(17193) Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türk Kültürüne Uyarlanması

VİLDAN SARUHAN **MÜNEVVER BAŞMAN** **HALİL EKŞİ**

ÖZET

Problem Durumu

Duygu, hayatta kalmak ve uyum sağlamak için gerekli olan özel bir bilgi işleme sürecidir (Greenberg, 2004). Duyguların temelinde, bireyleri çevrelerine yönlendiren ve bireylerin iyi oluşunu teşvik eden uyarlanabilir bir bilgi işleme süreci ve eylem hazırlığı bulunmaktadır (Frijda, 1986; Greenberg ve Paivio, 1997). Bireylerin davranışlarına yön veren duyguların bireye zarar vermemesi için duyguyu sürdürmek, duygunun bir ya da birkaç yönünü azaltmak veya duyguyu artırmak gibi süreçleri içeren duygu düzenleme yollarına başvurmak gerekmektedir. Bu süreçler ne kadar otomatik ya da ne kadar çabaya bağlı olduğuna ve ne kadar içsel ya da ne kadar dışsal olduğuna bağlı olarak farklılık gösterir (Werner ve Gross, 2010). Duygu düzenleme bireyin duygularını nasıl yaşadığını, bu duyguları nasıl ifade ettiğini ve duygularını nasıl etkilemeye çalıştığını ifade etmektedir (Gross, 1998).

Duygular, duygusal sürecin tüm aşamalarında düzenlenebilirler. Bazıları istemli bazıları istem dışı olarak çeşitli işlemlerle belli sınırlar içinde tutulabilir. Bireyler kendilerini maruz bıraktıkları durumun üstesinden gelmeye çalışarak ya da durumu gözden geçirip ilgili tepkiyi dönüştürmeye çalışarak da duygularını düzenleyebilirler. Bir diğer seçenek olarak da tepkilerini baskılayarak ya da tepkilerini daha yoğun hale getirerek duygu düzenlemesini gerçekleştirebilirler (Greenberg, 2015). Duygu düzenleme, bireylerin özellikle yoğun ve geçici özellikte olan duygusal tepkilerini gözlemlemek, değerlendirmek ve değiştirmekten sorumlu olan içsel ve dışsal süreçlerden oluşmaktadır (Thompson, 1994). Günümüz psikolojisinde duygu düzenleme üzerine yoğun çalışmalar yapılmasına rağmen, neredeyse araştırmaların çoğu özellikle duygu düzenlemenin içsel süreçlerine odaklanırken, kişilerarası duygu düzenleme süreçlerine çok fazla dikkat çekilmemiştir (Hofmann, Carpenter ve Curtiss, 2016). Sosyal faktörler duygusal bozuklukların geliştirilmesi ve sürdürülmesinde kritik öneme sahip olmakla birlikte duygu düzenlemenin günümüzdeki görünümü öncelikle kişisel süreçlerle sınırlıdır (Hofmann, 2014). Oluşan araştırma ve teori alanı, içsel ve sosyal işlevsellikte kişilerarası duygu düzenleme süreçlerinin önemini göstermiştir (Dixon-Gordon, Bernecker ve Christensen, 2015) Kişilerarası duygu düzenlemesi, kişinin duygularının kendi tarafından düzenlenme çabası olmaksızın diğerleri tarafından nasıl düzenlendiğine odaklanır. Kişilerarası duygu düzenleme özellikle anksiyete ve depresyonda olan bireyler gibi işlevsiz duygu düzenlemeye sahip bireylerle özellikle ilişkili olabilir (Hofmann ve ark., 2016). Yapılan alan yazın taramasında duygu düzenlemesinin kişilerarası süreçlerini ölçen yeterli ölçek bulunmadığı görülmektedir. Bu nedenle ilgili araştırma ile Hofmann, Carpenter ve Curtiss tarafından 2016 yılında geliştirilen geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olan Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği' nin Türk kültürüne uyarlanması amaçlanmıştır.

Araştırma Yöntemi

Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul ilinde bulunan Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi'nin farklı bölümlerinde 2016-2017 yıllarında eğitim-öğretim süreci içerisinde bulunan 256 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

20 maddeden oluşan 5'li Likert ölçeği olan Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği "olumlu etkilenmeyi artırma", "bakış açısı edinme", "sakinleştirme" ve "sosyal modelleme" olmak üzere 4 alt boyuttan oluşmakta olup, ölçek yeterli geçerliğe ve güvenirliğe sahiptir (Hofmann ve ark., 2016).

Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması yapılmadan önce ölçeği geliştirenlerden gerekli izinler alınmıştır. Ölçek İngilizce dil düzeyi ve alan bilgisi yeterli olan uzmanlar tarafından Türkçe'ye çevrilmiş, edinilen çevirilerde her bir madde için karşılaştırma yapılarak araştırmacılar tarafından ölçeğin Türkçe formu oluşturulmuştur. Türkçe form önceki çeviri sürecinde rol alan beş uzmandan bağımsız olarak üç uzman tarafından İngilizce'ye geri çevrilmiş, çeviriler karşılaştırılarak Türkçe formun son hali oluşturulmuştur. Ölçme ve Değerlendirme, Türk Dili ve Edebiyatı ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanındaki uzmanlara Türkçe form okutularak formun son hali verilmiştir.

Dilsel eşdeğerlik çalışması için ölçeğin orijinal formu ile Türkçe formu Marmara Üniversitesi İngilizce öğretmenliği 4. sınıfta öğrenim gören 33 öğrenciye 2 hafta ara ile uygulanmıştır. Orijinal formu ile Türkçe form arasındaki ilişki ve maddelerin ayırt ediciliği Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin ölçüt geçerliği sınanacaktır. Ölçeğin deneysel Türkçe formunun güvenirliğini sınamak amacı ile iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Test tekrar test çalışması için ölçek 2 hafta ara ile 55 öğrenciye tekrar uygulanmıştır.

Beklenen/Geçici Sonuçlar

Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin dil eşdeğerliliğinin sağlandığı görülmektedir (r= .84, p< .01). Ölçeğin düzeltilmiş madde toplam test korelasyonlarının .39 ile .74 arasında olduğu, dolayısıyla maddelerin yüksek ayırt ediciliğe sahip olduğu görülmektedir. Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek üzere yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin dört faktörlü yapısının .05 düzeyinde anlamlı olduğu (t>1.96, p<.05) ve hata varyanslarının sıfırdan farklı olduğu bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .52 ile 1.02 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenirliğini belirlemek için iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin toplam puanı için .91, alt boyutlar için ise .80 ile .87 arasında olduğu görülmüştür. Test-tekrar test güvenirlik katsayıları ölçeğin alt boyutları için .70 ile .79 arasında olduğu, toplam puan için ise .78 bulunmuştur (p<.01). Ölçeğin ve alt boyutların yeterli oranda güvenirliğe sahip olduğu belirtilebilir.

Anahtar kelimeler: Duygu, Duygu Düzenleme, Ölçek geliştirme

Kaynakça

Cole, P. M., Dennis, T. A., Martin, S. E., & Hall, S. E. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development. Child Development, 75(2), 317-333.

Dixon-Gordon, K. L., Bernecker, S. L., & Christensen, K. (2015). Recent innovations in the field of interpersonal emotion regulation. Current Opinion in Psychology, 3, 36–42.

Greenberg, L. S. (2004). Introduction emotion special issue. Clinical Psychology and Psychotherapy, 11, 1-2.

Greenberg, L. S. (2015). Duygu odaklı terapi: Danışanlara duygu koçluğu yapmak. (S. Balcı-Çelik, Çev.). Ankara: Nobel.

Greenberg, L.S., & Paivio, S.C. (1997). Working with the emotions in psychotherapy. New York: Guilford Press.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An ıntegrative review. Review of General Psychology, 2(3), 271-299.

Frijda, N.H. (1986). The emotions. Cambridge: Cambridge University Press.

Hofmann, S. G. (2014). Interpersonal emotion regulation model of mood and anxiety disorsers. Cognitive Therapy and Research, 38, 483-492.

Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale development and psychometric characteristics. Cognitive Therapy and Research, 40, 341-356.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59 (2/3), 25–52.

Werner, K. ve Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology. Ed., A. M. Kringand and D. M. Sloan, Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment (pp. 13-37). New York: The Guilford Press.