

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi



Ceren GÖKDAĞ¹, Oya SORİAS², Sidar KIRAN³, Sibel GER⁴

ÖZET

SUMMARY

Adaptation of the Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire to the Turkish Language and Investigation of its Psychometric Properties

Amaç: Bu çalışmanın amacı, literatürde yeni bir kavram olarak değerlendirilen kişilerarası duygu düzenlemenin ölçümü için geliştirilen Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeğinin (KDDÖ, Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire) Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir.

Objective: This study aimed to adapt the Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ) to Turkish, and to investigate its psychometric properties.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 26,63 olan 467 yetişkin katılmıştır. KDDÖ'nün Türkçe formu hazırlandıktan sonra katılımcılara çeşitli ölçüm araçlarıyla birlikte uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için hem açıklayıcı hem doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, ölçüt bağıntılı geçerlik için çeşitli duygu düzenleme ölçekleriyle olan korelasyonları incelenmiştir. Güvenirlilik değerlendirmesi içinse iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve 50 kişinin katıldığı test tekrar test uygulaması yapılmıştır.

Method: A total of 467 volunteers with a mean age of 26.63 years participated to the study. Exploratory and confirmatory factor analyses were conducted after preparing the Turkish version of the IERQ. The relationships between IERQ and other emotion regulation scales were investigated for criterion-related validity. In order to assess reliability, internal consistency coefficients were calculated and subsequently, test-retest analyses were repeated on 50 students.

Bulgular: Ölçeğin Türkçe formunun da, orijinal form ile eşdeğer olarak 4 faktörlü yapıyı desteklediği görülmüştür. Bu faktörler şunlardır; sosyal model alma, yatıştırılma, olumlu duyguları artırma ve bakış açısı edinme. Beklenildiği gibi bu faktörlerin çeşitli duygu düzenleme stratejileriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Hem sosyal model alma hem de yatıştırılma faktörlerinden alınan puanların duygu düzenlemedeki güçlük seviyesine göre farklılaştığı bulunmuştur. Bu faktörlerin depresyon, anksiyete ve stres belirtileriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Ek olarak ölçeğin güvenirlilik sonuçları da tatmin edicidir. Faktörlerin iç tutarlık katsayıları ,81 ile ,89 arasındadır.

Results: As in the original form the Turkish version of IERQ has a 4- factor structure, 'social modelling', 'soothing', 'enhancing positive affect' and 'perspective taking'. As expected, these factors were related to various emotion regulation strategies. Particularly the social modelling and soothing factors differed according to the level of difficulties in emotion regulation. These factors were found to be related to depression, anxiety and stress symptoms. Furthermore, the Turkish version of the IERQ satisfied the conditions of reliability. The internal consistency coefficients of factors were between .81 and .89. Test-retest correlation coefficients were found to be strong.

Sonuç: Bu çalışma KDDÖ'nün ülkemiz için geçerli ve güvenilir şekilde kullanılabileceğini göstermiştir. Ölçeğin psikometrik sonuçlarının orijinal versiyonuyla benzerlik gösterdiği bulunmuştur.

Conclusion: This study showed that the Turkish version of IERQ is a reliable and valid scale for the Turkish population. The psychometric properties of the Turkish version were similar to those of the original form.

Anahtar Sözcükler: Duygu, duygu düzenleme, kişilerarası duygu düzenleme, kişilerarası ilişkiler, faktör analizi

Keywords: Emotion, emotion regulation, interpersonal emotion regulation, interpersonal relations, factor analysis

Geliş Tarihi: 20.11.2017 - **Kabul Tarihi:** 03.05.2018

¹Psik., Ege Üniv., Psikoloji Bl., İzmir. ²Prof. Serbest Psik., İzmir. ³Psik., Atatürk Şehir Hastanesi, Balıkesir. ⁴Psik., Adnan Menderes Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı Yüksek Lisans, Aydın.

CG: <https://orcid.org/0000-0002-9111-2811>, OS: <https://orcid.org/0000-0002-9319-8065>, SK: <https://orcid.org/0000-0002-4233-0118>, SG: <https://orcid.org/0000-0002-7773-3224>

Psikolog, Ceren Gökdağ, e-mail: cerengokdag@gmail.com

<https://doi.org/10.5080/u23067>

GİRİŞ

Farklı disiplinlerde farklı şekillerde ele alınan duygu kavramı, davranışı etkileyen önemli bir özellik olduğundan, psikoloji bilminde de sıklıkla incelenmektedir. Psikolojide duygu çalışmalarının, duygu düzenleme kavramıyla birlikte hız kazandığı söylenebilir (Niemic ve Warren 2002). Literatürde, görece güncel bir kavram olan duygu düzenlemeye ilişkin farklı tanımlar bulunmaktadır. Thompson'a (1994) göre duygu düzenleme, kişinin yoğun duygularını gözleyebileceği, değerlendirilebileceği ve değiştirebileceği bir süreçtir. Bir başka tanıma göre duygu düzenleme, duygularımızı nasıl yaşadığımızı, nasıl ifade ettiğimizi ve bu duyguları nasıl artırıp azaltmaya çalıştığımızı içeren bir süreçtir (Gross 1998).

Duygu düzenleme kavramının önemi pek çok çalışma ile desteklenmiştir. Duygu düzenlemenin nöral temellerinin olduğu (ör. Goldin ve ark. 2008), psikopatolojiyle ilişkili olduğu (ör. Aldao 2012, Aldao ve ark. 2010) hatta psikoterapide ele alınması gerektiği (ör. O'Toole ve ark. 2014) vurgulanmıştır. Ayrıca duygu düzenleme, hem kişisel gelişimin hem de kişilerarası ilişkilerin önemli bir parçası olarak değerlendirilmiştir (Onat ve Otrar 2010).

Bu denli önemli bir kavram olan duygu düzenlemenin gelişiminin, yaşamın erken yıllarında başladığı söylenmektedir. Bebeklik döneminde duygularını farkında olmadan düzenleyen çocuk, 3 yaşına geldiğinde yavaş yavaş belli durumların belli duyguları uyandırdığını ve duygularıyla hem kendi davranışlarını hem de başkalarının duygularını etkileyebileceğini kavramaya başlar (Cole ve ark. 2009). Diğer yandan ebeveynler de çocukların duygu düzenleme süreçlerini etkiler. Yani çocuklar hem ebeveynlerini gözler hem de onların davranışlarına göre kendi duygularını düzenleyebilir (Morris ve ark. 2007). Bu yönüyle bakıldığında duygu düzenleme, sosyal bağlamda ortaya çıkan bir süreç olarak değerlendirilebilir. Zaten sosyal bir varlık olarak insanların duygularını kişilerarası ilişkiler sürecinde hissettiği de bir gerçektir (Lazarus 2006, Parrott ve Harre 1996). Ayrıca kişiler bir duygu hissettiklerinde bunu paylaşırlar (Rimé 2007). O halde bu bilgilerden hareketle, duygu düzenleme kavramı içsel birtakım süreçleri ifade etse de bu kavramın dışsal bir yönü de bulunmaktadır.

Buradan hareketle içsel duygu düzenleme sürecine ek olarak, duygu düzenlemenin kişilerarası boyutu da yakın zamanda incelenmeye başlanmıştır. Hofmann (2014), içsel duygu düzenlemenin basit bir girdi-çıkıtı ilişkisini varsaydığı, içsel süreçlere aşırı vurgu yaptığını belirtmiş, hem duygunun hem de duygu düzenlenmenin sosyal bağlamda meydana geldiğini ifade etmiştir. Ayrıca duygu düzenleme süreci sosyal bağlamda geliştiği ve ilişkilerin devamına katkı yaptığı için, kişilerarası faktörlerin duygu düzenlemede önemli bir yere sahip olduğu söylenmiştir (Hofmann ve ark. 2016). Bir çalışmada (Netzer ve ark. 2015), karşısındakinden fayda ya da zarar beklemesine göre kişilerin duygu düzenleme süreçlerinin değiştiği

görülmüştür. Zaten sosyal bir varlık olan insanın duygularını düzenlerken karşısındakileri ve onların çeşitli özelliklerini dikkate almaları beklendik bir durumdur. Zaki ve Williams (2013) da duygu düzenleme sürecindeki sosyal bileşenlerin önemine vurgu yapmış ve kişilerarası duygu düzenlemenin ele alınması gereken bir konu olduğunu vurgulamıştır. Coan (2011), kişilerarası duygu düzenlemeyi, başka bir kişinin varlığı ile olumsuz duygunun azaltılması olarak, Hofmann ve arkadaşları (2016) ise kişinin kendi duygularını sosyal etkileşim yoluyla düzenlemesi olarak tanımlamıştır.

Kişilerarası duygu düzenleme kavramını destekleyen başka bir konu sosyal destektir. Literatürde sosyal desteği az olduğunu belirten kişilerin, duygularını diğerleriyle daha az paylaştığını gösteren çalışmalar mevcuttur (ör. Gross ve John 2003). Benzer bulgular, sosyal destek ile kişilerarası duygu düzenleme arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ancak kişilerarası duygu düzenlemenin sosyal destekten en önemli farkı, başka birinin duygu durumunu etkilemesidir. Başka birinin duygu durumunu iyi yönde etkilemek gibi bir niyet olabileceği gibi kötü yönde etkilemek gibi bir niyet de bulunabilir. Ayrıca kişilerarası duygu düzenleme, bir başkasının tutum ve davranışlarını etkilemek, beklentileri yerine getirmek gibi bir dizi hedefe ulaşmayı sağlar (Niven ve ark. 2009). Dolayısıyla kişilerarası düzenleme sosyal destekle ilişkili olsa da iki kavram birbiri yerine kullanılmamalıdır.

Kişilerarası duygu düzenleme kavramının incelenmesi yeni bir alan olmasına karşın farklı konu ve disiplinlerde çalışılmıştır. Kişilerarası duygu düzenlemenin; çiftler arasında (ör. Butler ve ark. 2014), çocukluk döneminde (ör. López-Pérez ve ark. 2016), sporcular üzerinde (ör. Friesen ve ark. 2013), iş yaşamında (ör. Troth ve ark. 2017), sosyal ağ ve teknoloji kullanımı konusunda (ör. Niven ve ark. 2015), çeşitli duygu süreçlerinde (ör. endişe) (Christensen 2015) nasıl olduğu ve anksiyete ve depresyondaki modeli (Hofmann 2014) literatürde yer bulan çalışmalardandır. Ancak bu ve benzer çalışmalar kişilerarası duygu düzenlemeyi gözden geçirmeye, niteliksel olarak ya da doğrudan konuyu ölçmeyen ölçüm araçlarının bu konuya uygun yorumlanması şeklinde incelemiştir. Literatürde kişilerarası duygu düzenlemenin standarde ölçümü için kısıtlı sayıda araç bulunmaktadır.

Niven ve arkadaşları 2011 yılında kişilerin kendilerinin ve diğerlerinin duygularını nasıl düzenlediklerini ölçmek için Diğerlerinin ve Kendinin Duygu Düzenlemesi (Emotion Regulation of Others and Self-EROS) isimli bir ölçek geliştirmişlerdir. Ancak Hofmann ve arkadaşları (2016), bu ölçeğin bazı maddelerinin geçerliliğiyle ilgili şüpheler olduğunu ve bazı teorik ve psikometrik sorunların olduğunu belirterek yeni bir ölçek geliştirmişlerdir: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği- KDDÖ (Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire- IERQ).

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesinde 4 aşamalı bir çalışma yürütülmüştür. İlk aşamada açık uçlu bir anketle 105 madde belirlenmiştir. Daha sonra bu maddelerin faktör yapıları incelenmiş ve 6 faktörlü 60 maddeye ulaşılmıştır. Üçüncü aşamada yürütülen açımlayıcı faktör analizi sonucunda bazı faktörlerin psikometrik değerleri düşük bulunmuş ve nihayetinde ölçek, her faktörde 5 madde bulunan 4 faktörlü hale getirilmiştir. Son aşamadaki çalışmada ölçeğin 20 maddelik son hali değerlendirilmiş ve faktör yapısı desteklenmiştir. Faktörlerin çeşitli ölçüm araçlarıyla ilişkili olduğu ve iç tutarlık katsayılarının tatmin edici olduğu görülmüştür (Hofmann ve ark. 2016).

Duygu düzenleme araştırmalarından ve duygu düzenlemede başka insanların öneminden hareketle, kişilerarası duygu düzenleme kavramının hem klinik psikoloji hem de diğer alanlar için yeni ve incelenmesi gereken bir konu olduğu düşünülmektedir. Önemi çeşitli çalışmalarla desteklenmiş duygu düzenlemenin içsel boyutuna ek olarak kişilerarası boyutunun incelenmesi konunun daha geniş kapsamda ele alınmasına ve iki boyutun birbirini tamamlamasına neden olacaktır. Ancak ülkemizde kişilerarası duygu düzenlemeyi ölçmeyi hedefleyen herhangi bir ölçüm aracı bulunmamaktadır. Bu sebeple bu araştırmanın amacı, yeni bir kavram olduğu düşünülen kişilerarası duygu düzenlemenin ölçümü için geliştirilen KDDÖ'nün Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmaya 18-60 yaş arasındaki (Ort. = 26,63; S = 9,55) 467 yetişkin, gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara, uygulama kolaylığı sağlaması ve pratik olması açısından uygun örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Tüm örneklemin %71'i (332) kadındır. Katılımcıların yarısından çoğu ise (277, %59) Ege Üniversitesi öğrencisidir ve bu öğrencilere sınıf uygulaması yoluyla ulaşılmıştır. Katılımcıların geri kalanına (190) öğrenciler aracılığıyla ulaşılmıştır. Veri toplamaya yardımcı olan öğrenciler, yakın ve tanıdıklarına (öğrenci olmayan yetişkinlere) ölçekleri doldurtmuşlardır. Bu kişilerin 35'i ilköğretim, 57'si lise, 86'sı üniversite, 12'si lisansüstü mezundur. Böylece tüm örneklem toplam 467 kişiye ulaşmıştır.

Kullanılan Ölçüm Araçları

Katılımcıların yaş, cinsiyet gibi bilgilerini almak için hazırlanan demografik bilgi formuna ek olarak; KDDÖ'nün geçerliğini incelemek için aşağıdaki araçlar kullanılmıştır.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği- KDDÖ (Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire- IERQ): Hofmann ve arkadaşları tarafından 2016 yılında geliştirilen ölçek, kişilerin duygularını düzenlemek için diğer insanları nasıl kullandığını

ölçmektedir. Yukarıda da detaylı bilgisi sunulan, 5'li Likert tipinde yanıtlanan 20 maddeden oluşan ölçeğin 4 faktörü bulunmaktadır: 'sosyal model alma (socialmodeling)', 'yutuşturılma (soothing)', 'olumlu duyguları artırma (enhancing positive affect)' ve 'bakış açısı edinme (perspective taking)'. Söz konusu 4 faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizi ile de desteklenmiştir. Faktörlerin iç tutarlık katsayılarının ise sırasıyla; ,93; ,94; ,89 ve ,91 olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanların Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği toplam puanıyla ilişkili olduğu ek olarak, depresyon ve anksiyete ile de ilişkili olduğu görülmüştür (Hofmann ve ark. 2016).

Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği- DDGÖ (Difficulties in Emotional Regulation Scale- DERS): Gratz ve Roemer tarafından 2004 yılında geliştirilen ölçek, 5'li Likert tipinde olup 36 maddeden oluşmaktadır. Amaç, strateji, kabul etme, dürtü, açıklık ve farkındalık olmak üzere 6 boyuttan oluşmaktadır. Orijinal çalışmada ölçeğin toplam puanına ilişkin iç tutarlık katsayısı ,93; alt boyutların katsayılarının ise ,88 ile ,89 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmıştır. Otuz beş madde olan Türkçe formunun iç tutarlık güvenilirlik katsayısı ,94; alt boyutlarının ise ,75 ile ,90 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçekten alınan puanın artması duygu düzenlemede güçlüklerin artması anlamına gelmektedir.

Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği- BDDÖ (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire- CERQ): Garnefski ve arkadaşları (2001) tarafından geliştirilen ölçek olumsuz yaşam olayları sonrasında bireylerin kullandığı bilişsel duygu düzenleme stratejilerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 36 madde ve dokuz alt boyuttan oluşmaktadır (kendini suçlama, kabul etme, düşünceye odaklanma/derin düşünme, pozitif tekrar odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme, bakış açısına yerleştirmek, felaketleştirme ve diğerlerini suçlama). Orijinal çalışmada alt boyutların ,68 ile ,86 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Tuna ve Bozo (2012) tarafından yapılmış ve iç tutarlık katsayılarının ,74 ile ,83 arasında değiştiği görülmüştür.

Duygu Düzenleme Ölçeği- DDÖ (Emotion Regulation Questionnaire- ERQ): Gross ve John (2003) tarafından duygu düzenleme konusunda bireyler arasındaki farkları ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Baskılama ve bilişsel yeniden değerlendirme olmak üzere 2 boyuttu olan ölçeğin orijinal çalışmasında iç tutarlık değerlerinin sırasıyla ,73 ve ,79 olduğu görülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Totan (2015) tarafından yapılmıştır. Buna göre ölçeğin iç tutarlık katsayıları bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu için ,78 baskılama alt boyutu için ,71 olarak bulunmuştur.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II- YIYE-II (Experiences in Close Relationships- Revised- ECRR-R): Fraley ve arkadaşları (2000) tarafından yetişkinlerdeki farklı bağlanma boyutlarını

ölçmek, kişilerin ilişkilerindeki kaygı ve kaçınma boyutlarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışması Selçuk ve arkadaşları (2005) tarafından yapılmıştır. Otuz altı maddelik ölçeğin iç tutarlılık katsayıları kaygı alt boyutu için ,86; kaçınma alt boyutu için ,90 olarak bulunmuştur. Envanterdeki kaygı ve kaçınma alt boyutlarındaki puanın artması kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerine işaret etmektedir.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği- ÇBASDÖ (Multidimensional Scale of Perceived Social Support- MSPSS): Bireylerin aldıkları sosyal desteğin yeterliliğini ölçmek amacıyla Zimet ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ölçek 12 maddeden oluşmaktadır. Kişilerin aile, arkadaş ve özel bir insandan aldıkları sosyal desteğin düzeyini ölçmeyi hedefleyen ölçeğin orijinal çalışmasında iç tutarlılık katsayıları sırasıyla ,87; ,85 ve ,91 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmaları Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmış ve daha sonra ölçek Eker ve arkadaşları (2001) tarafından gözden geçirilmiştir. Ölçeğin gözden geçirilmiş Türkçe formunun normal örnekleme için iç tutarlılık katsayıları aile için ,80; arkadaş için ,85 ve özel bir insan için ,92 bulunmuştur.

Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği- DASÖ (Depression, Anxiety and Stress Scale- DASS): Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen 42 maddelik ölçek kişilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin geliştirilme çalışmasında iç tutarlılık katsayıları depresyon için ,91; anksiyete için ,81 ve stres için ,89 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Akın ve Çetin (2007) tarafından yapılmış ve iç tutarlılık katsayıları, depresyon, anksiyete ve stres boyutları için sırasıyla ,96; ,89 ve ,93 olarak bulunmuştur. Boyutlardan alınan puanların yüksek olması bireyin ilgili probleme sahip olduğunu ve belirti düzeyini ortaya koymaktadır.

İşlem

Araştırmaya başlamadan önce ölçeğin ilk yazarı olan Stefan G. Hofmann'dan uyarlama için izin alınmıştır. Daha sonra Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurullarından etik izin alınmıştır (Karar tarihi: 25.05.2016, protokol no: 43-2016). Ölçeğin Türkçe formu, literatürde sıklıkla kullanılan Brislin'in (1978) geleneksel yaklaşımı ve Herrera ve arkadaşlarının (1993) seri yaklaşımı referans alınarak Savaşır'ın (1994) önerdiği şekilde oluşturulmuştur.

Öncelikle ölçek maddeleri klinik psikoloji alanında 1 profesör ve 2 uzman psikolog tarafından bağımsız şekilde Türkçeye çevrilmiştir. Daha sonra 3 uzman bir araya gelerek, maddelerin kültüre uygun, kısa ve anlaşılır olmasına özen göstererek her madde için en uygun çeviriye karar vermişlerdir. Türkçe maddeler uygunluk ve anlaşılabilirlik (clarity and equivalence) değerlendirmesi için 3 küçük gruba uygulanmıştır. İlk grup, duygu konusunda çalışan psikoloji öğretim elemanlarından

(8), ikinci grup İngiliz Dili ve Edebiyatı öğretim elemanlarından (8) oluşmuştur. Bu kişiler maddelerin Türkçe ve orijinal halini çeviri uygunluğu ve anlaşılabilirlik bakımından, 5'li Likert ölçümüyle değerlendirmişlerdir. Üçüncü grup (16) ise ölçeğin hedef grubu olan rastgele yetişkin kişilerden oluşmuştur ve bu kişiler Türkçe maddeleri, anlaşılabilirlik bakımından değerlendirmişlerdir. Daha sonra ortalaması 3,5'in altında kalan maddeler üzerinde yeniden çalışılmıştır. Revize edilen maddeler bir dilbilimci tarafından İngilizceye geri çevrilmiştir. Orijinal maddeler ile geri çeviriden gelen maddeler yazarlar tarafından incelenmiştir. Orijinaliyle farklı olduğu düşünülen maddeler revize edilmiş ve ölçeğe son hali verilmiştir.

Ölçekler, bilgilendirilmiş onam formu ve demografik bilgi formu ilk sırada olacak şekilde tam karşıt dengeleme yöntemi ile her katılımcıya farklı sırada sunulmuştur. Katılımcıların ölçüm araçlarını tamamlama süreleri yaklaşık 45 dakika sürmüştür. Test-tekrar test güvenilirliği için ölçek, örnekleme 50 kişilik bir üniversite öğrencisi grubuna iki hafta ara ile uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için Temel Bileşenler Analizi (açımlayıcı faktör analizi) ve doğrulayıcı faktör analizi, ölçüt bağıntılı geçerliği için diğer ölçeklerle olan Pearson korelasyon katsayıları, güvenilirliği içinse Cronbach Alpha katsayıları kullanılmıştır.

BULGULAR

Geçerlik Bulguları

Yapı Geçerliği: Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla Temel Bileşenler Analizi (açımlayıcı faktör analizi-AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. Öncelikle Varimax döndürmesi kullanılarak AFA yürütülmüştür. Analiz öncesinde verilerin faktör çözümlenmesine uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla öncelikle Kaiser-Meyer Olkin (KMO) ve Barlett's testleri uygulanmıştır. Beklenildiği gibi KMO değeri ,50'nin üstünde ,91 olarak, Barlett's testi sonucu ise anlamlı bulunmuştur, $\chi^2 (190, N = 467) = 5151,79$; $p < ,001$. Bu sonuçlar, maddeler arası ilişkilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

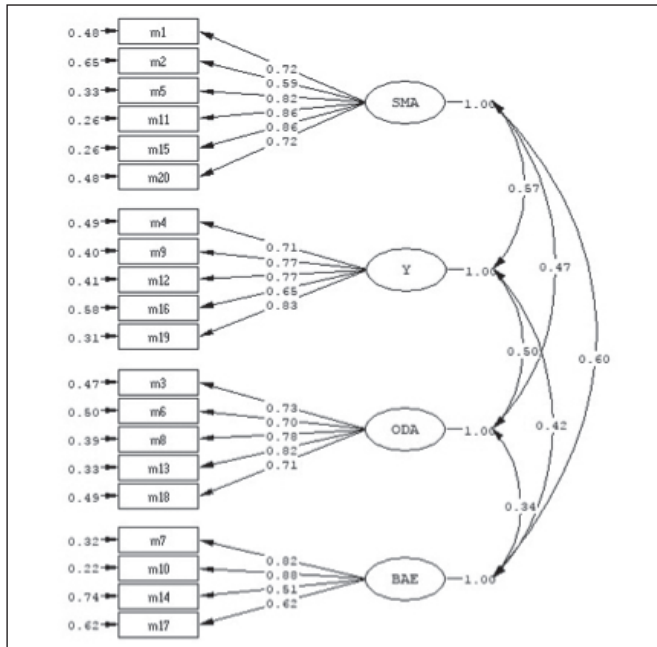
AFA sonuçlarına göre özdeğeri 1'den büyük olan (1,45-7,74 arasında) 4 faktörün, toplam varyansın %65,85'ini açıkladığı görülmüştür. Döndürme işlemi sonrasında birinci faktörün 6 (1, 2, 5, 11, 15, 20), ikinci faktörün 5 (4, 9, 12, 16, 19), üçüncü faktörün 5 (3, 6, 8, 13, 18) ve son faktörün 4 maddeden (7, 10, 14, 17) oluştuğu ve faktör yüklerinin ,60 ile ,82 arasında değiştiği görülmüştür (bk. Tablo 1). Faktörler incelendiğinde ölçeğin orijinaliyle büyük oranda benzer maddelerin faktörlere yüklendiği görülmüştür. Faktör isimlendirmelerinin orijinaliyle aynı olabileceği, yani ilk faktörün "sosyal model alma", ikinci faktörün "yatıştırılma", üçüncü faktörün "olumlu duyguları artırma" ve son faktörün "bakış açısı edinme" şeklinde adlandırılabilirliği görülmüştür.

Tablo 1. KDDÖ'nün Temel Bileşenler Analizi, İç Tutarlık ve Test-Tekrar Test Sonuçları

Maddeler	Ort.	S	Bileşenler			
			1	2	3	4
1. Başka insanların duygularıyla nasıl baş ettiklerini öğrenmek, bana daha iyi hissettirir.	3,48	,99	,81			
11. Hayal kırıklığına uğradığımda, başka insanların aynı durumla nasıl başa çıktığını görmek bana yardımcı olur.	3,52	,95	,81			
5. Bir sorun nedeniyle endişeye kapıldığımda, diğer insanların o sorunla nasıl başa çıktıklarını duymak bana yardımcı olur.	4,25	,78	,79			
15. Üzgün olduğumda, başka insanların benzer duygularla nasıl baş ettiğini duymak bana yardımcı olur.	3,6	1,15	,76			
2. Başka insanların, olayların görüldüğü kadar kötü olmadığını göstermeleri üzüntümü hafifletir.	3,66	,96	,65			
20. Keyifsizsem, diğer insanlar benim durumumda olsa ne yaparlardı, bilmek isterim.	4,29	,75	,60			
19. Üzgün hissettiğimde teselli için başka insanları ararım.	2,71	1,14		,82		
9. Üzgün hissetmek, genellikle bana anlayış gösterecek birilerini aramama neden olur.	4,21	,78		,80		
12. Moralim bozulduğunda, rahatlamak için başka insanlara ihtiyaç duyarım.	3,30	1,10		,74		
4. Mutsuz olduğumda, bana şefkat gösterecek insanlar ararım.	2,74	1,13		,73		
16. Kendimi üzgün hissettiğimde, sırf sevilen biri olduğumu bilmek için başkalarına ihtiyaç duyarım.	3,45	,99		,66		
8. İyi hissettiğimde, başka insanlarla birlikte olmayı severim; çünkü birlikte olmak olumlu duyguları artırır.	3,26	1,06			,82	
13. Mutlu olduğumda başka insanların yanımda olmasını isterim, çünkü mutluluk buluşıcıdır.	3,98	,94			,81	
18. Sevinçli olduğumda, başkalarıyla birlikte olarak, onları da mutlu etmek isterim.	2,36	1,09			,74	
6. Mutluyken, belli insanların yanımda olması bana iyi gelir.	3,28	1,06			,74	
3. Sevincimi paylaşmak için heyecanlandığımda başka insanların çevremde olması hoşuma gider.	2,55	1,12			,72	
10. Mutsuz olduğumda, başka insanlar, daha kötülerinin olabileceğini fark ettirerek, bana daha iyi hissettirir.	2,78	1,07				,77
7. Üzgün olduğumda, daha kötü durumdakileri hatırlatan birilerinin olması bana iyi gelir.	4,04	,87				,74
14. Sinirlendiğimde, başka insanlar "dert etme" diyerek beni sakinleştirebilir.	2,98	1,13				,72
17. Kaygılandığımda, insanların, endişelenecek bir şey olmadığını söylemeleri beni rahatlatır.	3,07	1,15				,72
Özdeğer (Eigenvalue)			7,74	2,24	1,75	1,45
Varyans (%)			38,67	11,19	8,75	7,24
İç tutarlık katsayısı (Alfa)			,89	,86	,86	,81
Test tekrar test korelasyon katsayısı*			,76	,88	,76	,63

* Tüm korelasyon katsayıları p<,001 düzeyinde anlamlıdır.

Not: Bileşen 1: Sosyal model alma, Bileşen 2: Yatıştırılma, Bileşen 3: Olumlu duyguları artırma, Bileşen 4: Bakış açısı edinme.



Şekil 1. KDDÖ'nün Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonucu.

Model uyum indeksleri: $\chi^2(164) = 605,44$; $p < ,001$; $\chi^2/sd = 3,96$; GFI = ,88; AGFI = ,84; RMSEA = ,08 [%90 GA ,07-,09]; CFI = ,96; IFI = ,96; NFI = ,95; SRMR = ,06.

Not: SMA: Sosyal model alma, Y: Yatıştırılma, ODA: Olumlu duyguları artırma, BAE: Bakış açısı edinme.

Ölçeğin yapı geçerliği hem bu çalışmada AFA'dan çıkan 4 faktörlü yapı, hem de orijinal yapı Lisrel8.8 kullanılarak sınanmıştır. Öncelikle ölçeğin 4 faktörlü yapısı, yukarıda bahsedilen maddelerin ilgili faktörlere bağlanmasıyla DFA ile analiz edilmiştir. Buna göre, elde edilen bazı uyum indeksleri modelin yapısını doğrulamasa da ($\chi^2(164) = 605,44$; $p < ,001$; $\chi^2/sd = 3,96$; GFI = ,88; AGFI = ,84), bazı uyum indeksleri, modelin kabul edilebilir hatta uyumlu olduğunu göstermektedir (RMSEA = ,08 [%90 GA ;07-,09], CFI = ,96; IFI = ,96; NFI = ,95; SRMR = ,06).

Ölçeğin orijinal yapısı da (2. maddenin bakış açısı edinme faktörüne bağlanması) DFA ile test edilmiştir. Yine bazı uyum indekslerince bu model uyumlu değilken ($\chi^2(164) = 762,6$; $p < ,001$; $\chi^2/sd = 4,65$; GFI = ,86; AGFI = ,82; NFI = ,94; RMSEA = ,09 [%90 GA ,08-,10]) bazılarının kabul edilebilir sınırlardadır (CFI = ,96; SRMR = ,07). Ancak genel olarak bakıldığında bir önceki DFA sonuçlarının daha iyi olduğu söylenebilir. Nitekim iki model karşılaştırıldığında ilk modelin (bu çalışmada AFA'dan çıkan modelin) daha iyi olduğu görülmüştür (AICilk model [742,12] < AICikinci model [855,34]). Yani ülkemiz için Şekil 1'de sunulan ilk modelin kullanılmasının daha doğru olduğu söylenebilir.

Tablo 2. KDDÖ'nün Diğer Ölçekler ve Alt Boyutlarıyla Olan Korelasyon Katsayıları

	Ort.	S	SMA	Y	ODA	BAE
KDDÖ						
Sosyal model alma	20,44	4,92	-	,52**	,43**	,55**
Yatıştırılma	15,68	4,45		-	,45**	,41**
Olumlu duyguları artırma	20,77	3,32			-	,33**
Bakış açısı edinme	10,59	3,53				-
DDGÖ						
Toplam puan	82,14	20,22	,18**	,34**	,00	,07
Farkındalık	11,72	3,50	-,16**	-,04	-,15**	-,07
Açıklık	10,91	3,68	,13**	,18**	-,07	,10*
Kabul etmeme	12,21	4,88	,23**	,23**	,02	,14**
Stratejiler	18,31	6,52	,19**	,36**	,03	,01
Dürtü	13,38	4,94	,07	,26**	-,04	,04
Amaçlar	15,62	4,67	,19**	,33**	,12**	-,04
DDÖ						
Bastırma	13,46	4,80	,03	-,05	-,13**	,10*
Bilişsel yeniden değerlendirme	26,56	7,00	,18**	,02	,17**	,12**
BDDÖ						
Kendini suçlama	11,60	2,64	,18**	,24**	,09	,04
Kabul	11,90	3,05	,21**	,24**	,14**	,06
Ruminasyon	15,05	3,04	,25**	,23**	,18**	-,03
Olumlu yeniden odaklanma	11,64	3,47	,06	,01	,14**	,26**
Plan yapmaya yeniden odaklanma	15,50	2,80	,13**	-,02	,12**	,02
Olumlu yeniden değerlendirme	14,27	3,42	,13**	-,07	,15**	,21**
Bir çerçeve içinde değerlendirme	12,72	3,48	,28**	,10*	,19**	,47**
Felaketleştirme	9,28	3,42	,15**	,30**	,03	,14**
Diğerlerini suçlama	10,41	2,85	,09*	,26**	,03	,11*
ÇBASDÖ						
Aile	19,98	5,35	,14**	,14**	,27**	,09
Arkadaş	19,35	5,77	,16**	,05	,17**	,12**
Diğer özel kişiler	21,19	5,11	,15**	,11**	,19**	,11**
YIYE-II						
Kaygılı	59,93	18,09	,26**	,42**	,12*	,14**
Kaçıngan	61,84	19,92	-,14**	-,14**	-,40**	-,09
DASÖ						
Depresyon	5,84	7,52	,00	,17**	-,06	-,07
Anksiyete	4,01	5,25	,00	,16**	-,06	,01
Stres	7,86	7,73	-,02	,13**	-,06	-,12*

*p<,05 **p<,01. SMA: Sosyal Model Alma, Y: Yatıştırılma, ODA: Olumlu Duyguları Artırma, BAE: Bakış Açısı Edinme.

Ölçüt Bağımlı Geçerlik: KDDÖ'nün geçerliğini incelemek amacıyla, ölçeğin hem kendi alt boyutlarıyla hem de diğer ölçeklerle olan korelasyon katsayıları incelenmiştir. Tüm sonuçlar Tablo 2'de sunulmuştur. Görüldüğü gibi KDDÖ'nün alt boyutları arasında orta düzeyde ilişkiler mevcuttur ($r = ,33 - ,55$; bütün p değerleri $0,01$ 'in altında bulunmuştur). Dolayısıyla farklı kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin birbirleriyle ilişkili olduğu görülmüştür.

Buna ek olarak KDDÖ'nün alt boyutlarının çeşitli ölçüm araçlarıyla değişen oranlarda ilişkili olduğu görülmüştür. Hem sosyal model alma ($r = ,18$; $p<,01$) hem de yatıştırılma alt boyutu ($r = ,34$; $p<,01$) DDGÖ toplam puanıyla ilişkilidir. Genel olarak bakıldığında söz konusu faktörlerin DDGÖ'nün diğer alt boyutlarıyla da pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir.

DDÖ'nün alt boyutları da KDDÖ'nün faktörleriyle ilişkilidir. Bilişsel yeniden değerlendirme bastırma alt boyutuna kıyasla düşük düzeyde de olsa daha anlamlı ilişkilere sahiptir. Ancak bu stratejinin uyumlu bir strateji olduğu düşünüldüğünde bu bulgu pek beklendik değildir. Nitekim korelasyon katsayıları da düşüktür.

KDDÖ'nün faktörlerinin BDDÖ'nün özellikle olumsuz stratejileri ölçen çeşitli alt boyutlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Ruminasyon alt boyutu ile sosyal model alma ($r = ,25$; $p<,01$) ve yatıştırılma faktörleri ($r = ,23$; $p<,01$) orta düzeyde pozitif yönde ilişkilidir. Felaketleştirme ve diğerlerini suçlama alt boyutları da değişen düzeylerde sosyal model alma ve yatıştırılma alt boyutlarıyla ilişkilidir.

Bunlara ek olarak KDDÖ'nün tüm alt boyutları yakın ilişkilerde kaygılı bağlanma örüntüsüyle ilişkilidir. Özellikle

yatıştırılma alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasındaki ilişki dikkat çekmektedir ($r = ,42$; $p < ,01$). Ayrıca kişilerarası duygu düzenleme becerilerinin depresyon, anksiyete ve stres belirtileriyle ilişkili olup olmadığı da incelenmiştir ancak yalnızca yatıştırılma özelliğinin bu belirtilerle ilişkili olduğu görülmüştür. Sosyal destek ile kişilerarası duygu düzenlemenin ilişkisi incelendiğinde ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişkilere rastlanmıştır.

Bir başka geçerlik yöntemi olarak, duygu düzenlemede güc- lüğü yüksek ve düşük olan kişilerin KDDÖ'nün alt boyut- larından aldıkları puanların farklılaşp farklılaşmadığı çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) ile test edilmiştir. Analiz öncesinde DDGÖ toplam puanına göre katılımcılar, ortalamadan 1 standart sapma düşük ($n = 72$) ve yüksek ($n = 76$) olarak sınıflandırılmışlardır. Bu gruplandırma üzerinden yapılan analiz sonucunda; kişilerin duygu düzenlemede az ya da çok sorun yaşayıp yaşamamalarına göre kişilerarası duygu düzenleme becerilerinin anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür, $F(4, 143) = 12,24$; $p < ,001$; Wilks' Lambda = $0,75$; $\eta^2 = ,26$. Her bir bağımlı değişken için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları yorumlanırken Bonferroni düzeltme- si (Tabachnick ve ark. 2001) yapılmış ve anlamlılık seviyesi $0,01$ 'e çekilmiştir. Buna göre, katılımcıların KDDÖ'nün yalnızca sosyal model alma ($F(4,143) = 11,23$; $p < ,01$) ve yatıştırılma ($F(4,143) = 36,57$; $p < ,01$) alt ölçeklerinden aldıkları puanların gruba göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Buna göre, sosyal model alma alt boyutundan, duygu düzenlemede daha az güçlük yaşayanlar kişiler (Ort. = $19,05$; $S = 4,95$) diğerlerine göre (Ort. = $21,82$; $S = 5,07$) daha düşük puan almışlardır. Yatıştırılma alt boyutundan da benzer örüntü vardır ve bu faktörden de duygu düzenlemede da az güçlük yaşayanlar (Ort. = $13,53$; $S = 4,42$) daha fazla güçlük yaşayanlara kıyasla (Ort. = $17,83$; $S = 4,23$) daha düşük puan almışlardır. KDDÖ'nün diğer alt boyutlarında herhangi bir farklılaşma görülmemiştir.

Bu analizlere ek olarak KDDÖ'nün alt boyutlarının cinsiyetler arası farklılaşp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Ancak örneklemedeki kadın-erkek sayısının eşitsizliği sebebiyle, kadın katılımcılar içinden rastgele seçilen 135 kişi (erkek katılımcı sayısı) ile erkek katılımcıların puan ortalamaları ayrı ayrı yapılan bağlantısız örneklem t testleri ile incelenmiştir. Sonuçlara göre yalnızca sosyal model alma ($t = 2,32$; $p < ,05$; Cohen'sd = $,28$) ve olumlu duyguları artırma ($t = 4,57$; $p < ,001$; Cohen'sd = $,56$) faktörlerinden alınan puanların cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Kadınlar, hem sosyal model alma (Ort. = $21,02$; $S = 4,81$) hem de olumlu duyguları artırma (Ort. = $21,47$; $S = 2,93$) faktörlerinden erkeklerle kıyasla (sırasıyla Ort. = $19,62$; $S = 5,11$; Ort. = $19,61$; $S = 3,71$) daha yüksek puan almışlardır.

Güvenirlilik Bulguları

İç Tutarlık Güvenirliliği: Ölçeğin güvenirliliğinin incelenmesi için öncelikle iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin

dört faktörünün de Cronbach Alpha değerleri tatmin edicidir (bk. Tablo 1). Söz konusu katsayılar $,81$ ile $,89$ arasında değişmektedir ve tüm maddelerin iç tutarlık katsayısı da $,91$ 'dir. Tüm bu değerler ölçeğin iç tutarlık düzeyinin tatmin edici düzeyde olduğunu göstermektedir.

Test-Tekrar Test Güvenirliliği: KDDÖ'nün zaman içindeki tutarlığını tespit etmek için 50 katılımcıya 2 hafta ara ile uygulama tekrarlanmıştır. Yapılan test-tekrar test uygulamasına ilişkin sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur. Buna göre alt ölçeklerin tekrar test ile korelasyonlarının tatmin edici olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA

Bu çalışma, yeni bir ölçüm aracı olan, 2016 yılından Hofmann ve arkadaşları tarafından geliştirilen Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Literatürde kendine yeni yeni yer bulan kişilerarası duygu düzenlemeyi 20 madde ve 4 boyutta değerlendiren bu ölçek yazarın izniyle çevrilmiş, daha sonra ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmiş ve genel olarak sonuçların tatmin edici olduğu görülmüştür.

Ölçeğin faktör yapısının incelendiği açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre toplam varyansın yarısından çoğu 4 faktörle başarılı şekilde açıklanmıştır. Nitekim KDDÖ'nün orijinal formu da 4 faktörden oluşmaktadır. Bizim çalışmamızdaki faktör yüklerinin de orijinal çalışmadakine (Hofmann ve ark. 2016) benzer olduğu görülmüştür. Buna ek olarak faktörlere yüklenen maddeler, beklenildiği gibi, orijinal çalışmadakine büyük oranda benzerdir. Yalnızca 2. madde orijinalinden farklı faktöre yüklenmiştir. Özgün formda bakış açısı edinme faktörüne ait olan bu madde Türkçe formda sosyal model alma faktörünün altında yer almıştır. Nitekim ölçeğin bu yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile desteklenmiştir. Bu durumda kişilerin sosyal model alma, yatıştırılma, pozitif duyguları artırma ve bakış açısı edinme yoluyla kendi duygularını düzenledikleri söylenebilir.

Hofmann ve arkadaşlarının (2016) da belirttiği gibi, insanlar olumsuz duygularını, diğerlerinin olumsuz duygularıyla nasıl baş ettiğini görerek (sosyal model alma) ya da onların verdiği tavsiye ve yönlendirmeleri dikkate alarak (bakış açısı edinme), diğer insanlardan telkin ve teselli alarak (yatıştırılma) düzenlerler. Olumlu duygularını ise diğerleriyle paylaşma yoluyla artırmayı tercih edebilirler (olumlu duyguları artırma). Bahsedilen bu 4 stratejinin de birbirine ilişkili olduğu hem bu çalışmada hem de orijinal çalışmada gösterilmiştir.

Söz konusu 4 faktörün güvenirliliğinin de tatmin edici olduğu görülmüştür. Faktörlerin iç tutarlık katsayıları özgün formdakilere benzerdir. Ayrıca test tekrar test uygulaması sonuçları

da ölçeğin değişmez yapıları ölçtüğüne gönderme yapmaktadır. Bu sonuçlar KDDÖ'nün Türkiye örneklemini için de güvenilir bir şekilde kullanılabilmesine işaret etmektedir.

Ölçeğin geçerliğine ilişkin yapılan korelasyon analizleri KDDÖ'nün faktörlerinin hem diğer duyu düzenleme ölçekleriyle hem de kişilerarası ilişkiler ve duygularla bağlantılı olabilecek yapıları ölçen araçlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. DDGÖ ile KDDÖ'nün faktörlerinin ilişkilerine bakıldığında yatıştırılma ve sosyal model alma özelliklerinin öne çıktığı görülmektedir. İçsel duyu düzenlemedeki güçlükler ile özellikle bu iki stratejinin pozitif yönde ilişkili olduğu söylenebilir. Ek olarak BDDÖ ile KDDÖ arasındaki korelasyon katsayıları da ölçeğin bilişsel duyu düzenleme stratejileriyle ilişkili olduğunu ve geçerli bir araç olduğunu vurgulamaktadır.

Çok değişkenli varyans analizi bulguları da bu yorumu destekler niteliktedir. DDGÖ'den düşük ve yüksek puan alan kişilerin sosyal model alma ve yatıştırılma faktörlerinden aldıkları puanlar farklılaşmaktadır. Daha fazla güçlük yaşayan kişiler her iki boyuttan da daha az güçlük yaşayanlara kıyasla daha fazla puan almışlardır. Korelasyon analizleriyle birlikte düşünüldüğünde, kişiler duyu düzenlemede güçlük yaşadıkça yatıştırılmaya ve sosyal model almaya ihtiyaç duyuyor olabilirler. Ancak bu onları bağımlı hale getirip diğer insanlara sürekli ihtiyaç duymayı beraberinde getirebilir. Daha fazla negatif duyu hisseden kişilerin duygularını düzenlemek için daha fazla kişiye ihtiyaç duydukları belirtilmiştir (Hofmann ve ark. 2016). Eğer kişi duygusunu düzenlemek için başkalarına bağımlı hale gelirse kişilerarası duyu düzenlemesinin uyumsuz olması mümkündür (Hofmann 2014). Nitekim duyu düzenlemenin psikopatolojiyle yakından ilişkili olduğu (Aldao ve ark. 2010) düşünüldüğünde insanların duygularını düzenleme konusunda da diğerlerine bağımlı olmasının ve sürekli onlara ihtiyaç duymasının psikopatolojiyle ilişkili olması olasıdır.

Bu çalışmada KDDÖ'nün depresif belirtiler, anksiyete belirtileri ve stresle de ilişkisi incelenmiştir. Sonuçlar yalnızca yatıştırılma faktörünün bu belirtilerle ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Belki de depresif, kaygılı ya da stres altındaki kişiler duygularını düzenleyemeyip diğerlerinden yardım alıyor, onlar aracılığıyla rahatlamak istiyor olabilirler. Ama bu durum onları kısır döngüye itip sürekli birilerine muhtaç olmayı ve sonra yeni semptomları beraberinde getiriyor olabilir. Ölçeğin özgün formunda olumlu duyguları artırma dışındaki faktörlerin depresyonla ilişkili olduğu sosyal model alma ve yatıştırılma faktörlerinin sürekli anksiyete ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Bu sonuç bizim çalışmamızda da benzer yönde olmakla birlikte orijinal formdaki ilişkiler daha güçlüdür. Bu durum kültürel farklarla açıklanabilir. Toplulukçu kültürün baskın olduğu (Göregenli 1995) Türkiye'de, ABD'ye kıyasla insanlar daha fazla birlikte olabilir. Toplulukçu kültürlerde bireylerin diğerlerine ve çeşitli sosyal sistemlere bağımlı olduğu

düşüncesinden hareketle Türkiye'deki bireylerin KDDÖ'den daha yüksek puan alacağı beklenmektedir. Zaten orijinal çalışmada alt faktörlerden alınan puan ortalamaları bizim çalışmamızdakilere kıyasla daha düşüktür. Yani Türkiye'deki katılımcılar ölçekten daha yüksek puan almışlardır. Bu nedenle depresyon, anksiyete ve stres ile daha güçlü ilişkiler beklendiktir. Ancak durum böyle değildir. Kişiler duygularını birlikte düzenleseler de bu ABD'deki kadar olumsuz bir durum olmayabilir. Yani, her ne kadar kişilerarası duyu düzenleme psikopatolojiyle ilintili olsa da bu ilişki, Türkiye'de, diğer toplumlardaki kadar kuvvetli olmayabilir. Bu durum olumlu duyguları artırma alt boyutunun diğer ölçüm araçlarıyla ilişkisinin bulunmamasını ya da daha zayıf ilişkide olmasını da açıklayabilir. Ülkemizde özellikle olumlu duyguların gizlendiği düşünüldüğünde (Akan ve Barışkın 2017) diğerleriyle birlikte düzenlenmesi mümkün olmayabilir. Ancak bu faktöre ilişkin sonuçlar gelecek çalışmalarda tekrar incelenmelidir. Bunlara ek olarak, KDDÖ'nün faktörlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş ve sosyal model alma ve olumlu duyguları artırma faktörlerinden kadınların daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Kadınların hissettikleri olumlu duyguları daha fazla ifade etmesi (Fox 2008), bunları paylaşarak artırmaya çalışmasını da beraberinde getiriyor olabilir. Ayrıca kadınların duyu düzenleme ölçeklerinden aldıkları puanların daha fazla olduğu bilinmektedir (Nolen-Hoeksema 2012). Dolayısıyla KDDÖ'den de erkeklere kıyasla yüksek puan almaları şaşırtıcı değildir.

Bu bilgilerden hareketle KDDÖ'den yüksek puan almak olumsuz bir durumun varlığına gönderme yapmaktadır. Ancak bu durum ölçeğin geliştirilme çalışmasındaki kadar kuvvetli değildir. Muhtemelen ölçekten oldukça yüksek puan almak duyu düzenlerken diğerlerine aşırı bağımlı olmayı, çok düşük puan almak da diğerlerinden fazlaca soğuk ve uzak olmayı işaret etmektedir. O halde ölçekten orta düzeyde puan almanın daha işlevsel olduğu düşünülebilir. Ancak bu durum gelecek araştırmalarla netlik kazanmalıdır. Özellikle klinik örneklem üzerinde yapılacak çalışmalar ya da daha geniş örneklemelerde yürütülecek çalışmalar bu bilgilere destek sağlayabilir.

Marroquin (2011) duyu düzenlemenin kişilerarası ilişkilere duyarlı olduğunu belirtmiş ve sosyal destekle birlikte kişilerarası duyu düzenlemenin depresyonu açıklayabileceğini iddia etmiş ancak herhangi bir görgül sonuç vermemiştir. Bu çalışmada KDDÖ'nün sosyal destekle de ilişkili olduğu görülmüştür. O halde gelecek çalışmalar sosyal desteğin kişilerarası duyu düzenleme yoluyla mı psikopatolojiyi açıkladığını bu ölçüm aracı yoluyla görgül olarak inceleyebilir.

Sonuç olarak, yeni bir araç olan KDDÖ'nün uyarlanması amacıyla yürütülen bu çalışma ölçeğin ülkemiz için geçerli ve güvenilir şekilde kullanılabilmesini göstermiştir. Ancak araştırmanın birtakım sınırlılıkları mevcuttur. Çalışma geniş bir örneklem üzerinde yürütülmüş olsa da bu araştırmada klinik

bir grupta çalışılmamıştır. Yukarıda da belirtildiği gibi, karşılaştırma yapmak ya da psikopatolojilerle ilgili daha net yorumlar yapabilmek için gelecek çalışmalar KDDÖ'nün klinik örneklemedeki psikometrik özelliklerini incelemelidir. Ayrıca tekrar test uygulaması yalnızca üniversite öğrencileri üzerinden yapıldığı için gelecekte farklı örneklemlerle de tekrar test analizleri yürütülmelidir. Örnekleme ilgili bir diğer sınırlılık cinsiyet ve eğitim düzeyi dağılımına ilişkindir. Katılımcıların çoğunun kadın olması ve örnekleme eğitim düzeylerine göre dengeli sayıda kişi bulunmaması birer dezavantaj olarak değerlendirilebilir. Gelecek çalışmalar bu sınırlılıkları gidermeyi de göze alarak tasarlanmalıdır. Ayrıca bu çalışmada KDDÖ'nün geçerliğini değerlendirmek için farklı duygu düzenleme araçları (DDGÖ, BDDÖ ve DDÖ) kullanılmıştır. Bu ölçekler benzer psikolojik kavramın ölçümü için hazırlansa da farklı alt boyutlara sahiptir ve farklı duygu düzenleme süreçlerini ölçmektedir. Bu yüzden bu çalışmada üçünün de kullanılması KDDÖ'nün alt boyutlarının hangi stratejilerle ilişkili olduğunu ortaya koyması bakımından önemli olsa da üç farklı ölçeğin kullanılması veri toplama sürecini uzatmış ve ölçek sıraları dengelenmiş olsa da dezavantaj yaratmış olabilir.

Özetle, Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkiye örnekleminde kullanılabilir olduğu görülmüştür. Ancak yine de farklı örneklemlerdeki psikometrik özelliklerinin incelenmesi ölçeğin gücünü artırabilir. Ölçeğin, psikolojik diğer yapılarla ilişkisinin inceleneceği gelecekte yapılacak araştırmalar da farklı alanlardaki yorumlamalara imkan sağlayabilir. Ek olarak, KDDÖ; spor psikolojisinden psikopatolojiyi inceleyen hatta önleme ve tedavi etmeye çalışan araştırmalara kadar geniş bir yelpazede görgül sonuçlar için kullanılacak yeni bir ölçüm aracıdır. Ölçeğin içsel duygu düzenleme özelliklerine ek olarak kişilerarası duygu düzenlemeyi ele almak isteyen çalışmalar için uygun bir ölçüm aracı olduğu düşünülmektedir.

Yazar Notu

Bu çalışma, Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi olarak desteklenmiştir (Proje No: BAP-2016-EDB-021). Çalışmanın bir bölümü 15. Avrupa Psikoloji Kongresinde poster bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKLAR

Akan ŞT, Barışkın E (2017) Kültür ve cinsiyet bağlamında Berkeley duygu ifadesi ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik ölçütleri. *Türk Psikiyatri Derg* 28:43-50.

Akın A, Çetin B (2007) Depresyon anksiyete stres ölçeği (DASÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi* 7: 241-68.

Aldao A (2012) Emotion regulation strategies as transdiagnostic processes: a closer look at the invariance of their form and function. *Spanish J Clin Psychol* 17:261-77.

Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S (2010) Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clin Psychol Rev* 30:217-37.

Brislin R, Lonner W, Thorndike R (1973) *Cross-Cultural Research Methods*. New York: John Wiley.

Butler EA, Hollenstein T, Shoham V, Rohrbaugh MJ (2014) A dynamic state-space analysis of interpersonal emotion regulation in couples who smoke. *J Soc Pers Relat* 31:907-27.

Christensen KA (2015) *Interpersonal emotion regulation contagion: Effects on strategy use and affect*. Doctoral dissertation, The Ohio State University.

Coan J (2011) The social regulation of emotion. *Handbook of social neuroscience*, J Decety, JT Cacioppo (Ed), New York: Oxford University Press: 614-23.

Cole PM, Dennis TA, Smith-Simon KE, Cohen LH (2009) Preschoolers' emotion regulation strategy understanding: Relations with emotion socialization and child self-regulation. *Soc Dev* 18:324-52.

Eker D, Arkar H, Yıldız H (2001) Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Derg* 12:17-25.

Eker D, Arkar H (1995) Perceived social support: psychometric properties of the MSPSS in normal and pathological groups in a developing country. *Soc Psychiatry Epidemiol* 30:121-6.

Fox E (2008) *Emotion science cognitive and neuroscientific approaches to understanding human emotions*. Palgra ve Macmillan.

Fralely RC, Waller NG, Brennan KA (2000) An item response the oryanalysis of self-report measures of adult attachment. *J Pers Soc Psychol* 78:350-65.

Friesen AP, Devonport TJ, Sellars CN, Lane AM (2013) A narrative account of decision-making and interpersonal emotion regulation using a social-functional approach to emotions. *Int J Sport Exerc Psychol* 11:203-14.

Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P (2001) Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Pers Ind Differ* 30:1311-27.

Goldin PR, McRae K, Ramel W ve ark. (2008) The neural bases of emotion regulation: reappraisal and suppression of negative emotion. *Biopsychiatr* 63:577-86.

Göregenli M (1995) Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Derg* 10:1-14.

Gratz KL, Roemer L (2004) Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *J Psychopat Behav Assess* 26: 41-54.

Gross JJ (1998) The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Rev Gen Psychol* 2:271-99.

Gross JJ, John OP (2003) Individual differences in two emotion regulation processes: Implication for affect, relationships, and well-being. *J Pers Soc Psychol* 85:348-62.

Herrera R, Delcampo R, Ames M (1993) A Serial Approach for Translating Family Science Instrumentation. *Fam Relat* 42:357-60.

Hofmann SG (2014) Interpersonal emotion regulation model of mood and anxiety disorders. *Cog Ther Res* 38:483-92.

Hofmann SG, Carpenter JK, Curtiss J (2016) Interpersonal emotion regulation questionnaire (IERQ): Scale development and psychometric characteristics. *Cog Ther Res* 40:341-56.

Lazarus RS (2006) Emotions and interpersonal relationships: Toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *J Pers* 74:9-46.

López-Pérez B, Wilson EL, Dellaria G, Gummerum M (2016) Developmental differences in children's interpersonal emotion regulation. *Motiv Emo* 40:767-80.

Lovibond PF, Lovibond SH (1995) The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behav Res Ther* 33:335-43.

Marroquín B (2011) Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clin Psychol Rev* 31:1276-90.

Morris AS, Silk JS, Steinberg L ve ark. (2007) The role of the family context in the development of emotion regulation. *Soc Dev* 16:361-88.

Netzer L, Van Kleef GA, Tamir M (2015) Interpersonal instrumental emotion regulation. *J Exp Soc Psychol* 58:124-35.

Niemic CP, Warren K (2002) *Studies of emotion. A Theoretical and Empirical Review of Psychophysiological Studies of Emotion*. JUR Rochester 1:15-9.

Niven K, Garcia D, van der Löwe I ve ark. (2015) Becoming popular: interpersonal emotion regulation predicts relationship formation in real life social networks. *Frontiers Psychol* 6.

- Niven K, Totterdell P, Holman D (2009) Affect regulation and well-being in the work place: An interpersonal perspective. *Handbook of Managerial Behavior and Occupational Health*. New Horizons in Managemnt, E Elgar (Ed). UK: Cheltenham: 218-28.
- Niven K, Totterdell P, Stride CB ve ark. (2011) Emotion Regulation of Others and Self (EROS): The development and validation of a new individual difference measure. *Curr Psychol* 30:53-73.
- Nolen-Hoeksema S (2012) Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annu Rev Clin Psychol* 8:161-87.
- Onat O, Otrar M (2010) Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *MÜ. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Derg* 31:123-43.
- O'Toole MS, Mennin DS, Fresco DM (2014) Emotion Regulation Therapy: An Experiential Approach to Chronic Anxiety and Recurring Depression. *Emotion Regulation Therapy. Working with Emotion in Cognitive-behavioral Therapy: Techniques for Clinical Practice*, NC Thoma, D McKay (Ed), Guilford Press.
- Parrott G, Harre R (1996) Some complexities in the study of emotions. *The emotions: Social, cultural and biological dimensions*, R Harré, WG Parrott (Ed), Sage.
- Rimé B (2007) Interpersonal emotion regulation. *Handbook of emotion regulation*, 2. Baskı, JJ Gross (Ed), Guilford Press: 466-8.
- Rugancı RN, Gençöz T (2010) Psychometric Properties of a Turkish Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *J Clin Psychol* 66:442-55.
- Savaşır I (1994) Ölçek uyarlamasındaki bazı sorunlar ve çözüm yolları. *Türk Psikoloji Derg* 33:27-32.
- Selçuk E, Günaydın G, Sümer, N ve ark. (2005) Yetişkin Bağlanma Boyutları İçin Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örneğinde Psikometrik Açından Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları* 8:1-11.
- Tabachnick BG, Fidell LS, Osterlind SJ (2001) *Using multivariate statistics*, 6. Baskı, Pearson.
- Thompson RA (1994) Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monogr Soc Res Child Dev* 59:25-52.
- Totan T (2015) Duygu düzenleme anketi Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Derg* 3:153-61.
- Troth AC, Lawrence SA, Jordan PJ ve ark. (2017) Interpersonal Emotion Regulation in the Workplace: A Conceptual and Operational Review and Future Research Agenda. *Int J Manag Rev*: 1–21.
- Tuna E, Bozo Ö (2012) The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Factor structure and psychometric properties of the Turkish version. *J Psychopathology Behav Assess* 34:564-70.
- Zaki J, Williams WC (2013) Interpersonal emotion regulation. *Emotion* 13:803.
- Zimet GD, Powell SS, Farley GK ve ark. (1990) Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *J Pers Assess* 55:610-7.