TEH'in yaşam tatmini üzerindeki etkisine ilişkin çelişkili bulgular sunmaktadır. Sonraki araştırmalar, bu ilişkinin aydınlatılması üzerine çalışabilir. Bununla beraber, grup içinde paylaşılan bir anlam sisteminin, grup üyelerine ortak bir bakış açısı kazandırmaya ve grup bağlılığını artırmaya yardımcı olduğu bilinmektedir. Çok sayıda araştırma, grup bağlılığının teşvik edilmesinin, grupça verilen bir görevde daha iyi performans çıktılarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir (Lucht ve Van Schie, 2024; Zaccaro ve McCoy, 1988). Ihm vd. (2019), huşu uyandırıcı deneyimlerin, grupça (bir dinin/dini grubun/öręütün mensupları gibi) paylaşılan bir anlam sistemi yaratabilme kabiliyetine sahip olduğunu belirtmektedir. Gelecekte yapılacak olan araştırmalar, huşunun grup içi düzeydeki etkilerinin -örneğin performans görevi gibi- aydınlatılması için çalışabilir. Bazı araştırmalar, TEH'in küçölmüş benlik aracılığıyla bağımlı dünya görüşlerini artırdığı, böylece grup üyeleri arasındaki bağları güçlendirdiği sonucuna ulaşırken (Nomura vd., 2021; Wang vd., 2023) diğerleri TEH'in, POH'a kıyasla artan güçsüzlük hissi aracılığıyla bağımlı dünya görüşlerini teşvik ettiğini bulgulamıştır (Takano ve Nomura, 2023). Sonraki araştırmalar, TEH ve POH deneyimlerinin, grup üyeleri arasındaki bağları güçlendirmedeki rolünü karşılaştırmalı olarak ele alabilir ve huşunun bileşenleri üzerine yoğunlaşarak literatürdeki çelişkili bulguları bir araya getirebilecek daha kapsamlı modelleri test edebilir. Sawada ve Nomura (2020) tarafından bir sosyal norm ihlaline karşı bireylerin gösterdikleri tolerans düzeyinin incelendiği araştırmada, POH koşulundaki katılımcıların, farklı tutuma sahip/düşünen

ötekine karşı toleranslarının arttığı; TEH koşulundaki katılımcıların son test ölçümlerinde ise ön test ölçümlerine kıyasla tolerans düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür. Sonraki araştırmalar, POH ve TEH deneyimlerinin farklı düşünen ötekine karşı gösterilen tolerans düzeyi üzerindeki etkisinde grup üyeleri arasındaki bağlılığın rolünü araştırabilir.

Dini inançların yüksek düzeyde öne çıktığı bağlamlarda huşu, dini/manevi bir duygu olarak algılanabilir. Huşunun özgeci davranışlar üzerindeki etkisi, dini bir bağlamda dinin özgeci davranışları teşvik edici yönü tarafından kolaylaştırılabilir. Sonraki araştırmalar, dinin hayırseverliği teşvik edici öğütlerinin denekler-arası bir desende manipüle edildiği durumda, huşunun varyantlarının özgeci davranışlar üzerindeki etkisini sınavabilir.

Buna ek olarak gelecek araştırmalar, farklı türde huşu deneyimlerine yol açabilecek huşu ile ilişkili diğer temaları keşfedebilir ve bu temaların, huşunun varyantlarının hangi alt bileşenleriyle ilişkili olduğunu test edebilir. Böylece huşu ile diğer ilişkili duygular ve zihinsel durumlar -doruk deneyimleri, mistik deneyimler, akış, bilinçli farkındalık gibi- arasında bazı benzerlik ve farklılıklara dair daha önce bilinmeyen nüanslar keşfedilebilir.

Bu araştırmada, dini bir bağlamda (ödül/ceza) algılanan huşu koşullarındaki (DİPOH/DİTEH) katılımcıların, spesifik bir duygu uyandırmayan nötr ve yalnızca tehdit edici huşu (TEH) koşulundaki katılımcılara kıyasla dış grup üyelerine yönelik istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla özgeci davranışta (para bağışlama isteği) bulunduğu görülmüştür. Bu bulgular, huşunun yalnızca iç grup üyelerine yönelik özgeci davranışları değil aynı zamanda dış grup üyelerine yönelik özgeci davranışları da teşvik ettiği anlamına gelmektedir. Sonraki araştırmalar, maddi kaynakların iç grup- dış grup engellerini hafifletecek ve daha adil bir paylaşımı mümkün kılacak şekilde paylaştırılmasında genel olarak duyguların, özel olarak huşunun rolünü çeşitli modellerle -potansiyel bir tampon modeli gibi- test etmelidir.

REFERANSLAR

- Aberson, C. L. ve Howanski, L. M. (2002). Effects of self-esteem, status, and identification on two forms of ingroup bias. *Current Research in Social Psychology*, 7(13), 225-242.
- Algoe, S. B. ve Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: the 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), 105-127. doi:10.1080/17439760802650519
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2010). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: SPSS uygulamalı. Sakarya yayıncılık.
- Anderson, C. L., Monroy, M. ve Keltner, D. (2018). Awe in nature heals: Evidence from military veterans, at-risk youth, and college students. *Emotion*, 18(8), 1195–1202. <https://doi.org/10.1037/emo0000442>
- Appleton, J. (1996). *The experience of landscape*. Chichester, England: Wiley.
- Aristoteles. (2020). *Nikomakhos'a etik*. (F. Akderin, Çev.) İstanbul: Say.
- Aristoteles. (2023). *Retorik*. (F. Akderin, Çev.) İstanbul: Say.
- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality (Vols. 1 & 2)*. New York: Columbia University Press.
- Bai, Y., Maruskin, L. A., Chen, S., Gordon, A. M., Stellar, J. E., McNeil, G. D., ... Keltner, D. (2017). Awe, the diminished self and collective engagement: universals and cultural variations in the small self. *J. Pers. Soc. Psychol.* 113, 185–209. doi: 10.1037/pspa0000087
- Bai, Y., Ocampo, J., Jin, G., Chen, S., Benet-Martinez, V., Monroy, M., ... Keltner, D. (2021). Awe, daily stress, and elevated life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 120(4), 837–860. <https://doi.org/10.1037/pspa0000267>
- Baños, R. M., Botella, C., Rubió, I., Quero, S., García-Palacios, A. ve Alcañiz, M. (2008). Presence and emotions in virtual environments: The influence of stereoscopy. *CyberPsychology & Behavior*, 11(1), 1-8.
- Batson, C. D., Duncan, B., Ackerman, P., Buckley, T. ve Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 290–302
- Batson, C. D. (1994). Why act for the public good? Four answers. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 603–610.

- Batson, C. D., Polycarpou, M. P., Harmon-Jones, E., Imhoff, H. J., Mitchener, E. C., Bednar, L. L., ... Highberger, L. (1997). Empathy and attitudes: Can feeling for a member of a stigmatized group improve feelings toward the group? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 105.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., DeWall, C. N. ve Zhang, L. (2007). How emotion shapes behavior: Feedback, anticipation, and reflection, rather than direct causation. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 167–203.
- Baumeister, R. F. (2010). The self. R. F. Baumeister ve E. J. Finkel (Der.), *Advanced social psychology: The state of the science içinde* (pp. 139–175). New York, NY: Oxford University Press.
- Beedie, C. J., Terry, P. C., Lane, A. M. ve Devonport, T. J. (2011). Differential assessment of emotions and moods: Development and validation of the Emotion and Mood Components of Anxiety Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 228-233.
- Bilmen, Ö. N. (1964). *Kur'anı Kerim'in Türkçe Meâli âlisi ve Tefsiri* (Vol. 3). Bilmen Yayınevi.
- Bortolotti, L. ve Mameli, M. (2006). Deception in psychology: Moral costs and benefits of unsought self-knowledge. *Accountability in research*, 13(3), 259-275.
- Boucsein, W. (2012). *Electrodermal activity*. Springer Science & Business Media.
- Bruner, J. S. ve Tagiuri, R. (1954). The perception of people. G. Lindzey (Der.), *Handbook of social psychology içinde* (Vol. 2, pp. 634–655). Cambridge, MA: Addison-Wesley Publishing.
- Burke, E. (1990). *A philosophical inquiry into the origin of our ideas of the sublime and beautiful*. Oxford, UK: Oxford University Press. (Original work published 1757)
- Buss, D. M. ve Kenrick, D. T. (1998). Evolutionary social psychology. D. T. Gilbert, S. T. Fiske ve G. Lindzey (Der.), *The handbook of social psychology içinde* (4th ed., Vol. 2, pp. 982–1026). New York: McGraw-Hill.
- Cannon, W. B. (1931). Again the James-Lange and the thalamic theories of emotion. *Psychological Review*, 38(4), 281–295. <https://doi.org/10.1037/h0072957>
- Carroll, J. (2008). Time pressures, stress common for Americans. Retrieved from <http://www.gallup.com/poll/103456/Time-Pressures-Stress-CommonAmericans.aspx>
- Carrus, G., Panno, A. ve Leone, L. (2018). The moderating role of interest in politics on the relations between conservative political orientation and denial of climate change. *Soc. Nat. Res.* 13, 1103–1117. doi: 10.1080/08941920.2018. 1463422

- Castelfranchi, C. ve Miceli, M. (2009). The cognitive- motivational compound of emotional experience. *Emotion Review*, 1, 223–231.
- Chan, Y. H. (2003). Biostatistics 101: data presentation. *Singapore Medical Journal*, 44(6), 280-285.
- Chirico, A., Cipresso, P., Yaden, D. B., Biassoni, F., Riva, G. ve Gaggioli, A. (2017). Effectiveness of immersive videos in inducing awe: an experimental study. *Scientific reports*, 7(1), 1218.
- Chirico, A., Ferrise, F., Cordella, L. ve Gaggioli, A. (2018a). Designing awe in virtual reality: An experimental study. *Frontiers in psychology*, 8, 2351.
- Chirico, A., Glaveanu, V. P., Cipresso, P., Riva, G. ve Gaggioli, A. (2018b). Awe enhances creative thinking: An experimental study. *Creativity Research Journal*, 30(2), 123-131.
- Chirico, A., Yaden, D. B., Riva, G. ve Gaggioli, A. (2016). The potential of virtual reality for the investigation of awe. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01766>
- Chirico, A. ve Yaden, D. B. (2018). Awe: a self-transcendent and sometimes transformative emotion. *The function of emotions: When and why emotions help us*, 221-233.
- Christensen, L. (1988). Deception in psychological research: When is its use justified? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14(4), 664-675.
- Collado, S. ve Manrique, H. M. (2020). Exposure to awe-evoking natural and built scenes has positive effects on cognitive performance and affect. *Environment and Behavior*, 52(10), 1105-1132.
- Colver, M. C. ve El-Alayli, A. (2016). Getting aesthetic chills from music: the connection between openness to experience and frisson. *Psychol. Music* 44, 413–427. doi: 10.1177/0305735615572358
- Cotton, J. L. (1981). A review of research on Schachter's theory of emotion and the misattribution of arousal. *European Journal of Social Psychology*, 11(4), 365-397.
- Cox, K. S. (2010). Elevation predicts domain-specific volunteerism 3 months later. *The Journal of Positive Psychology*, 5, 333–341. doi:10.1080/17439760.2010.507468.
- Crisp, R. J. ve Turner, R. N. (2012). The imagined contact hypothesis. *Advances in experimental social psychology*, 46, 125-182.
- Csikszentmihályi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, NY: Harper Collins.

- Çoker, O. (2022). İç-grup ve dış-gruplara yönelik özgeciliğin evrenselcilik ve iyilikseverlik değer boyutlarına göre farklılaşma dereceleri. (Doktora tezi). Yöksis.
- Darley, J. M. ve Latané, B. (1968). Bystander intervention in emergencies: Diffusion of responsibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8, 377–383.
- Darwin, C. (1965). *The expression of the emotions in man and animals*. Chicago: The University of Chicago Press. (Originally published, 1872).
- Dasgupta, N., DeSteno, D., Williams, L. A. ve Hunsinger, M. (2009). Fanning the flames of prejudice: The influence of specific incidental emotions on implicit prejudice. *Emotion*, 9, 585–591. doi:10.1037/a0015961.
- Davidson, R. J., Ekman, P., Saron, C., Senulius, J. ve Friesen, W. V. (1990). Approach-withdrawal and cerebral asymmetry: Emotional expression and brain physiology I. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 330–341.
- DiDonato, T. E., Ullrich, J. ve Krueger, J. I. (2011). Social perception as induction and inference: An integrative model of intergroup differentiation, ingroup favoritism, and differential accuracy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 66–83.
- Diemer, J., Alpers, G. W., Peperkorn, H. M., Shiban, Y. ve Mühlberger, A. (2015). The impact of perception and presence on emotional reactions: a review of research in virtual reality. *Frontiers in psychology*, 6, 111605.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302.
- Dimberg, U., Thunberg, M. ve Elmehed, K. (2000). Unconscious facial reactions to emotional facial expressions. *Psychological science*, 11(1), 86-89.
- Diyanet İşleri Başkanlığı (2015). *Kur'an yolu meali*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Dolma, S. (2022), “Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş Eğitim Notları”, 28-29 Mayıs PAUSEM Eğitimleri, Pamukkale Üniversitesi, Denizli, Türkiye.
- Dong, R. ve Ni, S. G. (2020). Openness to experience, extraversion, and subjective well-being among Chinese college students: The mediating role of dispositional awe. *Psychological Reports*, 123(3), 903-928.
- Dougherty, L. M., Abe, J. A. ve Izard, C. E. (1996). Differential emotions theory and emotional development in adulthood and later life. *Handbook of emotion, adult development, and aging içinde* (pp. 27-41). Academic Press.
- Durkheim, E. (1972). *Emile Durkheim: selected writings*. Cambridge University Press.

- Eibl-Eibesfeld, I. (1973). The expressive behavior of the deaf-and-blind born. M. V. Cranach ve I. Vine (Der.), *Social communication and movement içinde* (pp. 163–194). London: Academic.
- Ekman, P., Friesen, W. V. ve Ellsworth, P. (1972). *Emotion in the human face: Guidelines for research and an integration of findings*. New York: Pergamon Press.
- Ekman, P. ve Friesen, W. V. (1982). Felt, false, and miserable smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 6, 238–252.
- Ekman, P., Friesen, W. V. ve O’Sullivan, M. (1988). Smiles when lying. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 414–420.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169–200.
- Elfenbein, H. A., Beaupré, M. G., Levesque, M. ve Hess, U. (2007). Toward a dialect theory: Cultural differences in the expression and recognition of posed facial expressions. *Emotion*, 7, 131–146. doi:10.1037/1528-3542.7.1.131.
- Ellsworth, P. C. (2013). Appraisal theory: Old and new questions. *Emotion Review*, 5, 119–124.
- English, T. ve Carstensen, L. (2016). Socioemotional selectivity theory. N. Pachana (Der.), *Encyclopedia of geropsychology içinde*. Singapore: Springer.
- Esel, E. (2009). Dinî ve mistik deneyimlerin muhtemel bilişsel ve nörobiyolojik düzenekleri. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 19(2), 193.
- Fârîs, İ. (1979). Ahmed bin Faris bin Zekeriya El-Kazvini. *Mu’cemu Mekayisi’l Lugat. Dâru’l Fikr*, Beyrut.
- Fehr, B. ve Russell, J. A. (1984). Concept of emotion viewed from a prototype perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 113, 464–486.
- Felnhöfer, A., Kothgassner, O. D., Schmidt, M., Heinzle, A. K., Beutl, L., Hlavacs, H. ve Kryspin-Exner, I. (2015). Is virtual reality emotionally arousing? Investigating five emotion inducing virtual park scenarios. *International Journal of Human-Computer Studies*, 82, 48-56.
- Fishbein, M. ve Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fiske, S. T., Cuddy, A. J., Glick, P. ve Xu, J. (2002). A model of (often mixed) stereotype content: competence and warmth respectively follow from perceived status and competition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 878.
- Fowler, C. ve Gasiorek, J. (2020). Implications of metastereotypes for attitudes toward intergenerational contact. *Group Processes & Intergroup Relations*, 23(1), 48-70.

- Fox, N. A. ve Davidson, R. J. (1988). Patterns of brain electric activity during facial signs of emotion in 10- month-old infants. *Developmental Psychology*, 24, 230–236.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotion in psychology: The broaden-and- build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218–226.
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions: Bio- logical Sciences*, 359, 1367–1377. doi:10.2307/4142140.
- Freeman, D., Aquino, K. ve McFerran, B. (2009). Overcoming beneficiary race as an impedi- ment to charitable donations: Social dominance orientation, the experience of moral elevation, and donation behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 72–84. doi:10.1177/0146167208325415.
- Frenken, R. (2000). Childhood and fantasies of medieval mystics. *The Journal of psychohistory*, 28(2), 150.
- Friedrich, J. ve McGuire, A. (2010). Individual differences in reasoning style as a moderator of the identifiable victim effect. *Social Influence*, 5, 182–201.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Fridja, N. H. (1994). Varieties of affect: Emotions and episodes, moods, and sentiments. P. Ekman ve R. J. Davidson (Der.), *The nature of emotion: Fundamental questions içinde* (pp. 59-67). New York: Oxford University Press.
- Fu, F., Tarnita, C. E., Christakis, N. A., Wang, L., Rand, D. G. ve Nowak, M. A. (2012). Evolution of in-group favoritism. *Scientific reports*, 2(1), 460.
- Fu, Y. N., Feng, R., Liu, Q., He, Y., Turel, O., Zhang, S. ve He, Q. (2022). Awe and prosocial behavior: The mediating role of presence of meaning in life and the moderating role of perceived social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6466.
- Gaggioli, A. (2016). Transformative experience design. A. Gaggioli, A. Ferscha, G. Riva, S. Dunne, ve I. Viaud-Delmon (Der.), *Human computer confluence: Transforming human expe- rience through symbiotic Technologies içinde* (pp. 96–121). Berlin: De Gruyter Open.
- Gallagher, S., Janz, B., Reinerman, L., Bockelman, P. ve Trempler, J. (2015). A neurophenomenology of awe and wonder: Towards a non- reductionist cognitive science. Basingstoke: Palgrave Macmillan. doi: 10.1057/ 9781137496058
- Gelfand, M. J., Raver, J. L., Nishii, L., Leslie, L. M., Lun, J., Lim, B. C., ... Yamaguchi, S. (2011). Differences between tight and loose cultures: a 33-nation study. *Science* 332, 1100–1104.

- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- Goodall, J. (2005). Do chimpanzees have souls? *Spiritual information: 100 perspectives on science and religion*, 275-78.
- Gordon, A. M., Stellar, J. E., Anderson, C. L., McNeil, G. D., Loew, D. ve Keltner, D. (2017). The dark side of the sublime: Distinguishing a threat-based variant of awe. *Journal of personality and social psychology*, 113(2), 310.
- Gravetter, F. J. ve Forzano, L. B. (2018). *Research methods for the behavioral sciences (6th ed.)*. Cengage.
- Graziosi, M. ve Yaden, D. (2021). Interpersonal awe: Exploring the social domain of awe elicitors. *The Journal of Positive Psychology*, 16(2), 263-271.
- Greenaway, K. H., Wright, R. G., Willingham, J., Reynolds, K. J. ve Haslam, S. A. (2015). Shared identity is key to effective communication. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41, 171–182.
- Greenberg, J., Solomon, S. ve Pyszczynski, T. (1997). Terror management theory of self-esteem and cultural worldviews: Empirical assessments and conceptual refinements. *Advances in Experimental Social Psychology*, 29, 61–139.
- Greenberg, J. S. (2020). *Comprehensive stress management. (15th ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill
- Griskevicius, V., Shiota, M. N. ve Neufeld, S. L. (2010). Influence of different positive emotions on persuasion processing: A functional evolutionary approach. *Emotion*, 10, 190–206.
- Guan, F., Chen, J., Chen, O., Liu, L. ve Zha, Y. (2019a). Awe and prosocial tendency. *Current Psychology*, 38, 1033-1041.
- Guan, F., Zhao, S., Chen, S., Lu, S., Chen, J. ve Xiang, Y. (2019b). The neural correlate difference between positive and negative awe. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, 206.
- Güngören, Ö. C. (2001). *Bhagavad-Gita tanrının şarkısı*. Yol Yayınları, İstanbul.
- Haidt, J. (2003). The moral emotions. R. J. Davidson, K. R. Scherer ve H. H. Goldsmith (Der.), *Handbook of affective sciences içinde* (pp. 852–870). Oxford: Oxford University Press.
- Hartig, T., Mitchell, R., De Vries, S. ve Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207-228. doi:10.1146/annurev-publ-health-032013-182443

- Havas, D. A., Glenberg, A. M., Gutowski, K. A., Lucarelli, M. J. ve Davidson, R. J. (2010). Cosmetic use of botulinum toxin-A affects processing of emotional language. *Psychological Science*, 21(7), 895-900.
- Heschel, A. J. (1976). *God in search of man: A philosophy of Judaism*. Farrar, Straus and Giroux.
- Hess, U., Kappas, A., McHugo, G. J., Lanzetta, J. T. ve Kleck, R. E. (1992). The facilitative effect of facial expression on the self-generation of emotion. *International Journal of Psychophysiology*, 12, 251–265.
- Hewstone, M. (1990). The “ultimate attribution error”? A review of the literature on intergroup attributions. *European Journal of Social Psychology*, 20, 311–335.
- Hicks, J. A., Trent, J., Davis, W. E. ve King, L. A. (2012). Positive affect, meaning in life, and future time perspective: an application of socioemotional selectivity theory. *Psychology and aging*, 27(1), 181.
- Hobbes, T. (2010). *Leviathan*, Yapı Kredi Yayınları. Çeviren: Semih Lim.
- Hogg, A. M. ve Vaughan, M. G. (2018). *Social psychology* (8th ed.). Pearson Education Limited.
- Horberg, E. J., Oveis, C. ve Keltner, D. (2011). Emotions as moral amplifiers: An appraisal tendency approach to the influences of distinct emotions upon moral judgment. *Emotion Review*, 3, 237–244. doi:10.1177/1754073911402384.
- Hornstein, H. A. (1970). The influence of social models on helping. J. Macaulay ve L. Berkowitz (Der.), *Altruism and helping behavior içinde* (pp. 29–42). New York: Academic Press.
- Hortaçsu, N. (2000). Intergroup relations in a changing political context: The case of veiled and unveiled university students in Turkey. *European Journal of Social Psychology*, 30(5), 733-744.
- Hudson, B. J. (2000). The experience of waterfalls. *Australian Geographical Studies*, 38(1), 71-84.
- Hu, J., Yang, Y., Jing, F. ve Nguyen, B. (2018). Awe, spirituality and conspicuous consumer behavior. *International Journal of Consumer Studies*, 42(6), 829-839.
- Ihm, E. D., Paloutzian, R. F., Van Elk, M. ve Schooler, J. W. (2019). Awe as a meaning-making emotion. *The Evolution of Religion, Religiosity and Theology*, 138–153. <https://doi.org/10.4324/9780429285608-9>
- Isbister, K. (2016). *How games move us: Emotion by design*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Iyer, A. ve Leach, C. W. (2010). Helping disadvantaged out-groups challenge unjust inequality: The role of group-based emotions. S. Sturmer ve M. Snyder (Der.),

The psychology of pro-social behavior: Group processes, intergroup relations, and helping içinde (pp. 337–354). Chichester: Wiley.

Iyer, A., Schmader, T. ve Lickel, B. (2007). Why individuals protest the perceived transgressions of their country the role of anger, shame, and guilt. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 572–587. doi:10.1177/0146167206297402.

Izard, C. E. (1971). *The face of emotion*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Izard, C. E. (1977). Differential emotions theory. *Human Emotions*, 43-66.

Izard, C. E., Fantauzzo, C. A., Castle, J. M., Haynes, M., Rayias, M. F. ve Putnam, P. H. (1995). The ontogeny and significance of infants' facial expressions in the first 9 months of life. *Developmental Psychology*, 31, 997–1013.

Izard, C. E. ve Haynes, O. M. (1988). On the form and universality of the contempt expression: A challenge to Ekman and Friesen's claim of discovery. *Motivation and Emotion*, 12, 1- 16.

Izard, C. E. ve Malatesta, C. Z. (1987). Perspectives on emotional development. I: Differential emotions theory of early emotional development. J. D. Osofsy (Der.), *Handbook of infant development içinde* (2nd ed., pp. 494-554). New York: Wiley-Interscience.

James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9(34), 188–205.

James, W. (1890). *The principles of psychology*, New York: Holt.

James, W. (1902). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Jiang, L., Yin, J., Mei, D., Zhu, H. ve Zhou, X. (2018). Awe weakens the desire for money. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 12, e4.

Jiao, L. ve Luo, L. (2022). Dispositional awe positively predicts prosocial tendencies: The multiple mediation effects of connectedness and empathy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16605.

Ji, Q., Janicke-Bowles, S. H., De Leeuw, R. N. ve Oliver, M. B. (2021). The melody to inspiration: The effects of awe-eliciting music on approach motivation and positive well-being. *Media Psychology*, 24(3), 305-331.

Joye, Y. ve Dewitte, S. (2016). Up speeds you down. Awe-evoking monumental buildings trigger behavioral and perceived freezing. *Journal of Environmental Psychology*, 47, 112-125.

Kahneman, D., Knetsch, J. L. ve Thaler, R. H. (1986). Fairness and the assumptions of economics. *Journal of Business*, 59, S285–S300.

- Kahneman, D. (2003). A perspective on judgment and choice: Mapping bounded rationality. *American Psychologist*, 58, 697–720.
- Kant, I. (2010). *Güzellik ve yücelik duyguları üzerine gözlemler*. (A. Fethi, Çev.). Hil Yayınları.
- Kaplan, R. ve Kaplan, S. (Der.). (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Kaplan, R. L., Levine, L. J., Lench, H. C. ve Safer, M. A. (2016). Forgetting feelings: Opposite biases in reports of the intensity of past emotion and mood. *Emotion*, 16, 309–319.
- Karaçanta, H. (2002). *Üniversite öğrencilerinin sosyal baskınlık yönelimi ve başka bazı değişkenler açısından karşılaştırılması*. (Doktora tezi). Yöksis.
- Karagöz, Y. (2017). *SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keltner, D., Ellsworth, P. C. ve Edwards, K. (1993). Beyond simple pessimism: Effects of sadness and anger on social perception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 740–752.
- Keltner, D. ve Gross, J. J. (1999). Functional accounts of emotions. *Cognition and Emotion*, 13, 467–480.
- Keltner, D., Gruenfeld, D. H. ve Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological Review*, 110, 265–284.
- Keltner, D. ve Haidt, J. (2003). Approaching awe, a moral, spiritual, and aesthetic emotion. *Cognition and Emotion*, 17, 297–314.
- Kirchler, E., Palmonari, A. ve Pombeni, M. L. (1994). Social categorization processes as dependent on status differences between groups: A step into adolescents' peer-groups. *European Journal of Social Psychology*, 24(5), 541-563.
- Koenigs, M., Kruepke, M. ve Newman, J. P. (2010). Economic decision-making in psychopathy: A comparison with ventromedial prefrontal lesion patients. *Neuropsychologia*, 48, 2198–2204. doi:10.1016/j.neuropsychologia.2010.04.012.
- Kogut, T. ve Ritov, I. (2005). The “identified victim” effect: An identified group, or just a single individual? *Journal of Behavioral Decision Making*, 18, 157–167.
- Kogut, T. ve Ritov, I. (2017). Helping an outgroup member or the outgroup: the identifiability effect in an intergroup context. *Intergroup Helping*, 87-102.
- Koh, A. H., Tong, E. M. ve Yuen, A. Y. (2019). The buffering effect of awe on negative affect towards lost possessions. *The Journal of Positive Psychology*, 14(2), 156-165.

- Kramer, R. M. ve Brewer, M. B. (1984). Effects of group identity on resource utilization in a simulated commons dilemma. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 1044–1057.
- Krause, N. ve Hayward, R. D. (2015). Assessing whether practical wisdom and awe of God are associated with life satisfaction. *Psychology of Religion and Spirituality*, 7(1), 51.
- Kteily, N. S., Ho, A. K. ve Sidanius, J. (2012). Hierarchy in the mind: the predictive power of social dominance orientation across social contexts and domains. *J. Exp. Soc. Psychol.* 48, 543–549. doi: 10.1016/j.jesp.2011.11.007
- Lafrance, M. ve Hecht, M. A. (1999). Option or obligation to smile: The effects of power and gender on facial expression. P. Philippot, R. S. Feldman ve E. J. Coats (Der.), *The social context of nonverbal behavior içinde* (pp. 45– 70). New York: Cambridge University Press.
- Lang, P. J. (1994). The varieties of emotional experience: a meditation on James-Lange theory. *Psychological review*, 101(2), 211.
- LaPiere, L. T. (1934). Attitudes versus action. *Social Forces*, 13, 230–237.
- Larsen, J. T., Norris, C. J. ve Cacioppo, J. T. (2003). Effects of positive and negative affect on electromyographic activity over zygomaticus major and corrugator supercilii. *Psychophysiology*, 40(5), 776-785.
- Latané, B. ve Darley, J. M. (1970). *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?* New York: Appleton-Century-Crofts.
- Lau, H. P. B., White, M. P. ve Schnall, S. (2013). Quantifying the value of emotions using a willingness to pay approach. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1543–1561.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46(4), 352.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer Publishing Co.
- Lench, H. C., Baldwin, C. L., An, D. ve Garrison, K. E. (2018). The emotional toolkit: Lessons from the science of emotion. H. C. Lench (Der.). *The function of emotions: When and why emotions help us içinde*. 253-261. Springer.

- Lench, H. C. ve Carpenter, Z. K. (2018). What do emotions do for us? H. C. Lench (Der.). *The function of emotions: When and why emotions help us içinde*. 1-7. Springer.
- Lerner, J. S. ve Keltner, D. (2000). Beyond valence: Toward a model of emotion-specific influences on judgement and choice. *Cognition & Emotion*, 14, 473–493. doi:10.1080/026999300402763.
- Lesner, T. H. ve Rasmussen, O. D. (2014). The identifiable victim effect in charitable giving: Evidence from a natural field experiment. *Applied Economics*, 46, 4409–4430.
- Levine, L. J. ve Safer, M. A. (2002). Sources of bias in memory for emotions. *Current directions in psychological science*, 11(5), 169-173.
- Li, H. (2006). Self-transcendence meaning of life's moderating effect towards stress and well-being. *Acta Psychol. Sin.* 3, 422–427.
- Li, J. J., Dou, K., Wang, Y. J. ve Nie, Y. G. (2019). Why awe promotes prosocial behaviors? The mediating effects of future time perspective and self-transcendence meaning of life. *Frontiers in psychology*, 10, 1140.
- Lotz, S., Okimoto, T. G., Schlösser, T. ve Fetchenhauer, D. (2011). Punitive versus compensatory reactions to injustice: Emotional antecedents to third-party interventions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47, 477–480. doi:10.1016/j.jesp.2010.10.004.
- Lucht, A. ve Van Schie, H. T. (2024). The evolutionary function of awe: A review and integrated model of seven theoretical perspectives. *Emotion Review*, 16(1), 46-63.
- Machiavelli, N. (2004). Prens. Can Yayınları.
- MacKinnon, G. E. (2019). Apollo 11, The overview effect and the psychology of awe and self-transcendence: Considerations for the human dimension in healthcare. *Journal of Health and Human Experience*, 5(2), 31-51.
- Marsella, S., Gratch, J. ve Petta, P. (2010). Computational models of emotion. K. R. Scherer, T. Bänziger ve E. Roesch (Der.), *A blueprint for affective computing: A sourcebook içinde* (pp. 21–46). Oxford: Oxford University Press.
- Maslow, A. H. ve Pi, K. D. (1964). *Religions, values, and peak-experiences*. Columbus, OH: Ohio State University Press. Columbus, Ohio.
- Meissner, W. W. (2005). On putting a cloud in a bottle: Psychoanalytic perspectives on mysticism. *The Psychoanalytic Quarterly*, 74(2), 507-559
- Menzies, H. (2005). *No time: Stress and the crisis of modern life*. Vancouver, British Columbia, Canada: Douglas & McIntyre.

- Menzies, R. G. ve Clarke, J. C. (1995). Danger expectancies and insight in acrophobia. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 795–803.
- Mevdûdî, E. A. (1996). *Tefhimul-Kur'an*, (M. H. Kayani, Y. Karaca, İ. Bosnalı, Çev.). İnsan Yayınları, İstanbul.
- Milfont, T. L., Richter, I., Sibley, C. G., Wilson, M. S. ve Fischer, R. (2013). Environmental consequences of the desire to dominate and be superior. *Pers. Soc. Psychol. Bull.* 39, 1127–1138. doi: 10.1177/0146167213490805
- Monroy, M. ve Keltner, D. (2023). Awe as a pathway to mental and physical health. *Perspectives on psychological science*, 18(2), 309-320.
- Monroy, M., Uğurlu, Ö., Zerwas, F., Corona, R., Keltner, D., Eagle, J. ve Amster, M. (2023). The influences of daily experiences of awe on stress, somatic health, and well-being: a longitudinal study during COVID-19. *Scientific Reports*, 13(1), 9336.
- Montada, L. ve Schneider, A. (1989). Justice and emotional reactions to the disadvantaged. *Social Justice Research*, 3, 313–344. doi:10.1007/BF01048081.
- Moore, C., Barresi, J. ve Thompson, C. (1998). The cognitive basis of future-oriented prosocial behavior. *Social Development*, 7(2), 198-218.
- Moors, A., Ellsworth, P. C., Scherer, K. R. ve Frijda, N. H. (2013). Appraisal theories of emotion: State of the art and future development. *Emotion Review*, 5, 119–124.
- Mrazek, A. J., Chiao, J. Y., Blizinsky, K. D., Lun, J. Ve Gelfand, M. J. (2013). The role of culture–gene coevolution in morality judgment: examining the interplay between tightness–looseness and allelic variation of the serotonin transporter gene. *Cult. a Brain* 1, 100–117. doi: 10.1007/s40167-013-0009-x
- Mullen, B., Brown, R. J. ve Smith, C. (1992). Ingroup bias as a function of salience, relevance, and status: An integration. *European Journal of Social Psychology*, 22, 103–122.
- Nelissen, R. M., Dijker, A. J. ve deVries, N. K. (2007). How to turn a hawk into a dove and vice versa: Interactions between emotions and goals in a give-some dilemma game. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 280–286. doi:10.1016/j.jesp.2006.01.009.
- Nelson-Coffey, S. K., Ruberton, P. M., Chancellor, J., Cornick, J. E., Blascovich, J. ve Lyubomirsky, S. (2019). The proximal experience of awe. *PloS one*, 14(5), e0216780.

- Nomura, M., Tsuda, A. ve Rappleye, J. (2021). How awe works in humanitarian setting in East Asia: Cultural differences in describing the experience of awe. J. Y. Chiao, S. Li, R. Turner, S. Lee ve B. A. Pringle (Der.). Oxford handbook of cultural neuroscience and global mental health içinde (pp. 221-232). New York: Oxford Univ Press.
- Oatley, K. (2004). Emotions: A brief history. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Oliver, M. B., Kim, K., Hoewe, J., Chung, M. Y., Ash, E., Woolley, J. K. ve Shade, D. D. (2015). Media-induced elevation as a means of enhancing feelings of intergroup connectedness. *Journal of Social Issues*, 71, 106–122. doi:10.1111/josi.12099.
- Ones, D. S., Anderson, N., Viswesvaran, C. ve Sinangil, H. K. (Eds.). (2015). The SAGE handbook of industrial, work & organizational psychology. Yayınevi: SAGE.
- Onu, D., Kessler, T. ve Smith, J. R. (2016). Admiration: A conceptual review. *Emotion Review*, 8, 218–230.
- Ortony, A., Clore, G. L. ve Collins, A. (1988). The cognitive structure of emotions. New York: Cambridge University Press.
- Özdamar, K. (2016). Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi. Eskişehir: Nisan.
- Panno, A., Giacomantonio, M., Carrus, G., Maricchiolo, F., Pirchio, S. ve Mannetti, L. (2017). Mindfulness, pro-environmental behavior, and belief in climate change: The mediating role of social dominance. *Environ. Behav.* 50, 864–888. doi: 10.1177/0013916517718887
- Parsons, T. D. (2015). Virtual reality for enhanced ecological validity and experimental control in the clinical, affective and social neurosciences. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00660>
- Pascual-Leone, A., Herpertz, S. C. ve Kramer, U. (2016). Experimental designs and the ‘emotion stimulus critique’: Hidden problems and potential solutions in the study of emotion. *Psychopathology*, 49(1), 60-68.
- Patel, M. X., Doku, V. ve Tennakoon, L. (2003). Challenges in recruitment of research participants. *Advances in Psychiatric Treatment*, 9(3), 229-238.
- Pensiero, K. M. (2015, September 11). Aylan Kurdi and the photos that change history. The Wall Street Journal. Retrieved from <http://www.wsj.com/articles/aylan-kurdi-and-the-photos-that-change-history-1442002594>.
- Perlin, J. D. ve Li, L. (2020). Why does awe have prosocial effects? New perspectives on awe and the small self. *Perspectives on Psychological Science*, 15(2), 291-308.

- Perlow, L. (1999). The time famine: Toward a sociology of work time. *Administrative Science Quarterly*, 44, 57–81.
- Piff, P. K., Dietze, P., Feinberg, M., Stancato, D. M. ve Keltner, D. (2015). Awe, the small self, and prosocial behavior. *Journal of personality and social psychology*, 108(6), 883.
- Platon. (2013). *Philebos*. (1). (F. Akderin, Çev.) İstanbul: Say Yayınları.
- Plumb, G. A. (1993). A scale for comparing the visual magnitude of waterfalls. *Earth-Science Reviews*, 34(4), 261-270.
- Plutchik, R. (1960). The multifactor-analytic theory of emotion. *the Journal of Psychology*, 50(1), 153-171.
- Ponsi, G., Panasiti, M. S., Scandola, M. ve Aglioti, S. M. (2016). Influence of warmth and competence on the promotion of safe in-group selection: Stereotype content model and social categorization of faces. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 69(8), 1464-1479.
- Prade, C. ve Saroglou, V. (2016). Awe's effects on generosity and helping. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 522–530.
- Pratto, F., Sidanius, J., Stallworth, L. M. ve Malle, B. F. (1994). Social dominance orientation: a personality variable predicting social and political attitudes. *J. Pers. Soc. Psychol.* 67, 741–763. doi: 10.1037/0022-3514.67.4.741
- Preston, J. L., Ritter, R. S. ve Hernandez, J. I. (2010). Principles of religious prosociality: A review and reformulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 4, 574–590.
- Preston, J. L. ve Shin, F. (2017). Spiritual experiences evoke awe through the small self in both religious and non-religious individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 70, 212-221.
- Price, A. W. (2009) Emotions in Plato and Aristotle. Goldie, P. (Der.) *The Oxford Handbook of Philosophy of Emotion* içinde (121-142). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Psalm 119: 120. (2024). New International Version. BibleGateway. Retrieved April 15, 2024, from <https://www.biblegateway.com/passage/?search=Psalm%20119%3A120&version=NIV>
- Psalm 119: 161. (2024). ERF Bibleserver. Retrieved April 15, 2024, from <https://www.bibleserver.com/TR.ESV/Mezmur119>
- Pyszczynski, T., Greenberg, J. ve Solomon, S. (1999). A dual-process model of defense against conscious and unconscious death-related thoughts: An extension of terror management theory. *Psychological Review*, 106, 835–845.

- Quesnel, D. ve Riecke, B. E. (2018). Are you awed yet? How virtual reality gives us awe and goose bumps. *Frontiers in psychology*, 9, 2158.
- Reisenzein, R. (2006). Arnold's theory of emotion in historical perspective. *Cognition and Emotion*, 20, 920–951.
- Reisenzein, R. (2017). Cognitive theory of emotion. Zeigler-Hill, V. ve Shackelford, T. K. (Der.), *Encyclopedia of personality and individual differences içinde* (1–11). New York: Springer International Publishing.
- Ritov, I. ve Kogut, T. (2017). Altruistic behavior in cohesive social groups: The role of target identifiability. *PloS one*, 12(11), e0187903.
- Riva, G., Mantovani, F., Capideville, C. S., Preziosa, A., Morganti, F., Villani, D., ... Alcaniz, M. (2007). Affective interactions using virtual reality: the link between presence and emotions. *Cyberpsychol. Behav.* 10, 45–56. doi: 10.1089/cpb.2006.9993
- Roberts, R. C. (2003). *Emotions: An essay in aid of moral psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rosch, E., Mervis, C. B., Gray, W. D., Johnson, D. M. ve Boyes-Braem, P. (1976). Basic objects in natural categories. *Cognitive Psychology*, 8(3), 382-439.
- Roseman, I. J. ve Smith, C. A. (2001). Appraisal theory. K. R. Scherer, A. Schorr, T. Johnstone (Der.). *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research içinde* (3-19). Oxford: Oxford University Press.
- Roseman, I. J. (2013). Appraisal in the emotion system: Coherence in strategies for coping. *Emotion Review*, 5, 141–149.
- Roseman, I. J. (2018). Functions of anger in the emotion system. H. C. Lench (Der.). *The function of emotions: When and why emotions help us içinde* (141-173). Springer.
- Rozin, P., Lowery, L., Imada, S. ve Haidt, J. (1999). The CAD triad hypothesis: A mapping between three moral emotions (contempt, anger, disgust) and three moral codes (community, autonomy, divinity). *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 574–586. doi:10.1037/0022-3514.76.4.574.
- Rudd, M., Vohs, K. D. ve Aaker, J. (2012). Awe expands people's perception of time, alters decision making, and enhances well-being. *Psychological science*, 23(10), 1130-1136.
- Rudolph, C. W., Kooij, D. T., Rauvola, R. S. ve Zacher, H. (2018). Occupational future time perspective: A meta-analysis of antecedents and outcomes. *Journal of Organizational Behavior*, 39(2), 229-248.
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological Review*, 110, 145–172.

- Saab, R., Tausch, N., Spears, R. ve Cheung, W. Y. (2015). Acting in solidarity: Testing an extended dual pathway model of collective action by bystander group members. *British Journal of Social Psychology*, 3, 539–560. doi:10.1111/bjso.12095.
- Sarı, M. (1982). *El-Mevârid Arapça-Türkçe lûgat*. Bahar Yayınları.
- Sawada, K. ve Nomura, M. (2020). Influence of positive and threatened awe on the attitude toward norm violations. *Frontiers in Psychology*, 11, 496271.
- Schachter, S. ve Singer, J. E. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69, 379–399.
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social Science Information*, 44(4), 695-729. doi: 10.1177/0539018405058216
- Scherer, K. R. (2009). The dynamic architecture of emotion: Evidence for the component process model. *Cognition and Emotion*, 23, 1307–1351.
- Schmitt, T. A. (2011). Current methodological considerations in exploratory and confirmatory factor analysis. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29, 304-321.
- Schurtz, D. R., Blincoe, S., Smith, R. H., Powell, C. A., Combs, D. J. ve Kim, S. H. (2012). Exploring the social aspects of goose bumps and their role in awe and envy. *Motivation and Emotion*, 36(2), 205–217.
- Shao, A. T. (2002). *Marketing research: An aid to decision making*. Cincinnati, Ohio: South-Western/Thomson Learning.
- Shapshay, S., Tenen, L. ve McShane, K. (2018). The role of awe in environmental ethics. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 76(4), 473-484.
- Shariff, A. F. ve Norenzayan, A. (2011). Mean gods make good people: Different views of God predict cheating behavior. *International Journal for the Psychology of Religion*, 21, 85–96. <http://dx.doi.org/10.1080/10508619.2011.556990>
- Shiota, M. N., Campos, B. ve Keltner, D. (2003). The faces of positive emotion: Prototype displays of awe, amusement, and pride. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1000, 296–299.
- Shiota, M. N., Keltner, D. ve John, O. P. (2006). Positive emotion dispositions differentially associated with Big Five personality and attachment style. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 61–71. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760500510833>
- Shiota, M. N., Keltner, D. ve Mossman, A. (2007). The nature of awe: Elicitors, appraisals, and effects on self-concept. *Cognition and Emotion*, 21(5), 944-963.

- Shiota, M. N., Neufeld, S. L., Yeung, W. H., Moser, S. E. ve Perea, E. F. (2011). Feeling good: Autonomic nervous system responding in five positive emotions. *Emotion*, 11, 1368–1378. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024278>
- Sidanius, J., Pratto, F. ve Mitchell, M. (1994). In-group identification, social dominance orientation, and differential intergroup social allocation. *The Journal of Social Psychology*, 134(2), 151-167.
- Silvia, P. J., Fayn, K., Nusbaum, E. C. ve Beaty, R. E. (2015). Openness to experience and awe in response to nature and music: Personality and profound aesthetic experiences. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 9(4), 376.
- Simon, B., Stürmer, S. ve Steffens, K. (2000). Helping individuals or group members? The role of individual and collective identification in AIDS volunteerism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 497–506. doi:10.1177/0146167200266008.
- Slovic, P. (2007). “If I look at the mass I will never act”: Psychic numbing and genocide. *Judgment and Decision Making*, 2, 79–95.
- Small, D. A., Loewenstein, G. ve Slovic, P. (2007). Sympathy and callousness: The impact of deliberative thought on donations to identifiable and statistical victims. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(2), 143–153.
- Soussignan, R. (2002). Duchenne smile, emotional experience, and autonomic reactivity: a test of the facial feedback hypothesis. *Emotion*, 2(1), 52.
- Stellar, J. E., Gordon, A. M., Anderson, C. L., Piff, P. K., McNeil, G. D. ve Keltner, D. (2018). Awe and humility. *J. Pers. Soc. Psychol.* 114, 258–269. doi: 10.1037/pspi0000109
- Stellar, J. E., Gordon, A. M., Piff, P. K., Cordaro, D., Anderson, C. L., Bai, Y., . . . Keltner, D. (2017). Self-transcendent emotions and their social functions: Compassion, gratitude, and awe bind us to others through prosociality. *Emotion Review*, 9(3), 200–207.
- Stürmer, S. ve Siem, B. (2017). A group-level theory of helping and altruism within and across group boundaries. *Intergroup Helping*, 103-127.
- Sung, B. ve Yih, J. (2015). Does interest broaden or narrow attentional scope? *Cognition and Emotion*, 30, 1485–1494.
- Sun, Z., Hou, Y., Song, L., Wang, K. ve Yuan, M. (2023). The buffering effect of awe on negative emotions in self-threatening situations. *Behavioral Sciences*, 13(1), 44.
- Tajfel, H., Billing, M. G., Bundy, R. P. ve Flament, C. (1971). Social categorization and intergroup behaviors. *European Journal of Social Psychology*, 1, 149–178.

- Tajfel, H. ve Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. W. G. Austin ve S. Worchel (Der.), *The social psychology of intergroup relations içinde* (33–48). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Tajfel, H. ve Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behaviour. S. Worchel ve W. G. Austin (Der.), *Psychology of intergroup relations içinde* (7–24). Chicago, IL: Nelson-Hall.
- Takano, R. ve Nomura, M. (2021). Awe liberates the feeling that “my body is mine”. *Cognition and Emotion*, 35(4), 738-744.
- Takano, R. ve Nomura, M. (2022). Neural representations of awe: Distinguishing common and distinct neural mechanisms. *Emotion*, 22(4), 669– 677. <https://doi.org/10.1037/emo0000771>
- Takano, R. ve Nomura, M. (2023). Strengthened social ties in disasters: Threat-awe encourages interdependent worldviews via powerlessness. *PLoS One*, 18(4), e0285049.
- Tangney, J. P., Stuewig, J. ve Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345–372. doi:10.1146/annurev.psych.56.091103.070145.
- Tapias, M. P., Glaser, J., Keltner, D., Vasquez, K. ve Wickens, T. (2007). Emotion and prejudice: Specific emotions toward outgroups. *Group Processes & Intergroup Relations*, 10, 27–39. doi:10.1177/1368430207071338.
- Thomas, E. F. ve McGarty, C. A. (2009). The role of efficacy and moral outrage norms in creating the potential for international development activism through group-based interaction. *British Journal of Social Psychology*, 48, 115–134. doi:10.1348/014466608X313774.
- Tiedens, L. Z. (2001). Anger and advancement versus sadness and subjugation: The effect of negative emotion expressions on social status conferral. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 86–94.
- Tourangeau, R. ve Ellsworth, P. C. (1979). The role of facial response in the experience of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1519–1531.
- Turner, J. C., Hogg, M. A., Oakes, P. J., Reicher, S. D. ve Wetherell, M. S. (1987). *Rediscovering the social group: A self-categorization theory*. Oxford, England: Basil Blackwell.
- Turner, R. N., Crisp, R. J. ve Lambert, E. (2007). Imagining intergroup contact can improve intergroup attitudes. *Group Processes & Intergroup Relations*, 10(4), 427-441.
- Valdesolo, P. ve Graham, J. (2014). Awe, uncertainty, and agency detection. *Psychological Science*, 25(1), 170–178.

- Van Cappellen, P. ve Saroglou, V. (2012). Awe activates religious and spiritual feelings and behavioral intentions. *Psychology of Religion and Spirituality*, 4(3), 223.
- Van Cappellen, P., Saroglou, V., Iweins, C., Piovesana, M. ve Fredrickson, B. L. (2013). Self-transcendent positive emotions increase spirituality through basic world assumptions. *Cognition & Emotion*, 27(8), 1378-1394.
- Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H. M. ve Branje, S. (2018). Prosocial behavior in adolescence: Gender differences in development and links with empathy. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5), 1086-1099.
- Van de Vyver, J. ve Abrams, D. (2016). Is moral elevation an approach-oriented emotion? *The Journal of Positive Psychology*. doi:10.1080/17439760.2016.1163410.
- Van de Vyver, J. ve Abrams, D. (2017). Promoting third-party prosocial behaviour: The potential of moral emotions. *Intergroup helping*, 349-368.
- Van Elk, M., Karinen, A., Specker, E., Stamkou, E. ve Baas, M. (2016). 'Standing in awe': The effects of awe on body perception and the relation with absorption. *Collabra*, 2(1), 4.
- Van Leeuwen, E. ve Zagefka, H. (Der.). (2017). *Intergroup helping*. Springer International Publishing.
- Van Zomeren, M. ve Lodewijkx, H. F. (2005). Motivated responses to 'senseless' violence: Explaining emotional and behavioural responses through person and position identification. *European Journal of Social Psychology*, 35, 755-766. doi:10.1002/ejsp.274.
- Van Zomeren, M., Postmes, T., Spears, R. ve Bettache, K. (2011). Can moral convictions motivate the advantaged to challenge social inequality? Extending the social identity model of collective action. *Group Processes & Intergroup Relations*, 14, 735-753. doi:10.1177/1368430210395637.
- Van Zomeren, M., Spears, R., Fischer, A. H. ve Leach, C. W. (2004). Put your money where your mouth is! Explaining collective action tendencies through group-based anger and group efficacy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 649-664. doi:10.1037/0022-3514.87.5.649.
- Västfjäll, D., Slovic, P., Mayorga, M. ve Peters, E. (2014). Compassion fade: Affect and charity are greatest for a single child in need. *PLoS One*, 9(6), e100115. doi:10.1371/journal.pone.0100115.
- Verduyn, P., Van Mechelen, I. ve Tuerlinckx, F. (2011). The relation between event processing and the duration of emotional experience. *Emotion*, 11, 20-28.

- Vezzali, L., Capozza, D., Stathi, S. ve Giovannini, D. (2012). Increasing outgroup trust, reducing inhumanization, and enhancing future contact intentions via imagined intergroup contact. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(1), 437-440.
- Vuckovic, N. (1999). Fast relief: Buying time with medications. *Medical Anthropology Quarterly*, 13, 51–68.
- Wang, M., Qu, X., Guo, C. ve Wang, J. (2023). Awe elicited by natural disasters and willingness to help people in afflicted areas: A meditational model. *Current Psychology*, 42(24), 20883-20889.
- Waterworth, J. A., Waterworth, E. L., Riva, G. ve Mantovani, F. (2015). Presence: Form, content and consciousness. B. F. Lombard, M. Freeman, J. IJsselsteijn ve W. Schaevitz (Der.), *Immersed in media: Telepresence theory, measurement & technology içinde* (35–58). Berlin: Springer.
- Watson, D., Clark, L. A. ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063.
- Wayment, H. A. ve Bauer, J. J. (Der.). (2008). *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego*. Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/11771-000
- Wayment, H. A. ve Bauer, J. J. (2018). The quiet ego: Motives for self-other balance and growth in relation to well-being. *Journal of Happiness Studies*, 19, 881–896. doi:10.1007/s10902-017-9848-z
- Weber, M. (1978). *Economy and society: An outline of interpretive sociology*. G. Roth ve C. Wittich (Der.). (Based on 4th German edition, various translators.) Berkeley, CA: University of California Press.
- Wettstein, H. (1997). Awe and the religious life: A naturalistic perspective. *Midwest Studies in Philosophy*, 21(1), 257-280.
- White, F. (1987). *The overview effect: Space exploration and human evolution*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Yaden, D. B., Eichstaedt, J. C., Schwartz, H. A., Kern, M. L., Le Nguyen, K. D., Wintering, N. A., ... Newberg, A. B. (2015). The language of ineffability: Linguistic analysis of mystical experiences. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8, 244–252.
- Yaden, D. B., Haidt, J., Hood, R. W., Jr., Vago, D. R. ve Newberg, A. B. (2017). The varieties of self-transcendent experience. *Review of General Psychology*, 21, 143–160.

- Yaden, D. B., Iwry, J., Slack, K. J., Eichstaedt, J. C., Zhao, Y., Vaillant, G. E. ve Newberg, A. B. (2016). The overview effect: awe and self-transcendent experience in space flight. *Psychol. Conscious. Theory Res. Pract.* 3:1. doi: 10.1037/cns0000086
- Yaden, D. B., Kaufman, S. B., Hyde, E., Chirico, A., Gaggioli, A., Zhang, J. W. ve Keltner, D. (2018). The development of the Awe Experience Scale (AWE-S): A multifactorial measure for a complex emotion. *The Journal of Positive Psychology*, 14(4), 474-488.
- Yang, Y., Hu, J., Jing, F. ve Nguyen, B. (2018). From awe to ecological behavior: The mediating role of connectedness to nature. *Sustainability*, 10(7), 2477.
- Yang, Y., Yang, Z., Bao, T., Liu, Y. ve Passmore, H.-A. (2016). Elicited awe decreases aggression. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 10, 1–13.
- Yazır, E. H. (2012). Kur'an-ı Kerim Türkçe meali. H. Döndüren (Der.). İstanbul: Çelik Yayınevi.
- Zaccaro, S. J. ve McCoy, M. C. (1988). The effects of task and interpersonal cohesiveness on performance of a disjunctive group task. *Journal of Applied Social Psychology*, 18(10), 837–851. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1988.tb01178.x>
- Zagefka, H., Noor, M., Randsley de Moura, G., Hoptthrow, T. ve Brown, R. (2011). Donating to disaster victims: Responses to natural and humanly caused events. *European Journal of Social Psychology*, 41, 353–363.
- Zajonc, R. B., Murphy, S. T. ve Inglehart, M. (1989). Feeling and facial efference: implications of the vascular theory of emotion. *Psychological review*, 96(3), 395.
- Zhang, J. W. ve Keltner, D. (2016). Awe and the natural environment. H. S. Friedman (Der.). *Encyclopedia of mental health içinde* (131–134). Waltham, MA: Elsevier.
- Zhang, J. W. (2017). Trait and state based experience of awe promotes creativity [Doctoral dissertation]. https://digitalassets.lib.berkeley.edu/etd/ucb/text/Zhang_berkeley_0028E16852.pdf
- Zhao, H., Zhang, H., Xu, Y., Lu, J. ve He, W. (2018). Relation between awe and environmentalism: The role of social dominance orientation. *Frontiers in psychology*, 9, 2367.
- Zimbardo, P. G. ve Boyd, J. N. (2014). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. M. Stolarski, N. Fieulaine, W. Beek (Der.). *Time perspective theory; review, research and application: Essays in honor of Philip G. Zimbardo içinde* (17-55). Cham: Springer International Publishing.

EKLER

EK A

(ÖN ARAŞTIRMA İÇİN) BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

ARAŞTIRMAYA DAVET

Sizi Araştırma Görevlisi Mehmet Akif AYDIN tarafından, düşünce ve algılarımızın çeşitli değişkenlerle ilişkisine dair yürütülen bir araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. İsterseniz bu bilgileri aileniz ve/veya yakınlarınız ile tartışmak ve araştırmaya daha sonra katılmak ya da katılmamak isteyebilirsiniz. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz araştırmacıya sorabilirsiniz. Araştırma sonrası aklınıza takılan herhangi bir soru olursa adresi üzerinden araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama hakkına sahiptir. Bu formu yanıtlamanız, **araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçiminde yorumlanacaktır**. Size verilen anket formlarındaki soruları yanıtlarken **kimsenin baskısı** veya **telkini altında olmayın**. Araştırma esnasında herhangi bir gerekçe göstermeden herhangi bir aşamada araştırmayı sonlandırmakta özgürsünüz. Bu araştırmadan elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel araştırma amacı ile kullanılacak ve kişisel verileriniz, kişisel verilerin korunması kanunu kapsamında korunacak ve sorumlu araştırmacı dışında hiç kimse tarafından ve bilimsel araştırma amacı dışına matuf hiçbir amaçla kullanılmayacaktır. Bu çalışma, araştırmacı tarafından planlanan ve ana araştırmaya katılacak uygun kişileri belirlemek amacıyla yapılmış bir ön araştırma niteliği taşımaktadır. Ana araştırmaya katılması uygun görülen katılımcılara, aşağıda belirttikleri iletişim bilgileri aracılığıyla ulaşılabilecektir. Ana araştırmaya katılma kararı veren her bir gönüllü katılımcıya, araştırma süreci tamamen bittikten sonra 100'er TL ödeme yapılacaktır.

Araştırmanın Amacı: Bu çalışmanın amacı, kişisel deneyim ve düşüncelerimizi çeşitli değişkenler açısından ele almak ve araştırmacının planladığı, bir sonraki aşamada yapılacak olan ana araştırma için uygun katılımcı seçmektir.

İzlenecek Olan Yöntem ve Yapılacak İşlemler: Veri toplama yöntemi olarak öz-bildirime dayalı standart ölçüm araçlarından ve araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formlarından yararlanılacaktır. Katılımcılardan yaklaşık 10 soruyu cevaplandırması beklenmektedir. Her bir katılımcı için bu araştırmanın, ortalama 7 dakika süreceği düşünülmektedir.

ARAŞTIRMAYA KATILMA ONAYI: Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllü katılımcıya verilmesi gereken bilgileri gösteren bilgilendirilmiş onam formunu okudum ve sözlü olarak dinledim. Aklıma gelen tüm soruları araştırmacıya sordum, yazılı ve sözlü olarak bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Araştırmaya katılmayı isteyip istemediğime karar vermem için bana yeterli zaman tanındı. Bu koşullar altında, söz konusu araştırmaya ilişkin bana yapılan katılım davetini hiçbir zorlama ve baskı olmaksızın gönüllü bir şekilde kabul ediyorum.

Gönüllü Katılımcının:

Adı-Soyadı: _____

İmzası: _____

İletişim Bilgileri (e-posta veya telefon): _____

EK B
SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Yaşınız:

2. Eğitim durumunuz:

- 1) ___ Okur-yazar değil 2) ___ Okur-yazar
3) ___ İlkokul mezunu 4) ___ Ortaokul mezunu
5) ___ Lise mezunu 6) ___ Üniversite mezunu
7) ___ Lisansüstü eğitim

3. Şu anda çalışıyor musunuz?

- 1) ___ Evet 2) ___ Hayır 3) ___ Öğrenci

Cevabınız Evet ise lütfen mesleğinizi yazınız:

4. Ailenizin ortalama aylık geliri: (Lütfen tüm bireylerin katkılarını düşünerek yazınız)

- 1) ___ 15000 TL'den az 2) ___ 15000-30000 TL arası
3) ___ 30000 TL'den yüksek

5. Sizin ortalama aylık geliriniz (Kendi kazancınız, aile desteği, burs, vs. toplam):

- 1) ___ 500 TL'den az 2) ___ 501-1000 TL arası 3) ___ 1001-1500 TL arası
4) ___ 1501-2000 TL arası 5) ___ 2001-3000 TL arası 6) ___ 3000 TL'den yüksek

6. Daha önce herhangi bir sanal gerçeklik (VR) gözlüğü kullandınız mı?

- 1) ___ Evet 2) ___ Hayır

7. Kendinizi ne kadar dindar görüyorsunuz?

Hiç Dindar Değilim	Pek Dindar Değilim	Dindar Sayılıırım	Oldukça Dindar Sayılıırım	Çok Dindarım
1	2	3	4	5

EK C

(ANA ARAŞTIRMA İÇİN) BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

ARAŞTIRMAYA DAVET

Sizi Araştırma Görevlisi Mehmet Akif AYDIN tarafından, sanal gerçeklik deneyimlerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisine dair yürütülen bir araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. İsterseniz bu bilgileri aileniz ve/veya yakınlarınız ile tartışmak ve araştırmaya daha sonra katılmak ya da katılmamak isteyebilirsiniz. Eğer anlayamadığımız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz araştırmacıya sorabilirsiniz. Araştırma sonrası aklınıza takılan herhangi bir soru olursa adresi üzerinden araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama hakkına sahipsiniz. Bu formu yanıtlamanız, **araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçiminde yorumlanacaktır**. Size verilen anket formlarındaki soruları yanıtlarken **kimsenin baskısı** veya **telkini altında olmayın**. Araştırma esnasında herhangi bir gerekçe göstermeden herhangi bir aşamada araştırmayı sonlandırmakta özgürsünüz. Bu araştırmadan elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel araştırma amacı ile kullanılacak ve kişisel verileriniz, kişisel verilerin korunması kanunu kapsamında korunacak ve sorumlu araştırmacı dışında hiç kimse tarafından ve bilimsel araştırma amacı dışına matuf hiçbir amaçla kullanılmayacaktır. Bu araştırmaya katılan her bir gönüllü katılımcıya 100 TL ödeme yapılacaktır.

Araştırmanın Amacı: Bu çalışmanın amacı, sanal gerçeklik deneyimi yaşamının çeşitli değişkenler açısından ne gibi etkileri olacağını ölçümlemektir.

İzlenecek Olan Yöntem ve Yapılacak İşlemler: Veri toplama yöntemi olarak öz-bildirime dayalı standart ölçüm araçlarından, doğal güzellikleri ve doğa olaylarını içeren çeşitli sanal gerçeklik videolarından, katılımcılardan söylenen kelimelere dikkat etmelerini isteyeceğimiz üç kişiye ait video içeriklerinden ve araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formlarından yararlanılacaktır. Katılımcılardan yaklaşık 50 soruyu cevaplandırması, 3 dakika boyunca sanal gerçeklik deneyimi yaşayacakları ve doğal güzellikleri/doğa olaylarını içeren bir video izlemeleri, ayrıca kullanılan kelimelere dikkat etmeleri beklenen 1'er dakikalık 3 video daha

izlemeleri beklenmektedir. Her bir katılımcı için deneyin, tüm aşamalar dahil toplam 45 dakika süreceği düşünülmektedir.

ARAŞTIRMAYA KATILMA ONAYI: Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllü katılımcıya verilmesi gereken bilgileri gösteren bilgilendirilmiş onam formunu okudum ve sözlü olarak dinledim. Aklıma gelen tüm soruları araştırmacıya sordum, yazılı ve sözlü olarak bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Araştırmaya katılmayı isteyip istemediğime karar vermem için bana yeterli zaman tanındı. Bu koşullar altında, söz konusu araştırmaya ilişkin bana yapılan katılım davetini hiçbir zorlama ve baskı olmaksızın gönüllü bir şekilde kabul ediyorum.

Gönüllü Katılımcının:

Adı-Soyadı: _____

İmzası: _____

İletişim Bilgileri (e-posta veya telefon): _____

EK Ç
POZİTİF VE NEGATİF DUYGU ÖLÇEĞİ (PANAS)

Aşağıda birtakım duygu ifadeleri bulunmaktadır. Lütfen, söz konusu ifadelerin şu an içinde bulunduğunuz duygudurumunu ne derece yansıttığını aşağıdaki dereceleme ölçeğinde belirleyiniz. Bunu yaparken ifadenin yanında bulunan rakamlardan birini yuvarlak içine alınız.

	Hiç Yansıtmıyor	Yansıtmıyor	Ne Yansıtıyor Ne Yansıtmıyor	Yansıtıyor	Tamamen Yansıtıyor
1. İlgili	1	2	3	4	5
2. Sıkıntılı	1	2	3	4	5
3. Heyecanlı	1	2	3	4	5
4. Mutsuz	1	2	3	4	5
5. Güçlü	1	2	3	4	5
6. Suçlu	1	2	3	4	5
7. Ürkmüş	1	2	3	4	5
8. Düşmanca	1	2	3	4	5
9. Hevesli	1	2	3	4	5
10. Gururlu	1	2	3	4	5
11. Asabi	1	2	3	4	5
12. Uyanık	1	2	3	4	5
13. Utanmış	1	2	3	4	5
14. İlhamlı	1	2	3	4	5
15. Sinirli	1	2	3	4	5
16. Kararlı	1	2	3	4	5
17. Dikkatli	1	2	3	4	5
18. Tedirgin	1	2	3	4	5
19. Aktif	1	2	3	4	5
20. Korkmuş	1	2	3	4	5
21. Huşu içerisinde	1	2	3	4	5

EK D
DİNİ POZİTİF YÖNELİMLİ HUŞU GRUBU ÂYETLERİ

Aşağıda çeşitli Kur'an-ı Kerim meallerinden alınmış bazı âyetlerin Türkçe tercümeleri verilmiştir. Lütfen bu âyetleri dikkatlice okuyunuz.

“Fakat Rablerine karşı gelmekten sakınanlar için, Allah tarafından bir ikram olarak, altlarından ırmaklar akan, ebedî olarak kalacakları cennetler vardır. İyi kişiler için Allah katındaki nimetler daha hayırlıdır.”

Âl-i İmrân Sûresi

“Allah, mümin erkeklere ve mümin kadınlara, içinde ebedî kalmak üzere altından ırmaklar akan cennetler ve Adn cennetlerinde güzel meskenler vâdetti. Allah'ın rızası ise hepsinden büyüktür. İşte büyük kurtuluş da budur.”

Tevbe Sûresi

“Şüphesiz ki Allah'a isyandan sakınanlar, Rablerinin kendilerine verdiği olarak cennetlerde ve pınar başlarında bulunacaklar. Kuşkusuz onlar, bundan önce dünyada güzel davrananlardı.”

Zâriyât Sûresi

“Allah, sizi sarsmaması için yeryüzünde sağlam dağları, yolunuzu bulmanız için de ırmakları ve yolları yarattı.”

Nahl Sûresi

“Görmez misin ki, göklerde olanlar ve yerde olanlar, güneş, ay, yıldızlar, dağlar, ağaçlar, hayvanlar ve insanların birçoğu Allah'a secde ediyor; birçoğunun üzerine de azap hak olmuştur. Allah kimi hor ve hakir kılırsa, artık onu değerli kılacak bir kimse yoktur. Şüphesiz Allah dilediğini yapar.”

Hac Sûresi

“Allah gökleri, gördüğünüz herhangi bir direk olmaksızın yarattı, sizi sarsmasın diye yeryüzüne haşmetli sabit dağlar yerleştirdi ve orada her çeşit canlıyı yaydı. Biz,

gökten su indirdik de orada renk, koku, tat bakımından türlü türlü o güzel bitkilerden çift çift yetiştirdik.”

Lokman Sûresi

“Görmez misin ki, Allah gökten bir su indiriyor? Biz onunla renkleri çeşit çeşit meyveler, sebzeler çıkarıyoruz. Dağlarda da toprağın rengine göre beyaz, kırmızı, daha farklı renklerde ve siyah yollar vardır.”

Fâtır Sûresi

“O Allah ki, yeryüzünü enine boyuna yayıp genişletti, oraya yerinden oynatılmaz dağlar yerleştirdi, nehirler akıttı ve orada her bir ürünü çifter çifter yetiştirdi. O, sürekli olarak geceyi de gündüze bürüyüp duruyor. Doğrusu bütün bunlarda, sistemli düşünebilen kimseler için nice deliller, alınacak nice dersler vardır.”

Ra'd Sûresi

EK E
DİNİ TEHDİT YÖNELİMLİ HUŞU GRUBU ÂYETLERİ

Aşağıda çeşitli Kur'an-ı Kerim meallerinden alınmış bazı âyetlerin Türkçe tercümeleri verilmiştir. Lütfen bu âyetleri dikkatlice okuyunuz.

“Bedbaht olanlar ateştedirler. O ateş kabarıp indikçe, onlar da her nefes alıp verişte hırıltılar, feryatlar ve hıçkırıklar içinde âdeta boğulurlar.”

Hûd Sûresi

“O, kıyâmet günü kavminin önüne düşecek ve hayvanların suya götürüldüğü gibi onları ateşe götürecektir. Gerçekten ne kötü bir yerdir varılan o ateş!”

Hûd Sûresi

“Oraya atıldıklarında, cehennem onları yutmak için homurtularla nasıl içine doğru nefes alıp, uğuldaya uğuldaya kaydığını işitirler.”

Mülk Sûresi

“Sonra şöyle hayıflanırlar: “Eğer uyarılara kulak vermiş veya aklımızı kullanarak gerçekler üzerinde düşünmüş olsaydık, şimdi şu çılgın alevli ateşin yoldaşları arasında bulunmazdık!”

Mülk Sûresi

“Onlar ateşten çıkmak isterler, fakat oradan kesinlikle çıkamazlar. Onlar için dâimî bir azap vardır.”

Mâide Sûresi

“Allah, ikiyüzlü erkek ve kadınlara ve inkarcılara, ebedi kalacakları cehennem ateşini hazırlamıştır. O, onlara yeter. Allah onları lanetlemiştir (rahmetinden uzak kılmıştır). Onlara devamlı azab vardır.”

Tevbe Sûresi

“İnkârcı suçlular cehennem ateşini görecekler, oraya kesinlikle düşeceklerini anlayacaklar; etrafı yoklayacaklar, fakat ondan kaçıp kurtulacak bir yer bulamayacaklar.”

Kehf Sûresi

“Ateş onların yüzlerine vurup yakacak da, dudakları çekildiği için orada dişleri sırtmış, suratları çirkin ve gülünç bir halde kalıverecekler.”

Mü'minûn Sûresi



EK F
VR GÖZLÜĞÜ KULLANIM YÖNERGESİ

Sayın Katılımcı,

Birazdan deneyimleyeceğimiz sanal gerçeklik (VR) gözlüğünün kullanımı hakkında hazırladığım kısa bir yönergeyi sizinle paylaşmak istiyorum. Cihazın arkasındaki kafa bandının üzerinde bulunan iki çubuğu birbirinden ayırarak kafa yapınıza uyacak şekilde gözlüğü küçültebilirsiniz ya da bu her iki çubuğu birbirine yakınlaştırarak kafanıza uyacak şekilde gözlüğün genişliğini artırabilirsiniz.

Gözlüğün içerisinde iki adet lens bulunmaktadır. Bu lensleri her iki tarafından tutarak birbirine yakınlaştırabilir veya birbirinden uzaklaştırabilirsiniz. Böylece izleyeceğimiz videolar gözünüzün yapısına uygun olarak daha net bir biçimde görülecektir.

Elinizde iki adet kontrol çubuğu bulunmaktadır. Bu kontrol çubuklarından yandaki düğmesi sol tarafta olan çubuk sağ elinizde, sağ tarafta olan çubuk ise sol elinizde bulunmalıdır. Kontrol çubuklarının üzerinde bulunan hiçbir tuşa basmanıza gerek yoktur. Yalnızca kontrol çubuklarınızın ön tarafında bulunan ve bilgisayardaki fare kullanımının işlevini gören iki adet kontrol tuşundan yalnızca birini (sağ ya da sol elinizdeki) kullanmak bu deney için yeterli olacaktır.

Şimdi gözlüğü takınız. Karşınızda bilgisayar ekranına benzer bir monitör açılmış olmalıdır. Bu monitörün **EN SAĞ-EN ALT** tarafında bulunan ve üzerinde 9 adet nokta bulunan simgeye tıklayınız. Karşınıza çıkan sayfanın **EN ÜST- EN SOL** tarafında bulunan videoya tıklayınız. Bunun için, sağ ya da sol elinizde bulunan kontrol çubuklarının önündeki kontrol tuşlarından birini kullanarak el hareketlerinize göre hareket eden imleci bu uygulamanın üzerine getirmelisiniz. Şimdi kontrol çubuğunu bırakabilirsiniz, video başlamış olmalıdır. Arkanıza yaslanınız ve rahat olduğunuzdan emin bir şekilde tüm dikkatinizi vererek videoyu izleyiniz. Bu esnada ortamı keşfetmek için kafanızı aşağıya, yukarıya, sağa, sola, öne ya da arkaya döndürebilirsiniz. Videonun tamamı bittikten sonra araştırmacıya haber veriniz. Bu araştırmaya katılarak bilimsel bir çalışmaya katkı sunduğunuz için teşekkür ederiz.

EK G
HUŞU DENEYİMİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Yaşadığınız sanal gerçeklik (VR) deneyimi hakkında aşağıda belirtilen ifadelere ne ölçüde katıldığınızı derecelendiriniz.

(1= Kesinlikle Katılmıyorum 2= Katılmıyorum 3= Pek Katılmıyorum 4= Kararsızım 5= Biraz Katılıyorum 6= Katılıyorum 7= Kesinlikle Katılıyorum)

	1	2	3	4	5	6	7
1. Zamanın daha yavaş geçtiğini fark ettim.							
2. Zaman algımın değiştiğini hissettim.							
3. Zamanın akışını her zaman olduğundan daha farklı şekilde deneyimledim.							
4. O anda geçirdiğim zamanın normalden daha uzun sürdüğü hissine kapıldım.							
5. Kendimi bütün varlık alemiyle bütünleşmiş hissettim.							
6. Tüm canlılarla birlik olma deneyimi yaşadım.							
7. İnsanlığa yakından bağlı olduğumu hissettim.							
8. Tam bir bağlılık hissine kapıldım.							
9. Büyük bir varlığın huzurunda olduğumu hissettim.							
10. Her zamankinden çok daha büyük bir deneyim yaşadım.							
11. Kendimden çok daha büyük bir şey algıladım.							
12. Bir tür genişlik hissine kapıldım.							
13. Yaşadıklarımı anlamlandırmakta zorluk çektiğimi fark ettim.							
14. Yaşadığım deneyimi tam olarak kavramakta zorlandım.							
15. İzlediklerim karşısında şaşkına döndüm.							
16. Yaşadığım deneyimin büyüklüğünü anlamaya çalıştım.							

EK H

TEHDİT EDİCİ HUŞU DENEYİMİ DEĞERLENDİRME SORULARI

Yaşadığınız sanal gerçeklik (VR) deneyimi hakkında aşağıda verilen soruları yanıtlayınız.

1) Yaşadığınız deneyim esnasında kendinizi tehdit altında hissettiniz mi?

1) Evet: _____ 2) Hayır: _____

2) Bu deneyim esnasında kendinizi ne ölçüde tehdit altında hissettiğinizi işaretleyiniz. (1= Hiç tehdit altında hissetmedim 2=Çok az düzeyde tehdit altında hissettim 3= Orta düzeyde tehdit altında hissettim 4= Oldukça fazla düzeyde tehdit altında hissettim 5=Tamamen tehdit altında hissettim.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3) Sanal gerçeklik deneyimi esnasındaki duygularınızı, düşüncelerinizi ve hislerinizi düşününüz. Bu duygu, düşünce ve hislerinizin ortaya çıkmasında aşağıda verilen maddelerden hangileri etkili olmuş olabilir? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

Doğanın ihtişamı

Doğal afet

Dini/manevi bir his

Düşünce tarzım

Bilmiyorum

Diğer (Açıklayınız): _____

4) Yaşadığınız sanal gerçeklik deneyimi esnasında yaşadığınız hisleri, aklınıza gelen düşünceleri ve bu deneyimin vücudunuzda ne gibi etkileri olduğunu kısaca anlatınız.

EK I
KURGUSAL VİDEO İÇERİKLERİ



1.Kişi

Görsel I.1. 1. Kişi (Başörtülü Kadın)

(Başörtülü Kadın) 1. Kişi: Ben Merve, Kahramanmaraş depreminden sonra Bursa'ya taşındım. Gerçekten zor bir süreçti. Bursa'da yaşamaya alışmaya çalışıyorum. Fakat burada yaşam şartları daha zor, maddi sıkıntı çekiyorum, hayatımın sonuna kadar burada kalmak istemiyorum, eski hayatımı çok özleyorum. Zaten hayat düzenim çok bozuldu. Para da kazanmam gerek. O yüzden geçici bir işe girdim. Biraz para biriktirip yeniden memleketime dönmek istiyorum. Ama burada her şey çok daha pahalı, o yüzden dişimden tırnağımdan artırmam gerek.



2.Kişi

Görsel I.2. 2. Kişi (Erkek)

(Erkek) 2. Kişi: Ben Selim, geçen sene biliyorsunuz, 6 Şubattı, kıyamet günü gibi bir gün geçirdik. Hayatta kalmak şans mı yoksa bir ceza mı bilemiyorum. Neyse, ben Bursa'ya taşındım bu depremden sonra. Çünkü çalıştığım işyeri kapandı, mecbur bir taraftan da hayat devam ediyor, yaşamamız için para lazım. Zaten burada içtiğimiz bir bardak çaya bile daha çok para veriyoruz. Burada iyi kötü bir iş buldum kendime. Çoğu zaman mesaiye kalıyorum ki birkaç saatlik de olsa fazladan para alayım. Şimdilik çalışmaya devam ediyorum. Sonrası Allah kerim.



3.Kişi

Görsel I.3. 3. Kişi (Başörtüsüz Kadın)

(Başörtüsüz Kadın) 3. Kişi: Ben Sude, şu anda Bursa'da yaşıyorum. Hayatındaki en korkunç gün hangisiydi deseler hiç düşünmeden 6 Şubat derim. Ancak yaşayanların anlayabileceği bir durum. Yine de bir şekilde hala nefes alıyorum. Yeni yeni kendimi toparlamaya başladım. Burada butik bir mağazada çalışıyorum. Malum Bursa daha pahalı bir şehir. O yüzden geçinmek de zor. Pazar günleri normalde tatil günüm. Ama çoğu zaman hafta sonları bile çalışıyorum. Bir gün bir gündür diyorum.

EK İ
ORTAK KELİMELERİ TESPİT ETME FORMU

Biraz önce, yakın zamanda ülkemizde yaşanan 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremi yaşayan üç kişinin kendi deneyimlerini aktardıkları bir video izlediniz.

İzlediğiniz bu videoda bulunan her üç kişinin de kullandığı ve tespit edebildiğiniz ortak kelimeler var ise aşağıda bulunan boşluklara sırasıyla yazınız.

ÖRNEK: Eğer her üç kişi de konuşmaları esnasında “deprem” kelimesini kullanmışsa, “deprem” ortak bir kelimedir.

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

7) _____

8) _____

9) _____

10) _____

11) _____

12) _____

13) _____

14) _____

15) _____

16) _____

17) _____

18) _____

19) _____

20) _____

EK J
ÖZGECİLİK VİNYETİ KARAR FORMU

Sayın Katılımcı,

Şimdi size bir öykü sunulacaktır. Sizden beklenen öyküyü okuduktan sonra bir karar vermenizdir.

-HİKÂYE-

6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremi nedeniyle bölgede bulunan birçok fabrika ve işyeri kapanmış ya da kepenk indirmiştir. Bununla beraber bölgede yağmacılık olayları da yaşanmıştır. Bu afetten en çok etkilenen kesim de ücretli çalışanlar olmuştur. Bu problemlerin ardından halkın yaşam standartları düşmüş, bölgede fakirlik artmıştır.

*Depremzedelere Yardım Ulaştırma Derneği (DEYUD), bölge halkının öngörülemeyen ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için depremden etkilenmiş kişilere nakit yardım yapmayı amaçlamaktadır. Derneğin banka hesabında toplanan para miktarı 1.000 TL 'ye ulaştığında (her 1.000 TL 'de bir) bu para bölge halkına yardım olarak gönderilmektedir. Siz de bu derneğe üyesiniz. Yardımların gönderileceği kişiler ve harcanacak para miktarı ise **sizin gibi dernek üyelerinin fikirleri doğrultusunda** şekillenecektir.*

-KARAR-

Üyesi olduğunuz derneğin (DEYUD) hesabında bu bölgeye gönderilmek üzere toplanmış 900 TL para var. Bursa 'da yaşadığınız için 6 Şubat 2023 depreminden etkilenen bir tanıdığınız yok. Yalnızca biraz önce izlemiş olduğunuz ve depremden etkilendiği söylenen üç kişiyi tanıyorsunuz. Bu kişilere/kişilerden herhangi birine yardım gönderilmesi için derneğin hesabına cebinizden 100 TL para yatırmanız gerekmektedir.

1) Dernek hesabında bulunan yardım miktarının 1.000 TL 'ye ulaşması amacıyla, bu araştırmaya katıldığınız için size ödenecek olan 100 TL 'yi derneğin banka hesabına yatırarak, biraz önce izlemiş olduğunuz ve depremden etkilenen üç kişiye yardım gönderilmesi için dernek yönetim kuruluna talepte bulunur musunuz?

1) Evet___

2) Hayır___

Yukarıdaki soruya verdiğiniz cevap "Evet" ise aşağıdaki soruyu da yanıtlayınız.

2) Derneğin hesabına yatırmış olduğunuz 100 TL 'nin en son izlediğiniz 3 adet videoda bulunan kişilerden hangisine/hangilerine ve ne kadar gönderilmesini istediğinizi belirtiniz.

1.Kişi _____ TL

2.Kişi _____ TL

3.Kişi _____ TL

EK K
KATILIM SONRASI BİLGİLENDİRME FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma, İbn Haldun Üniversitesi Din Psikolojisi yüksek lisans öğrencisi Mehmet Akif AYDIN tarafından, Din Bilimleri Yüksek Lisans Programı bitirme tezi kapsamında, Prof. Dr. Hasan KAPLAN danışmanlığında yürütülmektedir.

Huşu; enginlik hissi, birlik duygusu ve akomode etme ihtiyacı ile karakterize olan karmaşık bir deneyimdir. Yapılan çalışmalar huşunun merak, neşe, korku, hürmet, azamet gibi çeşitli alt bileşenlerden oluştuğunu göstermektedir. Bu araştırmanın ilk amacı, çeşitli huşu deneyimlerinin hangi duygularla daha çok ilişkili olduğunu bulgulamaktır. İkinci olarak, sanal gerçeklik ortamı ile uyarılmış çeşitli huşu deneyimlerinin özgecilik üzerindeki etkisini ölçmektir. Özgecilik, hiçbir karşılık beklenmeksizin yapılan fedakâr davranışlar anlamına gelmektedir. Bağış yapmak, yardım etmek, zaman ayırmak bunlardan bazılarıdır. Katılmış olduğunuz araştırmanın son aşamasında size verilen form, söz konusu özgeci davranışları ölçmenin bir aracı olarak araştırmacı tarafından tasarlanmıştır. İzlemiş olduğunuz ve size depremden etkilendiği söylenen vatandaşlara ait 3 video araştırmacı tarafından çekilmiştir. Bu kişiler gerçekte depremden etkilenen kişiler değildir. Ayrıca sizlere araştırmanın bir amacının bu 3 videodaki kişilerin kullandıkları ortak kelimeleri tespit etme görevi olduğu söylenmiş idi. Araştırmanın gerçek amacı ise özgeci davranışların ölçümünü yapmaktır. Araştırmadan elde edilecek verilen güvenilirliğini sağlamak için bu bilgi sizden gizlenmiştir. Böylece gerçek tutum ve davranışların güvenilir şekilde ölçülmesi amaçlanmıştır.

Bu araştırma kapsamında sizden toplanan veriler tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacı tarafından anonim olarak değerlendirilecektir. Bu araştırmadan elde edilecek bilimsel bilgiler kimseyle paylaşılmayacak, yalnızca araştırmanın sonraki aşamalarında, akademik ve bilimsel sunum ve yazılarda kullanılacaktır.

Araştırmanın sonuçlarını öğrenmek ya da araştırma ile ilgili daha fazla bilgi almak için Mehmet Akif AYDIN ile e-posta (.....) ya da telefon (.....) aracılığıyla iletişim kurabilirsiniz.

Bu çalışmaya katıldığınız için çok teşekkür ederiz.

Yüksek Lisans Öğrencisi

Mehmet Akif AYDIN

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Hasan KAPLAN



EK L
ETİK KURUL İZİN BELGESİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 02.04.2024-39259



T.C.
İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu Başkanlığı



Sayı : E-71395021-050.04-39259
Konu : Etik Kurulu Kararı - Mehmet Akif
AYDIN

02.04.2024

İLGİLİ MAKAMA

Kurulumuza başvuran Mehmet Akif AYDIN'ın, "İnteraktif VR Ortamı ile Uyarılmış Tehdit Edici Huşu ve Pozitif Huşu Deneyimlerinin Özgeçlilik Üzerindeki Etkisinde Gruplararası Etkiler" isimli projesi; amaç, araştırma türü, veri toplama araçları, süreç ve işlemler, veri analizleri dikkate alınmak suretiyle 15.03.2024 tarihinde değerlendirilerek 2024/03-07 karar numarası ile etik açıdan uygun bulunmaktadır.

Bilgilerini ve gereğini arz/rica ederim.

Prof. Dr. Alev ERKİLET
Başkan

ÖZGEÇMİŞ

Ad ve Soyad:

Mehmet Akif AYDIN

İletişim Bilgileri:

E-posta (1):

E-posta (2):

Eğitim:

2021 - 2024: İbn Haldun Üniversitesi, Din Bilimleri ABD, Din Psikolojisi
(Yüksek Lisans)

2019 - 2022: Bursa Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji
(Lisans)

2016 - 2021: Bursa Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, İlahiyat (Lisans)

İş Deneyimi:

2022- Devam: Araştırma Görevlisi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Fen-Edebiyat
Fakültesi, Psikoloji