

# Bireylerin Duygu Durum, İçedönük-Dışadönük Kişilik Özelliği ve Müzik Tercihleri Arasındaki İlişkiler\*

## Relationships Between Individuals' Mood, Introvert-Extrovert Personality Traits, and Music Preferences

Barış Erdal<sup>1</sup> , Yeliz Kındap Tepe<sup>2</sup> 



\*Bu araştırma, Erdal ve Kındap Tepe (2017) tarafından yapılmış çalışmanın genişletilmiş versiyonudur.

<sup>1</sup>Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Müzik Bilimleri Anabilim Dalı, Sivas, Türkiye

<sup>2</sup>Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Samsun, Türkiye

ORCID: B.E. 0000-0002-9503-761X;  
Y.K.T. 0000-0003-0963-810X

**Sorumlu yazar/Corresponding author:**

Barış Erdal,

Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Müzik Bilimleri Anabilim Dalı, Sivas, Türkiye

**E-posta/E-mail:** berdal@cumhuriyet.edu.tr

**Başvuru/Submitted:** 01.06.2020

**Kabul/Accepted:** 21.01.2021

**Citation/Atf:** Erdal, B., ve Kındap Tepe, Y. (2021). Bireylerin duygu durum, içedönük-dışadönük kişilik özelliği ve müzik tercihleri arasındaki ilişkiler. *Psikoloji Çalışmaları - Studies in Psychology*, 41(2), 549-580.

<https://doi.org/10.26650/SP2021-852069>

### ÖZ

Mevcut araştırma, 2017-2018 yılları arasında yürütülmüş bir çalışmanın genişletilmiş ikinci versiyonudur. Bu çalışmanın temel amacı, Türkiye’de çeşitli üniversitelerde öğrenim gören genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin ( $N = 1457$ ) anlık duygu duruma ve içedönük ( $n = 247$ ) – dışadönük ( $n = 282$ ) kişilik özelliklerine göre günlük müzik dinleme eğilimlerini ve ortaya çıkan duygusal tepkileri belirli değişkenlere göre değerlendirmektir. Katılımcıların 794’ü (%54.5) kadın, 663’ü (%45.5) erkek ve yaş ortalaması 22.33 ( $SS = 2.54$ ,  $ranj = 17-35$ ) olarak saptanmıştır. Çalışma online olarak yürütülmüştür. Duygu durum, müzik ve duygu ilişkisi üzerine doğal eğilim ve tepkilerin tespit edilmesi amaçlandığı için katılımcılardan uygulamayı akıllı telefonlarıyla günlük yaşamlarında özellikle müzik dinleme ihtiyacı hissettikleri bir anda yapmaları istenmiştir. Çalışmadaki müzik sınıflandırmaları Rentfrow, Goldberg ve Levitin tarafından geliştirilen MUSIC modeline göre belirlenmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında kadınların erkeklere göre yumuşak ve enerjik müzik kategorisini daha çok tercih ettikleri, erkeklerin ise şiddetli müzik kategorisini kadınlardan daha çok tercih ettikleri görülmüştür. Diğer yandan, erkeklerin müzik dinledikten sonra hissettikleri gerginlik duygusunun kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. İçedönükler hem yumuşak hem enerjik müziği dışadönüklere göre daha az tercih ederken, şiddetli müzik kategorisini daha çok tercih etmişlerdir. Dışadönüklük düzeyi yüksek bireyler içedönüklere göre enerjik ve konvansiyonel türlerle daha fazla yönelmiştir. Müzik dinlemeden önceki olumlu ve olumsuz duygu durumlarına bağlı olarak tercih edilen müzik kategorileri karşılaştırıldığında, çok yönlü müzik kategorisini tercih edenlerin olumlu duygu puanlarının yumuşak ve gösterişsiz kategorisini tercih edenlerin puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen tüm bulgular duygu durumunun içedönüklerde ve dışadönüklerde müzik tercihleri üzerinde belirleyici faktörlerden biri olduğunu göstermiş, veriler müzik psikolojisi alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Duygu durum, müzik, duygular, içedönükler, dışadönükler

## ABSTRACT

The present study is the second extended version of a previous study conducted between 2017 and 2018. The present study aimed to assess the daily music-listening habits and subsequent emotional reactions of young adults ( $N = 1457$ ) studying at various universities in Turkey according to their immediate mood and introvert ( $n = 247$ ) or extrovert ( $n = 282$ ) personality traits according to certain variables. The study group was composed of 794 women (54.5%) and 663 men (45.5%), with a mean age of 22.33 ( $SD = 2.54$ , range = 17–35) years. The study was carried out online. To assess the natural tendencies and reactions with reference to the relationship among mood, music, and emotion, participants were asked to use their smartphones at a time when they felt the need to listen to music during their daily living. Music classifications were categorized under the MUSIC model developed by Rentfrow, Goldberg, and Levitin. As regards gender, women preferred the mellow and energetic music category more than men, and men preferred the intense music category more than women. By contrast, the sense of tension felt by men after listening to music was higher than that of women. While introverts preferred both the mellow and energetic music less than extroverts, they preferred the intense music category more. Extroverts are more oriented toward energetic and conventional types than introverts. When the music categories preferred depending on their positive and negative moods before listening to music were compared, the positive emotion scores of those who preferred sophisticated music were higher than those who preferred mellow and unpretentious ones. All findings indicate that mood was one of the determining factors of music preferences of introverts and extroverts, and data discussed were within the framework of music psychology literature.

**Keywords:** Mood, music, emotions, introverts, extroverts

## EXTENDED ABSTRACT

This study is an expanded second iteration of a previous study initially carried out during the period from 2017 to 2018. This study aimed to assess study participants enrolled in various universities in Turkey and going through early adulthood ( $N = 1457$ ), in terms of their daily music-listening habits regarding the mood of the moment and them being introverts ( $n = 247$ ) or extroverts ( $n = 282$ ), in the light of certain variables to analyze their emotional reactions.

### Method

This study used the MUSIC model (developed by Rentfrow, Goldberg, and Levitin), the Five Factor Personality Inventory, and Positive and Negative Affect Schedule scales as data collection tools. The study was carried out online, and data were collected over a 2-year period.

The study group was composed of 794 women (54.5%) and 663 men (45.5%), with a mean age of 22.33 ( $SD = 2.54$ , range = 17–35) years.

### Results

As regards music-listening habits according to gender, women have a more emphasized preference for mellow and contemporary music than men, whereas men more often preferred intense music. Compared with extroverts, introverts less frequently preferred

mellow and contemporary/rhythmic/energetic music and opted for the intense music. In general, compared with introverts, extroverts have a marked preference for pop and electronic dance music. Extroverts prefer energetic/rhythmic and conventional genres more than did their introvert peers. When the music categories preferred concerning emotions prior to listening music were compared, those who preferred sophisticated genres scored higher in the positive emotions scale than those who preferred mellow and unpretentious genres. Men experienced higher levels of tension/nervousness than did women after listening to music.

### Discussion

Compared with introverts, extroverts have a marked preference for pop and electronic dance music. Moreover, extroverts prefer energetic/rhythmic and conventional genres more than did their introvert peers. This finding indicates that introverts preferred intense and rebellious tunes, probably owing to their relatively high levels of neuroticism (Chamorro-Premuzic, Gomà-i-Freixanet, Furnham, & Muro, 2009; Chamorro-Premuzic, Swami, Furnham, & Maakip, 2009). A study reported that using music for emotional purposes exhibits a positive correlation with neuroticism. However, to support this interpretation, we found that extroverts felt happier and harbored more positive emotions right before listening to music than introverts.

By contrast, introverts exhibited higher levels of tension/nervousness before listening to music. Some studies have found that individuals with higher scores on the extrovert scale were more inclined to positive emotions (Costa & McCrae, 1980; Matthews, Jones, & Chamberlain, 1990; Rusting & Larsen, 1997; Watson & Clark, 1992). By contrast, those with higher neuroticism scores were inclined to negative emotions. In this context, given the introverts' marked preference for the intense category, the music they listen may be yet another element that expands negative emotions. When comparing the preferred music genres in relation to participants' positive and negative emotions prior to listening music, those who preferred sophisticated tunes scored higher in the positive emotions scale than those who preferred mellow and unpretentious ones. Clearly, individuals who listen to sophisticated genres such as jazz and classical music harbor a rather cognitive outlook toward music than individuals who prefer the mellow and unpretentious categories.

Although the study did not present participants according to their use of music, it is possible to argue that listening to mellow and unpretentious music can be associated with tunes in the background. In this sense, it is logical that the level of positive or negative influence from music is lower. This argument requires more in-depth analysis in subsequent

studies. In terms of music-listening habits according to gender, women have a more emphasized preference for mellow and contemporary genres than men, whereas men more often preferred an intense genre. For instance, concerning demographic factors, men listen to music in a cognitive sense, while women are more inclined toward emotional uses (Colley, 2008; Chamorro-Premuzic et al., 2009; Chamorro-Premuzic, Swami, & Cermakova, 2012). In addition, men experienced higher levels of tension/nervousness than women after listening to music. In other words, after listening to music, women experience a more positive emotional state and benefit more from the positive effects of music. However, the study group preferred to listen to music mainly during evenings and night hours. Furthermore, individuals mostly chose to listen to music alone. In this study, listening to music is mainly carried out in solitude because participants took part in the study during night hours. Overall, findings showed that mood was one of the determining factors on the music preferences of introverts and extroverts.

Müzik hemen her insanın hayatında belirli bir öneme sahiptir. İnsan doğasının en soyut ifade biçimlerinden biri olarak ilksel çağlardan bu yana farklı coğrafyalarda birbirinden farklı formlarda varlık kazanmıştır. Kültürlerin yapısına göre değişen bu çeşitlilik, aslında insanın belirli estetik ilkelere göre düzenlenmiş ses kombinasyonlarına ne derece önem verdiğinin bir göstergesidir. Schäfer, Sedlmeier, Städtler ve Huron'un (2013) ifade ettiği gibi, müziğin her yerde bulunması ve kökeninin çok eski zamanlara dayanması, işlevleriyle ilgili önemli spekülasyonlara ilham kaynağı olmuştur. Evde, sokakta, arabada, metroda, şenlik ve festivallerde, dini ritüellerde, eğitimde, sağlıkta, sporda, politikada, medyada, pazarlamada, diğer sanat dalları ile birlikte kısacası günlük yaşamımızın birçok bölümünde müzik bir şekilde yer almaktadır. Farkında olalım ya da olmayalım, müziğin insan yaşamında merkezi bir konuma sahip olduğunu söylemek abartılı bir yaklaşım olmayacaktır. Gerçekten, diğer sanat dalları ile kıyaslandığında yaşamımıza bu denli etkileri olan başka bir ifade biçimi örneklemek zordur.

Günümüz modern müzik psikolojisi içinde, müziğin yaratılmasından performansına, algılanmasından insanlar üzerinde oluşturduğu duygusal tepkilere kadar birbirinden farklı odaklara yönelik araştırmaların giderek çeşitlendiği söylenebilir. Özellikle geçen yirmi-otuz yılda, müziği günlük yaşamda kullanma strateji ve süreçleri ile müziğin uyandırdığı duygular üzerine artan bir ilgi olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalarda, günlük yaşamda müziğin gerçekten kendine özgü duygular uyandırıp uyandırmadığı (Clark, 1983; Eerola ve Vuoskoski, 2011; Gabrielsson, 2001; Juslin ve Laukka, 2004; Juslin, Liljeström, Vastfjäll ve Lundqvist, 2010; Juslin ve Västfjäll, 2008; Kivy, 1990; Konečni, 2008; Scherer, 2003; Scherer ve Zentner, 2001; Zentner, Gradjean ve Scherer, 2008), bireysel farklılıkların ve tercihlerin müziğe karşı verilen duygusal tepkilerle ne derece ilişkili olduğu (Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007; Furnham ve Allass, 1999; Rentfrow ve Gosling, 2003; Rentfrow, Gosling ve Levitin, 2011; Vuoskoski ve Eerola, 2011; Vuoskoski, Thompson, McIlwain ve Eerola, 2012) ya da kültürel ve sosyal çevremizdeki çeşitli farklılıkların duygusal tepkilerimizi nasıl etkilediği gibi konuların sıklıkla incelendiği söylenebilir (Balkwill ve Thompson, 1999; Barradas, 2017; Liljeström, Juslin ve Vastfjäll, 2012; Thompson ve Balkwill, 2010).

Müzik-duygu çalışmalarıyla doğrudan ilgili ve kısmen daha az incelenmiş bir konu, bireyler üzerindeki etkililiği duygulara göre daha uzun sürdüğü kabul edilen duygu durumu (mood) etkisidir. Müzik psikolojisinde duygu ve duygu durumu, müzik ve duygu alanının karşılıklı etkileşimine gönderme yapar. Ancak görünen o ki, şimdiye kadar

daha çok duygu alanı üzerine çalışılmıştır. Diğer yandan duygular kadar çok ve çeşitli olmasa da, bireylerin duygusal ve davranışsal yönlerini etkileyen farklı duygu durumlarının varlığı uzun zamandan beri bilinmektedir. Örneğin araştırmacılar, olumsuz duygu durum bağlamında üzücü duygu durumlara (Sad moods; Rusting ve DeHart, 2000), endişeli duygu durumlara (Anxious moods; Thayer, Newman ve McClain, 1994) ve kızgın-öfkeli (Angry moods; Rusting, 1998; Sedikides, 1995) duygu durumlara dikkat çekmiştir.

Araştırmalar müziğin dinleyicilerde belirli duygusal tepkileri ortaya çıkardığını göstermiştir (Juslin, 2005; 2011; 2012; Juslin ve Sloboda, 2010). Ancak anlık duygu durumunun insanların müzik seçimlerini nasıl etkileyebileceği ya da belirli kişilik özellikleriyle (içedönük-dışadönük) ilişkili olarak dinledikleri müziğe ne tür duygusal tepkiler verdiği gibi konular üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Dahası, bugüne kadar yapılmış araştırmaların büyük çoğunluğu manipülatif yaklaşımlarla gerçekleştirilmiştir (Eerola ve Vuoskoski, 2015). Başka bir ifadeyle çoğu araştırmada kullanılan uyaranlar araştırmacılar tarafından belirlenmiştir. Oysaki alana yönelik sık araştırmalar yapan belirli uzmanlara göre böyle çalışmalarda katılımcılar tarafından seçilmiş müziklerin araştırmacılar tarafından seçilmiş müziklere göre daha yoğun duygusal tepkiler oluşturacağı oldukça olası görülmektedir (Eerola ve Vuoskoski, 2015; Gabriellsson, 2001; Juslin ve Västfjäll, 2008; Liljeström, 2011). Kontrol süreci zor olmakla birlikte, bu tarz çalışmalardan elde edilen verilerin daha doğal olacağını varsaymak mantıklıdır. Diğer yandan buraya kadar sözü edilen çalışmaların batı alan yazınında gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu anlamda farklı kültürel yapılara ait çalışmalara ihtiyaç vardır. Farklı kültürlerde gerçekleştirilecek çalışmaların bir önemi, farklı yapılar arasında saptanabilecek evrensel ya da yerel karakteristiklerin belirlenmesi olarak açıklanabilir (Balkwill ve Thompson, 1999). Dolayısıyla, dinleyicilerin ait olduğu kültürel ve sosyal bağlam içinde gerçek yaşam koşullarından toplanmış veriler alana çok yönlü katkılar sunabilir.

Müziğin günlük yaşamda sıklıkla fiziksel-psikolojik dengeye ulaşmak için kullanıldığı bilinmektedir. Bunun yanı sıra müzik alternatif terapi uygulamaları içinde farklı amaçlarla kullanılmaktadır. Bunlar bireysel ifadeden, duygu durumu düzenlemeye, stresin düşürülmesinden zihinsel, ruhsal ve duygusal rahatsızlıklarla oluşan fonksiyon bozukluğu tedavilerine ya da kanser gibi zorlu hastalıklarda zihinsel acının maskelenmesi amacıyla kullanılması olarak sıralanabilir. Özellikle terapötik amaçlar düşünüldüğünde

müzik duygu çalışmalarının çok boyutluluğu ve kapsamına dikkat çekmek önemlidir. Bu nedenle insanların anlık duygu duruma göre müzik tercihlerinin bağlam içinde daha fazla araştırılması gerektiğini söylemek abartılı bir yaklaşım olmayacaktır. Yakın zamanlarda yapılan birçok araştırma bireylerin müzik dinleme edimiyle ilişkili en yaygın nedenlerden birinin duygu durumu iyileştirme ve duygusal düzenleme olduğunu göstermektedir (Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007; Chin ve Rickard, 2013; Juslin ve Sloboda, 2010; Rentfrow ve Gosling, 2003; Saarikallio, 2008; 2010; Saarikallio ve Erkkila, 2007; Sakka ve Juslin, 2018; Schäfer ve ark., 2013; Schellenberg, Peretz ve Vieillard, 2008; Ter Bogt, Mulder, Raaijmakers ve Gabhainn, 2010).

Özetle, ülkemizde müzik-duygu alanı üzerine neredeyse hiç bir kapsamlı araştırmanın yapılmamış olmasından dolayı alan yazındaki büyük eksikliğin bir ölçüde giderilmesi gerekmektedir. Benzer şekilde Batı alan yazında duygu durum, müziğin tüketildiği bağlam ve müzik tercihi ilişkilerinin kısmen daha az incelenmesi, dahası bugüne kadar yapılmış araştırmaların büyük çoğunluğunun araştırmacıların belirlediği müziklerle gerçekleştirilmesi yeni araştırmalarda katılımcı odaklı bir yaklaşımın benimsenmesi gerektiğini göstermektedir. Bu bağlamda bu araştırma, katılımcıların kendi seçtiği müziklerle yürütüleceği için müzik duygu araştırmaları yazınına doğal veriler sağlamayı hedeflemektedir. Diğer yandan belki de en önemlisi, müziğin alternatif terapi uygulamalarında çok geniş bir kullanım alanına sahip olması nedeniyle yukarıda verilen temel değişkenler üzerine kapsamlı araştırmalar yapılması gerektiği açıktır. Mevcut araştırma ile alanda tespit edilen bazı temel boşlukların da bir nebze giderilmesi hedeflenmiştir. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin anlık duygu duruma ve içedönük-dışadönük kişilik özelliğine göre günlük müzik dinleme eğilimlerine ve ortaya çıkan duygusal tepkiler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesine odaklanmıştır.

### **Duygu, Duygu Durum ve Müzik Arasındaki İlişkiler**

Russell'a (2003) göre duygunun tek bir tanımını yapmak zordur. Bu değerlendirmenin temel nedeni olarak, günümüze kadar yapılan çalışmalarda duyguların ne olduğu ve nasıl değerlendirileceğine ilişkin birçok kuram geliştirilmiş olmasına karşın, henüz fikir birliğine varılmış alanların oldukça sınırlı olması gösterilebilir. Diğer yandan bütün uzlaşmazlıklara rağmen araştırmacılar arasında genel kabul görmüş belirli uzlaşılar vardır. Buna göre duygular bireysel hissetmeyi, tepki eğilimlerini, psikolojik uyarılmayı, bilişsel değerlendirmeyi ve motor ifade davranışları içerirler (Niedenthal ve ark., 2006, akt.

Zentner ve Eerola, 2011). Benzer şekilde Scherer (2000), duyguların önemli çevresel değişikliklere görece kısa ve yoğun duygusal tepkiler göstermekle ortaya çıktığını; bu duygusal tepkinin bileşenlerinin ise bilişsel değerlendirme, hissetme, fizyolojik tepki, ifade, hareket eğilimi, düzenleme olarak altı aşamada gerçekleştiğini belirtmektedir. Smith ve Kosslyn'e (2010) göre duygu, önemli içsel ya da dışsal bir olayın değerlendirmesini işaret eden senkronize tepkilerin kısa bir bölümüdür. Ayrıca, zamanda sınırlı olan olaylara karşı verilen tepkilerden oluşur. Bu çok bileşenli yaklaşım üç temel yapıyı yansıttığı için (öznel deneyimler, otonom sinir sistemindeki nörofizyolojik tepkiler ve jestlerde motor ifadelerden dolayı oluşan değişiklikler) çoğu zaman duygusal tepki üçlemesi olarak adlandırılmaktadır. LeDoux (1996) ve Damasio (1999) gibi nörobilimciler duyguların bilinçten bağımsız, beyin tarafından kontrol edilen adaptif bedensel tepkiler olarak geliştiğini iddia etmişlerdir (akt. Reybrouck ve Eerola, 2017). Kısaca, şimdiye kadar yapılmış tanımlardan uzlaşa sağlanmış genel perspektife göre bazı kavramlar öne çıkmaktadır. Yani genel anlamda duygulanım (*affect*), *tercih (preference)*, *duygu (emotion)* ve *duygu durum (mood)* gibi olguları içeren şemsiye bir terim olarak kabul edilebilir (Davidson, Scherer ve Goldsmith, 2003).

Yukarıdaki tanımlardan anlaşılacağı gibi ilişkili kavramlar olmasına rağmen duygu ve duygu durum (*mood*) arasında belirli farkların varlığı kabul edilmektedir. Pek çok uzmanın vurguladığı gibi duygu durum, birkaç dakikadan birkaç haftaya kadar sürebilen ve genellikle bilinmeyen zihinsel süreçlerden ortaya çıkan duygusal bir durumu ifade etmektedir (Ekman ve Davidson, 1994; Goldsmith, 1994; Thayer, 1989). Benzer şekilde Robbins, Judge ve Campbell (2010) kavramı, duygulardan daha az yoğun olma eğiliminde ve çoğunlukla (her zaman değil) bağlamsal bir uyarı eksikliği olan duygulanım durumu (*affect state*) olarak tanımlamaktadır.

Saarikallio ve Erkkilä'nın (2007) benzer bir yaklaşımla vurguladığı üzere, duyguların çoğunlukla çevresel faktörlerden dolayı *dışsal durumu ve önyargı eylemini* yansıttığı düşünülürken, duygu durumun *içsel durumu ve önyargı bilincini* yansıttığı düşünülmektedir. Diğer yandan uzmanlar, teoride ayrı olsa da, bu farklara rağmen pratikte duygulanım (*affect*), duygu (*emotion*) ve duygu durum (*mood*) ayrımının her zaman berrak olmadığı konusunda hemfikir gözükmektedir (Robbins ve ark., 2010; Smith ve Kosslyn, 2010). Burada önemli bir nokta, duyguların ve anlık duygu durumunun birbirini karşılıklı etkileyebilme potansiyelidir. Diğer bir deyişle, anlık oluşan güçlü bir duygu, bireyin daha uzun bir süreç içinde genel duygu duruma dönüşebilir ya da genel duygu durum,



bir olay karşısında belirli bir duygunun ortaya çıkışını kolaylaştırabilir. Örneğin bir kişi için önemli bir engelin başarıyla aşılması anlık olarak güçlü bir sevinç duygusu yaratırken, bu birkaç günlük süre için pozitif bir duygu durumun oluşmasını sağlayabileceği gibi, negatif bir duygu durum, normalde çok üzülmeyeceğiniz bir olay karşısında daha yoğun duygusal tepkilerin oluşmasını tetikleyebilir. Bu bağlamda duyguların tarafsız olamayacağı, hemen her duygunun pozitif ya da negatif kutuptan biriyle ilişkileneceği düşünülmektedir. Dolayısıyla duygu durumu pozitif ve negatif olarak iki genel kutupta değerlendirmenin, duygular ile duygu durum arasındaki ayrımı belirginleştirmede önemli bir kolaylık sağlayacağı söylenebilir (Robbins, ve ark., 2010).

Duygu durum (mood) ve duyguların temel kaynaklarına yönelik farklı yaklaşımlar söz konusudur. Ancak uzmanlara göre yaş, cinsiyet, kişilik özellikleri, tutum, motivasyon, duygusal zeka, stres, fiziksel sağlık, dengeli beslenme, egzersiz yapmak, genel olarak gün ya da günün belli bir saati, hava durumu (bkz. Keller ve ark., 2005; Park ve ark., 2013; Watson, 2000), sosyal aktiviteler, sosyo-ekonomik durum ve kültürel etkenlerin duygu durum ve duygular üzerinde en belirleyici değişkenler olduğu kabul edilmektedir (Smith ve Kosslyn, 2010; Robbins ve ark., 2010; White, Horwath ve Conner, 2013). Uyarılma-duygu durum (arousal-mood) hipotezine göre müzik dinlemek, uyarıcı niteliğinden dolayı çeşitli bilişsel becerilerin performansını, duyguları ve duygu durumu etkilemektedir. Uyarılma tipik olarak fizyolojik aktivasyon derecesini veya duygusal bir tepkinin yoğunluğunu belirtir (Sloboda ve Juslin, 2001).

### **Hüzünlü ve Neşeli Müziklerin Yarattığı Etkiler**

Yakın zamanlarda yapılan birçok çalışma, müziğin duygusal durum üzerinde (pozitif ve negatif) küçümsenemeyecek etkiler yarattığını göstermektedir. Araştırmalar hüzün yaşayan bireylerin hüzün duygularını azaltacak mutlu ve rahatlatıcı müzikler dinlemeyi tercih edebildiğini ortaya koymuştur. Bu araştırmalardan biri olan Knobloch ve Zillmann'ın (2002) çalışmasında, kötü duygu durumundaki bireylerin enerjik ve eğlenceli müziği iyi duygu durumundaki bireylere göre daha uzun süreler dinlediği saptanmıştır. Benzer şekilde Tahlir, Miron ve Rauscher (2012), kişilerin hüzün duygularını düzenlemeyeceklerine inandıklarında mutlu müzik seçmeye motive olup olmadıklarını incelemiştir. Sonuçlar çözümlenmemiş sorunları olan bireylerin mutlu, iyimser ve heyecan verici müziklere yönelme motivasyonlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Başka bir araştırma stres düzeyi, iyimserlik seviyesi ve müzik eğitime göre seçilen müzik türleri ile dinleme motivasyonu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Buna göre, müzik eği-

timi almış bireyler müziği duygusal düzenleme amacından çok, bilişsel nedenlerle dinleme eğilimi göstermişler ve karmaşık/komplex ile yoğun/asi müzikleri daha çok tercih etmişlerdir. Genel olarak stres seviyesi yüksek kişilerin müziği daha çok duygusal düzenlemeler için kullanmaya eğilimli olduğu ve iyimser/geleneksel türlere daha çok yöneldiği saptanmıştır (Getz, Marks ve Roy, 2014). Ancak bu durum bazı bireyler için değişebilmektedir. Diğer bir deyişle şimdiye kadar yapılmış belirli araştırmalardan, hüznü anlarda hüznü müzik dinlemekten (pozitif ya da negatif etki yoğunlukları değişebilir) hem pozitif, hem negatif etkilenen iki temel grup olduğu anlaşılmaktadır. Gabrielsson ve Lindström'e (1993) göre, en yoğun ve güzel müziksel deneyimler hüznü müziklerle ilişkilenebilir. Hüznü müzik dinlemeye yönelik motivasyonlar üzerine yapılan bazı araştırmalar, böyle müzikleri dinlemenin başlıca nedenleri arasında bu bireylerin gelişmiş bir duygu durumu olduğunu öne sürmektedir (Saarikallio, 2008; Saarikallio ve Erkkilä, 2007; Van den Tol ve Edwards, 2011).

Yapılan bazı araştırmalar hoşlanmada, empati gücü yüksek ve deneyime açık kişilerin hüznü müziklere daha yoğun tepki verdiklerini göstermiştir (Garrido ve Schubert, 2011; Vuoskoski ve ark., 2012). Başka bir çalışmada, Taruffi ve Koelsch (2013) duygusal sıkıntı, rahatlama ihtiyacı, sosyal etkenler ve hatıralar gibi nedenlerin özellikle hüznü müzik dinleme ediminde en belirleyici etkenler olduğunu saptamıştır. Dolayısıyla yansıtma eğilimi yüksek olan kişilerin hüznü müzikler dinleyerek duygu durumunda genel bir iyileşme sağladıklarını gösteren belirli çalışmalar, hüznü anlarda tercih edilen hüznü müziklerin aynı zamanda pozitif etkiler yarattığını ima etmektedir (Erdal, 2015; Gibson, Aust ve Zillmann, 2000; Kawakami, Furukawa, Katahira ve Okanoya, 2013; Lamont, 2011; Trapnell ve Campbell, 1999; Vuoskoski ve ark., 2012). Diğer yandan Garrido ve Schubert (2015) ruminasyon (bazen olumlu, genellikle olumsuz ve kötümser düşünceler üzerinde istemsiz odaklanma) seviyesi yüksek bireylerle, depresyon ve anksiyete seviyesi düşük bireylerin hüznü bir müziği dinledikten sonra duygu durumlarının değişip değişmediğini incelemiştir. Bulgular, yüksek ruminasyon seviyesine sahip kişiler bu deneyimden yarar göreceklere inandıkları halde, hüznü müzik dinledikten sonra duygu durum düzeyinde olumlu bir gelişme yaşanmadığını göstermiştir. Dahası, ruminasyon seviyesi yüksek ve düşük olanların, hüznü müzik dinledikten sonra depresyon skorlarında benzer artışlar yaşandığı gözlenmiştir. Ancak ruminasyon seviyesi yüksek olanlar mutlu müzik dinledikten sonra diğer gruba göre daha fazla ruhsal düzelmeye yaşamışlardır. Yazarlara göre bu bulgular, hüznü müzik dinlemeden fayda sağla-

manın daha çok yansıtıcılık gibi uyarlanabilir kişilik özellikleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla mutlu ya da hüzünlü müzik tercihleriyle ilgili bu çelişkili sonuçlar, bireylerin farklı kişilik özellikleri ve eğilimlerine, genel ve anlık duygu duruma ya da o an içinde buldukları durumla (situation) ilişkili etkinliklere bağlı olarak değişebildiği düşüncesini desteklemektedir.

### **Müziğin Belirli Kişilik Özellikleriyle İlişkisi**

Yeterince açık olmamakla birlikte alanla ilgili yapılan bazı çalışmalar (Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007; Rentfrow ve Gosling, 2003; Vuoskoski ve ark., 2012), müzik kullanımları ile müziğe karşı verilen duygusal tepkilerin aynı zamanda bireylerin kişilik özellikleriyle ilişkilenebileceğini göstermektedir. Genel bir bakışla, insanları belirli duygu durumları ve duygulara maruz bırakmaya yatkın en belirleyici değişkenlerden biri olarak değerlendirilen kişilik, biyolojik ve çevresel faktörlerle evrimleşen alışılmış davranışlar, bilişler ve duygusal kalıplar kümesi olarak tanımlanmaktadır (Burger, 2006). Kabul görmüş tek bir tanım olmamasına rağmen, çoğu teori (psikanalitik yaklaşım, ayırıcı özellik yaklaşımı, insancıl yaklaşım, davranışsal yaklaşım, bilişsel yaklaşım vb.) kişiliğin motivasyon ve çevreyle olan psikolojik etkileşimleri üzerine odaklanmaktadır (Burger, 2006, s.23).

Araştırma amacı kapsamında temel iki kutup olarak alınan dışadönüklük ve içedönüklük özelliği kişilik teorilerinin merkezi bir boyutudur. Bu iki kavram Carl Jung tarafından popülerleştirilmiştir ve hemen hemen tüm kişilik modellerinin bu kavramları çeşitli biçimlerde içerdiği kabul edilmektedir. Özetle Burger'e (2006) göre dışadönüklük, daha çok dış dünyaya yönelik sıcaklık, insanlarla bir arada bulunmayı sevme, sosyalite, girişkenlik, hareketlilik, enerjik olma, olumlu duygular, atılganlık ve konuşkanlık gibi özelliklere sahip olmayı ifade ederken, içedönüklük daha çok içsel dünyaya odaklanma ve dışadönüklüğün tersi davranışlar ile karakterizedir.

Pervin ve John (2001), aynı müzik eseriyle yapılan bir deneyde içedönük ve dışadönüklerin gösterdiği fizyolojik tepkilerin farklılaştığını ve içedönüklerin kalp hızının dışadönüklere göre daha fazla arttığını bulmuştur. İlişkili bir şekilde Cassidy ve MacDonald'ın (2007) yaptığı bir çalışma içedönüklerin dışadönüklüklere göre müzik ve gürültüyü yüksek oranda hissettiren ortamlardan negatif olarak daha fazla etkilendiğini göstermiştir. Bu bağlamda araştırmalar mutluluk, sevinç, üzüntü ve öfke gibi duyguları canlandıran müziklerin tercihinin, bireysel farklılıklarla ilişkili olduğunu belirtmektedir

(Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007; Furnham ve Allass, 1999; Schellenberg ve ark., 2008). Yine bazı çalışma bulgularında, heyecan arayışı yüksek ve dışadönük bireylerin tercihi caz ve hard-rock ile olumlu ilişkilendirirken, soundtrack ve dini müzikle olumsuz ilişkilendirilmiştir (Dollinger, 1993; Little ve Zuckerman, 1986). Benzer şekilde dışadönük bireylerin iyimser-geleneksel ve enerjik-ritmik müziği daha çok dinleme eğilimindeyken, deneyime açık bireylerin karmaşık-komplex ve şiddetli-yoğun-asi müzikleri daha fazla tercih ettiğini saptayan araştırmalar mevcuttur (Rentfrow ve Gosling, 2003; Vella ve Mills, 2017). Türkiye’de Tekman (2009) tarafından yapılan çalışmada, uyumluların yerel-popüler, nevrotiklerin çok yönlü-komplex ve dışadönüklerin enerjik-ritmik, neşeli-geleneksel, asi-isyankar müzikleri daha fazla tercih ettikleri gösterilmiştir.

Duygusal değişkenlik düzeyi yüksek bireylerin müziğe karşı daha fazla hassasiyet gösterdiği ve bu nedenle genellikle duygu durumunu iyileştirmek için müzik kullandıkları bilinmektedir (Juslin ve Sloboda, 2010). Yapılan bazı çalışmalarda müziği duyguyu düzenleme amacıyla kullanılması ile kişiliğin nevrotiklik düzeyi arasında pozitif yönde ilişki olduğu; buna karşı dışadönüklüğün duyguyu düzenlemede müziğin arka plan kullanımıyla ilgili çelişkili sonuçların gözlemlendiği ortaya konmuştur (Chamorro-Premuzic, Fagan ve Furnham, 2010; Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007; Chamorro-Premuzic, Gomà-i-Freixanet, Furnham ve Muro, 2009). Bu konuyla ilgili yapılan başka bir araştırmada, dışadönüklük ile müziğin arka plan kullanımı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu; müziğin bilişsel kullanımının ise estetik duyarlılık, entelektüel merak ve bireysel farklılıklar bağlamında değerlendirildiğinde deneyime açıklık ile pozitif yönde, dışadönüklük ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yine bu çalışmada, müzik tüketimi (müziğin herhangi bir amaçla dinlenmesi) ile deneyime açıklık arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Demografik faktörler bakımından erkekler müziği genellikle bilişsel bir biçimde kullanırlarken, kadınların müziği daha çok duygusal nedenlerle kullandıkları belirlenmiştir. Buna ek olarak yaş ve eğitim düzeyi ve müziğin arka plan kullanımı arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur (Chamorro-Premuzic, Swami ve Cermakova, 2012). Yine Vuoskosky ve Eerola’nın (2011) anlık duygu durum, kişilik özellikleri ve müzikle ortaya çıkan temel duyguların değerlendirilmesine yönelik araştırmasında neşeli müziklerden hoşlanma, uzlaşmacılık ve dışadönüklük ile güçlü bir ilişki gösterirken; deneyime açıklık, gerilim ve üzüntü içeren müziğe duyulan ilgiyle pozitif yönde ilişki göstermiştir. Uyumluluk aynı zamanda öfkeli ve gerilimli müzikler

ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Erdal ve Kındap Tepe (2017) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, müzik dinlemeden önce ve sonraki duygu durumu içedönük ve dışadönüklük özelliklerine göre karşılaştırılmıştır. Sonuçta, dışadönük grubunda yer alan kişilerin müzik dinlemeden önceki ve müzik dinledikten sonraki mutlu olma puanlarının içedönük grubunda yer alan kişilerden yüksek olduğu; içedönük grubunda yer alan kişilerin müzik dinlemeden önce ve müzik dinledikten sonraki gergin/asabi olma puanlarının dışadönük grubunda yer alan kişilerden yüksek olduğu bulunmuştur.

Özetle, bazen çelişkiler yaratan bu bulguları değerlendirirken, duygu durum ve kişiliğin hem tercihlerde hem müziğe verilen duygusal tepkilerde müziğin dinlendiği bağlama göre farklı düzeylerde etkiler oluşturduğunu düşünmek daha geçerli bir yaklaşım olabilir. Anlaşılacağı gibi mevcut alan yazını, hem duygu durumun hem kişiliğin müzik tercihleri üzerinde belirli bir etkisi olduğunu göstermektedir. Bu noktada Vuoskosky ve Eerola'nın (2011) vurguladığı üzere, bireylerin müzik kullanımları kısmen kişiliklerini yansıtmakta ve bu kullanımlar aynı zamanda müzik tüketiminin davranışsal yönlerini etkilemektedir.

Ülkemizde müzik ve duygu durum arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu anlamda anlık duygu duruma bağlı olarak, hem dinleyicilerin doğal ortamlarında herhangi bir sınırlama olmadan yaptıkları müzik tercihlerinin ve müziğin oluşturduğu duygusal tepkilerin değerlendirilebilmesi, hem de batı alan yazınında bu alana yönelik önceki benzer çalışmalar ile karşı kültürel değerlendirmelerin yapılabilmesi için yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu açıktır. Bu çalışmada, Türkiye'de çeşitli üniversitelerde öğrenim gören genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin, anlık duygu durum ve içedönük-dışadönük kişilik özelliklerine göre günlük müzik dinleme eğilimleri ve ortaya çıkan duygusal tepkiler arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmış ve aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır.

*S1: Sevilen müzik türleri yaş ve müzik dinleme sıklığı ile ilişkili midir?*

*S2: Sevilen müzik türleri cinsiyete ve içedönüklük-dışadönüklük kişilik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?*

*S3: Müzik dinleme saatleri ve ortamı cinsiyete ve içedönüklük-dışadönüklük kişilik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?*

S4: Duygu duruma göre müzik tercihi cinsiyet ve içedönüklük-dışadönüklük kişilik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?

S5: Müzik dinlemeden önceki ve sonraki duygu durum cinsiyete, müzik kategorisine ve içedönüklük-dışadönüklük kişilik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Araştırmaya Türkiye'nin farklı bölgelerinden 1470 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır. Eksik ve yanlış doldurulan verilerin tek değişkenli ve çok değişkenli veri kontrolü yapıldıktan sonra analizlere 794'ü (%54.5) kadın, 663'ü (%45.5) erkek olmak üzere toplam 1457 katılımcı ile devam edilmiştir. Katılımcıların genel yaş ortalaması 22.33 ( $SS = 2.54$ , ranj = 17-35) olarak belirlenmiştir. Kadın ve erkeklerin yaş ortalamaları ayrı ayrı incelendiğinde kadınların yaş ortalamasının 22.11 ( $SS = 2.61$ , ranj = 17-35) ve erkeklerin yaş ortalamasının 22.60 ( $SS = 2.44$ , ranj = 18-35) olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların sınıf düzeyleri dağılımı incelendiğinde, öğrencilerin 535'i (%36.7) birinci sınıfta, 380'i (%26.1) ikinci sınıfta, 252'si (%17.3) üçüncü sınıfta, 231'ü (%14.6) dördüncü sınıfta okumakta, 62'si (%4.3) yüksek lisans ve 15'i (%1.0) doktora eğitimi almaktadır. Araştırmaya dahil olan katılımcılar dışadönüklük alt boyutundan aldıkları puana göre (ortalamanın bir standart sapma üstü ve altı puan) içedönük ve dışadönük bireyler olarak belirlenmiştir. Bu durumda katılımcıların 247'sinin (%46.7) içedönük, 282'sinin (%53.3) dışadönük kişilik özelliğinde temsil edildikleri belirlenmiştir.

### Veri Toplama Araçları

**Beş Faktörlü Kişilik Envanteri- Dışadönüklük Kişilik Özelliği.** Araştırmada içedönük ve dışadönük kişilik özelliğini belirlemek için John ve Srivastava (1999) tarafından geliştirilen Beş Faktörlü Kişilik Envanterin dışadönüklük alt boyutu kullanılmıştır. Ölçekte her bir madde 5'li Likert üzerinden değerlendirilmektedir (1=Hiç katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4= Katılıyorum, 5=Tamamen katılıyorum). Ölçekten alınan yüksek puan kişilik özelliği alt boyutlarından alınan yüksek puanı yansıtmaktadır. Envanterin Türkçeye uyarlama çalışması Sümer, Lajunen ve Özkan (2005) tarafından yapılmış ve beş ana boyutun Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının .64 ile .77 arasında olduğu saptanmıştır. Bu araştırma kapsamında da ölçeğin dışadönüklük boyutunun Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .71 olarak belirlenmiştir. Kişilik testi müzik dinleme sürecinden önce uygulanmıştır.

**Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği-Mutlu ve Gergin/Asabi Duygu Durumu.** Araştırmada müzik dinlemeden önceki ve sonraki duygu durumu belirlemek için alanda sıklıkla kullanılan Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğinin (Positive and Negative Affect Schedule) mutlu ve gergin/asabi sıfatları kullanılmıştır. Katılımcılar müzik dinlemeden önce ve sonra sıfatları 5 dereceli bir ölçek (1=Hiç, 2=Biraz, 3=Orta derecede, 4=Oldukça, 5=Çok fazla) üzerinden değerlendirmişlerdir.

**Duygu duruma Göre Tercih Edilen Müzik Kategorisi.** Araştırmada katılımcıların duygu duruma göre seçtikleri müziği Rentfrow, Goldberg ve Levitin (2011) tarafından oluşturulan beş kategorili bir sınıflandırma üzerinden (Mellow-Yumuşak: Yavaş, romantik, sakin; Unpretentious-Gösterişsiz: Rahatlatıcı, karmaşık olmayan, agresif olmayan; Sophisticated- Çok yönlü: Karmaşık, gelişmiş, dinamik, entelektüel; Intense-Şiddetli/Yoğun: Agresif, rahatlatıcı ve romantik olmayan ve Contemporary-Çağdaş: Dans edilebilir, canlı, hüzünlü olmayan, enerjik/ritmik) sadece bir kategoriyi seçerek belirlemeleri istenmiştir. MUSIC modeli kullanılırken katılımcıların tür sınıflandırmasından çok, temel olarak an dinledikleri müzik eserini nasıl tanımladıklarına odaklanılmıştır. Bunun nedeni, yazarların ifade ettiği gibi tür yaklaşımıyla belirlenen MUSIC modelindeki kategorilerin her zaman bir türün temel özelliklerini yansıtmaması gösterilebilir. Diğer bir deyişle her türün belirli genel karakteristik özellikleri bulursa bile, aynı zamanda ilgili karakteristik özellikleri yansıtmayan örnekleri de bulunmaktadır. Örneğin şiddetli/yoğun kategorisindeki rock, punk, heavy metal gibi türlerin genel özellikleri bozuk/çarpık (distorted), gürültülü, agresif, romantik ve dinlendirici olmayan şekilde tanımlanmıştır. Oysa bu kategori içinde romantik ya da sakin eser örneklerine rastlamak oldukça mümkündür. Benzer şekilde karmaşık, gelişmiş, entelektüel olarak tanımlanan klasik müzik içinde, sakin, rahatlatıcı, yumuşak gibi örneklerin yanısıra, karmaşık, çok yönlü ya da agresif eser örneklerine rahatlıkla rastlanabilir. Dolayısıyla katılımcılardan o an dinlemiş oldukları müziğin türünü değil, müziğin bu beş kategoriden hangisine uyduğunu belirlemeleri beklenmiştir. Böylelikle, müzik dinlemeden sonra eğer pozitif ya da negatif bir duygulanım ortaya çıkmış ise, müziğin karakteristiği ile dinlendiği sosyal bağlam ve zaman arasında (sabah neşeli, canlı tek başına ya da gece sakin, yumuşak arkadaşlarla vb.) nasıl ilişkiler bulunduğu değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

**Demografik Bilgi Formu.** Araştırmacılar tarafından hazırlanan yaş, cinsiyet, müzik dinleme sıklığı (1=Hiç dinlemem, 2=Nadiren dinlerim, 3=Bazen dinlerim, 4=Çoğu za-

man dinlerim, 5=Her zaman-hemen her gün dinlerim) ve en çok sevilen müzik türleri (Pop, Thm, Tsm, Arabesk, Rock, Rap, Caz, Batı Klasik ve Elektronik Dans Müziği, 1=Hiç sevmem, 2=Az severim, 3=Orta düzeyde severim, 4=Çok severim, 5= Pek çok severim) gibi değişkenlerin değerlendirilmesini amaçlayan formdur. Hazırlanan sorular müzik dinlemeden önce yanıtlanmıştır. Bunun yanı sıra katılımcılara, o an dinlenen müziğin hangi saat aralığında dinlendiği (sabah saatleri 8:00-11:00; öğle saatleri 12:00-16:00; akşam saatleri 17:00-20:00 ve gece 21:00-02:00) ve son olarak müziğin nasıl bir ortamda (tek başına, aile ile, sosyal bir ortamda, yakın arkadaşlarla) dinlendiği sorulmuştur.

### İşlem

Araştırmanın uygulama formu Google formlar üzerinden hazırlanmıştır. Bilgisayar ortamında, internet üzerinden uygulanan ölçeklerin web adresi öğretim elemanları yoluyla üniversite öğrencilerine ulaştırılmış, sözel olarak araştırmanın amacı ve içeriğiyle ilgili bilgilendirme yapılması sağlanmıştır. Ayrıca araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden öğrencilerden web adresini çevrelerindeki diğer üniversite öğrencilerine ulaştırmaları istenmiştir. Hazırlanan uygulama formu, Büyük Beşli Kişilik Envanterinin dışa dönüklük alt boyutu, mutlu ve gergin/asabi duygu durumu ve diğer anket soruları ve yönergelerden oluşmuştur. Ulaşılan katılımcılardan öncelikle, uygulamayı özellikle sadece müzik dinleme ihtiyacı hissettikleri bir anda özenerek yapmaları istenmiştir. Bu durumun önemi uygulama formunun başındaki yönergeyle anlatılmıştır. Katılımcılar sırasıyla, seçtikleri müziği dinlemeden önce dışadönüklük alt ölçeğini ve demografik soruları yanıtlamışlar ve mutlu ve gergin/asabi duygu durumu sıfatlarını değerlendirmişlerdir. Seçtikleri müziği dinledikten hemen sonra ise dinlenen müzikle ilgili mutlu ve gergin/asabi duygu durumu sıfatlarını ve anket sorularını yanıtlamışlardır. Anket uygulaması bir soruyu yanıtlamadan diğer soruyu yanıtlamaya olanak vermeyecek şekilde tasarlanmıştır. Araştırma için Cumhuriyet Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Sosyal ve Beşeri Bilimler Kurulundan etik onay alınmıştır (09/11/2017 tarih ve 10 no'lu toplantısında alınan 3 no'lu karar).

### Veri Analizi

Araştırmanın amacı doğrultusunda verilere bazı istatistiksel analizler uygulanmıştır. Bulguların sunulduğunda ilk olarak müzik dinleme alışkanlıklarıyla ilgili betimsel analizlere yer verilmiştir. Daha sonra katılımcıların sevdiği müzik türlerinin yaş ve müzik dinleme sıklığıyla ilişkisinin değerlendirilmesi Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanarak



yapılmıştır. Aynı bölümde katılımcıların sevdiği müzik türlerinin cinsiyete, içedönük/dışadönük kişilik gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için 2X2 faktörlü MANOVA yapılmıştır. Araştırmada ele alınan müzik dinleme saatleri, müzik dinleme ortamı ve duygu duruma göre tercih edilen müzik kategorileri gibi değişkenler normal dağılım göstermediğinden bu değişkenlerin karşılaştırmasında Ki-kare testi kullanılmıştır. Ayrıca müzik dinlemeden önceki ve sonraki duygu durumunun cinsiyete, müzik kategorisine ve içedönük/dışadönük kişilik özelliğine göre karşılaştırılması için 2X5X2 faktörlü MANOVA yapılmıştır.

## BULGULAR

Temel araştırma sorularına geçmeden önce katılımcıların müzik dinleme alışkanlıklarıyla ilgili belirli değişkenlerin analizine öncelik verilmiştir. Bu yüzden analizlere ilk olarak katılımcıların müzik dinleme sıklığı ile başlamanın uygun olacağı düşünülmüştür. Katılımcılara “*Rastlantısal olarak dinlemek zorunda kaldıklarınız hariç kendi isteğinize bağlı olarak ne sıklıkla müzik dinlersiniz?*” sorusu sorulmuş ve yanıtlarını 5’li derecelendirme üzerinden (1-hiç dinlemem, 5-her zaman dinlerim) değerlendirmeleri istenmiştir. Bulgulara göre araştırmaya katılan öğrencilerin %0.1’inin ( $N = 1$ ) hiç müzik dinlemediği, %2.1’inin ( $N = 30$ ) nadiren müzik dinlediği, %8.7’sinin ( $N = 125$ ) bazen, %24.4’ünün ( $N = 355$ ) çoğu zaman, %64.8’inin ( $N = 944$ ) her zaman müzik dinlediği belirlenmiştir. Yani günlük hayatta katılımcıların büyük çoğunluğu müzik dinlemeye vakit ayırmaktadır.

### Sevilen Müzik Türünün Yaş, Müzik Dinleme Sıklığı, Cinsiyet ve İçedönük/Dışadönük Kişilik Özelliği Değişkenlerine göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan kişilerin sevdiği müzik türlerine odaklanılmıştır. Katılımcılardan dokuz farklı müzik türünü (pop, THM, TSM vb.) ne düzeyde sevdiklerini 5’li derecelendirme üzerinden değerlendirmeleri istenmiştir (1-hiç sevmem, 5-pek çok severim). Buna göre ortalama ve standart sapma değerleri pop müzik için ( $Ort. = 2.99, SS = 1.16$ ), Türk halk müziği için ( $Ort. = 2.77, SS = 1.17$ ), Türk sanat müziği için ( $Ort. = 2.46, SS = 1.14$ ), Arabesk için ( $Ort. = 2.33, SS = 1.21$ ), rock için ( $Ort. = 2.65, SS = 1.37$ ), Rap için ( $Ort. = 2.21, SS = 1.17$ ), Caz için ( $Ort. = 2.20, SS = 1.23$ ), Batı Klasik için ( $Ort. = 2.31, SS = 1.27$ ), Elektronik Dans Müziği için ( $Ort. = 2.11, SS = 1.19$ ) şeklinde bulunmuştur. Bu sonuçlar, araştırmaya dahil olan bireylerin sırasıyla en çok sevdiği üç müzik türünün pop, Türk müziği ve rock müzik olduğunu göstermektedir.

Araştırmaya katılan kişilerin sevdiği müzik türlerinin yaş ve müzik dinleme sıklığıyla ilişkisini incelemek için Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bulgular, yaşın artmasıyla birlikte katılımcıların rap müzik tercihinin düştüğünü, diğer yandan yaş arttıkça Türk halk müziği, Türk sanat müziği, rock müzik, caz müzik ve Batı klasik müziği tercihlerinin arttığını göstermektedir. Buna karşı yaş ile pop müzik, arabesk müzik ve elektronik dans müziği tercihlerinin ilişkili olmadığı görülmüştür (Bkz. Tablo 1). Tercih edilen müzik ve müzik dinleme sıklığı arasındaki ilişki incelendiğinde, katılımcıların arabesk ve elektronik dans müzik ile müzik dinleme sıklığı arasındaki ilişki dışında, tüm ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Yani farklı müzik türleri ve müzik dinleme sıklığı arasında olumlu yönde bir ilişki vardır (Bkz. Tablo 1).

**Tablo 1.** Sevilen Müzik Türlerinin Yaş ve Müzik Dinleme Sıklığıyla İlişkisi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Pop Müzik	-									
2. Türk Halk Müziği	.07	-								
3. Türk Sanat Müziği	.03	.64***	-							
4. Arabesk	.12***	.16***	.19***	-						
5. Rock Müzik	-.04	-.03	.09***	-.12***	-					
6. Rap Müzik	-.06	-.06	-.08**	.11***	.19***	-				
7. Caz Müzik	-.03	.05	.24***	-.13***	.45***	.03	-			
8. Batı Klasik	-.05	.08***	.25***	-.17***	.38***	-.06	.63***	-		
9. Elektro Dans Müziği	.19***	-.05	.03	-.03	.32***	.21***	.28**	.32***	-	
10. Yaş	-.03	.11***	.18***	-.05	.09***	-.16***	.18***	.13***	.04	-
11. Müzik Dinleme Sıklığı	-.09*	.12**	.09**	-.02	.14***	.11**	.10***	.14***	.03	-.08***

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Katılımcıların sevdiği müzik türlerinin cinsiyete ve içedönük/dışadönük kişilik özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için 2X2 faktörlü MANOVA yapılmıştır. Analiz sonucunda sevilen müzik türü üzerinde cinsiyet [Wilks'  $\lambda = .88$ ;  $F(9, 516) = 7.72$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .12$ ] ve içedönük dışadönük kişilik özelliklerinin [Wilks'  $\lambda = .93$ ;  $F(9, 516) = 4.16$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .07$ ] temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Yapılan ileri analiz sonucunda pop müzik, arabesk ve rap müzik tercihleri üzerinde cinsiyet temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Sonuçta kadınların pop müziği erkeklerle göre daha fazla tercih ettiği [ $F(1, 524) = 21.70$ ,  $p < .001$ ;  $Ort_{Kadın} = 3.21$ ,  $SS = 1.55$ ;  $Ort_{Erkek} = 2.69$ ,  $SS = 1.22$ ]; buna karşı erkeklerin arabesk [ $F(1, 524) = 25.05$ ,  $p < .001$ ;  $Ort_{Kadın} = 2.05$ ,  $SS = 1.07$ ;  $Ort_{Erkek} = 2.53$ ,  $SS = 1.24$ ] ve rap müziği kadınlara göre daha çok tercih ettiği saptanmıştır [ $F(1, 524) = 12.52$ ,  $p < .001$ ;  $Ort_{Kadın} = 2.00$ ,  $SS = 1.10$ ];

$Ort_{Erkek} = 2.38, SS = 1.33$ ]. Yapılan ileri analiz sonucunda dışadönük kişilik özelliği grubunda yer alan kişilerin içedönük kişilik özelliği grubundaki kişilere göre daha fazla pop müzik [ $F(1, 524) = 10.71, p < .001, Ort_{içedönük} = 2.77, SS = 1.19; Ort_{dışadönük} = 3.17, SS = 1.20$ ], Türk halk müziği [ $F(1, 524) = 5.98, p < .001, Ort_{içedönük} = 2.61, SS = 1.13; Ort_{dışadönük} = 2.84, SS = 1.20$ ] ve elektro dans müziği tercih ettikleri bulunmuştur [ $F(1, 524) = 7.48, p < .001, Ort_{içedönük} = 1.89, SS = 1.04; Ort_{dışadönük} = 2.17, SS = 1.26$ ]. Yani dışadönük bireylerin genel olarak uyarılma düzeyi bağlamında daha hareketli müziklere yönelikleri söylenebilir.

### **Müzik Dinleme Saatlerinin Cinsiyete ve İçedönük/Dışadönük Kişilik Özelliği Gruplarına göre Karşılaştırılması**

Katılımcılara “Uygulama için dinlediğiniz müziği günün hangi saatleri arasında dinlediniz?” sorusu sorulmuş ve yanıtlarını sabah saatleri, öğle saatleri, akşam saatleri ve gece saatleri seçeneklerinden birini seçerek belirtmeleri istenmiştir. Müzik dinleme saatlerinin birbirinden, cinsiyete ve içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bir dizi Ki-kare analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda müzik dinleme saatlerinin birbirinden farklılaştığı görülmüştür ( $X^2 (3) = 656.70, p < .001$ ). Gece müzik dinleme tercihinin sabah, öğle ve akşam saatlerinde müzik dinleme tercihinden anlamlı olarak yüksek olduğu; akşam saatlerinde müzik dinleme tercihinin sabah ve öğle saatlerinde müzik dinleme tercihinden yüksek olduğu görülmüştür. Uygulamayı yapan katılımcıların 170’inin (%11.7) sabah saatlerinde, 176’sının (%12.1) öğle saatlerinde, 340’nın (%23.4) akşam saatlerinde ve 771’inin (%52.8) gece saatlerinde müzik dinlediği görülmüştür. Anlaşılabacağı üzere katılımcılar müzik dinlemeyi en çok gece saatlerinde tercih ederken ikinci sırada akşam saatleri gelmektedir. Diğer bir anlamda akşam ve gece saatleri müzik dinleme ihtiyacının oluştuğu en belirgin saatler olarak değerlendirilebilir. Buna ek olarak katılımcıların müzik dinleme saatlerinin cinsiyete göre de farklılaştığı görülmüştür ( $X^2 (3) = 11.32, p < .01$ ). Bulgular kadınların müzik dinlemeyi sabah, öğle ve akşam saatlerinde tercih etme oranlarının erkeklerden yüksek olduğunu, diğer yandan her iki cinsiyetin de müzik dinlemek için akşam ve gece saatlerini yaklaşık oranlarda tercih ettiğini göstermiştir (Bkz. Tablo 2). Katılımcıların müzik dinleme saatlerinin içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre farklılaşmadığı bulunmuştur ( $X^2 (3) = 2.62, p > .05$ ).

**Tablo 2.** Müzik Dinleme Saatlerinin Cinsiyete Göre Dağılımı

Dinlediğiniz Bu Müziği Günün Hangi Saatleri Arasında Dinlediniz?	Erkek	Kadın	Toplam
Sabah Saatleri	64	106	170
Öğle Saatleri	72	104	176
Aksam Saatleri	147	193	340
Gece Saatleri	380	391	771

### Müzik Dinleme Ortamının Cinsiyete ve İçedönük/dışadönük Kişilik Özelliğine göre Karşılaştırılması

Araştırmada müziğin nasıl bir ortamda dinlendiğini belirlemek için katılımcılardan tek başına, aile ile, sosyal bir ortamda, yakın arkadaşlarla seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmiştir. Müzik dinleme ortamının birbirinden, cinsiyete ve içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bir dizi Ki-kare analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda müzik dinleme ortamlarının birbirinden farklılaştığı görülmüştür ( $X^2(3) = 2688.53, p < .001$ ). Bulgular tek başına müzik dinlemenin, aileyle, sosyal bir ortamda ve yakın arkadaşla müzik dinlemeye göre daha fazla tercih edildiğini, buna ek olarak yakın arkadaşlarla müzik dinleme tercihinin aile ve sosyal bir ortamda müzik dinleme tercihinin daha yüksek olduğunu göstermiştir. Katılımcıların müzik dinleme bağlamının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür ( $X^2(3) = .86, p > .05$ ). Katılımcıların müzik dinleme ortamının içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre farklılaştığı bulunmuştur ( $X^2(3) = 11.12, p < .05$ ). Sonuçta tek başına müzik dinlemenin içedönük ve dışadönük gruplarda farklılaşmadığı; buna karşı dışadönük kişilik özelliği grubundaki katılımcıların içedönüklere göre aileyle, sosyal bir ortamda ve yakın arkadaşla müzik dinlemeyi daha fazla tercih ettikleri görülmüştür (Bkz. Tablo 3).

**Tablo 3.** Müzik Dinleme Ortamının İçedönük/Dışadönük Kişilik Özelliği Gruplarına Göre Dağılımı

Kişilik Özellikleri	Tek Başına	Aile ile	Sosyal Bir Ortamda	Yakın Arkadaşlarla	Toplam
İçedönük	223	2	6	16	247
Dışadönük	227	8	18	29	282
Toplam	450	10	24	45	529

### Duygu Duruma göre Tercih Edilen Müzik Kategorilerinin Cinsiyete ve İçedönük/dışadönük Kişilik Özelliğine göre Karşılaştırılması

Araştırmada katılımcılardan duygu duruma göre tercih ettikleri müziği dinledikten sonra verilen kategorilere bağlı olarak sınıflandırmaları istenmiştir (yumuşak, gösteriş-

siz, çok yönlü, şiddetli-yoğun ve dans edilebilir). Katılımcıların duygu durumlarına göre tercih ettikleri müzik kategorilerinin cinsiyet ve içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için bir dizi Ki-kare analizi yapılmıştır. Bulgular duygu duruma göre tercih edilen müzik kategorileri arasında farklılıklar bulunduğunu göstermiştir ( $X^2 (4) = 578.25, p < .001$ ). Buna göre katılımcıların yumuşak müzik kategorisini, gösterişsiz, çok yönlü, şiddetli yoğun ve dans edilebilir müzik kategorilerine göre daha fazla tercih etikleri görülmüştür. Katılımcıların anlık tercih ettikleri müzik kategorilerinin cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür ( $X^2 (4) = 36.31, p < .001$ ). Sonuçta kadınların erkeklere göre daha fazla yumuşak ve dans edilebilir müzik kategorilerine yöneldikleri; erkeklerin ise kadınlara göre daha fazla şiddetli-yoğun müzik kategorilerine yöneldikleri görülmüştür (Bkz. Tablo 4).

**Tablo 4.** Duygu Duruma Göre Tercih Edilen Müzik Kategorilerinin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	Yumuşak	Gösterişsiz	Çok yönlü	Şiddetli-yoğun	Dans edilebilir	Toplam
Erkek	271	83	127	83	99	663
Kadın	372	77	116	50	179	794
Toplam	643	160	243	133	278	1457

Bunun yanı sıra katılımcıların duygu duruma göre tercih ettikleri müzik kategorilerinin içedönük/dışadönük kişilik özelliği gruplarına göre de farklılaştığı bulunmuştur ( $X^2 (4) = 15.78, p < .001$ ). İçedönükler yumuşak ve dans edilebilir müziği dışadönüklere göre daha az tercih ederken, şiddetli/yoğun müzik kategorisini daha çok tercih etmişlerdir (Bkz. Tablo 5).

**Tablo 5.** Duygu Duruma Göre Tercih Edilen Müzik Kategorilerinin İçedönük/Dışadönük Kişilik Gruplarında Karşılaştırılması

	Kişilik Grupları		Toplam
	İçedönük Kişiler	Dışadönük Kişiler	
Yumuşak	109	123	232
Gösterişsiz	32	33	65
Çok yönlü	42	44	86
Şiddetli -yoğun	31	15	46
Dans Edilebilir	33	67	100
Toplam	247	282	529

### Müzik Dinlemeden Önceki ve Sonraki Duygu Durumun Cinsiyete, Müzik Kategorisine ve İçedönük/Dışadönük Kişilik Özelliğine göre Karşılaştırılması

Müzik dinlemeden önce hissedilen duygu durumu (mutlu ve gergin/asabi) ve müzik dinledikten sonra hissedilen duygu durumun (mutlu ve gergin/asabi) cinsiyete (kadın,

erkek), müzik kategorisine (yumuşak, gösterişsiz, çok yönlü, şiddetli-yoğun ve dans edilebilir) ve kişilik özelliği kategorilerine (içedönük, dışadönük) göre farklılaşarak farklılaşmadığını belirlemek için 2X5X2 çok yönlü varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. Bağımlı değişkenler arası popülasyon varyans ve kovaryanslarının bağımsız değişkenlerin tüm düzeylerinde aynı olduğu sayıltısı Box's M istatistiği kullanılarak test edilmiş, bu sayıltının karşılanmadığı görülmüş (Box's M = 295.170,  $F(190, 20962.99) = 1.39, p < .001$ ) ve bu doğrultuda çok yönlü etkiyi test etmek için Pillai's Trace kullanılmıştır. Yapılan MANOVA sonucunda cinsiyetin [Pillai's Trace = .02;  $F(4, 506) = 3.13, p < .01, \eta^2 = .02$ ], müzik kategorisinin [Pillai's Trace = .12;  $F(16, 2036) = 4.03, p < .001, \eta^2 = .03$ ] ve kişilik özelliğinin [Pillai's Trace = .07;  $F(4, 506) = 9.97, p < .001, \eta^2 = .07$ ] duygu durumu üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu; buna karşı cinsiyet X müzik kategorisi [Pillai's Trace = .02;  $F(16, 2036) = .64, p > .05$ ]; cinsiyet X kişilik özelliği [Pillai's Trace = .001;  $F(4, 506) = .09, p > .05$ ]; müzik kategorisi X kişilik özelliği [Pillai's Trace = .04;  $F(16, 2036) = 1.21, p > .05$ ] ve cinsiyet X müzik kategorisi X kişilik özelliği [Pillai's Trace = .01;  $F(16, 2036) = .33, p > .05$ ] ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür. MANOVA analizini takiben temel etkilerin kaynağını belirlemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına bakılmıştır. Tip1 hatayı kontrol etmek için Bonferroni yöntemi kullanılarak alfa değeri karşılaştırma sayısına bölünmüş ve ANOVA sonuçları  $\alpha = .005$  düzeyinde değerlendirilmiştir. Cinsiyet temel etkisinin kaynağını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA sonucunda erkeklerin müzik dinledikten sonra hissettikleri gerginlik/asabi duygusunun (Ort. = 1.88,  $SS = 1.07$ ) kadınlara göre (Ort. = 1.60,  $SS = .86$ ) daha yüksek olduğu belirlenmiştir [ $F(1, 509) = 5.26, p < .01$ ]. Yani kadınlar müzik dinledikten sonra erkeklere göre daha pozitif bir duygu duruma girmekte ve müziğin olumlu etkilerinden daha fazla yararlanmaktadır.

Müzik kategorisi temel etkisinin kaynağını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA sonucunda müzik dinlemeden önceki gergin/asabi [ $F(4, 509) = 3.99, p < .01$ ], müzik dinledikten sonraki mutlu [ $F(4, 509) = 8.45, p < .001$ ] ve gergin/asabi [ $F(1, 509) = 5.29, p < .001$ ] duygu durumları üzerinde seçilen müzik kategorilerinin etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Müzik dinlemeden önce gergin/asabi duygu durumu bildiren katılımcıların çok yönlü müzik kategorisini (Ort. = 2.90,  $SS = 1.31$ ), yumuşak (Ort. = 2.43,  $SS = 1.30$ ) ve dans edilebilir (Ort. = 2.22,  $SS = 1.25$ ) müzik kategorilerine göre daha fazla tercih ettiği belirlenmiştir. Müzik dinledikten sonra mutlu duygu durumunda olduğunu bildiren katılımcıların dans edilebilir müzik kategorisini yumuşak (Ort. = 4.10,  $SS =$

.87), gösterişsiz ( $Ort. = 3.17, SS = 1.18$ ) ve şiddetli yoğun ( $Ort. = 2.96, SS = 1.31$ ) müzik kategorisine göre daha fazla tercih ettikleri görülmüştür. Müzik dinledikten sonra gergin/asabi duygu durumunda olduğunu bildiren katılımcıların ise şiddetli-yoğun müzik kategorisini ( $Ort. = 2.39, SS = 1.32$ ) yumuşak ( $Ort. = 1.70, SS = .89$ ), gösterişsiz ( $Ort. = 1.68, SS = .88$ ) ve dans edilebilir ( $Ort. = 1.40, SS = .62$ ) müzik kategorisine göre daha fazla tercih ettiği görülmüştür.

Müzik kategorisi temel etkisinin kaynağını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA sonucunda müzik dinlemeden önceki mutlu [ $F(1, 509) = 20.06, p < .01$ ] ve müzik dinledikten sonraki mutlu [ $F(1, 509) = 26.50, p < .001$ ] duygu durumu üzerinde kişilik özelliği temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Yapılan karşılaştırmalar sonucunda dışadönük grubunda ( $Ort. = 3.51, SS = .99$ ) yer alan kişilerin müzik dinlemeden önceki duygu duruma göre mutlu olma puanlarının içedönük grubunda ( $Ort. = 2.91, SS = 1.05$ ) yer alan kişilerden yüksek olduğu görülmüştür. Diğer yandan dışadönük grubunda ( $Ort. = 3.71, SS = 1.14$ ) yer alan kişilerin müzik dinledikten sonra hissedilen mutlu olma puanlarının içedönük grubunda ( $Ort. = 3.00, SS = 1.22$ ) yer alan kişilerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle dışadönük bireyler müzik dinlemeden önce ve sonra içedönüklere göre daha pozitif bir duygu duruma sahiptir.

## TARTIŞMA

Bu çalışmada yaş, cinsiyet, müzik dinleme sıklığı, sevilen müzik türleri, duygu duruma göre seçilen müzik kategorisi, müziğin tüketildiği saat aralığı ve müziğin dinlendiği ortam arasında ne tür ilişkiler olduğu; içedönük ve dışadönük kişilik özelliğine sahip bireylerin anlık duygu duruma göre daha çok hangi müzik kategorilerine (yumuşak, gösterişsiz, çok yönlü, şiddetli/yoğun ve çağdaş/enerjik/ritmik) eğilim gösterdiği ve duygu duruma göre müzik dinlemenin bireyler üzerinde olumlu ya da olumsuz ne tür duygular uyandırdığı incelenmiştir. Bulgular, temel kişilik özelliklerinin (içedönük-dışadönük) duygu durumlarıyla ilgili olarak değerlendirme, müzik tercihleri ve duygulanım üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğunu göstermektedir.

İlk soruya (*S1*) yönelik analiz sonuçları, yaş, cinsiyet ve belirli değişkenler arasında bazı ilişkiler ortaya çıkarmıştır. Buna göre yaş arttıkça müzik dinleme sıklığı ve rap müzik tercihinin azaldığı, ancak Türk müziği, rock müzik, caz ve batı klasik müzik tercihlerinin arttığı görülmektedir. Buna ek olarak çalışmaya dahil olan bireylerin sırasıyla en çok sevdiği üç müzik türünün pop, Türk halk müziği ve rock müzik olduğu bulun-

muştur. Burada tercih odağının daha çok popüler müzikler üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Yaş ortalamasının 22 olması bu sonucun ortaya çıkmasıyla açıklanabilir. Dolayısıyla yaş yükseldikçe geleneksel ve karmaşık/kompleks müziklere ilginin artması doğal olarak olgunlaşma düzeyiyle ve buna bağlı olarak farklı türlere karşı ilginin artmasıyla ilişkilendirilebilir. Cinsiyet değişkenine göre kadınlar yumuşak ve dans edilebilir müzik kategorisini erkeklere göre daha çok seçerken, erkekler şiddetli/yoğun müzik kategorisini daha çok seçmiştir. Bu bulguyla ilişkili olarak yoğun şiddetli müziğin hem içedönükler hem erkekler tarafından tercih edilmesi bu iki grubun nörotiklik düzeyinin görece yüksek olduğunu ima etmektedir. Bu sonuçlar batı alan yazınındaki belirli araştırma bulgularıyla, örneğin demografik faktörler açısından erkeklerin müziği daha bilişsel bir yaklaşımla, kadınların müziği daha duygusal bir yaklaşımla kullanmalarıyla tutarlı görünmektedir (Chamorro-Premuzic ve ark., 2009; 2012; Colley, 2008).

Buna ek olarak duygu duruma göre seçilen müzik kategorisi ve müziğin dinlendiği saat aralığı arasında herhangi bir ilişki bulunmazken, müziğin dinlendiği ortam ile içedönük-dışadönük kişilik özelliği arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Dışadönük kişilik özelliği grubundaki katılımcıların içedönüklere göre aileyle, sosyal bir ortamda ve yakın arkadaşlarla müzik dinlemeyi daha fazla tercih ettikleri görülmüştür. Bu bulgunun dışadönüklük özellikleriyle tamamen örtüştüğü söylenebilir. İçedönük ve dışadönüklerin müzik dinleme sıklıkları arasında herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Ancak kümülatif değerlendirmede katılımcıların büyük çoğunluğu müziği akşam ve gece saatleri arasında dinlemeyi tercih etmiştir. Dahası bireyler müzik dinlemeyi en fazla tek başına oldukları bir ortamda tercih etmiştir. Müziğin daha çok tek başına dinlenmesi, muhtemelen bu çalışmaya özgü olarak katılımcıların uygulamayı çoğunlukla gece saatlerinde yapmış olmalarıyla ilişkilidir. Müziğin tek başına dinlenmesi aynı zamanda müziğin sosyalleşmekten çok bireysel kullanımla ilişkilendiğini de gösteriyor olabilir. Diğer yandan en genel değerlendirmede katılımcılar yumuşak müzik kategorisini, gösterişsiz, çok yönlü, şiddetli/yoğun ve dans edilebilir müzik kategorilerine göre daha fazla tercih etmiştir. Bu, katılımcıların uygulamayı çoğunlukla akşam gece saat aralığında yapmasıyla ilişkili olabilir. Zira gündelik yaşantının koşuşturmacası sonrası akşam ya da gece saatlerinde daha dingin ve yumuşak karakterli müziklerin tercih edilmesi anlaşılır bir durum olarak değerlendirilebilir. Dolayısıyla bu sonuç batı kaynaklı birçok araştırmada olduğu gibi (Chin ve Rickard, 2013; Saarikallio ve Erkkilä, 2007; Sakka ve Juslin, 2018) müziğin bir duygu durum ve duygu düzenleme aracı olarak kullanıldığını ima etmektedir.



İçedönük ve dışadönük kişilik özellikleri ile anlık duygu duruma göre tercih edilen müzik kategorilerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır. İçedönükler hem yumuşak hem dans edilebilir/ritmik/enerjik müziği dışadönüklere göre daha az tercih ederken, şiddetli/yoğun müzik kategorisini daha çok tercih etmişlerdir. Alan yazında genel olarak hızlı ve karmaşık özelliklere sahip müziklerin diğer özelliklere sahip müzik örneklerinden daha olumlu değerlendirildiğini gösteren bulgular mevcuttur (Brittin, 1991; Dinç ve Aslan, 2017; Kopacz, 2005; Wapnick, 1976). Dışadönüklerin ritmik/enerjik müziklere yönelimi canlılık, müziğin temposu ve volümü gibi özelliklerle ilişkilendirilebilir. Ancak burada, içedönüklerin uyarılma düzeyi açısından yumuşak müziklere yönelmeleri genel alan yazın ile uyumlu bir sonuç olmasına rağmen, aynı zamanda şiddetli/yoğun/asi müziklere yönelmeleri özellikle dikkat çekici bir bulgudur. Bu sonuç, yazarlar tarafından gerçekleştirilen (Erdal ve Kındap Tepe, 2017) ilk çalışma sonuçlarından farklılaşan en belirgin noktadır. Dolayısıyla bu bulgu içedönüklerin müziği daha bilişsel ve duygusal amaçlarla dinlediğinin, yani dışadönüklere göre müziği duygusal olarak daha fazla önemsediklerinin ya da müziğe daha fazla ihtiyaç duyduklarının bir göstergesi olabilir. Bu yorumun bir diğer dayanağı, başka bir ilişki sonuçta katılımcıların müzik dinleme sıklığı arttıkça rock, rap, caz ve batı klasik müzik tercihlerinin de artmasıdır. Anlaşılan, görece yoğun/şiddetli ve kompleks müzikleri tercih eden bireyler diğer bireylere göre günlük yaşantılarında müziği daha çok önemsemekte ve dinlemeye daha çok zaman ayırmaktadır.

Genel değerlendirmede dışadönükler içedönüklere göre daha fazla pop ve elektronik dans müziği tercih etmişlerdir. Görüldüğü gibi yukarıdaki bulguyla tutarlı bir şekilde dışadönüklük düzeyi yüksek bireyler içedönüklere göre enerjik/ritmik ve konvansiyonel türlere daha fazla yönelmektedir. Benzer şekilde bu bulgu batı alan yazınındaki belirli araştırmalarla (Chamorro-Premuzic, Gomà-i-Freixanet ve ark., 2009; Dollinger, 1993; Kopacz, 2005; Little ve Zuckerman, 1986; McCown, Keizer, Mulhearn ve Williamson, 1997; McNamara ve Ballard, 1999; Rentfrow ve Gosling, 2003; Chamorro-Premuzic, Swami, Furnham ve Maakip, 2009) ve özellikle dışadönüklük ile heyecan arayışı ve nevrotilik ile şiddetli/yoğun, ritmik/enerjik müziklerin tercih edilmesi ve müziğin duygusal amaçla kullanımı arasındaki pozitif ilişkiyi gösteren bulgularla tamamen tutarlı görünmektedir. Bu nokta içedönüklerin şiddetli ve yoğun/asi müziklere daha fazla yönelmelerinin görece nevrotilik düzeyleriyle de ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Zira belirli araştırma bulgularına göre müziği duygusal amaçla kullanmanın nevrotiliklik

ile pozitif korelasyon gösterdiği tespit edilmiştir (Chamorro-Premuzic ve Furnham, 2007, Chamorro-Premuzic, Gomà-i-Freixanet ve ark., 2009; Chamorro-Premuzic, Swami ve ark., 2009). Bu yorumun bir diğer temel dayanağı, dışadönük grubunda yer alan kişilerin müzik dinlemeden önce duygu duruma göre mutlu-pozitif hissetme düzeylerinin içedönük grubunda yer alan kişilerden yüksek olması; içedönük grubunda yer alan kişilerin müzik dinlemeden önce duygu duruma bağlı gergin/asabi olma değerlerinin dışadönük grubunda yer alan kişilerden yüksek olmasıdır. Alan yazında bulunan önceki bazı çalışmalar, dışadönüklük üzerine yüksek puan alanların daha olumlu duygular yaşamaya eğilimli olduğunu göstermiştir (Costa ve McCrae, 1980; Matthews, Jones ve Chamberlain, 1990; Rusting ve Larsen, 1997; Watson ve Clark, 1992). Bu bağlamda içedönüklerin özellikle şiddetli/yoğun kategorisini daha fazla tercih etmeleri dinlenen müziğin aynı zamanda negatif etkiyi arttıran unsurlardan biri olduğunu ima etmektedir. Liljeström (2011) ve Liljeström ve arkadaşlarının (2012) çalışmaları nostalji, özlem, hüznün ve melankoli gibi duyguların genellikle yalnız müzik dinleme ediminde daha fazla ortaya çıktığını göstermiştir. Bu aynı zamanda tutarlı olarak içedönüklerin tek başına müzik dinleme sonrası negatif duygulanımları daha fazla yaşamasını da bir boyutuyla açıklamaktadır.

Müzik dinlemeden önceki olumlu ve olumsuz duygu durumlarına bağlı olarak tercih edilen müzik kategorileri karşılaştırıldığında, müzik dinlemeden önce gergin/asabi duygu durumu bildiren katılımcıların çok yönlü müzik kategorisini yumuşak ve dans edilebilir müzik kategorilerine göre daha fazla tercih ettiği belirlenmiştir. Anlaşılan caz, batı klasik gibi çok yönlü türleri dinleyen bireyler yumuşak ve gösterişsiz kategorisini tercih eden bireylere göre müziği daha bilişsel-duyuşsal bir yaklaşımla dinlemektedir. Dahası, araştırmada müziğin kullanım amacına yönelik spesifik bir soru sorulmamış olsa bile, yumuşak ve gösterişsiz müzik dinlemenin müziğin arka plan kullanımıyla ilişkili olabileceği düşünülebilir. Bu anlamda müzikten pozitif ya da negatif etkilenme düzeyinin daha düşük olması mantıksaldır. Bu noktanın gelecekteki araştırmalarda daha derinlemesine incelenmesi önerilmektedir. Cinsiyet açısından erkeklerin müzik dinledikten sonra hissettikleri gerginlik/asabiyet duygusunun kadınlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yani kadınlar müzik dinledikten sonra erkeklere göre daha pozitif bir duygu duruma girmekte ve müziğin olumlu etkilerinden daha fazla yararlanmaktadır. Doğal olarak bu bulgunun erkeklerin daha çok sevdiği şiddetli/yoğun müzik kategorisiyle bağlantılı olduğu düşünülebilir.

Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı uygulamanın internet üzerinden yapılmış olmasıdır. Bu nedenle öz bildirim (self report) yöntemiyle toplanan verilerin güvenilirliği, uygulamanın tasarlandığı haliyle yapılıp yapılmadığı ve gözlem dışı hatalar gibi diğer anket türlerinde görülebilecek benzer sınırlılıkları paylaşmaktadır. Ancak bu sınırlılıklara rağmen web anketleri diğer veri toplama yöntemlerine göre çeşitli avantajlar sunmaktadır. Örneğin çalışmaya katılımın zorunlu olmaması konuya ilgi duymayan katılımcıların doğal olarak elenmesini sağlamıştır. Önemli bir ayrıntı olarak uygulama, kişilik testi dışında zaman alacak bir yoğunlukta tasarlanmamıştır. Bundan başka araştırmadaki veriler iki aşamada toplanmıştır. İkinci çalışmaya katılım oranı ilk çalışmanın neredeyse iki katıdır. Birinci çalışma ve ikinci çalışma verileri bir temel nokta dışında büyük tutarlık göstermiştir. Dolayısıyla araştırmanın temel sorularıyla ilgili aranan yanıtların minimum güvenilirlik kriterlerini karşıladığı söylenebilir. Bu anlamda çalışma belirli bir popülasyona göre genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin müzik yönelimlerini ve müzikten etkilenmeyle ilgili genel eğilimlerini ortaya çıkarmıştır denebilir.

Müzik (öğrenme, bilişsel beceriler, performans, yaratım, dinleme vb.) ve duygular üzerine yapılacak yeni araştırmalarda kültürel ve kültürler arası farklı uyarılma düzeylerindeki duygusal deneyimler üzerine daha çok odaklanılmalıdır. Bu bağlamda müziğe karşı verilen duygusal tepkiler arasındaki farkların çok çeşitli faktöriyel etkilerle araştırılması gerekmektedir. Alanın çok yönlü yapısı bunu zorunlu kılmaktadır. Dahası kolayca kaçan ve yöntemsel yetersizlikleri bulunan özensiz araştırmalardan uzaklaşmak gerekir. Alanla ilgili uzmanlarca gerçekleştirilmiş yurt dışı çalışmalar dikkatli incelenirse araştırmanın amacına göre kontrol edilmesi gereken değişkenlerin nasıl belirlenmesi gerektiği daha iyi anlaşılacaktır. Çok küçük ya da önemsiz gibi görünen faktörlerin aslında oldukça belirleyici olabileceği, çalışma amacına yönelik seçilecek veri toplama yönteminin büyük özen ve titizlik gerektirdiği unutulmamalıdır. Ülkemiz genelinde henüz yeterince ilgi toplayamamış bu alana yönelik hem klinik hem klinik olmayan gruplarla yapılacak yeni çalışmalar sadece gözlemsel ve teorik değil, aynı zamanda deneysel ve fizyolojik ölçümler içeren tekniklerin kullanılmasını gerektirmektedir. Genişleyen bilgi havuzu, tarihi çok eskilere uzanmasına rağmen günümüz ülke koşullarında henüz kurumsal bir kimlik kazanamamış müzikle terapi alanı için güvenilir veriler sağlayacak yeni araştırmalara ihtiyaç duymaktadır.

**Teşekkür:** Araştırmayı dikkate alarak katılma nezaketi gösteren değerli katılımcılara, çalışmanın internet ortamında paylaşılmasına yardım eden öğrencilerimize, dostları-

mıza ve değerlendirme sürecine çok kıymetli katkılar sağlayan sayın dergi editörleri ve hakemlere teşekkürlerimizi sunuyoruz.

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış bağımsız.

**Yazar Katkıları:** Çalışma Konsepti/Tasarım- B.E.; Veri Toplama- B.E.; Y.K.T.; Veri Analizi/Yorumlama- Y.K.T.; Yazı Taslağı- B.E.; İçeriğin Eleştirel İncelemesi- B.E.; Y.K.T.; Son Onay ve Sorumluluk- B.E.; Y.K.T.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Author Contributions:** Conception/Design of Study- B.E.; Data Acquisition- B.E., Y.K.T.; Data Analysis/Interpretation- Y.K.T.; Drafting Manuscript- B.E.; Critical Revision of Manuscript- B.E., Y.K.T.; Final Approval and Accountability- B.E.; Y.K.T.

**Conflict of Interest:** The authors have no conflict of interest to declare.

**Grant Support:** The authors declared that this study has received no financial support.

## Kaynakça/References

- Balkwill, L. L. ve Thompson, W. F. (1999). A cross-cultural investigation of the perception of emotion in music: Psychophysical and cultural cues. *Music Perception, 17*, 43–64.
- Barradas, G.T. (2017). *A Cross-cultural approach to psychological mechanisms underlying emotional reactions to music*. (Doktora Tezi). Uppsala Üniversitesi, Uppsala.
- Burger, M. J. (2006). *Kişilik*. Kaknüs yayınları, Alemdar Ofset: İstanbul.
- Brittin, R. V. (1991). The effect of overtly categorizing music on preference for popular music styles. *Journal of Research in Music Education, 39*, 143-151.
- Cassidy, G. ve MacDonald, R. (2007). The effect of background music and background noise on the task performance of introverts and extraverts. *Psychology of Music, 35*, 517–537.
- Chamorro-Premuzic, T., Fagan, P. ve Furnham, A. (2010). Personality and uses of music as predictors of preferences for music consensually classified as happy, sad, complex, and social. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts, 4*, 205–213.
- Chamorro-Premuzic, T., ve Furnham, A. (2007). Personality and music: Can traits explain why people listen to music? *British Journal of Psychology, 98*, 175–185.
- Chamorro-Premuzic, T. Gomà-i-Freixanet, M., Furnham, A. ve Muro, A. (2009). Personality, self-estimated intelligence and uses of music: A Spanish replication and extension using structural equation modeling. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts, 3*, 149–155.
- Chamorro-Premuzic, T., Swami, V. ve Cermakova, B. (2012). Individual differences in music consumption are predicted by uses of music and age rather than emotional intelligence, neuroticism, extraversion or openness. *Psychology of Music, 40*, 285–300.
- Chamorro-Premuzic, T., Swami, V., Furnham, A. ve Maakip, I. (2009). The big five personality traits and uses of music: A replication in Malaysia using structural equation modeling. *Journal of Individual Differences, 30*(1), 20-27.
- Chin, T. ve Rickard, N. S. (2013). Emotion regulation strategy mediates both positive and negative relationships between music uses and well-being. *Psychology of Music, 42*(5) 692–713.

- Clark, D. M. (1983). On the induction of depressed mood in the laboratory: Evaluation and comparison of the Velten and musical procedures. *Advances in Behavior Research and Therapy*, 5, 27-49.
- Colley, A. (2008). Young people's musical taste: Relationship with gender and gender-related traits. *Journal of Applied Social Psychology*, 38, 2039-2055.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Davidson, R. J., Scherer, K. R., ve Goldsmith, H.H. (2003). (ed) *Handbook of affective sciences*. Oxford: Oxford University Press.
- Dinç, D. ve Aslan, A. (2017). Emotional and physiological reactions to Classical Turkish Music. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 4, 16, 293-304.
- Dollinger, S. J. (1993). Research Note: Personality and music preference: Extraversion and excitement seeking or openness to experience? *Psychology of Music*, 21, 73-77.
- Eerola, T. ve Vuoskoski, J. K. (2011). A comparison of the discrete and dimensional models of emotion in music. *Psychology of Music*, 39(1), 18-49.
- Eerola, T. ve Vuoskoski, J. K. (2015). A review of music and emotion studies: Approaches, emotion models, and stimuli. *Music Perception, Review of Music and Emotion Studies*, 30, 307-340.
- Erdal, B. (2015). A study on the factors affecting Arabesk music preference as it was perceived and felt emotions by participants. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 1016-1055.
- Erdal, B. ve Kındap Tepe, Y. (2017). Ruh halinin içedönük ve dışadönüklerde tercih edilen müziğe etkisi ve müziğin uyandırdığı duygular üzerine bir araştırma. *The Journal of Academic Social Science*. 57, 54-75.
- Ekman, P. ve Davidson, R. J. (Ed.). (1994). *The nature of emotion: Fundamental questions*. New York: Oxford University.
- Furnham, A. ve Allass, K. (1999). The influence of musical distraction of varying complexity on the cognitive performance of extroverts and introverts. *European Journal of Personality*, 13, 27-38.
- Gabrielsson, A. (2001). Emotions in strong experiences with music. P. N. Juslin ve J. A. Sloboda (Ed.), *Music and emotion: Theory and research* içinde (s. 431-449). Oxford: Oxford University Press.
- Gabrielsson, A. ve Lindström, S. (1993). On strong experiences of music. *Musikpsychologie: Jahrbuch der deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie*, 10, 118-139.
- Garrido, S. ve Schubert, E. (2011). Negative emotion in music: What is the attraction? A qualitative study. *Empirical Musicology Review*, 6, 214-230.
- Garrido, S. ve Schubert, E. (2015). Moody melodies: Do they cheer us up? A study of the effect of sad music on mood. *Psychology of Music*, 43(2) 244- 26.
- Getz, L. M., Marks, S. ve Roy, M. (2014). The influence of stress, optimism, and music training on music uses and preferences. *Psychology of Music*, 42(1) 71-85. Doi: 0.1177/0305735612456727
- Gibson, R., Aust, C. F. ve Zillmann, D. (2000). Loneliness of adolescents and their choice and enjoyment of love-celebrating versus love-lamenting popular music. *Empirical Studies of the Arts*, 18(1), 43-8.
- Goldsmith, H. H. (1994). Parsing the emotional domain from a development perspective. P. Ekman ve R. J. Davidson (Ed.), *The nature of emotion: Fundamental questions* içinde (s. 68-73). New York: Oxford University.
- John, O. P. ve Srivastava, S. (1999). The Big-Five Trait Taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. L. A. Pervin ve O. P. John (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research 2* içinde, (s. 102-138), Guilford Press. New York.
- Juslin, P. N. (2005). From mimesis to catharsis: Expression, perception, and induction of emotion in music. D. Miell, R. MacDonald ve D. J. Hargreaves (Ed.), *Musical communication* içinde (s. 85-115). Oxford, UK: Oxford University Press.

- Juslin, P. N. (2011). Music and emotion: Seven questions, seven answers. I. Deliège ve J. Davidson (Ed.), *Music and the mind: Essays in honour of John Sloboda* içinde (s. 113-135). Oxford: Oxford University Press.
- Juslin, P. N. (2012). Are musical emotions invariant across cultures? *Emotion Review*, 4, 283-284.
- Juslin, P. N. ve Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: A review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of New Music Research*, 33, 217-238. doi: 10.1080/0929821042000317813
- Juslin, P. N., Liljeström, S., Västfjäll, D. ve Lundqvist, L. O. (2010). How does music evoke emotions? Exploring the underlying mechanisms. P. N. Juslin ve J. Sloboda (Ed.), *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* içinde, (s. 605-642). Oxford: Oxford University Press.
- Juslin, P. N. ve Sloboda, J.A. (Ed.) (2010). *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*. Oxford University Press.
- Juslin, P. N. ve Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 31, 559-621. doi:10.1017/S0140525X08005293
- Kawakami, A., Furukawa, K., Katahira, K. ve Okanoya, K. (2013). Sad music induces pleasant emotion. *Frontiers in Psychology*, 4, 311, doi: 10.3389/fpsyg.2013.00311
- Keller, M., C., Fredrickson, B., L., Ybarra, O., Cote, S., Johnson, K., Mikels, J., Conway, A. ve Wager, T. (2005). A warm heart and a clear head. The contingent effects of weather on mood and cognition. *Psychological Science*, 16(9), 724-731. Doi: 10.1111/j.1467-9280.2005.01602.x
- Kivy, P. (1990). *Music alone: Philosophical reflections on the purely musical experience*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Knobloch, S. ve Zillmann, D. (2002). Mood management via the digital jukebox. *Journal of Communication*, 52(2), 351-366.
- Konečni, V. J. (2008). Does music induce emotion? A theoretical and methodological analysis. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 2(2), 115-129. <https://doi.org/10.1037/1931-3896.2.2.115>
- Kopacz, M. (2005). Personality and music preferences: The influence of personality traits on preferences regarding musical elements. *Journal of Music Therapy*, 42(3), 216-239.
- Lamont, A. (2011). University students' strong experiences of music: Pleasure, engagement, and meaning. *Musicae Scientiae*, 15, 229-249.
- Liljeström, S. (2011). *Emotional reactions to music: Prevalance and contributing factors*. (Doktora tezi). Uppsala Üniversitesi, Uppsala.
- Liljeström, S., Juslin, P. N. ve Västfjäll, D. (2012). Experimental evidence of the roles of music choice, social context, and listener personality in emotional reactions to music. *Psychology of Music*, 41(5), 579-599.
- Little, P. ve Zuckerman, M. (1986). Sensation seeking and music preferences. *Personality and Individual Differences*, 7, 575-577.
- Matthews, G., Jones, D. M. ve Chamberlain, A. (1990). Refining the measurement of mood: The UWIST Mood Adjective Checklist. *British Journal of Psychology*, 81, 17-42.
- McCown, W., Keiser, R., Mulhearn, S. ve Williamson, D. (1997). The role of personality and gender in preference for exaggerated bass in music. *Personality and Individual Differences*, 23, 543-547. doi:10.1016/S0191-8869(97)00085-8
- McNamara, L. ve Ballard, M. E. (1999). Resting arousal, sensation seeking, and music preference. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 125, 229-250.
- Park, K., Lee, S., Kim, E., Park, M., Park, J. ve Cha, M. (2013). Mood and Weather: Feeling the Heat? *Proceedings of the Seventh International Association for the Advancement of Artificial Intelligence Conference on Weblogs and Social Media* içinde (s. 709-712). <https://ojs.aaai.org/index.php/ICWSM/article/view/14451>



- Pervin, L. A. ve John, O. P. (2001). *Handbook of personality: Theory and research* (3. Bs.) New York: Guilford.
- Rentfrow, P. J. ve Gosling, S. D. (2003). The do re mi's of everyday life: The structure and personality correlates of music preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1236–1256
- Rentfrow, P. J., Gosling, S. D. ve Levitin, D. J. (2011). The structure of musical preferences: A five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(6), 1139–1157.
- Reybrouck, M. ve Eerola, T. (2017). Music and its inductive power: A psychobiological and evolutionary approach to musical emotions. *Frontiers in Psychology*, 8, 494.
- Robbins, S. P., Judge, T. A. ve Campbell, T. (2010). *Organizational behaviour*. Pearson Publishing, Harlow: Financial Times Prentice Hall.
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological Review*, 110, 145-172.
- Rusting, C. L. (1998). Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: Three conceptual frameworks. *Psychological Bulletin*, 124, 165–196.
- Rusting, C. L. ve DeHart, T. (2000). Retrieving positive memories to regulate negative mood: Consequences for mood-congruent memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 737–752.
- Rusting, C. L. ve Larsen, R. J. (1997). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative affect. *Personality and Individual Differences*, 22, 607–612.
- Saarikallio, S. (2008). Music in mood regulation: Initial scale development. *Musicae Scientiae*, 12(2), 291–309.
- Saarikallio, S. (2010). Music as emotional self-regulation throughout adulthood. *Psychology of Music*, 39(3) 307–327. Doi: 10.1177/0305735610374894.
- Saarikallio, S. ve Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music*, 35(1) 88–109. Doi: 10.1177/0305735607068889
- Sakka, S.L. ve Juslin, P.N. (2018). Emotion regulation with music in depressed and non-depressed individuals: Goals, strategies, and mechanisms. *Music & Science*, 1, 1–12.
- Schäfer, T., Sedlmeier, P., Städtler, C. ve Huron, D. (2013). The psychological functions of music listening. *Frontiers in Psychology*, 4, 511. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00511>
- Schellenberg, E. G., Peretz, I. ve Vieillard, S. (2008). Liking for happy and sad sounding music: Effects of exposure. *Cognition and Emotion*, 22, 218–237. doi: 10.1080/02699930701350753.
- Scherer, K. R. (2000). Emotion. M. Hewstone ve W. Stroebe (Ed.), *Introduction to social psychology: A European perspective* içinde (3. Bs.), (s. 151-191). Oxford: Blackwell.
- Scherer, K. R. (2003). Why music does not produce basic emotions: A plea for a new approach to measuring emotional effects of music. R. Bresin (Ed.), *Proceedings of the Stockholm Music Acoustics Conference* içinde (s. 25-28). Stockholm, Sweden: Royal Institute of Technology.
- Scherer, K.R. ve Zentner, M. R. (2001). Emotional effects of music: Production rules. Juslin, P.N. ve Sloboda, J.A. (ed.) *Music and emotion: Theory and research* içinde (s. 361-392), Oxford University Press.
- Sedikides, C. (1995). Central and peripheral self-conceptions are differentially influenced by mood: Tests of the differential sensitivity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 759–777.
- Sloboda, J. A., ve Juslin, P. N. (2001). *Psychological perspectives on music and emotion*. P. N. Juslin ve J. A. Sloboda (Ed.), *Series in affective science. Music and emotion: Theory and research* içinde (s. 71–104). Oxford University Press.
- Smith, E.E. ve Kosslyn, S.M. (2010). *Bilişsel psikoloji: Zihin ve beyin*. Nobel Akademik Yayıncılık. İstanbul.

- Sümer, N., Lajunen, T. ve Özkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. G. Underwood (Ed), *Traffic and transport psychology: Theory and application* içinde (s. 215-227). Oxford, UK: Elsevier.
- Tahlier, M., Miron, A.M. ve Rauscher, F. H. (2012). Music choice as a sadness regulation strategy for resolved versus unresolved sad events. *Psychology of Music*, 41(6), 729–748.
- Taruffi, L. ve Koelsch, S. (2013). The paradox of music-evoked sadness: An online survey. *Plosone*, 9(10) <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0110490>.
- Tekman, H. G. (2009). Music preferences as signs of who we are: Personality and social factors. *Proceedings of the 7th Triennial Conference of European Society for the Cognitive Sciences of Music* (ESCOM 2009), Jyväskylä, Finland.
- Ter Bogt, T. F. M., Mulder, j., Raaijmakers, Q. A. W. ve Gabhainn, S. N. (2010). Moved by music: A typology of music listeners. *Psychology of Music*, 39(2) 147–163.
- Thayer, R. E. (1989). *The biopsychology of mood and arousal*. New York: Oxford University Press.
- Thayer, R. E., Newman, J. R. ve McClain, T. M. (1994). Self-regulation of mood: Strategies for changing a bad mood, raising energy, and reducing tension. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 910–925.
- Thompson, W. F. ve Balkwill, L-L. (2010). Cross-cultural similarities and differences. P. N. Juslin ve J. A. Sloboda (Ed.), *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* içinde (s. 755-788). Oxford: Oxford University Press.
- Trapnell, P. D. ve Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(2),284–304.
- Van den Tol, A. J. M. ve Edwards, J. (2011). Exploring a rationale for choosing to listen to sad music when feeling sad. *Psychology of Music*, 41(4), 440–465.
- Vella, E.J. ve Mills, G. (2017). Personality, uses of music, and music preference: The influence of openness to experience and extraversion. *Psychology of Music*, 45(3) 338–354.
- Vuoskoski, J. ve Eerola, T. (2011). The role of mood and personality in the perception of emotions represented by music. *Cortex*, 47, 1099-1106 Doi:10.1016/j.cortex.2011.04.011
- Vuoskoski, J. K., Thompson, W. F., McIlwain, D. ve Eerola, T. (2012). Who enjoys listening to sad music and why? *Music Perception*, 29, 311–317.
- Wapnick, J. (1976). A review of research on attitude and preference. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, 48, 1-20.
- Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York, Guilford Publications.
- Watson, D. ve Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: General and specific factors of emotional experience and their relation to the five-factor model. *Journal of Personality*, 60(2), 441-476.
- 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), 1063-1070.
- White, B. A., Horwath, C. C. ve Conner, T. S. (2013). Many apples a day keep the blues away: Daily experiences of negative and positive affect and food consumption among young adults. *British Journal of Health Psychology*, 18, 782–798.
- Zentner, M. ve Eerola, T. (2011). Self-report Measurements. Juslin, P. N., ve Sloboda, J. A. (Ed.), *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* içinde (s.187). Oxford: Oxford University Press.
- Zentner, M., Gradjean, D. ve Scherer, K. R. (2008). Emotions evoked by the sound of music: Characterization, classification, and measurement. *American Psychological Association*, 8(4), 494–521. doi: 10.1037/1528-3542.8.4.494