

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği (KDDEÖ): Psikolojik Belirti Düzeyi ve Sosyal Destek Bağlamında Bir Adaptasyon Çalışması

Interpersonal Regulation Interaction Scale (IRIS): An Adaptation Study in the Context of Psychological Symptom Level and Social Support

Özge Nur Muslu¹, Sait Uluç²

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon

²Hacettepe Üniversitesi, Ankara

ÖZ

Amaç: Kişilerarası süreçler duygu düzenlemenin önemli bir boyutu olmasına rağmen bu alanda yapılan çalışmalar oldukça sınırlı olup Türkçe literatürde kullanılan ölçüm araçları da oldukça azdır. Bu nedenle Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin Türkçe literatüre kazandırılması önem taşımaktadır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini n=320 evli birey oluşturmaktadır. Veriler anketler aracılığıyla toplanmıştır. Bu çalışmada duygu düzenleme, sosyal destek ve psikolojik belirtileri sorgulayan ölçüm araçları kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlilik için diğer ölçeklerle olan Pearson korelasyon katsayıları test edilmiş ve güvenilirlik için Cronbach Alpha katsayıları hesaplanmıştır. Son olarak 50 kişilik bir grupta test tekrar test güvenilirliği test edilmiştir.

Bulgular: Doğrulayıcı faktör analizi, ölçeğin dört faktörlü yapısını (duyarlılık, bilişsel destek, düşmanlık, fiziksel mevcudiyet) desteklemektedir. Türkçe Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin Cronbach α değerleri; duyarlılık alt boyutu için .92, Bilişsel Destek alt boyutu için .87, düşmanlık alt boyutu için .75, fiziksel mevcudiyet alt boyutu için ise .80 olarak hesaplanmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerliliği ve test-tekrar test güvenilirliği sonuçları Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu doğrulamış olup alt boyutların psikolojik belirti, duygu düzenleme güçlükleri ve sosyal destek ile de ilişkili olduğu raporlanmıştır.

Sonuç: Bu araştırma sonucunda Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin Türkiye örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, Türkiye'deki araştırmalarda kullanılmak üzere, dilimize önemli bir ölçüm aracı kazandırılmıştır.

Anahtar sözcükler: Duygu düzenleme, kişilerarası duygu düzenleme, psikopatoloji, sosyal destek

ABSTRACT

Objective: Interpersonal processes are a significant dimension of emotion regulation, yet studies in this area are quite limited, and the measurement tools used in the Turkish literature are also scarce. Therefore, it is aimed to introduce the Interpersonal Regulation Interaction Scale to the Turkish literature.

Method: The sample of the study consists of n=320 married individuals. The data were collected through surveys. In this study, measurement tools that inquire about emotion regulation, social support, and psychological symptoms were used. The scale's construct validity was assessed with confirmatory factor analysis. Criterion-related validity was tested with Pearson correlation coefficients with other scales, and reliability was calculated using Cronbach α coefficients. Finally, test-retest reliability was tested in a group of 50 individuals.

Results: Confirmatory factor analysis supports the scale's four-factor structure (responsiveness, cognitive support, hostility, physical presence). The Cronbach α values for the Turkish Interpersonal Regulation Interaction Scale are .92 for the responsiveness subscale, .87 for the cognitive support subscale, .75 for the hostility subscale, and .80 for the physical presence subscale. The results of criterion-related validity and test-retest reliability confirm that the Turkish form is a valid and reliable tool, and it is reported that the subscales are associated with psychopathology, difficulties in emotion regulation, psychological symptoms and social support.

Conclusion: This research found that the Interpersonal Regulation Interaction Scale is a valid and reliable measurement tool for the Turkish sample. In conclusion, a significant measurement tool has been introduced for use in research in Türkiye.

Keywords: Interpersonal emotion regulation, emotion regulation, psychopathology, social support

Giriş

Duygu düzenleme, duyguları fark edebilme, anlamlandırma, kabul etme, hedefe yönelik davranışları organize etme, sürdürme, dürtü ve davranışları engelleyebilme gibi süreçler aracılığıyla günlük olayları etkili bir biçimde yönetme ve bunlara yanıt verme becerisini ifade etmektedir (Gross ve Thompson 2007, Aldao ve ark. 2010). Uzun yıllar duygu düzenleme kişiler içi bir işlev olarak kabul edilmiş ve öz düzenleme bağlamında ele alınmıştır. Daha yakın zamanda ise duygu düzenleme kişilerarası bir süreç olarak da ele alınmaya başlanmıştır. Bireysel düzeydeki duygu düzenlemenin aksine, kişilerarası duygu düzenleme (KDD), sosyal ve çevresel alanlar bağlamında kişinin kendisinin ve diğerlerinin duygu yönetimini ifade etmektedir (Barthel ve ark. 2018). Bu görüşe göre, duygu düzenleme süreci sosyal bir bağlam içinde evrilmekte ve bireylerin yaşamları boyunca bu sosyal çevre içinde biçimlenmeye devam etmektedir. Beckes ve Coan (2011), kişilerarası duygu düzenlemeyi, olumsuz duyguların başka bir kişinin varlığıyla azaltılması olarak tanımlarken, Hofmann ve arkadaşları (2016), bireyin kendi duygularını sosyal etkileşimler aracılığıyla düzenlemesi olarak açıklamaktadırlar. Zaki ve Williams (2013) ise, bireylerin duygularını düzenlemek için sosyal bağlantıları kullanma eğilimlerine işaret etmektedirler. Buna göre, bireyler kendi duygularını (içsel KDD) veya diğer insanların duygularını (dışsal KDD) düzenlemek için sosyal ilişkileri aracılığıyla bu iki temel stratejiyi kullanmaktadır.

Günlük hayattaki olumsuz olaylara duygusal tepkilerini uygun şekilde yönetemeyen kişilerin, daha yoğun ve uzun süreli stres yaşadıkları, bu durumun özellikle depresyon ve anksiyete gibi ruh sağlığı sorunlarına yatkınlığı artırdığı görülmektedir (Mennin ve ark. 2007, Nolen-Hoeksema ve ark. 2008). Aldao ve arkadaşları (2010) tarafından gerçekleştirilen bir meta-analiz, depresyon ve anksiyete ile bağlantılı problemlerde, işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerine eğilimin, mevcut işlevsel yöntemlerin yokluğundan daha belirgin bir sorun olduğu belirtilmiştir. Ayrıca duygu düzenleme yöntemlerini sadece işlevsel ve işlevsel olmayan diye ayırmaktan ziyade, bir yöntemin belirli bir duruma ne kadar uygun olduğu bireyin bu yöntemleri psikolojik sağlık sonuçları açısından ne kadar esnek kullanabildiğinin de önemi olduğu vurgulanmaktadır (Aldao ve Nolen-Hoeksema 2012).

KDD'nin kritik önemi, psikopatoloji alanında, özellikle depresyon, anksiyete ve kişilik bozuklukları gibi çeşitli akıl sağlığı sorunlarıyla ilişkili olan işlevsel olmayan duygu düzenleme modellerine kadar geniş bir yelpazede yer almasıdır. Bu bağlamda, KDD, ruh sağlığı bozukluklarının anlaşılması ve tedavisi için temel bir araştırma alanı olarak öne çıkmaktadır (Zaki 2020). Hofmann ve arkadaşları (2016) belirli koşullara bağlı olarak KDD stratejilerinin işlevsiz olabileceğini ve KDD stratejilerinin uygunsuz kullanımının ruh sağlığı sorunlarına neden olabileceğini veya bunları şiddetlendirebileceğini belirtmiştir. Örneğin, duygularını düzenlemekte güçlük çeken insanlar başkalarından daha fazla kendilerini yatıştırılmalarını isteyebilirler ve bu da onların duygularını düzenleme konusunda başkalarına daha bağımlı olmalarına neden olabilmektedir. Hofmann ve arkadaşları (2016) KDD stratejileri ile depresyon, sürekli kaygı ve sosyal kaygı gibi psikolojik belirti düzeyleri arasında pozitif korelasyonlar bulmuşlardır. Yapılan çalışmalarda KDD stratejilerinden yatıştırılmanın depresyonla daha yüksek düzeyde bir ilişki içinde olduğu raporlanmıştır. (Hofmann ve ark. 2016, Koç ve ark. 2019, Gökdag 2021, Ray-Yol ve ark. 2022). Bu çalışmalar KDD stratejilerinin bireylerin ruh sağlığı ve ilişkileri üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermektedir.

Duygu düzenleme sistemleri, kişilerarası etkileşim de dahil olmak üzere çevredeki sosyal faktörlerden büyük ölçüde etkilenir (Marraquin 2011). Duygu düzenleme üzerindeki kişilerarası etkiler nispeten az araştırılmış olsa da, duyguların kendilerinin sosyal işlevlere hizmet ettiği konusunda evrensel bir fikir birliği vardır (Keltner ve Gross 1999). Cohen'e (2004) göre sosyal destek kavramı, bireyin stresle baş edebilmesine yardımcı olmak için tasarlanmış sosyal ağlar veya ortamlar aracılığıyla sağlanan psikolojik ve maddi kaynakları ifade etmektedir. Coan ve Maresh (2014), insanların sosyal kaynakları temel ihtiyaçlarının bir parçası olarak kabul ettiğini ve bu kaynaklardan elde edilen desteğin, hedeflere ulaşmada harcanan çabanın duygu düzenleme sürecindeki sıkıntılarını hafifletebileceğini ifade etmektedirler. Bu yaklaşım, sosyal ilişkilerin duygu düzenlemedeki rolünü öne çıkararak, sosyal bağların bireyler için duygusal destek sağlama konusunda ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca, sosyal destek ağlarının eksikliği veya sosyal ilişki doyumunun düşük olması gibi faktörlerin, bir bireyin duygularını etkili bir şekilde yönetme kapasitesini ciddi şekilde etkileyebileceğini ve ruh sağlığı sorunlarını ortaya çıkartacağını belirtmişlerdir. KDD, psikolojik sağlığın ve sosyal uyumun sürdürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Yakın ilişkiler bağlamında, partnerlerin, arkadaşların veya aile bireylerinin birbirlerinin duygusal durumlarını düzenlemeye yönelik davranışları kapsamaktadır. Bu tür davranışlar arasında stres zamanlarında destek sunma, ruh halini yükseltmek için pozitif deneyimleri paylaşma veya gerilimi hafifletmek için mizah kullanma gibi davranışları içermektedir (Feeney ve Collins 2015, Hofmann ve Doan 2018).

Sosyal destek, bireylerin dışındaki sosyal ağlar ve ilişkilerden gelen yardımın varlığına ve sağlanmasına

dayanmakta, duygusal, bilgilendirici ve araçsal desteği içermekte ve genel bir iyilik hali sağlamaktadır. Karşılaştırıldığında, kişilerarası duygu düzenleme, bireylerin sosyal etkileşimler aracılığıyla duygularını yönetme süreçlerini kapsayan hedefe yönelik bir davranıştır, daha özgül durumları hedefler, yüksek seviyede sosyal ve duygusal zeka gerektirmektedir. Sosyal destek, genellikle bireyin sosyal becerilerinden bağımsız, destekleyici bir ağın bilgisiyle geniş bir yelpazede aranmaktadır, kişilerarası duygu düzenleme, belirli anlarda duygusal ihtiyaçlara yanıt vermek için daha durumsal olarak kullanılır ve etkileşimin bağlamına ve katılımcıların duyarlılığına bağlıdır. Bu iki süreç, farklılıklarına rağmen bireyin duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılama ve genel iyilik halini destekleme konusunda birbirini tamamlayıcı roller oynamaktadır (House 1981, Cohen ve Wills 1985, Gross 1998, Lakey ve Orehek 2011, Zaki ve Williams 2013).

Kişilerarası duygu düzenleme arkadaşlar ve romantik eşler arasındaki desteğin önemli bir parçası olarak görülmektedir (Butler ve Randall 2013). Evli çiftlerdeki kişilerarası duygu düzenleme stratejilerine odaklanan çalışmalar, pozitif kişilerarası duygu düzenlemenin ilişki doyumuyla bağlantılı olduğunu göstermektedir (Rusu ve ark. 2019). Florean ve Pasarlu'nun (2019) araştırması, kişilerarası duygu düzenlemenin ilişki doyumunu yordadığını ve bilişsel empati ile bireysel duygu düzenleme güçlüklerinin ilişki doyumunu üzerindeki etkisini ortaya koymuştur. Chan ve Rwana'nın (2021) çalışmasında ise KDD stratejilerinden olan olumlu duygulanım ve perspektif almanın, içselleştirme belirtileriyle negatif ve psikolojik iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Levy Gigi ve Shamay-Tsoory'nin (2017) bulguları, kişilerarası duygu düzenlemenin, romantik partnerlerin sıkıntısını azaltmada içsel duygu düzenleme stratejilerinden daha etkili olduğunu göstermektedir. Bu çalışmalarda KDD'nin çiftlerin iyi oluş ve ruh sağlıkları üzerindeki etkilerini göstermektedir.

Kişilerarası duygu düzenlemeyi ölçmeye yönelik, bazıları Türkçeye de uyarlanmış, öz-bildirim ölçekleri bulunmaktadır. Hofmann ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş olan "Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği" Türkçe sürümü en sık çalışılan araçlardan biridir (Malkoç ve ark. 2018, Gökdağ ve ark. 2019, Koç ve ark. 2019, Saruhan ve ark. 2019, Sarısoy- Aksüt ve Gençöz 2020). Ayrıca Horn ve Maercker (2016) tarafından romantik ilişki ya da evlilik ilişkisi içerisinde bulunan bireylerin birbirleriyle olan etkileşimleriyle beraber ortaya çıkan duygu düzenleme süreçlerini değerlendirebilmek amacıyla geliştirilen "Kişilerarası Duygu Düzenleme Anketi: Birlikte Kara Kara Düşünme ve Birlikte Yeniden Değerlendirme Anketi" Ata ve Yalçınkaya-Alkar (2020) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.

KDDEÖ'nün alanda kullanılan diğer ölçeklerden farkı kişilerarası içsel duygu düzenleme stratejilerindeki etkileşimlere odaklanmasıdır. KDD etkileşimleri içinde sunulan diğerleri tarafından sağlanan davranışların boyutlarını ölçen KDD etkileşimlerinin alıcı konumda olanlar tarafından nasıl değerlendirildiğini belirten bir ölçüm aracı ulusal alan yazında bulunmamaktadır. Bu alandaki eksiklik bu uyarlama çalışması tarafından giderilmek istenmektedir (Swerdlow ve Johnson 2022). Bu çalışma çerçevesinde Türkçeye uyarlanan "Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği" Swerdlow ve Johnson (2022) tarafından geliştirilmiştir. Araştırmacılara göre kişilerarası duygu düzenleme etkileşimi, iki veya daha fazla bireyin, kendilerinin ve birbirlerinin duygulanımlarını düzenlemek için motive oldukları amaca yönelik sosyal işlemlerin gerektirdiği bir süreç olarak ifade edilmektedir. Bu çerçevede geliştirilen ölçeğin temel amacı bireylerin duygularını düzenlemek ve yönetmek için diğerinden yardım istedikleri sırada otobiyografik olarak geri çağrılan destek işlemlerini araştırarak algılanan sosyal destek ve kişilerarası duygu düzenleme arasında bir köprü kurmaya çalışmaktır. Çalışmaları sonunda bireylerin kişilerarası duygu düzenleme etkileşimlerini tanımlayan duyarlılık, düşmancılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet olmak üzere 4 temel boyuta ulaşmışlardır. Ölçeğin alt boyutlarından biri olan duyarlılık, empatik ilgi, anlayış, onaylanma ve alıcının duygusal deneyimine odaklanmayı içermektedir ("duygularımı onlarla paylaşmam için beni cesaretlendirdiler", "anlayış ve ilgi ifade ettiler", "beni dinlemek için çaba sarf ettiler"). Diğer bir boyut olan düşmancılık ise küçümseme, eleştiri, empatik ilgi eksikliğini ve kişilerarası saldırganlık gibi davranışları kapsamaktadır ("Bana karşı öfke veya düşmanlık gösterdiler", "Duygularımı görmezden geldiler veya geçersiz kıldılar", "Bana karşı kin ifade ettiler."). Üçüncü boyut, bilişsel destek, yeniden değerlendirme, bilgi desteği ve problem çözme becerilerini kapsamaktadır ("Bana tavsiye verdiler.", "Durumu yeni bir bakış açısı ile görmeme yardımcı oldular", "Problemi çözmeme yardım ettiler"). Son olarak, fiziksel mevcudiyet boyutu, fiziksel temas ve sözsüz iletişimi içermektedir ("Fiziksel olarak yanımda olduklarını bana bildirdiler", "Duygusal olarak ulaşılabilir olduklarını beden dili aracılığıyla iletiler (örneğin, göz teması, yüz ifadeleri, vücut duruşu)", "Düşüncelerini ve duygularını fiziksel temas yoluyla gösterdiler (örneğin, bir omuz dokunuşu, bir sarılma gibi)", (Swerdlow ve Johnson 2022).

Bu ölçüm aracı vasıtasıyla, kişilerarası duygu düzenleme mekanizmalarındaki temel dönüşüm dinamiklerini tespit etmek ve alıcıların destek algılarının boyutlarını ve yapısını aydınlatmak hedeflenmektedir. Ulusal alan yazında özellikle kişilerarası duygu düzenlemede etkileşimlere odaklanan bir ölçüm aracı olmaması bu çalışmanın önemini göstermektedir. Bu ölçek, başkalarının bizim aktif çabalarımız olmadan duygularımızı düzenlediği içsel kişilerarası duygu düzenleme etkileşimlerini araştırmak için geliştirilmiştir. Bu araştırmanın

temel amacı, Türkiye'deki çalışmalarda kullanılmak üzere önemli bir ölçme aracının Türkçeye çevrilerek dilimize kazandırılmasıdır. Bu çalışma uluslararası alan yazındaki ilk uyarlama çalışmasıdır. Ayrıca kişilerarası duygu düzenleme etkileşimi ve psikolojik belirti düzeyleri arasındaki ilişkileri inceleyen ulusal alan yazındaki ilk çalışma olması açısından da öneme sahiptir. Bu çalışmanın, söz konusu konularda literatüre önemli katkılar sunacağı öngörülmektedir.

Araştırmanın amacına uygun olarak, belirtilen hipotezler şunlardır: İlk olarak, Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin (KDDEÖ) orijinal çalışmadaki gibi benzer bir faktör yapısına sahip olacağı öngörülmektedir. İkinci olarak, KDDEÖ ile Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin bulunacağı beklenmektedir. Üçüncü olarak, KDDEÖ'nün Türkiye'deki kullanımını için gerekli olan geçerlilik ve güvenilirlik kriterlerini karşılayacağı beklenmektedir.

Yöntem

Örneklem

Çalışmaya 24-62 yaş aralığında (Ort.=36.1, SS=6.7), en az 1 yıldır evli olan 320 birey katılmıştır. Katılımcıların %67.2'si (N=215) kadın, %32.8'i (N=105) erkektir. Katılımcıların %10'u doktora mezunu, %20'si yüksek lisans mezunu, %64.4'ü üniversite mezunu, %4.4'ü lise, %3'ü ise ortaokul mezunu olup kalan %6'sı durumunu diğer olarak belirtmiştir. Katılımcıların %29.7'si yüksek gelir düzeyi, %50.3'ü orta gelir düzeyi, %20'si ise düşük gelir düzeyine sahip olduklarını ifade etmiştir. Ayrıca katılımcıların %69.1'i en az bir çocuğu olduğunu belirtmişken, %30.9'u çocukları olmadığını belirtmiştir. Katılımcıların hâlihazırda evli ve birlikte yaşıyor olmaları ve ölçekleri okuyup anlayabilecek Türkçe okuma becerisine sahip olmaları yeterli katılım koşulu olarak kabul edilmiştir. Psikiyatrik bir rahatsızlığa sahip olmak, eşinden uzakta olmak veya ayrı yaşamak dışlama ölçütü olarak kullanılmıştır. Bunun sonucunda 12 kişiyi verisi çalışmadan çıkarılmıştır.

İşlem

Araştırma öncesinde uyarlama çalışmasının gerçekleştirilebilmesi için ölçeğin geliştiricisi Benjamin Swerdlow'dan gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan (E-28297300-900-00002141074 sayılı ve 18.04.2022 tarihli) etik izin alınmıştır.

Öncelikle ölçek maddeleri alanında uzman ve her iki dile de hâkim 4 araştırmacı tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Çevrilen ölçek maddeleri bir dilbilimci tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiş ve iki ölçek arasında anlamsal farklılıklar bulunup bulunmadığı değerlendirilmiştir. Son halinin yazara gönderilmesi ve gerekli onayın alınmasının ardından veri toplama sürecine geçilmiştir.

Katılımcıların çoğunluğunu Karadeniz Teknik Üniversitesi personeli oluşturmaktadır. Kartopu örnekleme yoluyla katılımcılara ulaşılmıştır. Katılımcılara veri toplama araçlarından önce bilgilendirilmiş onam formu sunulmuştur. Katılım için gönüllü olanlara demografik bilgi formu ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeğinin ardından diğer ölçek formları sunulmuştur. Ortalama bir katılımcı için formların doldurulması yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Veri toplama sürecinin ardından aracın yapı geçerliğini değerlendirmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağıntılı geçerliğini değerlendirme amacıyla çalışmada yer alan ölçeklerle korelasyonları incelenmiştir. Ek bir güvenilirlik ölçütü olarak ölçeğin test tekrar test katsayısı hesaplanmıştır. Veri analizlerinde IBM SPSS 26 ve AMOS 24 istatistik paket programları kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Araştırma kapsamında, Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin yanı sıra katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim seviyeleri gibi demografik bilgilerini edinmek için bir demografik bilgi formu uygulanmıştır. Ayrıca, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliliğini değerlendirmek amacıyla da çeşitli ölçme araçları kullanılmıştır.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği (KDDEÖ)

Swerdlow ve Johnson (2022) tarafından geliştirilen, kişilerarası duygu düzenleme etkileşim ölçeği Duyarlılık (responsiveness), Düşmançılık (hostility), Bilişsel destek (cognitive support) ve Fiziksel mevcudiyet (physical presence) olmak üzere 4 alt boyuttan ve 5'li likert tipinde 28 maddeden oluşmaktadır. Orijinal çalışmanın sonuçlarına göre, mevcut örnekleme dayanarak yapılan değerlendirme, dört farklı alt ölçeğin her birinin

güvenilirliğinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır; bu, iç tutarlılık değerlerinin iyi ile mükemmel derecede olduğunu ve omega (ω) kat sayısının .84'ten büyük olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında elde edilen Cronbach α değerleri duyarlılık alt boyutu için .92, bilişsel destek alt boyutu için .87, düşmancılık alt boyutu için .75, ve fiziksel mevcudiyet alt boyutu için ise .80 olarak bulunmuştur.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği (KDDÖ)

Hofmann ve arkadaşlarının, (2016) geliştirdiği Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği (KDDÖ), sosyal model alma, yatıştırma, olumlu duyguları arttırma ve bakış açısı edinme üzere dört alt boyutta ve 5'li Likert tipinde 20 maddeden oluşan bir ölçüm aracıdır. Özgün çalışmada, boyutların iç tutarlılık katsayıları sırasıyla $\alpha = .93, .94, .89$ ve $.91$ olarak raporlanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Gökdağ ve arkadaşları. (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada, alt boyutlar için iç tutarlılık katsayılarının $.81$ ile $.89$ arasında değiştiği ve test-tekrar test korelasyonunun $.63$ ile $.88$ arasında olduğu bulgulanmıştır. Bu çalışma kapsamında elde edilen Cronbach α değerleri sırasıyla $.89, .91, .85$ ve $.90$ olarak bulunmuştur.

Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçeği (DDZÖ)

Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenlemede Zorluklar Ölçeği (DDZÖ), 5'li Likert tipinde ve 36 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçek amaç, strateji, kabul etme, dürtü, açıklık ve farkındalık olmak üzere altı farklı boyutu değerlendirmektedir. Orijinal çalışmada, ölçeğin toplam puanına ilişkin iç tutarlılık katsayısı $.93$ olarak belirlenmiştir ve alt boyutların katsayıları $.88$ ile $.89$ arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe formun iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı $.94$ olup, alt boyutların katsayıları $.75$ ile $.90$ arasında değişmektedir. Puanların artması, duygu düzenleme zorluklarının arttığını işaret etmektedir. Bu çalışma kapsamında elde edilen Cronbach α değeri tüm ölçek için $.88$ olarak bulunmuştur.

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ)

Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen, 42 maddeden oluşan ölçek, bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini ölçmeyi hedeflemektedir. Orijinal formunda, iç tutarlılık katsayıları depresyon için $.91$, anksiyete için $.81$ ve stres için $.89$ olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Akın ve Çetin (2007) tarafından yapılmış olup, iç tutarlılık katsayıları depresyon, anksiyete ve stres boyutları için sırasıyla $.96, .89$ ve $.93$ olarak rapor edilmiştir. Alt boyutlardan alınan yüksek puanlar, bireyin belirti düzeyini yansıtmaktadır. Bu çalışma kapsamında elde edilen Cronbach α değerleri sırasıyla $.91, .83$ ve $.88$ olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Zimet ve arkadaşlarının (1988) geliştirdiği ölçüm aracı bireylerin aldıkları ve algılanan sosyal desteği değerlendirmek amacıyla kullanılan bir ölçektir ve 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin asıl amacı, kişilerin aile, arkadaşlar ve özel bir kişiden aldıkları sosyal desteğin düzeyini belirlemektir. Orijinal çalışmada, ölçeğin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla aile için $.87$, arkadaşlar için $.85$ ve özel bir kişi için $.91$ olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmaları Eker ve arkadaşları (1995) tarafından gerçekleştirilmiş olup, daha sonra ölçek Eker ve ekibi (2001) tarafından yeniden değerlendirilmiştir. Gözden geçirilmiş Türkçe formun iç tutarlılık katsayıları sırasıyla aile için $.80$, arkadaşlar için $.85$ ve özel bir kişi için $.92$ olarak raporlanmıştır. Bu çalışma kapsamında elde edilen Cronbach α değerleri ise sırasıyla $.82, .81$ ve $.94$ olarak bulunmuştur.

İstatistiksel Analiz

Araştırma, Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin (KDDEÖ) yapısal geçerliliğini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, KDDEÖ'nün orijinal versiyonu ile Türkçe versiyonunun faktör yapılarının uyumu, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılarak incelenmiştir. Analiz sürecinde, ölçek maddelerinin faktör yükleri, modelin uyum iyiliği indeksleri dikkate alınmıştır. Ölçeğin birleşen geçerliliği, KDDÖ, DDZÖ, DASÖ ve ÇBASDÖ gibi diğer ölçeklerle olan ilişkileri üzerinden değerlendirilmiştir. Bu ilişkiler ölçekler arasındaki Pearson korelasyon katsayıları kullanılarak analiz edilmiş olup KDDEÖ'nün geçerliliği desteklenmiştir. KDDEÖ'nün güvenirliliğini belirlemek amacıyla Cronbach alfa katsayıları ve test-tekrar test yöntemleri kullanılarak güvenirlilik analizleri yapılmıştır. Cronbach alfa katsayısı, ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirirken, test-tekrar test analizi, ölçeğin zaman içindeki kararlılığını test etmek için kullanılmıştır.

Bulgular

Verilerin parametrik analiz yöntemlerine uygunluğunu değerlendirmek amacıyla, her bir değişkene ait

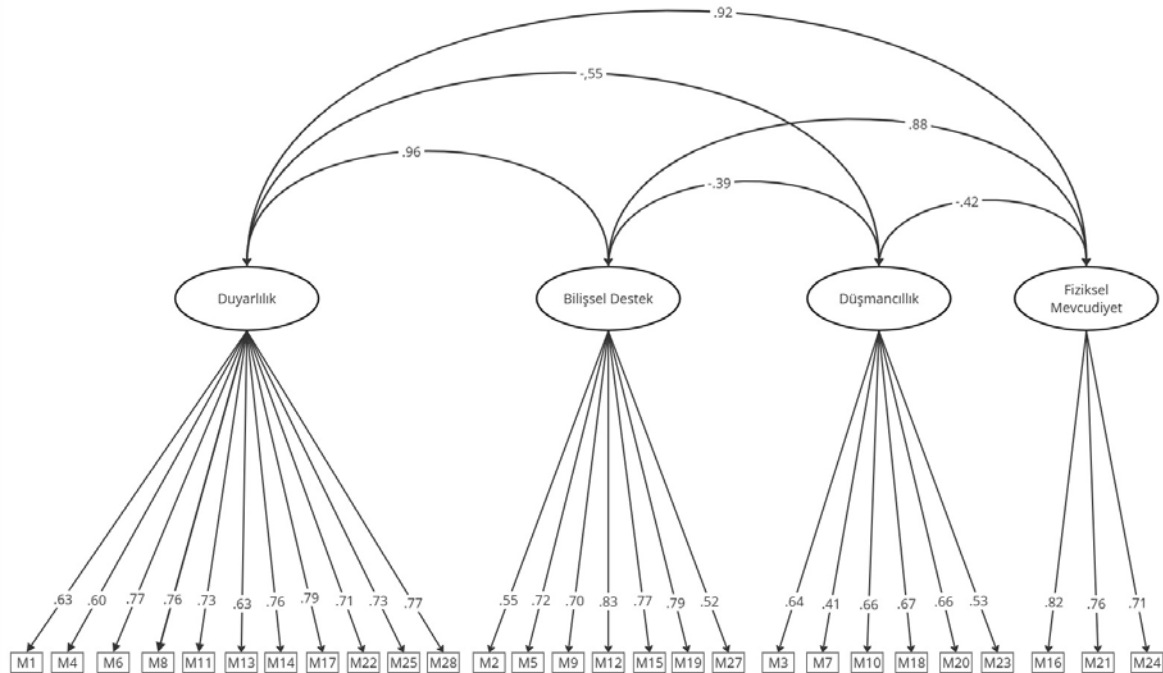
Histogram grafikleri ve z-puanları detaylı bir şekilde incelenmiştir. Bunların sonucunda, verilerin genel olarak normal bir dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Basıklık ile çarpıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, verilerin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Ayrıca, eksik verilerin analizinde toplam katılımcı sayısının %5'inden azına denk gelen 11 kişinin eksik cevapları için, ilgili maddelerin boş bırakıldığı yerlere, grup ortalamaları atanmıştır. Bu yöntem, veri bütünlüğünü sağlama konusunda Myers (1990) tarafından önerilen bir yaklaşımdır.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin Türkçe formunun yapı geçerliliğini değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. 8 kişi uç değerlere sahip olduğu için Z skorları alınıp karşılaştırılarak verileri çalışmadan çıkarılmıştır (Aggarwal 2017).

Yapı Geçerliliği

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin yapı geçerliliği ve hem orijinal hem de Türkçe versiyonlarının faktör yapılarının uygunluğunu analiz etmek için yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sırasında, modelin verilere uyumunu değerlendirmek için çeşitli uyum iyileştirme indeksleri kullanılmıştır. Bu indeksler; ki-kare istatistiğinin serbestlik derecelerine bölünmesi (χ^2/df) ile hesaplanan uyum iyiliği, uyum iyiliği indeksi (goodness-of-fit index-GFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index:CFI), yaklaşık hataların ortalama karekökü (Root Mean Square Error of Approximation : RMSEA), Bentler-Bonett normatif uyum indeksi (Bentler-Bonett Normed Fit Index :NFI) ve düzeltilmiş genel uyum indeksi (Adjusted Goodness of Fit Index AGFI) olarak sıralanabilir. Bu indeksler, ölçeğin faktör yapısının hem orijinal hem de çeviri formu arasında tutarlılık gösterip göstermediğini ve genel olarak modelin araştırma verilerine ne derecede uyum sağladığını objektif bir şekilde değerlendirmek için kullanılmıştır (Schermerleher-Engel ve ark. 2003).

Ölçeğin yapı geçerliliği ve Türkçe formunun orijinal form ile faktör yapısının uyumluluğunu değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır ($\chi^2/df = 2.33$, CFI = .905, RMSEA = .065, GFI = .851, NFI = .850 ve AGFI = .810 $p < .05$). Orijinal faktör yapısı temel alınarak yapılan analiz sonucunda faktör yükleri incelendikten sonra, düşmanlık alt boyutuna ait olan 26. madde, .35'in altında bir yüklenme ($\beta = .191$) sergilediği ve yapılan güvenilirlik analizlerinde de bakıldığında güvenilirlik katsayısını düşürdüğü gözlemlendiği için modelden çıkartılmıştır. Ölçekten 26. maddenin çıkarılması sonrasında elde edilen değerler şunlardır: $\chi^2/df = 2.088$, CFI = .925, RMSEA = .058, GFI = .864, NFI = .866 ve AGFI = .838 ($p < .05$). Bu değerler, kabul edilebilir bir uyum düzeyi sergilemektedir (Marcoulides ve Schumacker 2001, Erkorkmaz 2013) (Tablo 1). Her bir maddenin faktör yüklerini belirten DFA modeli de Şekil 1'de sunulmaktadır.



Şekil 1. Doğrulayıcı faktör analizi bulguları

Anlamlılık düzeyi belirtilmeyen tüm katsayılar $p = .000$ düzeyinde anlamlıdır. M: Madde

Tablo 1. DFA modeline ait uyum iyiliği indeksleri ve uyum ölçütleri			
Modifikasyon İndeksleri	Sonrası Uyum İyiliği	Uyum Ölçütleri	Referans
CMİN/DF	2,088	3≤ kabul edilebilir uyum	Kline 2005
GFI	,86	≥ .85 kabul edilebilir uyum	Sürücü ve ark. 2021
CFI	,92	.90≤ CFI ≤1 mükemmel uyum	Munro 2005
NFI	,86	≥ .80 kabul edilebilir uyum	Shevlin ve ark. 2000
RMSEA	,05	.05≤RMSEA≤.08 kabul edilebilir uyum	Yılmaz ve Çelik 2009
AGFI	,85	.85≤AGFI≤.90 kabul edilebilir uyum	Munro 2005

CMİN/DF: ki-kare /serbestlik derecesi ile hesaplanan uyum iyiliği, GFI: Uyum İyiliği İndeksi CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi, RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü, NFI: Bentler-Bonett normatif uyum indeksi ve AGFI: düzeltilmiş genel uyum indeksi

Ölçüt Bağımlı Geçerlik

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşimi Ölçeği'nin geçerliliğini belirlemek amacıyla DASÖ, KDDÖ, ÇBASDÖ ve DDGÖ dış ölçütler olarak kullanılmış, ölçek alt boyutları ile toplam puanları arasındaki ilişkiler incelenmiştir ve Tablo 2'te sunulmuştur.

Tablo 2: Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği, Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği arasındaki korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.KDDEÖ_DU		,260*	-,456**	,461**	,227**	,350**	,131*	,042	-,311**	-,289**	-,392**	-,341**	,454**
2.KDDEÖ_BD			-,275**	,451**	,284**	,329**	,173**	,127*	-,197*	-,176**	-,303**	-,195**	,403**
3.KDDEÖ_DÜ				-,311**	,073	-,143*	,111*	,142*	,356**	,346**	,375**	,415**	-,221**
4.KDDEÖ_FM					,236**	,310**	,097	,017	-,284**	-,261**	-,352**	-,279**	,397**
5.KDDÖ_SMA						,472**	,567**	,474**	,007	,097	-,046	,046	,194**
6.KDDÖ_ODA							,381**	,208**	-,073	-,025	-,137*	-,176**	,269**
7.KDDÖ_Y								,457**	,146**	,183**	,101	,254**	,054
8.KDDÖ_BAE									,047	,025	-,152**	,003	,083
9.DASÖ_S										,826**	,855**	,626**	-,311**
10.DASÖ_A											,830**	,594**	-,291**
11.DASÖ_D												,632**	-,373**
12.DDGÖ													-,394**
13.ÇBASDÖ													
Ortalama	3,90	3,98	1,98	3,92	3,52	4,13	3,12	2,79	1,95	1,67	1,65	2,71	5,22
Standart Sapma	,65	,62	,66	,81	,77	,60	,88	,88	,67	,58	,65	,44	1,20

*p<.05, **p<.01, KKDEÖ_DU: Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşimi Ölçeği/Duyarlılık, KDDEÖ_BD: Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği/Bilişsel Destek, KDDEÖ_DÜ: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği/Düşmanlık, KDDEÖ/FM: Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği/Fiziksel Mevcudiyet, KDDÖ_SMA: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği/Sosyal Model Alma, KDDÖ_ODA: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği/Olumlu Duyguları Arttırma, KDDÖ/Y: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği/Yatıştırılma, KDDÖ_BAE: Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği/Bakış Açısı Edinme, DASÖ_S: Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği/Stres, DASÖ_A: Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği/Anksiyete, DASÖ_D: Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği/Depresyon, DDGÖ_ORT: Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişkiler saptanmıştır. Ancak, düşmanlık alt boyutu diğer tüm alt boyutlar ile negatif bir ilişki içinde gözükmektedir. Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği ile ilişkilendirildiğinde, duyarlılık ve bilişsel destek alt boyutu kişilerarası duygu düzenleme alt boyutlarıyla orta düzeyde ilişkiler sergilerken; düşmanlık alt boyutu, olumlu duyguları arttırma ile negatif yönde düşük düzeyde; yatıştırılma ve perspektif alma alt boyutlarıyla düşük düzeyde pozitif yönde ilişkiler sergilemektedir. Fiziksel mevcudiyet alt boyutu ise, olumlu duyguları arttırma ve sosyal model alma ile ilişkili gözükmektedir. Ölçeğin psikolojik belirti düzeyleri ile ilişkilerinde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının tüm belirti düzeyleri ile negatif yönde ilişkileri raporlanırken; düşmanlık alt boyutun da tüm belirti düzeyleri ile pozitif yönde ilişkileri raporlanmaktadır. Duygu düzenleme güçlükleri bağlamında yapılan incelemelerde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının duygu

düzenleme güçlükleri ile arasında negatif yönde orta düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir. Düşmançılık alt boyutu ise duygu düzenleme güçlükleri ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki sergilemiştir. Sosyal destek bağlamında yapılan değerlendirmelerde, tüm alt boyutların algılanan sosyal destek ile ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutları, algılanan sosyal destekle pozitif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki gösterirken, düşmançılık alt boyutu algılanan sosyal destekle negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki sergilemiştir.

Güvenirlik Bulguları

Ölçeğin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için öncelikle madde-toplam korelasyon katsayıları hesaplanmış ve ardından Cronbach α güvenilirlik katsayılarına bakılmıştır. Madde-toplam korelasyon katsayıları, .45 ile .77 arasında değişmektedir. Cronbach α güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, duyarlılık alt boyutu için .92, bilişsel destek alt boyutu için .87, düşmançılık alt boyutu için .75, ve fiziksel mevcudiyet alt boyutu için ise .80 olarak hesaplanmıştır. Toplam güvenilirlik katsayısı ise .88 olarak belirlenmiştir.

Test Tekrar Test Güvenirliği

Test tekrar test güvenirligini belirlemek için yapılan çalışmaya 50 katılımcı 4 hafta arayla katılmıştır. Toplamda 50 (39 Kadın: %78, 11 Erkek %22) katılımcı geri dönüş sağlamıştır (Ort. = 31, SS = 3.75). Sınıf içi korelasyon değerlerine bakılmış olup toplam puanlar arasındaki korelasyon .89 olarak raporlanmıştır. Değerler her bir alt boyut için hesaplandığında; duyarlılık alt boyutu için .92, bilişsel destek alt boyutu için; .88, düşmançılık alt boyutu için; .86 ve son olarak fiziksel mevcudiyet alt boyutu için; .94 olarak hesaplanmıştır.

Tartışma

Çalışmada, kişilerarası duygu düzenleme etkileşiminin değerlendirilmesi amacıyla Swerdlow ve Johnson (2022) tarafından geliştirilmiş olan Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin (KDDEÖ) Türk kültürüne uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, KDDEÖ'nün Türkçe formunun gerekli olan psikometrik değerlere sahip olduğu görülmüştür. Yapılan DFA'ya göre ölçeğin 4 faktörlü yapısının güvenilirliğinin tatmin edici boyutlarda olduğu raporlanmıştır. Düşmançılık alt boyutunda bulunan 26. madde, standardize regresyon katsayısı ve madde-toplam korelasyon değerlerinin düşük olması ve ölçeğin uyumunu bozduğu gerekçesiyle ölçekten çıkartılmıştır. Modelden çıkarılan 26. madde düşmançılık alt boyutundaki "çok duygusal olduğumu söylediler" maddesidir. Bu maddenin Türkiye örnekleme tarafından düşman bir bağlamda yorumlanmadığı anlaşılmaktadır.

Kültürel farklılıklar duygusal ifadeleri yorumlama ve değerlendirme biçimlerinde etkili olabilmektedir. Örneğin, bazı kültürlerde duygusal olmak, kişisel duyguları ifade etmek olumlu bir özellik olarak kabul edilirken, diğer kültürlerde bu durum kontrolsüz, zayıf veya aşırı tepki içeren bir tutum olarak algılanabilmektedir (Tsai 2007). Türk kültüründe duygusal olmak, genellikle insanların iç dünyalarını, duygularını ve düşüncelerini açıkça ifade etmeleri, aynı zamanda sosyal ilişkilerde samimiyet ve sıcaklık göstermeleri anlamına gelmektedir. Bu bireyler arası etkileşimlerde önemli bir yer tutmaktadır (Kağıtçıbaşı 1996). Bu nedenle, "çok duygusal olduğumu söylediler" ifadesinin düşman bir ifade olarak kabul edilmediği sonucunu çıkarmak, Türk kültürü içinde duygusallığın genellikle olumlu bir özellik olarak görüldüğünü düşündürmektedir (Kağıtçıbaşı 2014). Bu işlemin ardından oluşturulan yeni model toplamda yirmi yedi madde ve dört faktör yapısı ile son halini almıştır. Oluşturulan modelin uyum düzeyi ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksleri değerleri Tablo 1'de verilmiştir. İlk olarak CFI indeksi, temel alınan modelle gerçekleştirilen model arasındaki uyumu değerlendirir. Bu çalışmada elde edilen .92'lik CFI indeksi, modelin kabul edilebilir bir uyum içinde olduğunu göstermektedir. Ayrıca, RMSEA değeri de modelin uyumunu değerlendirmede kullanılır. Kabul edilebilir bir uyumu ifade etmek için bu değerler genellikle .08'in altında olmalıdır. Çalışmada bu değer .08'in altında bulunmuştur, bu da modelin iyi bir uyum sergilediğine işaret etmektedir. Son olarakta, GFI indeksi, gözlemlenen verilerle teorik model arasındaki uyumu değerlendirmektedir. GFI değeri genellikle .85'in üzerinde olmalıdır ki bu kabul edilebilir bir uyumu ifade etmektedir. Bu çalışmada elde edilen .864'lik GFI indeksi, modelin kabul edilebilir bir uyum içinde olduğuna işaret etmektedir (Shevlin ve ark. 2000, Kline 2005, Munro 2005, Yılmaz ve Çelik 2009, Sürücü ve ark. 2021). Ölçeğin orijinal yapısına baktığımızda uyum indeksleri ana çalışmayla benzerlik göstermektedir: SRMR = .07, CFI = .91, RMSEA = .07 güven aralığı [.064, .071]. Tüm bu işlemler göz önünde bulundurulduğunda, mevcut olan modelin uyum indekslerinin yeterli düzeyde olduğu ve modelin orijinal çalışmaya benzer sonuçlara sahip olduğu raporlanmıştır (Swerdlow ve Johnson 2022). Böylelikle ilk hipotezinin desteklendiğini söyleyebiliriz.

Yapılan çalışmanın ölçüt-bağıntılı geçerlik analizleri sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda ölçeğin kendi alt boyutlarıyla olan ilişkiler incelendiğinde; duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet arasında pozitif yönde ilişkiler rapor edilirken bekleneceği üzere düşmancılık alt boyutunun diğer alt boyutlarla negatif yönde ilişkileri belirtilmiştir. Elde edilen bulgular ışığında, Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği alt boyutları arasında belli ilişkiler olduğu gösterilmiştir. Araştırma, fiziksel yakınlık gösterilmesi durumu, duygusal destek hissi ve fikirlerin desteklenmesi arasında bir bağ olduğunu göstermektedir. Bu durum fiziksel yakınlık (sarılma, dokunma gibi) ile hem duygusal olarak önemsendiğini hissetme ve düşüncelerin onaylanması arasında pozitif bir ilişki bulunduğu işaret etmektedir. Bu sonuçlar partnerin dokunuşunun duygu düzenleme stratejisi olarak kabul edildiği ve kişilerarası duygu düzenleme ve genel duygulanım üzerinde etkisinin olduğunu ortaya koyan çalışmalarla tutarlı gözükmektedir (Debrot ve ark. 2013). Düşmancılık alt boyutu ise fiziksel mevcudiyet, duyarlılık ve bilişsel destek ile ters yönde ilişkili bulunmuştur. Bu durum bireylerin diğerinden fiziksel olarak gördükleri, duygularına duyarlı cevaplar aldıkları ve zihinsel ya da bilişsel açıdan destek hissettikleri durumlarda, algıladıkları düşmanca davranışların azaldığını göstermektedir. Bu tür bulgular, sosyal destek teorileri ve yakın ilişkiler üzerine yapılan literatürle uyumludur. Örneğin, "Sosyal Destek Etkileşim Modeli"(Sarason ve ark. 1990), bireyler arasındaki sosyal desteğin kalitesinin, ilişkilerdeki memnuniyet ve işlevsellik üzerinde önemli bir etkisi olduğunu öne sürmektedir. Bu model, fiziksel yakınlık, duyarlılık ve bilişsel destek gibi unsurların, bireyler arasındaki olumlu ilişkileri pekiştirdiğini ve bu sayede düşmanlık gibi olumsuz ilişki özelliklerini azaltabileceğini belirtmektedir. Ayrıca, Gottman ve Levenson (1986) çiftler üzerine yaptığı çalışmalar, ilişkideki duyarlılık ve destekleyici davranışların çiftler arasındaki memnuniyeti artırdığını ve çatışmaları azalttığını raporlamışlardır.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları ile ilişkilendirildiğinde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının sosyal model alma ve olumlu duyguları artırma alt boyutlarıyla olan pozitif yöndeki ilişkileri göze çarpmaktadır. Düşmancılık alt boyutu, olumlu duyguları artırma alt boyutu ile negatif yönde bir ilişki içindeyken yatıştırılma ve perspektif alma ile pozitif yönde bir ilişki sergilemektedir. Bu bulgular ışığında, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının sosyal model alma ve olumlu duyguları artırma ile olan ilişkisi duygu düzenleme stratejilerini kullanırken karşı taraftan algılanan önemsenme, bilişsel destek ve fiziksel yakınlığın sosyal öğrenme ve olumlu duyguları artırma çabası ile etkileşim içinde olduğunu göstermektedir. Bu bulgular literatür ışığında değerlendirildiğinde Bandura ve Walters (1977) sosyal öğrenme teorisi, bireylerin başkalarını gözlemleyerek ve taklit ederek öğrendiklerini öne sürmektedir. Bu teori, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyetin sosyal model alma üzerindeki etkisini desteklemektedir. Özellikle, olumlu sosyal etkileşimlerin, bireylerin sosyal becerileri ve duygusal tepkileri öğrenmeleri için modeller sağladığını belirtmektedir. Gross'un (1998) duygu düzenleme teorisi, bireylerin duygularını yönetme biçimlerini incelemektedir. Bu teori, duyarlılık ve bilişsel desteğin, olumlu duyguları artırma stratejileriyle nasıl ilişkili olduğuna dair teorik bir çerçeve sunmaktadır. Düşmancılık alt boyutunun, olumlu duyguları artırma stratejileri ile negatif bir ilişki içinde olduğu belirtilmektedir. Yani, bir kişi diğerinden düşmanca algıladığı bir tavırla karşılaştığında, olumlu duygularını artırma çabasını azaltmaktadır. Ayrıca, duygularını düzenlemek için yatıştırma ve perspektif alma gibi stratejileri tercih eden bireylerin, daha fazla düşmanca tavırla karşılaştıklarını ortaya koymaktadır. Güncel araştırmalar, düşmancılık algısının bireylerin olumlu duygularını artırma çabaları üzerinde negatif bir etkisi olduğunu göstermektedir. Örneğin, Butler (2011) tarafından yapılan bir çalışma, düşmanca sosyal çevrelerde bireylerin olumlu duygularını artırma stratejilerini daha az kullandıklarını belirtmektedir.

Ölçeğin psikolojik belirti düzeyi ile ilişkisinde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının stres, anksiyete ve depresyon ile negatif yönde ve orta düzeyde ilişkileri gözlenmiştir. Düşmancılık alt boyutu ise stres, anksiyete ve depresyonla pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki içinde bulunmuştur. Bu bulgular, belirli kişilerarası duygu düzenleme etkileşim stratejilerinin psikolojik belirti düzeyiyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Kişilerarası duygu düzenleme stratejileri ile psikolojik belirti düzeyleri (depresyon, anksiyete ve stres) arasındaki ilişkiler karmaşık bir yapı sergilemektedir. Bazı yazarlar bu stratejiler ile psikolojik belirtiler arasında yüksek düzeyde ilişkiler bulurken (Hofmann ve ark., 2016) bazıları ise düşük düzeyde ve belirli bazı stratejiler ile ilişkiler raporlamışlardır (Koç ve ark. 2019, Gökdağ ve Naldöken 2021, Ray-Yol ve ark. 2022). Bu sonuçlar, kişilerarası duygu düzenleme etkileşimi süreçlerinin psikolojik belirti üzerindeki etkisini anlamak için daha detaylı araştırmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet gibi pozitif olarak adlandırabileceğimiz stratejilerin psikolojik belirtilerle negatif yönde bir ilişki içinde olmaları önemli bir noktaya ışık tutmaktadır. Kişilerarası duygu düzenleme etkileşim stratejilerini kullanırken diğeri tarafından önemsendiğini algılayan, problem çözerken karşısındaki tarafından yol gösterildiğini düşünen, fiziksel olarak yakınlık ve sıcaklık hisseden kişilerin psikolojik belirti düzeylerini düşük olduğu belirtilmiştir. Aynı şekilde bunun zıttı olan yani duygularını düzenlerken düşmanca bir tavırla karşılaşan kişilerinde psikolojik belirti düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar Hofmann ve arkadaşlarının (2016) çalışmalarıyla tutarlılık içindedir.

Ölçeğin duygu düzenleme güçlükleri ile olan ilişkisinde, duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutlarının duygu düzenleme güçlükleri ile negatif yöndeki ilişkileri tespit edilmiştir. Buna karşılık, düşmanlılık alt boyutuyla duygu düzenleme güçlükleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Bu sonuçlar duygusal olarak anlaşıldığını hissetmenin, bilişsel destek almanın ve fiziksel yakınlığın bu güçlükleri azaltmada etkili olabileceğini göstermektedir. Öte yandan, düşmanlılık alt boyut puanlarının artmasıyla duygu düzenleme güçlüklerinin de artması, algılanan düşmanca tavrın olumsuz duyguların yönetilmesindeki zorluklarla beraber arttığını göstermektedir. Duygu düzenleme güçlükleri, bireylerin duygusal tepkilerini etkili bir şekilde yönetme ve değiştirme kapasitelerinin yetersiz olduğu durumları ifade etmektedir. Bu güçlükler, psikolojik sağlık için önemli bir risk faktörüdür ve çeşitli ruh sağlığı problemleriyle ilişkilendirilmektedir (Chapman ve ark. 2014). Zaki ve Williams (2013), kişilerarası ilişkilerin duygu düzenleme süreçlerinde nasıl bir rol oynadığını inceledikleri çalışmalarında, başkalarının duygusal desteğinin, bireylerin kendi duygularını yönetme yeteneklerini güçlendirebileceğini öne sürmektedir. Ayrıca sosyal ilişkilerin bireylerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamadaki önemini vurgulayan çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir (Colins ve Feeney 2000). Bu bulgular, kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin ve sosyal etkileşimlerin, bireylerin duygu düzenleme güçlükleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Orijinal çalışmada (Swerdlow ve Johnson 2022) ise Duyarlılık alt boyutu ile DDGÖ'nün negatif yönde olan ilişkisi ($r=-.27$ $p<.001$) düşmanlılık alt boyutu ile pozitif yöndeki ilişkisi ($r=.32$ $p<.001$) ve bilişsel destek ile olan negatif yöndeki anlamlı ilişkileri göze çarpmaktadır ($r=-.17$ $p<.001$). Bu sonuçlar mevcut çalışmayla benzer nitelikler taşımaktadır.

Duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet alt boyutları, algılanan sosyal destekle pozitif ve orta düzeyde ilişkili bulunmuştur. Diğer yandan, düşmanlılık alt boyutu algılanan sosyal destekle negatif yönde bir ilişki içerisindedir. Bu bulgular, kişilerarası duygu düzenleme etkileşiminin alt boyutlarının algılanan sosyal destekle ilişkili olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışmada (Swerdlow ve Johnson 2022) ise sosyal destekle karşılaştırınca duyarlılık ($r=.43$ $p<.001$) bilişsel destek ($r=.20$, $p<.001$) fiziksel mevcudiyet ($r=.10$ $p<.05$) alt boyutlarının pozitif yönde anlamlı bir ilişki sergilediği, düşmanlılık alt boyutunun ise sosyal destekle negatif yönde anlamlı bir ilişki içerisindedir olduğu belirtilmektedir ($r=-.41$ $p<.001$). Buradaki sonuçlarda Türk örneklemini ile yapılan çalışmayla benzerlikler içermektedir ve bu çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Ayrıca literatür kişilerarası duygu düzenlemede sosyal destek süreçlerinin merkezi bir rol oynadığından bahsetmektedir (Marroquin 2011). Gökdağ ve arkadaşlarının (2019) yaptığı çalışmada kişilerarası duygu düzenleme stratejileri ile sosyal destek arasındaki pozitif ilişkileri raporlamışlardır. Zaki ve Williams (2013), kişilerarası etkileşimlerin ve sosyal desteğin, bireylerin kişilerarası duygu düzenleme yeteneklerini geliştirebileceğini öne sürmektedir. Bu sonuçlar, kişilerarası duygu düzenleme süreçlerinin algılanan sosyal destekle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, Swerdlow ve Johnson'ın (2022) çalışmasıyla benzerlik gösteren sonuçlar, farklı kültürlerde yapılan çalışmaların benzer eğilimleri ortaya çıkarabileceğini ortaya koymaktadır. Bu tartışma neticesinde ikinci hipotezinin de desteklendiğini söyleyebiliriz.

Ölçeğin güvenilirlik analizlerine bakıldığında, Cronbach α katsayıları duyarlılık alt boyutu için .92, bilişsel destek alt boyutu için .87, düşmanlılık alt boyutu için .75, fiziksel mevcudiyet alt boyutu için ise .80 olarak hesaplanmıştır. Toplam güvenilirlik katsayısı ise .88 olarak belirlenmiştir. Büyüköztürk (2016), Cronbach α katsayılarının kabul edilebilir seviyelerde olabilmesi için .70 ve üstünde olması gerektiğini vurgulamıştır. Bu çalışmada bütün alt boyutların ve toplam güvenilirlik katsayıları .70'nin üzerinde hesaplanmıştır. Bu katsayıların ölçeğin orijinal formuyla benzerlik gösterdiği belirtilmektedir. Ayrıca bu çalışmadaki madde-toplam korelasyonların .45 ile .77 arasında değiştiği raporlanmıştır. Madde toplam korelasyon değerinin 0,30 ve üzerinde olması ayırt edicilik açısından önem taşımaktadır (Büyüköztürk 2016).

Ölçeğin test-tekrar test analizlerinde elde edilen yüksek korelasyonlar duyarlılık alt boyutu için .92, bilişsel destek alt boyutu için .88, düşmanlılık alt boyutu için .86 ve Fiziksel mevcudiyet alt boyutu için .94) söz konusu ölçeğin değişmez yapıları güçlü bir şekilde ölçtüğünü işaret etmektedir. Bu bulgular, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu ve ölçtüğü alt boyutların, ölçüm zamanları arasında yüksek düzeyde kararlılık gösterdiğini işaret etmektedir. Yüksek test-tekrar test korelasyonları, bir ölçeğin güvenilirliğinin önemli bir göstergesidir (Kline 2013). Bu sonuçlar ışığında son hipotez de desteklenmektedir.

Mevcut çalışmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Çalışmada kullanılan örneklem belirli bir gruba odaklanmaktadır (evli bireyler) ve bu durum genellenebilirlik açısından kısıtlamalar getirebilir. Farklı demografik özelliklere sahip ve çeşitli yaş gruplarını kapsayan daha geniş örneklem gruplarıyla yapılacak çalışmalar genelleme açısından daha güçlü sonuçlar doğurabilir. Kullanılan ölçüm araçları öz bildirim formlarıdır. Buradaki sınırlılık, verilen cevapların çarpıtılması ve subjektif yanıt verme olasılığı ile ilişkilidir. Ayrıca ölçeğin Türkçeye uyarlama sürecinde herhangi bir pilot çalışma gerçekleştirilmemiştir. Fakat ölçeğin uyarlama ve çeviri aşaması büyük bir titizlikle alanında uzman bireyler tarafından gerçekleştirilmiştir.

Sonuç

Bu çalışmada, Swerdlow ve Johnson (2022) tarafından geliştirilen Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği'nin (KDDEÖ) Türkiye örneğine uyarlanması yapılmış ve ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlilik açısından tatmin edici bulgular sergilediğini ortaya koymuştur. Yapılan analizler, ölçeğin dört faktörlü yapısının geçerliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiş ve ölçek üzerinde yapılan düzenlemeler sonucunda elde edilen modelin orijinal çalışmayla benzer sonuçlar sunduğunu göstermiştir. Bulgular, ölçeğin alt boyutları arasında ilişkiler olduğunu, özellikle duyarlılık, bilişsel destek, düşmancılık ve fiziksel mevcudiyet boyutlarının farklı şekillerde kişilerarası duygu düzenleme stratejilerini yansıttığını ve psikopatoloji, sosyal destek ile duygu düzenleme güçlükleri arasında ilişkiler bulunduğunu ortaya koymuştur. Sonuçlar, KDDEÖ'nün duygu düzenleme süreçlerinin anlaşılmasında ve kişilerarası duygu düzenleme etkileşimlerinin incelenmesinde önemli bir ölçüm aracı olarak kullanılabilceğini vurgulamaktadır.

Örneklem olarak evli bireylerle yapılan bu çalışma, başka örneklem gruplarında ya da orijinal çalışmadaki gibi hem üniversite hem de klinik bir örnekleme yapılabilir. Ölçeğin psikopatoloji ile olan ilişkilerine bakıldığında klinik bir örnekleme çalışması oldukça anlamlı olacaktır. Bu çalışma ölçeğin ilk uyarlama çalışmasıdır. Gelecekteki çalışmalar için, daha geniş bir örnekleme ölçeğin kültürel adaptasyonu konusunda daha derinlemesine inceleme yaparak, diğer dillere ve kültürlere uyarlama çalışmaları yapılması önem taşımaktadır. Kişilerarası duygu düzenleme etkileşimi stratejilerinin belirli psikopatolojik belirtileri nasıl etkilediğini anlamak için daha fazla çalışma yapılmalıdır. Farklı yaş grupları, kültürel ve sosyo-ekonomik arka planlardan gelen katılımcılarla yapılacak çalışmalar, duygu düzenleme süreçlerinin çeşitliliğini ve değişkenliğini daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır. Ayrıca bu ölçek gelecekte çiftlerle yapılabilecek çalışmalarda da farklı değişkenlerle çalışılabilir. Kişilerarası duygu düzenleme etkileşimi stratejileriyle ilişkili farklı değişkenlerin incelenmesi de önem taşımaktadır. Bu öneriler, gelecekteki araştırmaların kişilerarası duygu düzenleme süreçleri üzerine daha derinlemesine ve geniş kapsamlı bir anlayış geliştirmesine yardımcı olabilir.

Bu çalışmanın sonuçları, kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik sağlık üzerindeki önemli etkilerini vurgulamaktadır. Duyarlılık, bilişsel destek ve fiziksel mevcudiyet gibi pozitif duygu düzenleme stratejileri, bireylerin psikolojik belirti düzeylerini azaltmada etkili olabilir. Öte yandan, düşmancılık ve negatif duygu düzenleme stratejileri, artmış psikopatoloji belirtileriyle ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular, terapötik müdahalelerin geliştirilmesi ve uygulanmasında yol gösterici olabilir. Terapistler, bireyleri pozitif kişilerarası duygu düzenleme stratejilerini benimsemeye ve kullanmaya teşvik ederek, bireylerin psikolojik sağlıklarını iyileştirmelerine yardımcı olabilirler. Ayrıca, ilişkisel dinamikler ve sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesine yönelik müdahaleler, bireylerin duygu düzenleme becerilerini artırarak genel psikolojik refahlarını iyileştirebilir. Gelecek çalışmalar, bu ölçeğin klinik örneklerde ve terapi süreçlerinde kullanımının etkinliğini araştırarak, kişilerarası duygu düzenleme müdahalelerinin psikoterapi uygulamalarındaki yerini daha da belirginleştirebilir. Bu, duygu düzenleme ve kişilerarası ilişkilerin psikolojik sağlık üzerindeki etkisini daha iyi anlamamıza ve etkili müdahale stratejileri geliştirmemize olanak tanıyacaktır.

Kaynaklar

- Akın A, Çetin B (2007) Psychometric properties of the Turkish version of the depression anxiety stress scale (DASS-42) in clinical and non-clinical samples. *Curr Psychol*, 25:283-299.
- Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S (2010) Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clin Psychol Rev*, 30:217-237.
- Aldao A, Nolen-Hoeksema S (2012) When are adaptive strategies most predictive of psychopathology? *J Abnorm Psychol*, 121:276-281.
- Aggarwal CC (2017) *Outlier Analysis*. New York, Springer.
- Ata G, Alkar ÖY (2020) Kişilerarası duygu düzenleme anketi: Birlikte kara kara düşünme ve birlikte yeniden değerlendirmenin Türkçeye uyarlanması. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 4:136-150.
- Barthel AL, Hay AC, Doan S, Hofmann SG (2018) Interpersonal emotion regulation: A review of social and developmental components. *Behav Change*, 35:203-216.
- Bandura A, Walters RH (1977) *Social Learning Theory*, Vol. 1. Englewood Cliffs, Prentice Hall.
- Beckes L, Coan JA (2011) Social baseline theory: The role of social proximity in emotion and economy of action. *Soc Personal Psychol Compass*, 5:976-988.
- Butler EA (2011) Temporal interpersonal emotion systems: The "TIES" that form relationships. *Pers Soc Psychol Rev*, 15:367-393.
- Butler EA, Randall AK (2013) Emotional coregulation in close relationships. *Emot Rev*, 5:202-210.

- Büyüköztürk Ş (2016) Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Ankara, Pegem Akademi.
- Chapman A, Gratz K, Tull M (2011) The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook for Anxiety: Breaking Free from Worry, Panic, PTSD, and Other Anxiety Symptoms. Oakland, New Harbinger.
- Chan S, Rawana JS (2021) Examining the associations between interpersonal emotion regulation and psychosocial adjustment in emerging adulthood. *Cognit Ther Res*, 45:652-662.
- Coan JA, Maresh EL (2014) Social baseline theory and the social regulation of emotion, In *The Handbook of Emotion Regulation* (Eds JJ Gross):221-236. New York, Guilford Press.
- Cohen S, Wills TA (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychol Bull*, 98:310-357.
- Cohen S (2004) Social relationships and health. *Am Psychol*, 59:676-684.
- Debrot A, Schoebi D, Perrez M, Horn AB (2013) Touch as an interpersonal emotion regulation process in couples' daily lives: The mediating role of psychological intimacy. *Pers Soc Psychol Bull*, 39:1373-1385.
- Eker D, Arkar H (1995) Perceived social support: Psychometric properties of the MSPSS in normal and pathological groups in a developing country. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 30:121-126.
- Eker D (2001) Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Derg*, 12:17-25.
- Erkorkmaz Ü, Etikan İ, Demir O, Özdamar K, Sanisoğlu SY (2013) Doğrulayıcı faktör analizi ve uyum indeksleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 33:210-223.
- Feeney BC, Collins NL (2015) A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Pers Soc Psychol Rev*, 19:113-147.
- Florea RO, Pasarlu AP (2019) Interpersonal emotion regulation in romantic relationships: The mediational role of cognitive empathy. *J Soc Pers Relat*, 36:2049-2069.
- Gottman JM, Levenson RW (1986) Assessing the role of emotion in marriage. *Behav Assess. Behav Assess*, 8:31-48.
- Gökdağ C, Naldöken B (2021) Kişilerarası duygu düzenlemenin kişilik özellikleri ve psikopatoloji belirtileriyle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24:41-52.
- Gökdağ C (2021) How does interpersonal emotion regulation explain psychological distress? The roles of attachment style and social support. *Pers Individ Dif*, 176:110763.
- Gökdağ C, Sorias O, Kıran S, Ger S (2019) Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Derg*, 30:57-66.
- 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 Psychopathol Behav Assess*, 26:41-54.
- Gross JJ (1998) The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Rev Gen Psychol*, 2:271-299.
- Gross JJ, Thompson RA (2007) Emotion regulation: conceptual foundations. In *Handbook of Emotion Regulation* (Eds JJ Gross): 3-24. New York, Guilford Press.
- Hofmann SG, Carpenter JK, Curtiss J (2016) Interpersonal emotion regulation questionnaire (IERQ): Scale development and psychometric characteristics. *Cognit Ther Res*, 40:341-356.
- Hofmann, SG, Doan, SN (2018) Social self and emotions. In *The Social Foundations of Emotion: Developmental, Cultural, and Clinical Dimensions* (Eds SG Hofmann, SN Doan):23-46. Washington, American Psychological Association.
- Horn AB, Maercker A (2016) Intra- and interpersonal emotion regulation and adjustment symptoms in couples: The role of co-brooding and co-reappraisal. *BMC Psychol*, 4:51.
- House JS (1983) *Work Stress and Social Support*. Boston, Addison-Wesley.
- Kağıtçıbaşı Ç (1996) *Family and Human Development across Cultures: A View from the Other Side*. New Jersey, Lawrence Erlbaum.
- Kağıtçıbaşı Ç (2014) Kültürleşme ve aile ilişkileri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17:120-127.
- Keltner D, Gross JJ (1999) Functional accounts of emotions. *Cogn Emot*, 13:467-480.
- Kline TJ (2005) *Psychological Testing: A Practical Approach to Design and Evaluation*. London, Sage.
- Kline P. (2013) *Handbook of Psychological Testing*. Milton Park, Routledge.
- Koç MS, Aka BT, Doğruyol B, Curtiss J, Carpenter JK, Hofmann SG (2019) Psychometric properties of the Turkish version of the interpersonal emotion regulation questionnaire (IERQ). *J Psychopathol Behav Assess*, 41:294-303.
- Lakey B, Orehek E (2011) Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychol Rev*, 118:482-495.
- Levy-Gigi E, Shamay-Tsoory SG (2017) Help me if you can: Evaluating the effectiveness of interpersonal compared to intrapersonal emotion regulation in reducing distress. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 55:33-40.
- 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*, 33:335-343.
- Malkoç A, Gördesli MA, Arslan R, Çekici F, Sünbül ZA (2018) Interpersonal emotion regulation scale (IERS): Adaptation and psychometric properties in a Turkish sample. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 5:754-762.
- Marcoulides GA, Schumacker RE (2001) *New Developments and Techniques in Structural Equation Modeling*. London, Psychology Press.

- Marraquin B (2011) Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clin Psychol Rev*, 31:1276-1290.
- Mennin DS, Heimberg RG, Turk CL, Fresco DM (2007) Preliminary evidence for an emotion dysregulation model of generalized anxiety disorder. *Behav Res Ther*, 45:1285-1301.
- Myers RH, Myers RH (1990) *Classical and modern regression with applications*, Vol. 2. Belmont, Duxbury Press.
- Munro BH (2005) *Statistical Methods for Health Care Research*, Vol. 1. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins.
- Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S (2008) Rethinking rumination. *Perspect Psychol Sci*, 3:400-424.
- Ray-Yol E, Ülbe S, Temel M, Altan-Atalay A (2022) Interpersonal emotion regulation strategies: can they function differently under certain conditions? *Curr Psychol*, 41:2364-2371.
- Rugancı RN, Gençöz T (2010) The Turkish version of the difficulties in emotion regulation scale: A reliability and validity study. *J Cogn Psychother*, 24:290-308.
- Rusu PP, Bodenmann G, Kayser K (2019) Cognitive emotion regulation and positive dyadic outcomes in married couples. *J Soc Pers Relat*, 36:359-376.
- Sarason, BR, Sarason, IG, Pierce GR (1990) *Social Support: An Interactional View*. New Jersey, John Wiley & Sons.
- Sarısoy-Aksüt G, Gençöz T (2020) Psychometric properties of the interpersonal emotion regulation questionnaire (IERQ) in Turkish samples. *Curr Psychol*, 41:563-572.
- Saruhan V, Başman M, Ekşi H (2019) Kişilerarası duygu düzenleme ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19:1090-1101.
- Schermelleh-Engel K, Moosbrugger H, Müller H (2003) Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8:23-74.
- Shevlin M, Miles JNV, Davies MNO, Walker S (2000) Coefficient alpha: A useful indicator of reliability? *Pers Individ Dif*, 28:229-237.
- Swerdlow BA, Johnson SL (2022) The interpersonal regulation interaction scale (IRIS): A multistudy investigation of receivers' retrospective evaluations of interpersonal emotion regulation interactions. *Emotion*, 22:1119-1136.
- Tabachnick BG, Fidell LS (2007) *Using Multivariate Statistics*, 5th ed. London, Pearson Education.
- Tsai JL (2007) Ideal affect: Cultural causes and behavioral consequences. *Perspect Psychol Sci*, 2:242-259.
- Yılmaz V, Çelik H (2009) LISREL İle Yapısal Eşitlik Modellemesi-I: Temel Kavramlar, Uygulamalar, Programlama. Ankara, Pegem Akademi.
- Zaki J, Williams WC (2013) Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13:803-810.
- Zaki J (2020) Integrating empathy and interpersonal emotion regulation. *Annu Rev Psychol*, 71:517-540.
- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK (1988) Multidimensional scale of perceived social support. *J Pers Assess*, 52:30-41.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Not: Bu çalışma birinci yazarın "İnfertiliteye Bağlı Stresin Evlilik Doyumu ve İyi Oluş Üzerindeki Etkisinin Aktör Partner Modeli Çerçevesinde İncelenmesi: Kişilerarası Duygu düzenleme ve Çift Olarak Baş Etmenin Rolü" isimli doktora tezinin ön çalışması olarak yapılmış ve bu tezden üretilmiştir.

Bu çalışma 21. Ulusal Psikoloji Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.

Acknowledgments: This study was conducted as a preliminary study for the first author's PhD dissertation titled "Examining the Impact of Infertility-Related Stress on Marital Satisfaction and Well-Being within the Actor-Partner Model Framework: The Role of Interpersonal Emotion Regulation and Dyadic Coping as a Couple," and was derived from this dissertation.

This study was presented as an oral presentation at the 21st National Congress of Psychology.

Ek 1. Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği (Türkçe versiyonu)

Duygulara sahip olmak hayatın doğal bir parçasıdır. Biz diğer insanlarla olan etkileşimlerimizin duygularımızı nasıl etkilediğiyle ilgileniyoruz. Başka birinin varlığının, yaptığı veya söylediği bir şeyin duygularımızı yönetmenize veya daha iyi hissetmenize yardımcı olduğu zamanları hatırlayabilirsiniz. Bu diğer kişiler arasında romantik partnerler, arkadaşlar, aile üyeleri, tanıdıklar veya başka herhangi biri olabilir.

Belirgin bir biçimde, daha az veya daha fazla olumlu ya da olumsuz hissetmek istediğiniz veyahut daha az veya daha fazla sakin hissetmek istediğiniz ve başka birinin size yardım etmeye çalıştığı bir anı düşünün.

Aşağıdaki ifadelerin her birini diğer kişinin gerçekte ne yaptığına göre değerlendirin. Onlar... [1 = Bunu hiç yapmadı; 5 = Bunu çok yaptı] (veya genel olarak, karşıdaki kişinin... [1 = Bunu hiç yapmamasını; 5 = Bunu çok yapmasını] tercih ederim.)

Kişilerarası Duygu Düzenleme Etkileşim Ölçeği

1-Hiçbir zaman yapmaz, 5- Her zaman yapar

	1	2	3	4	5
1. Duygularımı onlarla paylaşmam için beni cesaretlendirdiler.					
2. Bana tavsiye verdiler.					
3. Bana karşı öfke veya düşmanlık gösterdiler.					
4. Bana karşı dürüst oldular.					
5. Durumu yeni bir bakış açısı ile görmeme yardımcı oldular.					
6. Anlayış ve ilgi ifade ettiler.					
7. Bana güldüler.					
8. Beni dinlemek için çaba sarf ettiler.					
9. Bana sahip olduğum güzel şeyleri hatırlattılar.					
10. Duygularımı görmezden geldiler veya geçersiz kıldılar.					
11. Beni yatıştırdılar veya teselli ettiler					
12. Problemi çözmeme yardım ettiler.					
13. Durumla ilgili düşüncelerim hakkında hemfikir oldular.					
14. Duygularımla ilgilendiler.					
15. Plan yapmama yardım ettiler.					
16. Fiziksel olarak yanımda olduklarını bana bildirdiler.					
17. Duygularımı anladılar					
18. Bana karşı kin ifade ettiler.					
19. Umut ışığı görmeme yardım ettiler.					
20. Duygularımı boğucu buldular.					
21. Duygusal olarak ulaşılabilir olduklarını beden dili aracılığıyla ilettiler(örneğin, göz teması, yüz ifadeleri, vücut duruşu)					
22. Duygularımı dışa vurmama izin verdiler.					
23. Duruma verdiğim tepkiyi eleştirdiler					
24. Düşüncelerini ve duygularını fiziksel temas yoluyla gösterdiler (örneğin, , bir omuz dokunuşu, bir sarılma gibi)					
25. Duygularımın anlaşılabilir veya akla yatkın olduğunu anlamama yardımcı oldular					
26. Bana çok duygusal olduğumu söylediler					
27. Duruma yönelik alternatif yorumlar yaptılar					
28. Bana sevgilerini veya olumlu kabüllerini hissettirdiler.					

Sunum

Öğeler rastgele veya yukarıda gösterilen sırayla sunulabilir.

Puanlama

Maddeler, aşağıda gösterildiği gibi alt ölçekler oluşturacak şekilde toplanır:

Duyarlılık: 1, 4, 6, 8, 11, 13, 14, 17, 22, 25, 28

Düşmancılık : 3, 7, 10, 18, 20, 23, 26

Bilişsel Destek: 2, 5, 9, 12, 15, 19, 27

Fiziksel Mevcudiyet : 16, 21, 24