

## AÇIKLAMA BİÇİMİ MODELİNİN NORMAL VE DEPRESİF DENEKLERLE SINANMASI

*Prof. Dr. Orhan AYDIN*

Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü

*Doç. Dr. Gül AYDIN*

Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikolojik  
Hizmetler Anabilim Dalı

### ÖZET

Bu araştırmada Abramson, Seligman ve Teasdale (1978) tarafından geliştirilen depresif açıklama biçimi (depressive explanatory style) modelinin Türk kültüründeki geçerliği depresyon ile açıklama biçimi arasındaki ilişki incelenerek sınanmıştır. Bu amaçla 50 depresif tanısı konmuş hasta ve 127 üniversite öğrencisinden oluşan iki ayrı grup deneğe Depresif Açıklama Biçimi Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Bulgular, üniversite öğrencisi denekler ile depresif deneklerin açıklama biçimleri arasında anlamlı farklar olduğunu göstermiştir. Ayrıca her iki grupta da depresif belirtiler ile açıklama biçimi arasındaki ilişki anlamlıdır. Ancak bu ilişki depresif grupta üniversite öğrencilerine oranla daha yüksektir. Bulgular, genel olarak Abramson, Seligman ve Teasdale (1978)'in modelini desteklemiş, bu sonuç modelin kültürlerarası fark gözetmeksizin özellikle gerçek depresif kişiler için geçerli olduğu biçiminde yorumlanmıştır.

Depresyon insan yaşamı ve sağlığı ile ilgili bazı doğurguları açısından her zaman psikologların dikkatini çeken bir konu olmuştur. Uzun bir süre, depresyon ile ilgili kuram geliştirme ve araştırma çabalarının daha çok klinik psikologlardan geldiği, sosyal psikoloji alanında çalışan araştırmacıların depresyon, depresif düşüncelerin niteliği ve oluşumu ile pek fazla ilgilenmedikleri gözlenmiştir. Ancak, ilk ola-

rak Seligman (1975) tarafından laboratuvarında yürütülen hayvan deneyleri sonuçlarına dayandırılarak geliştirilen (Seligman ve Maier, 1967; Overmier ve Seligman 1967), daha sonraları Abramson, Seligman ve Teasdale, (1978)'in Weiner'in başarı-başarısızlık nedenlerinin algılanması modelinden esinlenerek yeniden formüle ettikleri öğrenilmiş çaresizlik modelinin depresyonu açıklayabilecek bir kuram olabileceğinin anlaşılması, klinik psikologların yanı sıra sosyal psikoloji alanında çalışan araştırmacıların da bu konuya eğilmesine yol açmıştır.

Öğrenilmiş çaresizlik modelinin Abramson ve arkadaşları (1978) tarafından yeniden formüle edilen biçimine göre, bireyler karşılaştıkları başarı ve başarısızlıklara içsel-dışsal (internal-external), değişmez-değişebilir (stable-unstable) ve genel-özel (global-specific) olmak üzere üç değişik nedensel boyut üzerinde yüklemelerde bulunurlar. İçsel-dışsal boyutunda birey, başarı ya da başarısızlığın kendi kişisel özelliklerinden ya da çevresel etkenlerden kaynaklanıp kaynaklanmadığını araştırır. Değişmez-değişebilir boyutu üzerinde başarı ya da başarısızlığa yol açan nedenin zaman içinde değişme gösterip göstermediğine, genel-özel boyutunda ise bu nedenin belirli bir ortam ya da tüm benzer ortamlar için geçerli olup olmayacağına karar verir (Abramson ve ark., 1978; Abramson, Garber ve Seligman, 1980).

Model, tüm insanlar gibi depresif kişilerin de olaylar karşısında nedensel yüklemelerde bulduklarını, ancak depresif bireylerin nedensel yüklemelerinin depresif olmayanların nedensel yüklemelerinden bazı sistematik farklar gösterdiğini ileri sürmektedirler. Depresif yüklenme biçimi (depressive attribution style) olarak adlandırılan bu düşünce biçimine göre, depresif bireyler karşılaştıkları başarısızlıkları içsel, değişmez ve genel, başarıları ise dışsal, değişebilir ve özel nedenlerle açıklama eğilimi göstermektedirler (Alloy ve Abramson, 1980; 1982; Peterson ve Seligman, 1984).

Model son yıllarda tekrar gözden geçirilmiş ve yüklenme biçiminin bireylerin kendi başarı ve başarısızlıklarını açıklama çabası içerdiği dikkate alınarak "yüklenme biçimi" kavramı yerine "açıklama biçimi (explanatory style)" kavramının benimsenmesinin daha uygun olduğu düşünülmüştür. Modelin yeniden gözden geçirilmiş bu son şeklinde açıklama biçimi, insanların karşılaştıkları olumsuz olaylara (bad events) verdikleri tepkileri yordayan bir kişilik özelliği olarak tanımlanmıştır. (Peterson ve Seligman, 1987). Modele ilişkin son yayınlarda yalnızca olumsuz olaylar karşısında yapılan içsel, değişmez ve genel nedensel yüklemelerle bunların bileşiminin depresif belirtilerle kesin bir ilişkisinin olduğu, daha önce ileri sürüldüğü gibi olumlu olaylar karşısında yapılan dışsal, değişebilir ve özel nedensel yüklemelerin depresyon ile her zaman ilişkili olmayabileceği de vurgulanmıştır (Peterson, Luborsky ve Seligman, 1983; Peterson ve Seligman, 1987).

Peterson ve Seligman (1984; 1987) tarafından ileri sürülen bu görüşler genellikle araştırma bulgularıyla desteklenmekle birlikte, yapılan bazı araştırmaların modeli desteklemeyen sonuçlar ortaya çıkardığı da gözlenmiştir. Araştırmaların bazı-

larında depresyon ile açıklama biçimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Seligman, Abramson, Semmel ve Von Baeyer, 1979; Raps, Peterson, Reinhard, Abramson ve Seligman, 1982; Seligman, Peterson, Kaslow, Tannenbaum, Alloy ve Abramson, 1984; Nolen-Hoeksema Birgus ve Seligman, 1986; Brewin ve Furnham, 1987), bazılarında ise böyle bir ilişkinin kanıtlanamadığı görülmüştür (Hammen ve De Mayo, 1982; Coyne ve Gotlib, 1983).

Diğer yandan, literatürde rastlanan bu çelişkili sonuçların nedenlerini araştırmak üzere düzenlenen bir meta-analiz sonuçları (Sweeney, Anderson ve Bailey, 1986), bireylerin olumsuz olaylarla karşılaştıkları zaman yaptıkları içsel, değişmez ve genel nedensel yüklemelerin, bu kişilerin olumlu olaylar karşısında yaptıkları nedensel yüklemelere oranla daha fazla depresyonla ilişkili olduğuna işaret etmiştir. Bir başka deyişle, bireylerin olumsuz olaylarla karşılaştıkları zaman yaptıkları nedensel yüklemeler daha fazla depresyona yol açmakta, yada depresyonun gelişmesi için risk ortamı oluşturmakta, ancak olumlu olaylar karşısında bireyin dışsal değişebilir ve özel nedenlerle yüklemelerde bulunması her zaman depresyonla ilişkili bulunmamaktadır. Yine bu araştırmada, sözü geçen bu ilişkinin klinik olarak depresif tanısı almış kişilerde, çeşitli depresyon ölçeklerinden almış oldukları puanlara göre depresif olarak sınıflandırılan ve depresif olmayan üniversite öğrencisi deneklerde gözlemlendiğinden daha belirgin olduğu da saptanmıştır (Sweeney ve ark., 1986).

Literatürde rastlanan bu çelişkili sonuçların nedenlerini araştırmak amacıyla düzenlenen diğer bir meta-analitik araştırmada ise, bu çelişkili sonuçlardan sorumlu görülen etkenler tartışılmıştır (Peterson, Villanova ve Raps, 1985). Araştırmacılar elde edilen bu çelişkili sonuçların nedenlerini örneklem büyüklüğü, niteliği

(hasta ya da normal deneklerden oluşması), depresyon ve açıklama biçiminin değerlendirilmesindeki yöntem ve ölçek farklılıkları olmak üzere belirli başlıklar altında gruplanmışlar ve bu nedenlerin etkilerini incelenmişlerdir. Sonuçlar, olumsuz olayları açıklama biçiminin (explanatory style for bad events) depresyonla ilişkili bulunduğunu, ancak bu ilişkinin olumlu olaylar için her zaman saptanamadığını göstermiştir. Ayrıca, araştırmalardan elde edilen gelişkili bulguları ortaya çıkaran en önemli etkenin, açıklama biçiminin ölçülmesinde kullanılan yöntem ve ölçek farklılıkları olduğu da gözlenmiştir. Şöyle ki, modeli desteklemeyen çalışmalarda genellikle az sayıda madde içeren açıklama biçimi ölçeklerinin kullanıldığı, buna karşılık modeli destekleyen çalışmalarda deneklere sunulan maddelerin daha çok olduğu saptanmıştır (Peterson ve ark., 1985; Peterson ve Seligman, 1984). Bu sonuç, açıklama biçiminin ölçülmesinde kullanılan aracın büyük önem taşıdığını ve madde sayısının az olmaması gerektiğine işaret etmektedir.

Diğer yandan, Peterson ve arkadaşları (1985) deneklere hipotetik olayların (hypothetical events) sunulduğu durumlarda bu olayların adeta bir projektif test işlevi görerek depresif kişilerde potansiyel olarak var olan olumsuz olayları içsel, değişmez ve genel nedenlerle açıklama eğilimini ortaya çıkardığını, bu eğilimin gerçek olaylar karşısında her zaman ortaya çıkmayabildiğini saptamışlardır. Bu sonuç, açıklama biçimiyle ilgili ve hipotetik olayları içeren ölçeklerle yapılan ölçümlerin, deneklerin gerçek olumsuz olaylarla (actual bad events) karşılaştırıldığı laboratuvar koşullarında gerçekleştirilen ölçümlerden daha güvenilir sonuçlar verdiğine işaret etmektedir.

Gerek Peterson ve arkadaşları (1985), gerekse Sweeney ve arkadaşları (1986)

tarafından yürütülen meta-analitik çalışmaların sonuçları incelendiğinde, anılan bu meta-analiz bulgularının da birbirleriyle gelişkili olduğu görülmektedir ki bu gelişki araştırmalarda kullanılan deneklerin niteliği ile ilgilidir. Peterson ve arkadaşları (1985) örneklem niteliği ve türünün, bir başka deyişle, araştırmaların depresif ya da üniversite öğrencisi deneklerle yürütülmesinin bu gelişkili sonuçlara herhangi bir katkısının saptanamadığını öne sürmekte-lerken, Sweeney ve arkadaşları (1986) bunun aksini rapor etmekte, depresif deneklerin olumsuz olaylar karşısında üniversite öğrencilerine oranla daha fazla içsel, değişmez ve genel nedensel açıklamalarda bulduklarını saptadıklarını vurgulamaktadırlar. Olumlu olaylara yapılan nedensel açıklamalarda ise iki grup arasında bir fark gözlenmediği yine bu araştırmacılar tarafından rapor edilmiştir.

Görüldüğü gibi, literatürde rastlanan gelişkili araştırma sonuçlarının nedenlerini incelemek amacıyla yürütülen meta-analitik çalışma sonuçlarının da gelişkili olması, modelle ilgili soruların henüz tam anlamıyla yanıtlanamamış olduğunu açık bir biçimde göstermektedir. Bu nedenle, modelin sınanması amacıyla yapılacak yeni araştırmalar önem kazanmaktadır. Özellikle, farklı kültürlerde yürütülecek araştırmalar, modelin evrensel niteliği olup olmadığı sorusunu da yanıtlama olanağı yaratacaktır. Temelde böyle bir ihtiyacı karşılamak amacıyla planlanmış olan bu araştırmada, "Açıklama Biçimi" modelinin Türk kültüründe geçerli olup olmadığı sorusunun yanısıra, literatürde halen tartışma konusu olan örneklemin türü ve niteliği ile ilgili sorulara da yanıt aranmaya çalışılmaktadır.

Daha ayrıntılı olarak ifade etmek gerekirse bu araştırmada, depresyon ile açıklama biçimi arasındaki ilişkinin Türk kültüründe de geçerli olup olmadığı sınanmak-

tadır. Böyle bir ilişki varsa, bu ilişkinin bireylerin olumsuz olaylar karşısında yaptıkları içsel, değişmez ve genel nedensel açıklamalar ile depresyon arasında, ya da olumlu olaylar karşısında yaptıkları dışsal, değişebilir ve özel nedensel açıklamalar ile depresyon arasında olup olmadığı ayrıca incelenmektedir. Bunun yanısıra, depresif bireylerin açıklama biçimleriyle, üniversite öğrencisi deneklerin açıklama biçimleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı da araştırılmaktadır.

## YÖNTEM

### Dernekler

Araştırmaya Ankara Üniversitesi Psikiyatri Kliniği ergen ve yetişkin polikliniklerine başvuran ve depresyon tanısı almış 50 hasta ve Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü birinci sınıf ve Orta Doğu Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Eğitimi Bölümünün birinci sınıf öğrencilerinden 127 denek katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak Aydın (1987) tarafından geliştirilen Depresif Açıklama Biçimi Ölçeği (DABÖ) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılmıştır.

Deneklerin açıklama biçimlerini ölçme amacıyla hazırlanan DABÖ 15'i olumlu, 15'i olumsuz olmak üzere toplam 30 hipotetik olay içermektedir. Daha önce de değinildiği gibi hipotetik olayların bir anlamda projektif test işlevi görerek depresif açıklama biçimini ortaya çıkardıkları ve bu tür madde sayısı arttıkça bu eğilimin ortaya çıkma olasılığının arttığı yönündeki araştırma bulgularına dayanılarak, ölçekte mümkün olduğunca çok sayıda hipotetik duruma yer verilmeye çalışıl-

mıştır. Böylece, her bir maddesinde olumlu ya da olumsuz hipotetik bir olayın sunulduğu DABÖ'de bu olaya ilişkin olarak iki nedensel açıklama seçeneği de bulunmaktadır. Derneklerden bu iki seçenekten kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir.

DABÖ'nün puanlanmasında ise şöyle bir yol izlenmektedir. Olumsuz olayların betimlendiği maddelerde, sunulan duruma verilen her bir içsel, değişmez ve genel yanıtı bir puan, olumlu olayların betimlendiği maddelerde de her bir dışsal, değişebilir ve özel boyutu yansıtan yanıtı bir puan verilmektedir. Bu puanların toplanmasıyla, her denek için tek bir depresif açıklama biçimi puanı elde etmek mümkün olmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan sıfır, en yüksek 30'dur. Yüksek puan depresif açıklama biçiminin varlığına işaret etmektedir. Doğal olarak, DABÖ'den olumlu ve olumsuz maddeler için iki ayrı puan elde etmek de mümkündür. Bu durumda ölçeğin olumlu ya da olumsuz kısmından alınabilecek en düşük puan sıfır, en yüksek puan ise 15 olacaktır.

Ölçeğin geçerliği kapsam (content) ve uyum (concurrent) geçerliği açısından incelenmiştir (Aydın, 1987). Ölçeğin kapsam geçerliği uzman kanısına başvurularak incelenmiş, uzmanların değerlendirmeleri ölçek maddelerinin ölçmeyi amaçladığı alanı tam anlamıyla kapsadığına işaret etmiştir. Anılan çalışmada ölçeğin uyum geçerliği 31 nörotik depresif tanısı almış denekin DABÖ'den aldıkları puanlar ile daha önce geçerlik ve güvenilirliği sınanmış olan Çokyönlü Depresyon Envanterinin (Aydın ve Demir, 1987a) Öğrenilmiş Çaresizlik alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyon hesaplanarak incelenmiştir. Deneklerin her iki ölçekten aldıkları puanlar arasındaki Pearson-momentler-çarpımı-korelasyon katsayısı ile bulunan ilişki anlamlıdır ( $r = 0.58$ ;  $P < 0.001$ ). Söz ko-

nusu çalışmada DABÖ'nün güvenilirliği de içtutarlık ve puan değişmezliği açısından incelenmiş ve nörotik depresif tanısı almış deneklerin DABÖ puanları üzerinden hesaplanan Cronbach-alfa içtutarlık katsayısının 0.62 olduğu saptanmıştır ( $P < 0.001$ ). Ölçeğin 84 normal deneye dört hafta ara ile uygulanması sonucu elde edilen test-tekerrar test güvenilirliği de yeterli düzeyde bulunmuştur ( $r = 0.65$ ;  $P < 0.001$ ). Tüm bu bulgulara dayanılarak DABÖ'nün araştırmada kullanılabilmesine karar verilmiştir.

Araştırmada kullanılan ve 21 madde'den oluşan Beck Depresyon Ölçeği'nin geçerlik çalışması Aydın ve Demir (1987b) güvenilirlik çalışması ise Tegin (1980) tarafından yapılmıştır. Her iki çalışma sonuçları da ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğunu göstermiştir.

#### *İşlem*

Araştırmaya katılan deneklere Beck Depresyon Ölçeği ve Depresif Açıklama Biçimi Ölçeği birbiri ardısıra uygulanmıştır. Ölçeklerin depresif deneklere uygulanması bireysel olarak, normal deneklere uygulanması ise grup halinde yürütülmüştür.

### **BULGULAR**

Daha önce de belirtildiği gibi bu araştırmada Abramson, Seligman ve Teasdale (1978) tarafından geliştirilen "Açıklama Biçimi" modelinin kültürümüzde de geçerli olup olmadığının sınanması amaçlanmıştır. Literatürde yer alan çelişkili araştırma bulguları dikkate alınarak bu çalışma, hem normal hem de depresif deneklerden oluşan iki farklı grup ile yürütülmüştür.

#### *Modelin Depresif Denekler ile Sınanması*

Depresif açıklama biçimi ile depresyon arasında bir ilişki olup olmadığı deneklerin Beck-Depresyon Ölçeği'nden aldıkları toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Deneklerin her iki testten aldıkları puanlar arasında Pearson-momentler-çarpımı-korelasyonu ile bulunan korelasyon katsayısı anlamlıdır ( $r = 0.55$ ;  $P < 0.001$ ). Bu sonuç depresif deneklerde depresif belirtiler ile içe açıklama biçimi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermektedir.

Deneklerin Depresif Açıklama Biçimi Ölçeği'nin olumlu ve olumsuz maddelerinden aldıkları puanlar ile Beck Depresyon Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişki de ayrıca hesaplanmıştır. Deneklerin DABÖ'nün olumlu maddelerinden ve Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlar üzerinden hesaplanan Pearson-momentler-çarpımı-korelasyon katsayısı 0.40'dır. Bu  $\alpha = 0.62$  düzeyin anlamlıdır. Deneklerin DABÖ'nün olumsuz maddelerinden ve Beck Depresyon Ölçeği'nden almış oldukları puanlar üzerinden hesaplanan Pearson-momentler-çarpımı-korelasyon katsayısı ise 0.48'dir ( $P < 0.001$ ).

Depresif deneklerin DABÖ'nün olumlu ve olumsuz maddelerinden aldıkları ayrı iki puan arasındaki ilişki de Pearson-momentler-çarpımı-korelasyonu ile incelen ve elde edilen korelasyon katsayısının anlamlı olduğu gözlenmiştir ( $r = 0.26$ ;  $P < 0.05$ ).

Bu sonuçlar, psikiyatri kliniğine başvurarak depresif tanısı almış olan hasta deneklerde depresif belirtiler ile açıklama biçimi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Bu ilişki, depresif hastaların DABÖ'nün hem olumlu hem de olumsuz maddelerinden ayrı ayrı aldıkları puanlar ile Beck Depresyon Ölçeği'nden

aldıkları puanlar arasında mevcut olmakla birlikte, olumsuz olaylara ilişkin maddelerden alınan toplam puanlarla Beck Depresyon Ölçeği'nden alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı, olumlu maddelere ilişkin maddelerden alınan toplam puanlar ile Beck Depresyon Ölçeği'nden alınan puanlar üzerinden hesaplanan korelasyon katsayısından daha yüksektir. Bu sonuç, depresif bireylerin olumsuz olayları açıklamakta kullandıkları açıklama biçimleri ile depresif belirtiler arasındaki ilişkinin, olumlu olaylar karşısında kullandıkları açıklama biçimi ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiden daha güçlü olduğunu göstermektedir.

#### *Modelin Üniversite Öğrencisi Denekler ile Sınırlanması*

Üniversite öğrencilerinden oluşan bu grupta da depresif açıklama biçimi ile depresyon arasında bir ilişki olup olmadığı, bu deneklerin BDÖ'den aldıkları puanlarla DABÖ'den aldıkları toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Deneklerin DABÖ'den ve Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlar üzerinden Pearson-momentler-çarpımı-korelasyonu ile hesaplanan korelasyon katsayısı 0.26'dır ( $P < 0.001$ ). Bu sonuç, depresif belirtiler ile açıklama biçimi arasındaki ilişkinin depresif tanısı almamış üniversite öğrencilerinde de gözlemlendiğine ancak bu ilişkinin depresif hastalarda olduğu kadar güçlü olmadığına işaret etmektedir.

Depresif grupta olduğu gibi, üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'nün olumlu ve olumsuz maddelerinden aldıkları puanlar ile Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı da araştırılmıştır.

Öğrencilerin DABÖ'nün olumlu maddelerinden ve BDÖ'den aldıkları puanlar

üzerinden hesaplanan korelasyon katsayısı 0.28'dir. Bu değer  $\alpha = 0.001$  düzeyinde anlamlıdır.

Üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'nün olumsuz maddelerinden ve BDÖ'den aldıkları puanlar üzerinden hesaplanan Pearson - momentler - çarpımı - korelasyon - katsayısının ise 0.13 olduğu ve bu değer anlamlılık düzeyine ulaşamadığı görülmüştür ( $P < 0.06$ ).

Üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'nün olumlu ve olumsuz maddelerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişki de Pearson-momentler-çarpımı-korelasyonu ile hesaplanmış, elde edilen korelasyon katsayısının anlamlı olduğu saptanmıştır ( $r = 0.33$ ;  $P < 0.001$ ).

Bu sonuçlar, depresif kişilerde olduğu gibi üniversite öğrencisi deneklerde de depresif belirtiler ve açıklama biçimi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermiştir. Ancak bu ilişki, üniversite öğrencilerinde yalnızca DABÖ'nün olumlu maddelerinden alınan puanlar ile BDÖ'den alınan puanlar arasında vardır. DABÖ'nün olumsuz olaylara ilişkin maddelerinden alınan puanlar ile BDÖ'den alınan puanlar arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

#### *Depresif Deneklerin Açıklama Biçimiyle Üniversite Öğrencisi Deneklerin Açıklama Biçimleri Arasındaki Farklılıklar*

Depresif deneklerin açıklama biçimlerinin üniversite öğrencisi deneklerin açıklama biçimlerinden farklı olup olmadığını saptamak amacıyla depresif ve öğrenci deneklerin DABÖ'den aldıkları puan ortalamaları arasındaki fark, t testi ile analiz edilmiştir. Bu analiz hem ölçeğin tümünden, hem de olumlu ve olumsuz maddelerinden alınan toplam puanlar üzerinden ayrı ayrı yapılmıştır. Depresif ve üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'den al-

dıkları olumlu, olumsuz ve toplam puanların ortalamaları, standart sapmaları ve iki gruptaki deneklerin puan ortalamaları arasındaki farklara ilişkin t değerleri tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1**

**Depresif ve üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'den aldıkları olumlu, olumsuz ve toplam puanların ortalamaları, standart sapmaları ve ortalamalar arası farklara ilişkin t testi değerleri**

DABÖ	Gruplar				t
	Depresif		Öğrenci		
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	
Olumlu	8.18	2.60	7.19	2.41	2.31*
Olumsuz	5.42	2.39	4.47	2.07	2.46*
Toplam	13.60	3.96	11.64	3.65	3.01**

\* P < 0,05

\*\* P < 0,01

Tablo 1'de görüldüğü gibi klinik olarak depresif tanısı almış deneklerle üniversite öğrencisi deneklerin DABÖ'den aldıkları olumlu, olumsuz ve toplam puan ortalamaları arasındaki farklara ilişkin t değerlerinin tümü anlamlıdır. Bu sonuç, depresif tanısı almış deneklerin gerek olumlu, gerekse olumsuz olaylar karşısında kullandıkları nedensel açıklamaların üniversite öğrencisi deneklerin benzer durumlarda kullandıkları nedensel açıklamalardan farklı olduğunu göstermektedir. Bir başka deyişle, depresif denekler, olumlu olaylarla karşılaştıklarında üniversite öğrencilerine oranla daha çok dışsal, değişebilir ve özel, olumsuz olaylarla karşılaştıklarında ise daha çok içsel, değişmez ve genel nedensel açıklamalarda bulunmaktadır.

## TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen bulgular genel olarak Abramson, Seligman ve Teasdale (1978) tarafından geliştirilen "Açıklama Biçimi" modelinin yordamalarını destekler niteliktedir. Bilindiği gibi, model depresif kişilerin karşılaştıkları olumlu olayların nedenlerini kendilerinin kontrolünde olmayan, zaman içinde değişebilecek ve belirli bir ortamla sınırlı olarak algıladıklarını, buna karşılık, karşılaştıkları olumsuz bir olay ya da başarısızlığın nedeninin kendileri olduğu, bunun zaman içinde değişmeyeceği ve benzer ortamlar için de geçerli olacağı beklentisi içinde bulduklarını ileri sürmektedir. Bu araştırmada, depresif deneklerden elde edilen bulgular bu görüşü desteklemiştir. Depresif deneklerin Beck Depresyon Ölçeği ve Depresif Açıklama Biçimi Ölçeği'nin olumsuz maddelerinden aldıkları puanlar üzerinden hesaplanan korelasyon katsayısının anlamlı, üniversite öğrencilerinin bu iki ölçekten aldıkları puanlar üzerinden hesaplanan korelasyon katsayısının ise anlamlı bulunmaması, depresif kişilerin özellikle olumsuz olaylar karşısında kaldıkları, ya da herhangi bir başarısızlıkla karşılaştıkları zaman bu tür bir açıklama biçimini daha çok kullandıklarına işaret etmektedir. Bu sonuç, Peterson ve Seligman (1987)'in olumsuz olayları açıklama biçiminin depresyonla daha çok ilişkili olduğu yolundaki görüşlerini ve Sweeney ve arkadaşlarının (1986) bu yöndeki bulgularını da destekler niteliktedir.

Diğer yandan, üniversite öğrencisi deneklerden oluşan gruptan elde edilen bulguların modeli tam anlamıyla desteklemediği görülmektedir. Hernekadar bu grupta da BDÖ ile ölçülen depresif belirtiler ile DABÖ ile ölçülen depresif açıklama biçimi arasındaki korelasyon istatistiksel olarak anlamlı ise de elde edilen korelasyon kat-

sayısı oldukça düşüktür ( $r = 0.26$ ). Oysa depresif grupta denek sayısının azlığına rağmen bu ilişkinin çok daha güçlü olduğu görülmektedir ( $r = 0.55$ ).

Bu sonuç üniversite öğrencilerinde görülen depresif belirtilerle açıklama biçimi arasındaki ilişkinin çok kesin olmadığını ve örneklem büyüklüğünden etkilenmiş olabileceğini düşündürmektedir. Araştırmanın üniversite öğrencileri ile yürütülen bu kısımdan elde edilen bulgunun bu yaş grubundaki gençlerde rastlanan depresif belirtilerin geçici niteliğinden kaynaklanmış olması da mümkündür. Şöyle ki, daha önce de vurgulandığı gibi DABÖ ile ölçülen depresif açıklama biçimi, depresif kişilerin karşılaştıkları olumsuz olayların nedeninin kendilerinden kaynaklandığı, zaman içinde değişmeyeceği ve yaşamlarının diğer yönleri için de geçerli olacağı inancına işaret eden oldukça yerleşmiş bir eğilim, adeta bir kişilik özelliğidir. Oysa, Beck Depresyon Ölçeği daha çok Depresyon Ölçeği daha çok depresif belirtileri ve kişinin o andaki depresif duygulanım durumunu ölçmektedir. Üniversite öğrencileri ile Beck Depresyon Ölçeği kullanılarak yapılan çalışmalar, bu ölçeğe göre depresif bulunan öğrencilerin bir kaç hafta sonra aynı ölçekten düşük puanlar aldıklarına, bir başka deyişle üniversite öğrencilerinde rastlanan depresif belirtilerin geçici olabileceğine işaret etmektedir (Depue ve Monroe, 1978; Sacco, 1981; Zimmerman, 1986). Bu nedenle üniversite öğrencileri ile yürütülen depresyon tarama çalışmalarında yalnızca Beck Depresyon Ölçeği ya da benzeri ölçeklere dayanarak depresyon tanısı konulmaması gerektiği, tanıya yardımcı gözlem ve görüşme gibi başka tekniklerden yararlanılması da önerilmektedir (Deardorff ve Funabiki, 1985).

Özetle, bu araştırmanın üniversite öğrencileriyle yürütülen kısımdan elde edilen bulgular, literatürde rastlanan ara-

tırma bulguları arasındaki gelişmelerin temelde örneklemin türünden kaynaklandığını, üniversite öğrencilerindeki depresif belirtilerin geçici niteliği nedeniyle depresyon-açıklama biçimi arasındaki ilişkinin tutarlı bulunmadığını düşündürmektedir. Bu durumda modelin sınanmasının en uygun yolunun bu tür çalışmaları depresyon tanısı almış hasta gruplar ile yürütmek olduğu düşünülebilir. Nitekim, öğrenci deneklerin DABÖ'den aldıkları olumlu puanlarla Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin anlamlı olması, modelin olumsuz olaylar karşısında geliştirilen açıklama biçiminin depresyonla daha çok ilişkili olduğu yönündeki temel yordamasına da ters düşmektedir. Öğrenci grubundan elde edilen beklenmedik yöndeki bu bulgunun da öğrencilerdeki depresyonun geçici niteliğine bağlı olduğu düşünülebilir.

Diğer yandan, depresif ve öğrenci deneklerin DABÖ puan ortalamaları arasındaki değerlerinin anlamlı olması, modelin normal bireylerle depresif bireylerin açıklama biçimleri arasında sistematik bazı farklar bulunduğu yolundaki savını desteklemektedir. Üniversite öğrencisi deneklerde saptanan, olumlu olaylara ilişkin açıklama biçimi ile depresif belirtiler arasındaki ilişki de bu sistematik farklılardan biri olabilir.

Sonuç olarak, araştırmadan elde edilen bulgular modelin kültürden bağımsız olarak gerçek depresif bireyler için geçerli olduğunu, bu bireylerde rastlanan depresif belirtilerin özellikle olumsuz olaylar karşısında geliştirilen açıklama biçimiyle ilişkili bulunduğunu göstermiştir. Bu araştırmada, depresif ve öğrenci grup deneklerden elde edilen farklı bulgular literatürdeki gelişimli araştırma sonuçlarının temel kaynağının örneklemin niteliği olduğunu düşündürmektedir. Bu açıdan ele alındığında bu araştırmadan elde edilen bulgu-



lar, Peterson ve Seligman (1984)'ın literatürde rastlanan gelişikili araştırma bulgularının ölçek, yöntem ve örneklem farklılıklarından kaynaklandığı yönündeki görüşlerini desteklemektedir.

#### KAYNAKLAR

- Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P., ve Teasdale, J., (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology* 87, 49-74.
- Abramson, L.Y., Garber, J. ve Seligman, M.E.P., (1980). Learned helplessness in humans: An attributional analysis. In J. Garber ve M.E.P. Seligman (Eds.). *Human Helplessness Theory and Application*. New York : Academic Press.
- Alloy, L.B. ve Abramson, L.Y., (1980). The cognitive component of human helplessness and depression. In J. Garber ve M.E.P. Seligman (Eds.). *Human Helplessness : Theory and Application*. New York : Academic Press.
- Alloy, L.B. ve Abramson, L.Y., (1982). Learned helplessness, depression and the illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 1114-1126.
- Aydın, G., (1987). Depresyonda bilişsel değerlendirme : DYBÖ yetişkin formunun klinik geçerlik ve güvenilirliği. *Nöroloji, Nöroşirurji, Psikiyatri Dergisi*, 3, 3, 135-138.
- Aydın, G. ve Demir, A., (1987b). O.D.T. Ü. öğrencilerinde depresif belirtilerin yaygınlığı. *O.D.T.Ü. İnsan Bilimleri Dergisi*, (Baskıda).
- Brewin, C.R. ve Furnham, A., (1987). Dependency, self-criticism and depressive attributional style. *British Journal of Clinical Psychology*. 26, 225-226.
- Coyne, Y.C. ve Gotlib, I.H., (1983). The role of cognition in depression : A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94, 472-505.
- Depue, R.A. ve Monroe, S.M., (1978). Learned helplessness in the perspective of depressive disorders : Conceptual and definitional issues. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 3-20.
- Deardorff, W.W., ve Funabiki, D., (1985). A diagnostic caution in screening for depressed college students. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 277-284.
- Hammen, C.L., ve De Mayo, A., (1982). Depression and cognitive characteristics of stressful life-event types. *Journal of Abnormal Psychology*. 91, 165-174.
- Nolen-Hoeksema, S., Seligman, M.E.P., ve Girgus, J.S., (1986). Learned helplessness in children : A longitudinal study of depression, achievement and explanatory style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 2, 435-442.
- Overmier, J.B. ve Seligman, M.E.P., (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*. 63, 28-33.
- Peterson, C., ve Seligman, M.E.P., (1984). Causal explanations as a risk factor for depression : Theory and evidence. *Psychological Review*, 91, 347-374.
- Peterson, C., ve Seligman, M.E.P., (1987). Explanatory style and illness. *Journal of Personality*, 55, 2; 237-265.
- Peterson, C., Luborsky, L., ve Seligman, M.E.P., (1983). Attribution and depressive mood shifts : A case study using the symptom-context

- method. *Journal of Abnormal Psychology*. 92, 96-103.
- Peterson, C., Villanova, P. ve Raps, C.S., (1985). Depression and attributions: Factors responsible for inconsistent results in the published literature. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 2, 165-168.
- Raps, C.S., Peterson, C., Reinhard, K.E., Abramson, L.Y., ve Seligman, M.E.P., (1982). Attributional style among depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 102-108.
- Sacco, W.P., (1981) Invalid use of the Beck Depression Inventory to identify depressed college-student subjects: A methodological comment. *Cognitive Therapy and Research*, 5, 143-147.
- Seligman, M.E.P., (1975). *Helplessness: On depression, development and death*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M.E.P., ve Maier, S.F., (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1-9.
- Seligman, M.E.P., Abramson, L.Y., Semeł, A., ve Von Baeyer, C. (1979). Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 242-247.
- Seligman, M.E.P., Peterson, C.R., Kaslow, N., Tannenbaum, R.L., Alloy, L.B., ve Abramson, L.Y., (1984). Attributional style and depressive symptoms among children. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 235-238.
- Sweeney, P.D., Anderson, K. ve Bailey, S., (1986). Attributional style in depression: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50, 5, 947-991.
- Tegin, B., (1980). *Depresyonda bilişsel süreçler: Beck modeline göre bir inceleme*. H.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü: yayınlanmamış doktora tezi.
- Zimmerman, M., (1986). The stability of the revised Beck Depression Inventory in college students: Relationship with life events. *Cognitive Therapy and Research*. 10, 37-44.