

Depresyon ile geleceğe yönelik öngörüler ve yürütsel işlevler değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi

Examination of the relationship between depression, future expectations, and several executive function variables

Hasan Ergüler¹, Ayşegül Durak Batıgün²

¹Öğr. Gör., Doğu Akdeniz Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Kuzey Kıbrıs <https://orcid.org/0000-0003-1107-5422>

²Prof. Dr., Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Psikoloji Bölümü Ankara, Türkiye <https://orcid.org/0000-0002-8278-6419>

ÖZET

Amaç: Çalışmanın amacı, depresyon belirtileri ile geleceğe yönelik öngörüler ve yürütsel işlevler arasındaki ilişkileri incelemek; yürütsel işlevler ile depresyon arasındaki ilişkide geleceğe yönelik öngörülerin aracı rolünü belirlemektir. **Yöntem:** Beck Depresyon Envanteri, Kişilerarası Nörobiyoloji Temelli Yürütsel İşlevler Ölçeği ve Geleceğe Yönelik Öngörüler Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini, 235'i kadın (%58.6) 166'sı erkek (%41.4) olmak üzere, 401 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Yaş aralığı 18-31, yaş ortalaması 21.44'dür (ss= 2.33). **Bulgular:** Yapılan istatistik analizler sonucunda, depresyon belirtileri ile geleceğe yönelik olumlu öngörüler arasında negatif, olumsuz öngörüler arasında ise pozitif ilişkilerin bulunduğu görülmektedir. Yürütsel işlevler toplam puanları ile depresyon belirtileri arasında ise negatif bir ilişki söz konusudur. Buna ek olarak, aracı değişkenli regresyon analizi sonuçları yürütsel işlevler ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkide geleceğe yönelik olumlu ve olumsuz öngörülerin aracılık rollerinin olduğunu göstermektedir. **Sonuç:** Elde edilen bulgular, depresyon tedavisi sırasında psikoterapinin yapılandırılmasına katkı sağlayabilir. Örneğin, terapi seansları esnasında hastanın alışılmış tutumlara katı bir şekilde bağlılık, alternatif problem çözme yollarını belirleyememe, katı açıklama tarzları ve bilişsel esneklikte zayıflama gibi yürütsel işlevlerine yönelik özellikleri belirlenerek, bunlar üzerinde çalışılabilir. Ayrıca, bu seanslarda geleceğe ilişkin öngörülerin incelenmesi de yararlı olacaktır.

Anahtar Sözcükler: Depresyon, geleceğe yönelik öngörüler, yürütsel işlevler

(*Klinik Psikiyatri Dergisi* 2020;23:266-273)

DOI: 10.5505/kpd.2020.41033

SUMMARY

Objective: The aim of this study was to study the possible relationships between depressive symptoms, future expectations (i.e. prospections), and prefrontal functions. More specifically, the potential mediating effects of future expectations in the relationship between depressive symptoms and prefrontal functions were investigated. **Method:** Data collection tools included Beck Depression Inventory, Prefrontal Functions Scale based on Interpersonal Neurobiology, and Subjective Probability Task – Turkish Version. Study sample included 401 undergraduate students, where 235 (58.6%) of those were female and 166 (41.4%) were male. Participants had an age range of 18-31, and the mean age was found to be 21.44 (sd = 2.33). **Results:** Statistical analyses revealed that as depression symptoms strengthen, there appears to be a corresponding decrease in the ratings for positive prospection, and a counter increase in the ratings for negative prospection (i.e. how likely they think such events will happen to them in the future). Furthermore, prefrontal functioning suffered a significant decline as depression scores increased. The mediated regression model further indicated that positive as well as negative prospections did indeed have partial mediating effects in regulating the relationship between depression scores and prefrontal functioning. **Discussion:** Results of the study are considered to be of possible value for the aim of structuring specific psychotherapy interventions. Identification of strictly held attitudes of clients, for instance, alongside with the inability to identify alternative solutions to problems encountered, strict reliance on specific explanations as causes behind them, or weakening cognitive flexibility, can be prioritized earlier in therapy and the following progress can, hence, be planned accordingly. Investigation of prospective thoughts can also be informative in this respect.

Key Words: Depression, future expectations, prefrontal functions

GİRİŞ

Dünya nüfusunun yaklaşık olarak %5'ini, diğer bir deyişle 350 milyon insanı etkileyen majör depresif bozukluk, yaşam kalitesinde düşüş ve performans kaybına yol açan büyük bir sorundur (1). Aynı çalışmada, dünya genelinde yaşamının herhangi bir anında bu rahatsızlığı yaşamış bireylerin oranının %16 olduğu ve nesiller arası genetik aktarım oranının da %37'ye kadar çıkabildiği vurgulanmaktadır.

Bilindiği gibi, hastalığın temelinde nörobiyolojik nedenlerin yanısıra bunlarla doğrudan veya dolaylı olarak ilişkili olduğu düşünülen bilişsel (kognitif) nedenler de mevcuttur. Birtakım düşünce kalıpları veya düşünce örüntülerinin depresyondaki etkisini açıklamaya odaklanan Aaron Beck, kuramında “olumsuz bilişsel üçleme”ye değinir (2). Bu kuram, depresyon belirtileri gösteren kişilerin sağlıklı bireylere kıyasla benlik algıları, yakın sosyal çevreleri ve gelecek algılarına ilişkin olumsuz düşünce örüntüleri ve tutumlar geliştirdiklerini öne sürer. Olumsuz bilişsel üçlemedeki diğer iki etmene kıyasla üzerinde daha az çalışılmış olanı bireyin kişisel geleceği hakkında edindiği karamsar görüşler boyutudur. Yakın zamanda bu boyutun depresyon belirtilerinin hem nedensel hem de sürdürücü temel bir faktörü olduğu görüşü üzerinde durulmaktadır (3,4). Bu açıklamaya göre geleceğe ilişkin hatalı öngörü depresyonun temel nedenidir (4). Hatalı öngörüler, çoğunlukla “eğer/o zaman” (if/then assumptions) tarzı varsayımlar olarak betimlenmiştir ve gelecekte yaşanması muhtemel bir olayın bize şimdiden nasıl hissettirebileceğini tahmin etme süreçlerini içerir. Depresif duyguduruma sahip birey, zayıflamış yaşamsal işlevselliğini fark edip kendisini gelecekte de olumsuzlukların beklediğini düşünme eğilimindedir. Bu eğilim kişinin yaşadığı anı etkileyen ve faaliyetlerini daha da zayıflatan güçlü sonuçlara neden olabilir. Böylece, ileride kişinin kendisini daha olumsuz bir hayatın beklediğini düşünmesi giderek kolaylaşırken, yaşadığı an bu beklentiden olumsuz yönde etkilenir. Bu durum da gelecekle ilgili karamsar bakış açısının gittikçe artmasına neden olarak bir çeşit kısır döngü oluşturur ve depresyon belirtilerinin şiddetini artırır.

Literatürde, hatalı öngörüler nedeniyle, gelecekle ilgili olumlu kişisel olayların yaşanması olasılığının klinik depresyonu olan (veya belirti şiddeti klinik değerlere doğru yaklaşan) bireyler tarafından daha düşük değerlendirildiği rapor edilmiştir (5-8). Kişinin kendi geleceği ile ilgili olumsuz düşüncelerinin katı olup olmasının, hastalık seyri ve tedavisinin anlaşılmasında önemli ipuçları sağlayabileceği düşünülmektedir (9-12).

Geleceğe yönelik olumsuz öngörülerin depresyon belirtileri ile ilişkili olması ve aynı zamanda bir sürdürücü faktör olarak görülmesinin yanısıra, bellek süreçleri ve özellikle yürütsel işlevler (prefrontal işlevler) ile de ilişkili olduğu söylenebilir (3,7). Yürütsel işlevler, depresyon belirtileri olan bireylerde alışılmış tutumlara katı bir şekilde bağlılık, alternatif problem çözme yollarına değinmeme, açıklama tarzlarında katılık ve genel olarak bilişsel esneklikte zayıflama gibi sonuçlarla belirmektedir (13,14). Prefrontal korteks ile ilişkilendirilen yürütsel işlemlerin depresyon tanısı almış bireylerde daha zayıf olduğu bilinmektedir (13,15-17). Depresyon tanısı almış hastaların prefrontal kortekslerinde negatif duygu yüklü uyaranlara karşı belirgin bir aktivite artışı, pozitif duygu yüklü uyaranlara karşı ise belirgin bir aktivite düşüşü gözlenmektedir (18). Yürütsel işlevlerin dikkatin önemli bir kısmını bireyin olumsuz düşüncelerine ve bunlarla kaçınılmaz olarak bağlantılı olan olumsuz duygulanımlara odaklıyor olduğu ileri sürülebilir (19).

İlgili literatür incelendiğinde, depresyon ve geleceğe yönelik öngörülerin daha önce Türkiye’de ayrı bir başlık altında incelenmemiş olduğu dikkati çekmektedir. Ayrıca, yürütsel işlevler ile geleceğe yönelik öngörüler arasındaki ilişkilerin de ülkemizde çalışılmamış olduğu görülmektedir. Bu noktadan hareketle araştırmanın amacı, depresyon belirtileri ile geleceğe yönelik öngörüler ve yürütsel işlevler arasındaki ilişkileri incelemek; yürütsel işlevler ile depresyon arasındaki ilişkide geleceğe yönelik öngörülerin aracı rolünü belirlemektir.

YÖNTEM

Örneklem

Çalışma, ilgili üniversitenin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 235'i kadın (%58.6) 166'sı erkek (%41.4) olmak üzere 401 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Örneklemim yaş aralığı 18-31, yaş ortalaması 21.44'dür (ss=2.33). Örneklem, basit rastlantısal örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Üniversite öğrencisi olmayan ve son altı ay içerisinde psikiyatrik bir hastalık tanısı almış ve/veya tedavi görmüş olan bireyler çalışma kapsamı dışında tutulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Beck Depresyon Envanteri (BDE) Beck ve arkadaşları (20) tarafından geliştirilen ve 21 maddeden oluşan bir ölçektir. Bireylerde gözlenen depresyon belirtilerini ölçmeyi amaçlayan bu ölçek 0-3 arası Likert tipi puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar depresyon belirtilerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması iki farklı çalışma ile gerçekleştirilmiştir (21,22). Üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen çalışmada Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .80 olarak bildirilmektedir (22).

Bu ölçek, depresyon belirtilerinin ölçümünde literatürde en sık kullanılan ölçme aracı olması nedeniyle çalışma kapsamına alınmıştır. Ölçeğin mevcut çalışmadan elde edilen Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .81'dir.

Kişilerarası Nörobiyoloji Temelli Yürütsel İşlevler Ölçeği (PIÖ) Bireylerin yürütsel işlevlerini ölçmek amacıyla Şahin ve Özsoy (23) tarafından geliştirilmiş, 1-5 arası Likert tipi puanlanan 40 maddelik bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yürütsel işlevlerin yüksek olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda bedensel işlevlerin yönetimi ($\alpha = .80$), korku yönetimi ve sevgiler ($\alpha = .80$), empati ve tepki esnekliği ($\alpha = .76$), içgörü ($\alpha = .78$) ve vicdan ($\alpha = .67$) olmak üzere beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin bulgular mevcuttur.

Ölçek, kültürümüzde yürütsel işlevleri ölçen öz değerlendirme türü (self report) tek ölçek olması nedeniyle çalışma kapsamına alınmıştır. Ölçeğin

toplam puanı için mevcut çalışmadan elde edilen Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .87'dir.

Geleceğe Yönelik Öngörüler Ölçeği (GYÖÖ) MacLeod (24) tarafından geliştirilmiş, 1-7 arası Likert tipi puanlanan bir ölçektir. Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı olumlu öngörüler için .86, olumsuz öngörüler için .90'dır. Olumlu öngörüler ve olumsuz öngörülerin Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyon katsayıları sırasıyla, -.41 ($p < .01$) ve .43 ($p < .01$) olarak bildirilmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Ergüler ve Batıgün (25) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada da Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları olumlu öngörüler alt ölçeği için .86, olumsuz öngörüler alt ölçeği içinse .90 olarak bulunmuştur. Ayrıca bu iki faktör arasındaki korelasyon katsayısı da -.29 ($p < .001$) olarak belirlenmiştir. Ölçek, kültürümüzde geleceğe yönelik öngörülerini ölçen öz değerlendirme türü tek ölçek olması nedeniyle çalışma kapsamına alınmıştır.

İşlem

Öncelikle, çalışma için ilgili üniversitenin etik kurulundan onay alınmıştır (Karar No: 353). Çalışmada katılımcıların imzalı onamları alınmış, değerlendirmenin bireysel değil, grup halinde yapılacağı bilgisi verilmiştir. Kullanılan ölçekler sıra etkisini en aza indirmek amacıyla Onam Formu başta olacak şekilde farklı sıralarda dizilerek verilmiştir. Uygulamalar sınıf ortamında ilgili öğretim üyesinin izni alınarak ders sonlarında yapılmış, yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmüştür.

Toplam katılımcı sayısı ilk aşamada 436 iken, ölçek sorularının önemli bir kısmını boş bırakmış veya son altı ay içerisinde herhangi bir psikiyatrik tanı aldığını belirtmiş katılımcılar çalışma dışında bırakılmış ve analizler 401 katılımcı üzerinden yürütülmüştür.

İstatistik analizler

İstatistik analizler yapılmadan önce hatalı veri girişleri düzeltilmiş, veri setinin uygunluğu değerlendirilmiş ve uç değerler veri setinden çıkartılmıştır. Çalışmada, SPSS-21 paket programı

kullanılmış; Pearson korelasyon analizi ve çoklu aracılı model testi yapılmıştır.

BULGULAR

Çalışmada kullanılan ölçeklerden alınan puanların ortalama, standart sapma ve aralık değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Değişkenler Arasındaki İlişkiler (Korelasyon Analizleri)

Çalışmaya dahil edilen değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkilerini değerlendirebilmek amacıyla Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 2'de görüldüğü gibi, BDE toplam puanı ile geleceğe yönelik olumsuz öngörüler arasındaki korelasyon katsayısı .48 ($p < .001$), geleceğe yönelik olumlu öngörüler arasındaki korelasyon katsayısı ise $-.40$ 'dır ($p < .001$). BDE ile PİÖ toplam puanı ve alt ölçekleri arasındaki katsayılar ise $-.11$ ($p < .01$) ile $-.37$ ($p < .001$) arasında değişmektedir.

Aracı Değişken Analizi Bulguları

Yürütsel işlevler ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkide geleceğe yönelik öngörülerin aracı rolünün incelenmesi için Bootstrap yöntemine dayandırılan ve SPSS programına ek bir paket olarak sunulan çoklu aracılı model testi kullanılmıştır. Analiz bulguları Şekil 1'de verilmiştir.

Şekil 1'de görüldüğü üzere, bağımsız değişken olarak alınan yürütsel işlevler toplam puanlarının bağımlı değişken olan depresyon belirtileri üzerinde anlamlı doğrudan etkisinin olduğu söylenebilir ($\beta = -.20$, $t = -7.75$, $p < .001$). Bununla birlikte yürütsel işlevlerin, aracı değişken alt ölçekleri olan geleceğe yönelik olumlu öngörüler ($\beta =$

$.30$, $t = 11.00$, $p < .001$) ve olumsuz öngörüler ($\beta = -.45$, $t = -6.94$, $p < .001$) üzerinde de anlamlı doğrudan etkilerinin olduğu gözlemlenmiştir. Buna ek olarak aracı değişkenlerin bağımlı değişken olan depresyon belirtileri üzerinde de anlamlı doğrudan etkileri vardır (olumlu öngörüler için $\beta = -.18$, $t = -.05$, $p < .001$; olumsuz öngörüler için ise $\beta = .15$, $t = 8.00$, $p < .001$). Yürütsel işlevler ile geleceğe yönelik öngörüler aynı anda denkleme dâhil edildiğinde, yürütsel işlevlerin depresyon belirtileri üzerindeki etkisi azalmış fakat anlamlılık düzeyinde devam etmiştir ($\beta = -.08$, $t = -3.02$, $p < .01$). Bu sonuca göre, yürütsel işlevler ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkide geleceğe yönelik öngörülerin kısmi aracılık rolü üstlendiği söylenebilir. Oluşturulan aşamalı regresyon modelinin geçerlik testi sonucunda ise modelin anlamlı olduğu ($F_{3,397} = 59.30$, $p < .001$) ve varyansın yaklaşık olarak %30'unu açıkladığı görülmüştür.

Geleceğe yönelik öngörülerin kısmi aracılık etkilerinin istatistiki belirginlik seviyelerini incelemek amacıyla 1000 kişilik bootstrap örnekleme kullanılmış ve bulgular Tablo 3'te verilmiştir. Buna göre, aracı değişkenlerin toplam dolaylı etkileri anlamlı bulunmuştur (nokta tahmini= $-.12$, %95 BCa GA= $[-.015, -.08]$). Bu sonuca göre geleceğe yönelik öngörülerin yürütsel işlevler ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkiye kısmi aracılık ettikleri söylenebilir. Alt ölçekler ayrı ayrı incelendiğinde ise olumlu öngörülerin (nokta tahmini= 0.05 , %95 BCa GA= $[-.08, -.03]$) ve olumsuz öngörülerin (nokta tahmini= $-.07$, %95 BCa GA= $[-.09, -.04]$) anlamlı kısmi aracılık etkilerinin belirgin olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA

Mevcut çalışmada elde edilen bulgulara göre, depresyon belirtileri ile geleceğe yönelik olumlu öngörüler arasında negatif, olumsuz öngörüler

Tablo 1. Ölçek puanlarının ortalama, standart sapma ve puan aralık değerleri (n= 401)

	X	SS	Puan Aralığı
PİÖ Toplam Puan	106.04	13.30	65-145
Bedensel işlevlerin yönetimi	16.66	3.59	7-25
Korku yönetimi ve sezgiler	29.01	4.60	17-40
Vicdan	24.03	3.71	10-30
Empati ve tepki esnekliği	21.24	3.70	9-30
İçgörü	15.12	2.75	7-20
GYÖÖ			
Olumlu öngörüler	53.17	8.35	18-69
Olumsuz öngörüler	69.90	18.27	23-136
BDE Toplam Puan	12.60	7.38	0 - 46

Tablo 2. Değişkenler arası korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8
2	.48***	-	-	-	-	-	-	-
3	-.40***	-.36***	-	-	-	-	-	-
4	-.36***	-.33***	.48***	-	-	-	-	-
5	-.24***	-.17***	.35***	.74***	-	-	-	-
6	-.37***	-.32***	.49***	.81***	.51***	-	-	-
7	-.18***	-.23***	.27***	.65***	.31***	.38***	-	-
8	-.34***	-.30***	.34***	.72***	.39***	.49***	.33***	-
9	-.11**	-.11**	.25***	.67***	.48***	.42***	.31***	.35***

**p<.01

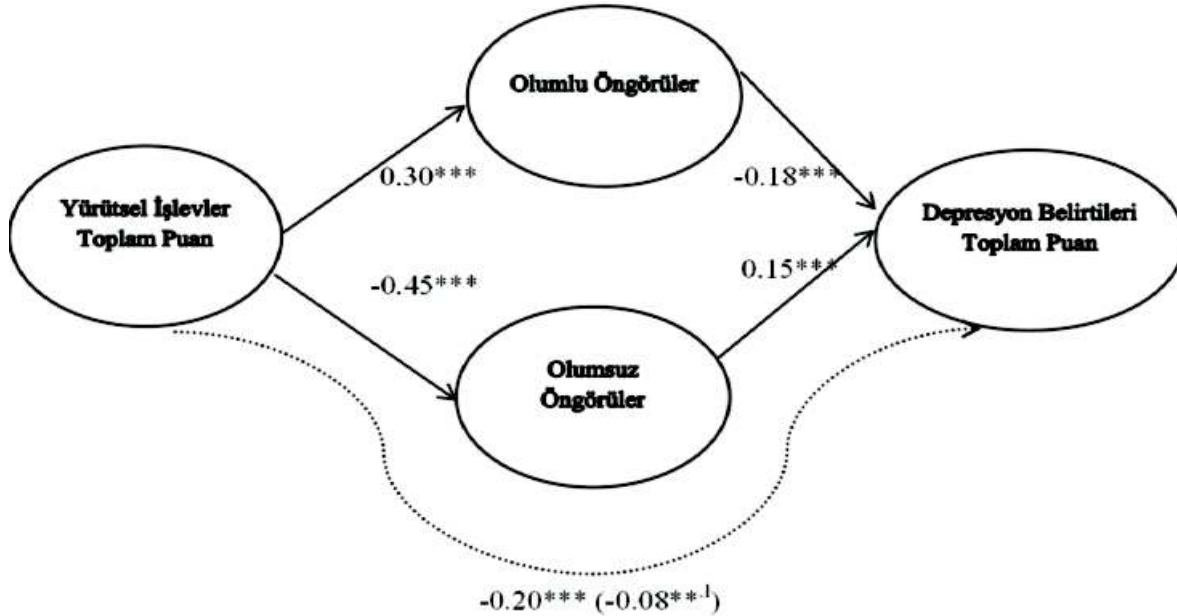
***p<.001

- | | | | | | |
|----|-----------------|----|------------------------------|----|----------------------------|
| 1. | BDE Toplam Puan | 2. | Olumsuz öngörüler | 3. | Olumlu öngörüler |
| 4. | PIÖ Toplam Puan | 5. | Bedensel işlevlerin yönetimi | 6. | Korku yönetimi ve sezgiler |
| 7. | Vicdan | 8. | Empati ve tepki esnekliği | 9. | İçgörü |

arasında ise pozitif ilişkiler söz konusudur. Yürütsel işlevler toplam puanları ile depresyon belirtileri arasında ise negatif bir ilişki görülmektedir. Buna ek olarak, yürütsel işlevler ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkide geleceğe yönelik olumlu ve olumsuz öngörülerin aracılık rollerinin olduğu gözlenmiştir. Bu bulguların temel olarak yurt dışındaki literatür ile uyumlu olduğu dikkati çekmektedir (5,24,26). Ancak, mevcut çalışmada, olumlu öngörülerdeki düşüş ile birlikte olumsuz öngörülerde görülen artışın depresyon belirtilerini yorduyor olması, komorbid anksiyete belirtilerinin olası bir etkisinin olup olmadığını düşündürmektedir. Komorbid anksiyete belirti-

lerinin gelecekle ilgili olumlu beklentilerdeki düşüş ile birlikte olumsuz beklentilerde de artışa sebep olabileceği ve böylece depresyon temelli yorumları zorlaştırabileceği literatürde belirtilmektedir (3,5,7,27). Komorbid anksiyete durumunun depresyon belirtilerindeki artış, sosyal ve profesyonel uyumda azalma ve genel anlamıyla tedaviye verilen yanıtlardaki düşüş ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (28). Bu bağlamda, geleceğe yönelik öngörülerin araştırılacağı ileriki çalışmalarda anksiyete belirtilerinin de incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.

Yürütülen aracı değişkenli regresyon analizi sonu-



Şekilde standardize olmayan beta değerlerine yer verilmiştir.

** p<.01, *** p<.001, t=-3.02

Şekil 1. GYÖ alt ölçeklerinin yürütsel işlevler toplam puanı ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkide üstlendiği aracı roller

Tablo 3. Yürütsel işlevler ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkide geleceğe yönelik öngörüler aracılığında toplam ve belirli dolaylı etkiler için nokta tahminleri ve %95 Bias-Corrected and Accelerated (BCa) güven aralıkları (GA).

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)		%95 BCa GA			
	Nokta Tahmini	Standart Hata (SE)	z	p	Düşük	Yüksek
Toplam	-0.12	0.02	-6.65	< .001	-0.15	-0.08
Olumlu Öngörüler	-0.05	0.01	-3.82	.001	-0.08	-0.03
Olumsuz Öngörüler	-0.07	0.01	-5.25	< .001	-0.09	-0.04

cunda, geleceğe yönelik olumlu ve olumsuz öngörüler, yürütsel işlevler ile depresyon arasındaki ilişkide kısmi aracı olarak belirlenmiştir. Daha önce de belirtildiği gibi, yürütsel işlevler, depresyon belirtileri gösteren bireylerde alışılmış tutumlara katı bir şekilde bağlılık, alternatif problem çözme yollarına değinmeme, açıklama tarzlarında katılık ve genel olarak bilişsel esneklikte zayıflama gibi sonuçlarla belirlemektedir (13,14). Mevcut araştırmanın bulgularından yola çıkarak, gelecekle ilgili beklentilerin aracılık rollerinin, sağlıklı çıkarımlar ve ileriye yönelik yetersiz değerlendirmelere geçit verdiği, böylece depresyon belirtilerinin arttığı şeklinde bir çıkarsamanın yapılabileceği düşünülmektedir. Olumlu gelecek hayallerinin oluşturulmasında beliren zorluklar ve katı bir karamsarlık ile şekillenen olumsuz öngörülerin aracı rollerinin bulunması, Roepke ve Seligman'ın (4) da belirttiği gibi, geleceğe yönelik öngörülerin depresyon belirtilerindeki nedensel rollerine işaret ediyor olabilir. Geleceğe yönelik öngörülerin psikolojik sağlığın belirteci olan diğer değişkenlere kıyasla ne derece merkezi bir rol oynadığı ise ilerleyen çalışmalarda daha kapsamlı bir şekilde incelenmelidir. Bunun yanında yürütsel işlevlerin bağımsız değişken olarak ele alındığı regresyon modelinin varyansın %30'unu açıklıyor olması, depresyonun yordanmasında başka değişkenlerin de etkisinin olduğunu ve ilerleyen çalışmalarda geleceğe yönelik öngörülerin daha ayrıntılı olarak ele alınması gerekliliğini göstermektedir.

Yürütsel işlevler ve geleceğe yönelik öngörülerin depresyon belirtileri ile birlikte değerlendirildiği bu çalışmadan elde edilen bulguların, depresyon tedavisinde kullanılacak olan psikoterapinin yapılandırılmasında katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Örneğin, hastanın alışılmış tutumlara katı bir şekilde bağlılık, alternatif problem çözme yollarını belirleyememe, katı açıklama

tarzları ve genel olarak bilişsel esneklikte zayıflama gibi yürütsel işlevlerine yönelik özellikleri belirlenerek, terapi seansları esnasında bunlar üzerinde çalışılabilir. Nitekim literatürde de ilk atak ve yineleyen ataklı majör depresyon hastaları arasında yürütsel işlevler açısından farklılıklar bulunduğunu bildiren bir çalışma mevcuttur (29). Bu çalışma bulgularına göre, bilişsel esneklik veya kategoriler arası geçiş yetisinin yineleyen ataklı hastalarda belirgin şekilde daha zayıf olduğu dikkati çekmektedir. Bu durum, atak sayısı arttıkça bilişsel esneklik değişkeninin de göz önünde bulundurulup tedaviyi hastalara uygun hale getirmenin önemini göstermektedir. Bir başka çalışmada ise, depresyon atak sayısının değil de depresyonun toplam süresinin (atak sayısından bağımsız olarak değerlendirilen) böyle bir bilişsel esneklik kaybına yol açabileceği savunulmaktadır (30).

Tüm bunlara ek olarak, geleceğe yönelik olumsuz öngörülerin komorbid anksiyete ile beliren depresyonu yordadığı; dolayısıyla psikoterapi esnasında geleceğe yönelik öngörüler üzerinde çalışılmasının önemli olduğu vurgulanmaktadır (31). Böyle bir terapi yapılandırmasının depresyon tedavisinde ne denli önemli olabileceği yakın tarihli çalışmalarda görülmektedir (9).

Araştırmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Öncelikle, öz değerlendirme anketlerinin veri toplama aracı olarak kullanılması her ne kadar literatürde oldukça sık rastlanan bir yöntem olsa da, verilerden elde edilen bulguların değerlendirilmesinde dikkatli olmamızı gerektirmektedir. Bunun önemli bir nedeni, katılımcıların ölçekleri doldurdukları esnasındaki duygudurumlarının sonuçları istemsiz bir şekilde çarpıtılması ve özellikle gelecek ile ilgili olumlu öngörülerin gerçekçi bir şekilde değerlendirilmesini etkileyebilecek olmasıdır (32). Klinik veya normal gruplarla yapılan araştırmalar,

katılımcılarda ister istemez stres düzeyini artıran ve onların gerek bilinçli gerekse de bilinç dışı bir şekilde önyargılı cevaplar vermesine yol açabilecek sorular içermektedir (33). Bu gibi sorunlarla baş edebilecek bir yöntem olarak, örtük çağrışımların geleceğe yönelik öngörülere uyarlandığı bir test olan IRAP'ın [Implicit Relations Assessment Procedure (34)] ileriki çalışmalarda önemli bir ölçüm aracı olabileceği belirtilmektedir.

Mevcut çalışmadaki bir diğer sınırlılık ise, yürütsel işlevlerin değerlendirilmesinde bir öz bildirim ölçeceğinden daha kapsamlı veriler elde edilebilmesini sağlayacak olan nörobilişsel testlerin (Wisconsin Kart Eşleme, Stroop Testi vb.) pratik sebeplerden ötürü kullanılamamış olmasıdır. Dikkat odağı, bilişsel esneklik, bellek ve stratejik planlama gibi yürütsel işlevlerin çeşitli nörobilişsel testlerle değerlendirilmesi [böyle bir test bataryasının içeriği hakkında daha detaylı bilgi için bkz. (35)], daha kapsamlı bulguların elde edilmesini sağlayacaktır. Ayrıca, daha sonra yapılacak olan çalışmaların, anksiyete grubu, depresyon grubu, komorbid anksiyete-depresyon grubu ve sağlıklı bireylerden oluşan kontrol gruplarını da kapsayacak şekilde daha geniş bir örneklem grubu üzerinde yürütülmesi önerilebilir.

Yazışma Adresi: Prof. Dr., Ayşegül Durak Batıgün, Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Psikoloji Bölümü
Ankara, Türkiye ayseguldurak@yahoo.com

*Bu makale ilk yazarın Lisansüstü Tez çalışmasının bir bölümünü içermektedir.

KAYNAKLAR

1. Durisko Z, Mulsant BH, Andrews PW. An adaptationist perspective on the etiology of depression. *J Affect Disord* 2015; 172: 315-323.
2. Beck AT. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York, NY: International Universities Press, 1976.
3. Miloyan B, Pachana NA, Suddendorf T. The future is here: A review of foresight systems in anxiety and depression. *Cognition and Emotion* 2014; 28: 795-810.
4. Roepke AM, Seligman MEP. Depression and prospection. *Br J Clin Psychol* 2016; 55: 23-48.
5. Bjärehed J, Sarkohi A, Andersson G. Less positive or more negative? Future-directed thinking in mild to moderate depression. *Cognitive Behaviour Therapy* 2010; 39: 37-45.
6. MacLeod AK, Salaminiou E. Reduced future-thinking in depression: Cognitive and affective factors. *Cognition and Emotion* 2001; 15: 99-107.
7. Morina N, Deeproose C, Pusowski C, Schmid M, Holmes EA. Prospective mental imagery in patients with major depressive disorder or anxiety disorders. *J Anxiety Disord* 2011; 25: 1032-1037.
8. Szollosi A, Pajkossy P, Racsmany M. Depressive symptoms are associated with the phenomenal characteristics of imagined positive and negative future events. *Applied Cognitive Psychology* 2015; 29: 762-767.
9. Edmondson O.H, MacLeod AK. Psychological well-being and anticipated positive personal events: their relationship to depression. *Clinical Psychology and Psychotherapy* 2015; 22: 418-425.
10. Strunk DR, Lopez H, DeRubeis RJ. Depressive symptoms are associated with unrealistic negative predictions of future life events. *Behav Res Ther* 2006; 44: 861-882.
11. Trivedi MH, Greer TL. Cognitive dysfunction in unipolar depression: Implications for treatment. *J Affect Disord* 2014; 152-154: 19-27.
12. Vilhauer JS, Young S, Kealoha C, Borrmann J, IsHask WW, Rapaport MH, Hartoonian N, Mirocha J. Treating major depression by creating positive expectations for the future: A pilot study for the effectiveness of future—directed therapy (FDT) on symptom severity and quality of life. *CNS Neurosci Ther* 2012; 18: 102-109.
13. Snyder HR. Major depressive disorder is associated with broad impairments on neuropsychological measures of executive function: A meta-analysis and review. *Psychol Bull* 2013; 139: 81-132.
14. Wagner S, Doering B, Helmreich I, K Lieb, A Tadić. A meta-analysis of executive dysfunctions in unipolar major depressive disorder without psychotic symptoms and their changes during antidepressant treatment. *Acta Psychiatr Scand* 2012; 125: 281-292.
15. Lee RSC, Hermens DF, Porter M, Redoblado-Hodge MA. A meta-analysis of cognitive deficits in first-episode Major Depressive Disorder. *J Affect Disord* 2012; 140: 113-124.
16. Roca M, Vives M, Lopez-Navarro E, García-Campayo J, Gili M. Cognitive impairments and depression: a critical review. *Actas Esp Psiquiatr* 2015; 43: 187-93.
17. Rock PL, Roiser JP, Riedel WJ, Blackwell AD. Cognitive impairment in depression: a systematic review and meta-analysis. *Psychol Med* 2014; 44: 2029-2040.
18. Singh MK, Gotlib IH. The neuroscience of depression: Implications for assessment and intervention. *Behav Res Ther* 2014; 62: 60-73.
19. Damasio A. *Descartes' error: Emotion, reason and the human brain*. New York: Avon Books, 1994.
20. Beck AT, Ward C, Mendelson M. Beck depression inventory (BDI). *Arch Gen Psychiatry* 1961; 4: 561-571.
21. Hisli N. Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi* 1988; 6: 118-122.
22. Hisli N. Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi* 1989; 7: 3-13.
23. Şahin NH, Özsoy E. Kişilerarası Nörobiloloji Temelli Yürütsel (Prefrontal) İşlevler Ölçeği: Özgün Bir Ölçek Geliştirme Çalışması. VIII. Işık Savaşır Klinik Psikoloji Sempozyumu Poster Bildiri 2017; Ankara.
24. MacLeod AK. Affect, emotional disorder, and future-directed thinking. *Cognition and Emotion* 1996; 10: 69-86.
25. Ergüler H, Batıgün AD. Geleceğe Yönelik Öngörüler Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Klinik Psikiyatri Dergisi* 2018; 21: 168-176.
26. Stöber J. Prospective cognitions in anxiety and depression: Replication and methodological extension. *Cognition and Emotion* 2000; 14: 725-729.
27. MacLeod AK, Tata P, Kentish J, Jacobsen H. Retrospective and prospective cognitions in anxiety and depression. *Cognition ve Emotion* 1997; 11: 467-479.
28. Richards D. Prevalence and clinical course of depression: A review. *Clin Psychol Rev* 2011; 31: 1117-1125.
29. Karabekiroğlu A, Topçuoğlu V, Gırmal- Gönentür, A. Karabekiroğlu K. İlk epizod majör depresyon ve yineleyici majör depresyon grupları arasında yönetici işlev farklılıkları. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2010; 21: 280-288.
30. Kaygusuz CC, Arisoy O, Boztas MH, Sercan M. Comparison of the first episode and recurrent major depression patients in terms of cognitive function. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* 2013; 26: 320-332.
31. Seligman MEP, Railton P, Baumeister RF, Sripada C. Navigating into the future or driven by the past. *Perspectives on Psychological Science* 2013; 8: 119-141.
32. Hepburn S, Barnhofer T, Williams JMG. Effects of mood on how future events are generated and perceived. *Personality and Individual Differences* 2006; 41: 801-811.
33. Greenwalk AG, Banaji MR, Rudman LA, Farnham SD, Nosek BA, Mellott DS. A unified theory of implicit attitudes, stereotypes, self-esteem, and self-concept. *Psychol Rev* 2002; 109: 3-25.
34. Hussey I., Barnes-Holmes D. The implicit relational assessment procedure as a measure of implicit depression and the role of psychological flexibility. *Cognitive and Behavioral Practice* 2012; 19: 573-582.
35. Chan RCK, Shum D, Touloupoulou T, Chen EY. Assessment of executive functions: Review of instruments and identification of critical issues. *Archives of Clinical Neuropsychology* 2008; 23: 201-216.