

Duygu Stilleri Anketi'nin Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

The Study of Reliability and Validity of the Affective Style Questionnaire in Emerging Adulthood

Fatma Selda ÖZ SOYSAL, Orkide BAKALIM

ÖZ

Duygu Stilleri Anketi, Hofmann ve Kashdan (2010) tarafından bireylerin duygu stillerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye'deki beliren yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerinin yer aldığı örneklem üzerinde Duygu Stilleri Anketi'ni Türk kültürüne uyarlayarak ve ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasını yapmaktır. Araştırmanın çalışma grubu, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde eğitim ve öğretimlerine devam eden 343 (192 kadın ve 151 erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Anketin geçerliği, dil geçerliği, yapı geçerliği, benzer ölçekler geçerliği çalışmalarıyla belirlenmiştir. Yapı geçerliği test etmek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Anketin üç faktörlü orijinal yapısı doğrulanmıştır. Benzer ölçekler geçerliği çalışması sonucunda Duygu Stilleri Anketi ve Duygu Düzenleme Anketi puanları arasında pozitif ve anlamlı korelasyon bulunmuştur. Benzer şekilde, dil geçerliği çalışmasında iki uygulama arasında da pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Ayrıca elde edilen iç tutarlılık ve test tekrar test güvenirlik katsayıları anketin güvenilirliliğini desteklemiştir. Elde edilen sonuçlar, "Duygu Stilleri Anketi"nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Duygu stilleri, Beliren yetişkinlik, Anket, Geçerlik, Güvenirlik

ABSTRACT

The Affective Style Questionnaire was developed by Hofmann ve Kashdan (2010) to determine the affective styles of individuals. The purpose of this study is to adapt "The Affective Style Questionnaire" in Turkish culture and to perform a validity and reliability study on a sample consisting of university students who are in appearing adulthood period in Turkey. The study group consisted of 343 (192 female and 151 male) students attending to various departments of the Faculty of Education at Dokuz Eylül University. The validity of the questionnaire was determined by construct validity, concurrent validity and language validity studies. Confirmatory factor analysis was performed to test construct validity. The original three-factor structure of the questionnaire has been verified. As a result of concurrent validity it was found a positive and significant correlation between the scores of The Affective Style Questionnaire and The Emotion Regulation Questionnaire. Similarly, in the language validity study, a positive and significant correlation was obtained between two applications. In addition, the internal consistency and test-retest reliability coefficients supported the reliability of the questionnaire. The results show that "The Affective Style Questionnaire" will be used as a valid and reliable measurement tool.

Keywords: Affective style, Emerging adulthood, Questionnaire, Validity, Reliability

Öz Soysal F. S., & Bakalim O., (2021). Duygu stilleri anketi'nin beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 11(1), 49-55. <https://doi.org/10.5961/jhes.2021.427>

Fatma Selda ÖZ SOYSAL (✉)

ORCID ID: 0000-0001-5406-7786

Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, PDR Ana Bilim Dalı, İzmir, Türkiye
Dokuz Eylül University, Buca Educational of Faculty, Counseling and Guidance Department, İzmir, Turkey
seldaoz.oz@gmail.com

Orkide BAKALIM

ORCID ID: 0000-0003-1726-0514

İzmir Demokrasi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Ana Bilim Dalı, İzmir, Türkiye
İzmir Democracy University, Educational of Faculty, Counseling and Guidance Department, İzmir, Turkey

Geliş Tarihi/Received : 20.05.2019

Kabul Tarihi/Accepted : 05.01.2021

GİRİŞ

İnsanlar, yaşamları boyunca olumsuz duygular deneyimleyebilirler. Ancak her insanın, olumsuz duygularla başa çıkma stilleri arasında büyük farklılıklar görülmektedir. Duygu düzenleme, bireylerin çevrelerinden gelen istekleri karşılamak amacıyla, kendi duygularını bilinçli ya da bilinçsizce değiştirdikleri süreç olarak değerlendirilmektedir (Rottenberg ve Gross, 2003). Gross'a (1998) göre duygu düzenleme, bireylerin hangi duyguların etkisi altında kaldıklarını, bu duyguları hangi zamanlarda hissettikleri ve nasıl deneyimleyerek, ne şekilde ifade ettiklerini gösteren bir süreç olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda bireylerin amaçlarına ulaşmak için geçici ve yoğun duygusal tepkilerini izlemek, değerlendirmek ve değiştirmek yönünde gerekli olan içsel ve dışsal süreçler olarak da tanımlanmaktadır (Thompson, 1994). Bu süreçler kişilerarası ilişkilerde bireylerin etkileşim içerisinde olduğu "diğerleri" dışsal, bireyin "kendisi" ise içsel süreçlerdir. (Thomson ve Meyer, 2007, s. 249-268).

Gross'un (1998) ampirik olarak doğrulanan süreç modeli, araştırmacılar tarafından bugüne kadar en çok atf yapılan modeldir (Webb, Miles ve Sheeran, 2012). Bu modelin duygu düzenleme stratejilerini öncel odaklı ve tepki odaklı olarak sınıflandırması, ruh sağlığı konusunda önemli etkilere sahiptir (Gross, 2015). Öncel odaklı duygusal düzenleme stratejileri, duygusal bir tepki vermeden önce araya girerek duyguların yönünü değiştirebilir. Tepki odaklı duygu düzenleme stratejileri ise duygusal bir tepkiden sonra etkinleşerek olumsuz duyguları azaltmadan bu duyguların ifade şeklini değiştirebilirler (Gross ve John, 2003). Buna bağlı olarak yaygın olarak bilinen iki tane duygusal düzenleme stratejisi bulunmaktadır. Bunlardan ilki ve öncel bir strateji olan bilişsel yeniden değerlendirme stratejisi, duyguları tetikleyen bir durumun etkisini hafifleten veya değiştiren bir değerlendirme stratejisidir. Diğerisi ise tepki stratejilerinden olan, dışarıya duyguları ifade etmeyi engelleyen bastırma stratejisidir (Gross ve John, 2003). Genel olarak, bilişsel yeniden değerlendirme stratejisi uyuma yönelik bir strateji olarak kabul edilirken, bastırma stratejisi ise sağlıksız bir strateji olarak kabul edilmektedir. Ancak bu durum, duygu düzenleme stratejilerinin kullanıldığı bağlama ve kültüre bağlı olarak da değişmektedir (Aldao, 2013; Gross, 2015). Örneğin, bir üniversite öğrencisinin önemli bir sınav döneminde eğlence duygularını bastırması sağlıklı bir duygu düzenleme stratejisi olarak görülmektedir. (Gruber, Mauss ve Tamir, 2011). Benzer şekilde, çok fazla yeniden değerlendirme, yaşam olaylarının ve buna bağlı olumsuz sonuçların gerçekçi olmayan olumlu yorumlarına yol açabileceğinden zararlı olabilir (Aldao, 2013). Bununla birlikte, genel olarak duygu düzenleme araştırmalarında genel örüntü, bilişsel yeniden değerlendirme stratejisinin olumlu sonuçlarla, bastırma stratejisinin ise olumsuz sonuçlarla ilişkilendirme yönündedir (Aldao, 2013; Gross, 2013).

Bireylerin, ödül ya da tehdit içeren durumlar karşısında, duyguların yoğunluğuna göre kullandıkları duygu düzenleme stratejileri çok değişmektedir (Dennis, 2007). Bu geniş bireysel tepki aralığına duygu stilleri denilmektedir (Hofmann ve diğerleri, 2012). Örneğin, bazı insanlar üzgün veya endişeli hissetmeye dayanabilirken, diğerleri bu duyguları dayanılmaz olarak değer-

lendirerek daha sonra uyumu bozan stratejileri kullanabilirler (Gross ve John, 2003).

Duygu düzenleme ve tepkilerle ilgili bireysel farklılıklar, bireylerin duygu tarzlarındaki farklılıklarla ilişkilendirilmektedir (Hofmann, Sawyer, Fang ve Asnaani, 2012). Gross'un (1998) duygu düzenleme süreç modeline göre üç farklı duygu stili bulunmaktadır. Bu duygu stilleri gizleme (concealing), ayarlama (adjusting) ve dayanmadır (tolerating) (Hofmann vd., 2012). Gizleme, tepki odaklı stratejilerden olan bastırmaya benzemektedir. Duyguların ortaya çıkmasını önlemeyi ya da kişilerarası ilişkilerde bu duygulardan kaçınmayı (örneğin, "duygusal tepkilerimi sıklıkla bastırırım") içermektedir. Ayarlama, durumlara uygun bir şekilde duyguları deneyimleme, duyguları dengeleme ve yeniden düzenleyerek duyguları ifade etmedir. Ayarlama, bir duygunun bilgi olarak algılanmasını ve bu bilgiyle belirli bir bağlamdaki uygun tepki vermek için kullanma yeteneğini yansıtır. Bu, yalnızca bilişsel yeniden değerlendirmeyi değil aynı zamanda duyguları gerektiği gibi başarılı bir şekilde dengelemeye yardımcı olan diğer stratejileri de içerir (örn, "kötü bir ruh hâlden çok hızlı bir şekilde kurtulabilirim"). Dayanma ise güçlü ve yoğun duyguları savunmaya geçmeden kabul etme olarak değerlendirilmektedir. Dayanma, yaşanan bir duygunun başka olumsuz duygulara ve üzüntüye sebep olsa bile bu duyguya hiçbir şekilde kısıtlama getirmeden hissedilmesi anlamına gelmektedir (örn,, insanlar beni üzüyorsa sorun değil).

Gelişim bilimi, duygu düzenlemenin hem uyumlu hem de uyumsuz davranışlarının olasılığını arttıracak temel bir beceri olduğu düşünülmektedir. Araştırmalar, beliren yetişkinliği duygu düzenleme becerilerinin gelişimi için önemli bir dönem olduğunu göstermiştir (Brewer, Zahniser ve Conley, 2016). Arnett'e (2007) göre beliren yetişkinlik sorunsuz bir dönem değil, yeni ve zorlayıcı gelişimsel görevlerle birlikte uzun süren duygusal güvensizlik zamanı olarak da algılanmaktadır (Roisman, Masten, Coatsworth ve Tellegen, 2004). Bununla birlikte, ruh sağlığı problemlerinin ortaya çıkmasında kritik bir dönem olduğu da bilinmektedir (de Girolamo, Dagani, Purcell, Cocchi ve McGorry, 2012). Örneğin, yalnızlık (Rokach, 2000), depresyon (Eshbaugh, 2008), riskli davranışlar (Huggins ve Rooney ve Chronis-Tuscano, 2015), aşırı alkol tüketimi (Byrd, 2016) ve intihar (Furr, Westefeld, McConnell ve Jenkins, 2001) gibi sorunlar bu süreçte ortaya çıkabilmektedir. Bununla birlikte beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler, öfke ve korku duygularını düzenlemede orta yetişkinlik dönemindeki bireylerle karşılaştırıldığında daha fazla zorluk yaşamaktadırlar (Zimmerman ve Iwanski, 2014).

Bu dönem aynı zamanda yaşam sürecinde olumlu değişimler için bir fırsat penceresi olarak da tanımlanmaktadır (O'Connor, Sanson, Hawkins, Letcher, Toumbourou, Smart, Olsson, 2011; Schulenberg, Sameroff ve Cicchetti, 2004). Dolayısıyla bu durumda beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin bu duygusal süreçleri nasıl algıladıkları önem kazanmaktadır. Bu nedenle, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin duygu stillerinin ve duygu düzenlemesinin incelenmesi, bireylerin iyi oluşlarına büyük ölçüde etkili olacağı için önemlidir (Brewer, Zahniser ve Conley, 2016).

Hofmann ve Kashdan (2010) “Duygu Stilleri Anketini” geliştirmişlerdir.” Duygu Stilleri Anketi”, öfke, üzüntü ve korku gibi duyguların özel düzenlemesine odaklanmaktadır. Aynı zamanda uyumlu, uyumsuz ve dışsal duygu düzenleme stratejisi arasında ayırım yapabilmektedir (Grob ve Smolenski, 2005). Bununla birlikte, duygu stilleri sadece duygulara özgü değildir, durumlarla ilgili olumsuz duyguları düzenlemeye alışkanlığı olarak da görülmektedir. Anketin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını Amerika Birleşik Devletleri’nde lisans düzeyinde eğitim gören öğrencilerle iki ayrı çalışma şeklinde yürütülmüştür. Araştırma sonuçları ölçeğin mükemmel düzeyde ayırt edici geçerliği ve güvenilirliği olduğunu göstermektedir (Hofmann ve Kashdan, 2010). Aynı zamanda ergenlerle yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonuçları anketin ergenler üzerinde de kullanılabilir bir ölçme aracı olduğu göstermektedir (Lougheed ve Hollenstein, 2012). Duygu Stilleri Anketi, Almanca’ya, Japonca’ya ve Çince’ye uyarlanmıştır. Almanca ve Çince uyarlama çalışmalarında orijinal faktör yapısı ile uyumlu psikometrik özellikler belirlenmiştir (Graser Bohn, Kelava, Schreiber ve Hofmann, 2012; Wang, Xu, Fu, Yu, Sun, He ve Hofmann, 2019). Japonca’ya uyarlama çalışmasında ise orijinal ankette yer alan üç faktöre (gizleme, ayarlama ve dayanma) ek bir faktör daha belirlenmiştir (Ito ve Hofmann, 2014). Araştırmacılar bu dördüncü faktörü “bekleme” (holding) olarak isimlendirmişlerdir. Bu faktörün, duygularını kontrol altında tutma yeteneğini yansıttığını öne sürmüşlerdir (Ito ve Hofmann, 2014)

Duygu Stilleri Anketi, Türkçe’ye ilk kez Kesen (2014) tarafından doktora tez çalışmasında uyarlanmıştır. Uyarlama çalışması, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Mühendislik Fakültesinden 17 ile 34 yaş aralığında bireylerle yürütülmüştür. Anketin geçerliği doğrulayıcı faktör analizi ile yapılmış ve Türk kültüründe doğrulanmıştır. Anketin iç-tutarlık güvenilirliği Cronbach alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Bu değerler sırasıyla “Ayarlama” için 0.72, “Gizleme” için 0.75, “Dayanma” için 0.50 ve anketin toplamı için 0.77 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada dayanma alt boyutunun diğer alt boyutlara göre düşük olmasının nedeni madde sayısının az olmasına olarak değerlendirilmiştir. Anketin ölçüt geçerliliğini, Watson ve diğ. (1988) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması Gençöz (2000) tarafından yapılan “Pozitif Duygu Ölçeği” ile Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Köker (1991) ve Yetim (1991) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Duygu Stilleri Anketi’nden aldıkları puanlar ile “Pozitif Negatif Duygu Ölçeği”nin “Pozitif” alt boyutu arasında “Gizleme” alt boyutunda ($r = 0.16, p < .001$), “Ayarlama” alt boyutunda ($r = 0.32, p < .001$), “Dayanma” alt boyutunda ($r = 0.11, p < .05$) anlamlı iken “Negatif” boyutunun “Ayarlama” alt boyutu ile ($r = -0.27, p < .001$) negatif yönde ilişkiler belirlenmiştir. “Yaşam Doyumu Ölçeği” nin “Ayarlama” alt boyutu ($r = 0.31, p < .001$) ile pozitif bir ilişki belirlenmiştir (Kesen, 2014).

Duygu Stilleri Anketi, Bingöl (2017) tarafından yapılan yüksek lisans tez çalışmasında kullanılmıştır. Araştırmada, duygu stilleri ve duygusal zekalarının yordayıcısı olarak bağlanma stillerinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin, duygu stilleri

ve duygusal zekânın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bu araştırmanın amacı, Hofmann ve Kashdan (2010) tarafından geliştirilmiş olan “Duygu Stilleri Anketi”ni Türk kültürüne yeniden uyarlamak ve geçerlik güvenilirlik çalışmasını yapmaktır. Kesen (2014) tarafından yapılan ilk uyarlama çalışmasında 17-34 yaş aralığında olan bireylerle yapılmıştır. Bu çalışmada ise sadece beliren yetişkinlik döneminde olan ve yaş aralığı 18 ile 25 arasında olan bireyler araştırmaya dahil edilmiştir. Ayrıca ilk uyarlama çalışmasında ölçüt geceliği “Pozitif Negatif Duygu Ölçeği” ile “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Orijinal anketin geliştirilme çalışmasında, anketin ölçüt geçerliği “Duygu Düzenleme Anketi” ile incelenmiştir. Bu çalışmada da ölçüt geçerlik çalışması kapsamında bu anket uygulanmıştır. Ayrıca bu araştırmadan, “Duygu Stilleri Anketi”nin psikometrik özellikleriyle ilgili daha fazla bilgi elde ederek ve beliren yetişkinlik döneminde olan bireylerin duygu stillerini anlamaya yönelik bir ölçme aracını kazandırarak alanyazına katkı vermesi beklenmektedir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcıları, 2018-2019 akademik yılında Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi çeşitli bölümlerinden eğitim ve öğretimlerine devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında yer almaktadır. 192 (%56) kadın ($\bar{X} = 21.8, SD = 1.7$) ve 151 (%44) ($\bar{X} = 21.9, SD = 1.7$) erkek olmak üzere toplam 343 (Genel $\bar{X} = 21.9, SD = 1.7$) öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Duygu Stilleri Anketi (DSA): Hofmann ve Kashdan (2010) tarafından geliştirilen anket, bireylerin duygu stillerini ölçmektedir. Anketin geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Amerika Birleşik Devletleri’nde lisans düzeyinde eğitim gören öğrencilerle iki ayrı çalışma olarak yürütülmüştür. Araştırma sonuçları anketin mükemmel düzeyde ayırt edici geçerliği ve güvenilirliği olduğunu göstermektedir (Hofmann ve Kashdan, 2010). Toplam 20 maddeden oluşan ve maddeleri 1 (Benim için hiç doğru değil), 5 (Benim için tamamen doğru) arasında puanlanan likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin 3 faktör yapısı bulunmaktadır. Faktör 1, gizleme (8 madde), Faktör 2, ayarlama (7 madde) ve Faktör 3 ise dayanmadır (5 madde) (Hofmann vd., 2012). Gizleme, duyguların ortaya çıkmasını önlemeyi ya da bu duygulardan kaçınmayı içermektedir. Ayarlama, durumlara uygun bir şekilde duyguları deneyimleme, duyguları dengeleme ve yeniden düzenleyerek duyguları ifade etmektir. Dayanma ise güçlü ve yoğun duyguları savunmaya geçmeden kabul etme olarak değerlendirilmektedir. Faktör analizi sonuçlarına göre ölçek maddelerinin faktör yükleri sırasıyla, 1. madde için 0.64, 2. madde için 0.66, 3. madde için 0.78, 4. madde için 0.77, 5. madde için 0.76, 6. madde için 0.73, 7. madde için 0.58, 8. madde için 0.58, 9. madde için 0.62, 10. madde için 0.65, 11. madde için 0.60, 12. madde için 0.72, 13. madde için 0.69, 14. madde için 0.63, 15. madde için 0.77, 16. madde için 0.72, 17. madde için 0.61, 18. madde için 0.63, 19. madde için 0.53, 20. madde için 0.74 olarak belirlen-

miştir. Anketin iç tutarlılık katsayısı gizleme için 0.84, ayarlama için 0.82, dayanma için 0.68, toplam anket için 0.61'dir.

Duygu Düzenleme Anketi: Gross ve John (2003) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Anketi, duygu düzenlemede bilişsel yeniden değerlendirme stratejilerinin ya da duygularının ortaya çıkmasını baskılamaya yönelik stratejilerinin hangisinin kullanıldığını görmek amaçlanmaktadır. Toplam 10 maddeden oluşan, 1 (Kesinlikle katılmıyorum), 7 (Kesinlikle katılıyorum) arasında puanlanan likert tipi ölçektir. Duygu Düzenleme Anketi, bilişsel yeniden değerlendirme (6 madde) ve bastırma (4 madde) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Duygu Düzenleme Anketi, Totan (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Anketin tümü için iç tutarlılık bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu için 0.78, baskılama alt boyutu için 0.71 katsayısı ve toplam anket için .83 olarak belirlenmiştir.

İşlem

İlk olarak anketin Türk kültürüne uyarlama çalışmasının yapılması için anketi geliştiren araştırmacılardan izin istenmiştir. Ardından anket, araştırmacılarca Türkçeye çevrilmiştir. Elde edilen çeviriler kendi anadilini ve İngilizce'yi etkili kullanabilen Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından en az doktor unvanı olan dört öğretim üyesi yeniden incelenmiştir. Geri bildirimleri sonrasında anket maddeleri yeniden düzenlenmiştir. Anketin yeniden değerlendirilmesi için, öğretim üyelerine tekrar iletilmiştir. Öğretim üyelerinin, ankete yönelik son incelemeleri ve maddelere yönelik fikir birliklerine dikkat edilerek anketin son şekli oluşturulmuştur. Duygu Stilleri Anketi'nin dil geçerliğini araştırmak amacıyla Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, İngilizce öğretmenliği 4. sınıf öğrencisi olan 65 kişiden oluşan bir gruba hem Türkçe formu hem de orijinal formu 2 hafta arayla verilmiştir. Ayrıca, anketin güvenilirliği test-tekrar güvenilirliğini incelemek için, 120 kişiden oluşan bir başka gruba üç hafta arayla yeniden uygulanmıştır. Öğrencilerin anketi cevaplamaları yaklaşık olarak 10-15 dakika tutmuştur. Araştırmacıların her ikisi de uygulamaları yürütülmüştür.

Verilerin Analizi

Duygu Stilleri Anketi'nin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlik analizlerini incelemek amacıyla anketlerden sağlanan veriler, SPSS 23.0 programına geçirilmiştir. Anketin yapı geçerliğini

incelemek için de Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. DFA analizi için Lisrel 8.7 paket programından yararlanılmıştır. Anketin, güvenilirlik analizi için, ölçeğin toplam puanının ve alt boyutlarının Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach alfa katsayıları SPSS 23. 0 istatistik paket programında hesaplanmıştır.

Bulgular

Duygu Stilleri Anketi'nin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin analizlerden önce verilerin dağılımına ilişkin normallik testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde Duygu Stilleri Anketi'nin gizleme ($p>0.05$), ayarlama ($p>0.05$), ve dayanma ($p>0.05$), alt boyutları puanları ile toplam anket puanının ($p>0.05$), normal dağıldığı görülmektedir. Bu durumda normallik varsayımını karşıladığı düşünülmektedir.

Dil Geçerliği

Araştırmada Duygu Stilleri Anketi'nin dil geçerliğini incelemek amacıyla Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, İngilizce öğretmenliği 4. sınıf öğrencilerinden 65 kişiden oluşan bir gruba anketin orijinal formu ve Türkçe'ye uyarlanmış formu 15 günlük aralıklarla verilmiştir. İki çalışma sonuçlarından ortaya çıkan korelasyon katsayısı 0.80'tür ($p<0.05$). Bu durumda anketin uyarlanmış formuyla orijinal formunun benzer yapıyı ölçtüğü sonucuna varılmıştır.

Yapı Geçerliği

Hofmann ve Kashdan'ın (2010) geliştirdiği orijinal anket üç boyutludur. Bu araştırmanın amaçlarından ilki, üç boyutlu orijinal yapının Türkçe formundaki yapı geçerliğini test etmektir. Bu amaçla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmış ve orijinal üç boyutlu yapı incelenmiştir. Anketin, üç boyutlu yapısına yönelik model veri uyumunu belirten indeksler Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2'te verilen uyum indekslerinden ki-kare (χ^2/df) 2 ve 4 arasında olması modelin kabul edilebilir uyum gösterdiğini (Haigh, Moore, Kashdan, ve Fresco, 2011) kanıtlamaktadır. Bu durum, Duygu Stilleri Anketi'nin üç boyutlu yapısına yönelik bulunan ki-kare değeri ($\chi^2/sd=$, $p<0.05$), modelin iyi uyum gösterdiğinin işaretidir. Uyum indekslerinden NFI'nın, CFI'nın,

Tablo 1: Duygu stilleri anketi'nin alt boyut puanlarına ve toplam puanlarına yönelik normallik testi

Boyutlar	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	P
Gizleme	0.043	343	0.09*	0.996	343	0.446*
Ayarlama	0.050	343	0.08*	0.994	343	0.376*
Dayanma	0.042	343	0.08*	0.998	343	0.178*
Duygu Stilleri Anketi Toplam Puan	0.045	343	0.09*	0.996	343	0.06*

$p>.05$

Tablo 2: Duygu Stilleri Anketi Uyum İyiliği Testlerine Yönelik Değerler

χ^2	df	χ^2/df	NFI	CFI	IFI	AGFI	GFI	RMSEA
452.52	148	3.05	0.85	0.89	0.90	0.84	0.87	0.08

IFI'nin, AGFI'nin ve GFI'nin 0.90'dan küçük ya da eşit değere sahip olması da kabul edilebilir uyum düzeyi olduğunun kanıtıdır. RMSEA indekslerinin de 0.05'ten küçük veya eşit değeri iyi uyumu, 0.05 ile 0.10 arasında bulunması ise kabul edilebilir uyumu (Munro, 2005, s.351-76; Şimşek, 2007, s.4-22; Wang ve Wang, 2012, s.5-9.) göstermektedir. Elde edilen bu değerler doğrultusunda, DSA'nin üç boyutlu yapısına yönelik değerlerin NFI (0.85), CFI (0.89), IFI (0.90), AGFI (0.84), GFI (.0.87), RMSEA (0.08) indekslerine göre kabul edilebilir düzeyde uyum olduğunu göstermektedir. Duygu Stilleri Anketi'nin geçerlik araştırması için yapılan doğrulayıcı faktör analizine yönelik diyagram Şekil 1'de gösterilmektedir.

Benzer Ölçekler Geçerliliği

Anketin benzer ölçek geçerliliğini belirlemek için Gross ve John'un (2003) geliştirmiş olduğu, Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Totan (2015) tarafından yapılan "Duygu Düzenleme Anketi" ölçüt olarak alınmıştır. Duygu stilleri anketinin alt boyutu olan gizleme ile duygu düzenleme anketinin alt boyutu olan bastırma arasında olan ilişki Pearson çarpım moment korelasyon katsayısı ile hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular sırasıyla; gizleme alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.86$, gizleme alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.63$, ayarlama alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.25$, ayarlama alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.76$, dayanma alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.85$, dayanma alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.48$, duygu stilleri anketi toplam puanı ile duygu düzenleme anketi toplam puanı arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.65$ olarak belirlenmiştir.

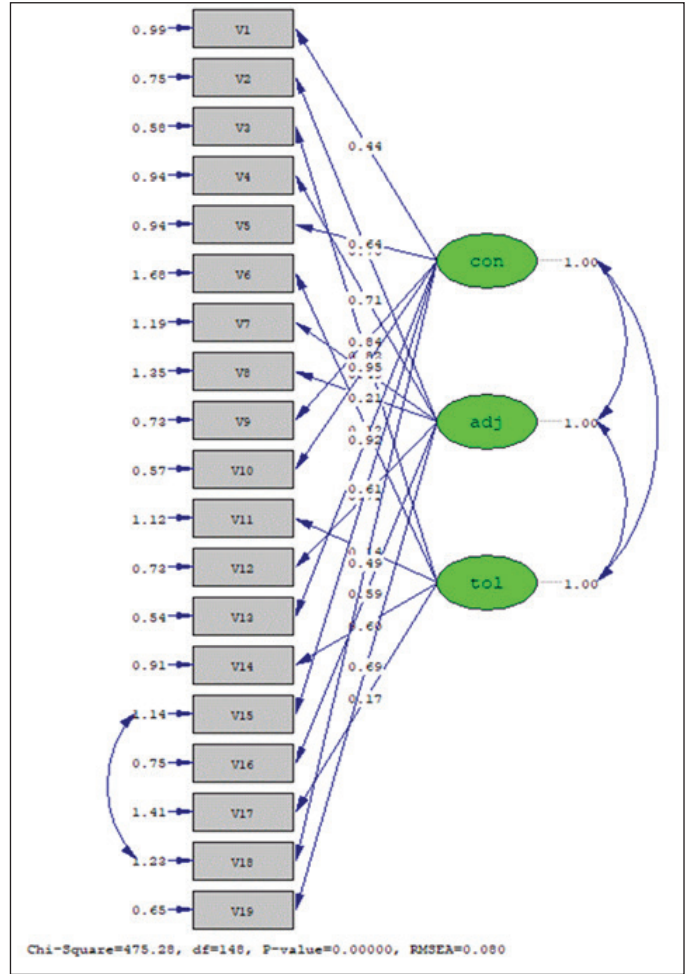
Duygu Stilleri Anketi'nin Güvenirliği

Bu çalışmada Duygu Stilleri Anketi'nin güvenirliliğine, Test-tekrar ve Cronbach alfa iç-tutarlılık kestirme metoduyla incelenmiştir. Bu amaçla, anket 120 kişilik bir gruba uygun şartlar yerine getirilerek 21 günlük aralarla uygulanmış ve test-tekrar güvenirlilik katsayısı 0.78 ($p < 0.05$) olarak hesaplanmıştır. Anketin, iç-tutarlılık kestirme metoduna göre elde edilen Cronbach alfa güvenirlilik katsayısı toplam puan iç tutarlılık katsayısı 0.80, gizleme alt ölçeği için 0.79 ayarlama alt ölçeği için 0.76, dayanma alt ölçeği için 0.72 olarak hesaplanmıştır.

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı, Hofmann ve Kashdan'ın (2010) geliştirdiği "Duygu Stilleri Anketi"nin (DSA) Türkçe'ye uyarlamak ve geçerlik ve güvenirlilik incelemesini yapmaktır. Bu amaca yönelik olarak Duygu Stilleri Anketi'nin geçerliliği; yapı geçerliliği, benzer ölçekler geçerliliği ve dil geçerliliği çalışmalarıyla araştırılmıştır. Anketin güvenirliliği ise iç tutarlılık ve test tekrar test güvenirlilik katsayılarının hesaplanmasıyla incelenmiştir.

Anketin yapı geçerliliği incelemek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılmıştır. Bu analiz sonuçları, kabul edilebilir düzeylerde model-veri uyum indekslerinin olduğunu göstermektedir. Diğer yandan yapılan DFA ile anketin üç faktörlü orijinal yapısı,



Şekil 1: Duygu stilleri anketi path diyagramı.

Türk üniversite öğrencilerinden elde edilen verilerle doğrulanmıştır. Anketin, dil geçerliliğini belirlemek amacıyla yapılan iki çalışmadan belirlenen katsayının 0.80 olduğu görülmüştür. Edinilen bu sonuç, anketin uyarlanmış formuyla orijinal formunun aynı yapıyı ölçtüğünü göstermektedir. Aynı zamanda, "Duygu Düzenleme Anketi" ölçüt alınmış ve benzer ölçekler geçerliliği uygulanmıştır. İki anket arasında var olan korelasyon katsayıları, gizleme alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.86$, gizleme alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.63$, ayarlama alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.25$, ayarlama alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.76$, dayanma alt boyutu ile bastırma alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.85$, dayanma alt boyutu ile bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.48$, duygu stilleri anketi toplam puanı ile duygu düzenleme anketi toplam puanı arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.65$ olarak belirlenmiştir. Elde edilen bu bulgular doğrultusunda gizleme ve bastırma, ayarlama ve bilişsel yeniden değerlendirme, dayanma ve bastırma alt boyutları arasında pozitif doğrultuda bir ilişkinin olduğu düşünülmektedir.

Toplam 20 maddeden oluşan Duygu Stilleri Anketi'nin iç tutarlık katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Anketin iç-tutarlılık katsayısı toplam puan iç tutarlık katsayısı 0.80, gizleme alt boyutu için 0.79 ayarlama alt boyutu için 0.76, dayanma alt boyutu için 0.72 hesaplanmıştır. Edinilen bu bulgular, daha önceden Kesen (2014) tarafından yapılan ölçeğin uyarlama çalışmasından elde edilen güvenilirlik katsayıları (anketin toplamı için 0.77, gizleme için 0.75, ayarlama için 0.72, dayanma için 0.50) ile karşılaştırıldığında, bu çalışmada anketin hem toplamının hem de alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları daha yüksek olduğu görülmektedir. Diğer yandan test tekrar test incelemesi sonucunda elde edilen 0.78 korelasyon katsayısının anketin güvenilirliğine dair başka işareti olarak görülmüştür.

Bulgular, Türkiye'de beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin orijinal anketin geliştirildiği ABD'de (Hofmann ve Kashdan, 2010) ile uyarlama çalışmalarının yapıldığı Almanya (Graser vd., 2012) ve Çin'de (Wang vd., 2019) olduğu gibi benzer duygu stillerine (gizleme, ayarlama ve dayanma) sahip olduğunu göstermiştir. Buna karşın Japon kültüründe gerçekleştirilen uyarlama çalışmasında bekleme (holding) olarak adlandırılan bir boyut daha bulunmuştur (Ito ve Hofmann, 2014). Japonya'da bekleme olarak adlandırılan duygu stili, duygularını kontrol altında tutuma yeteneği olarak tanımlanmıştır (Ito ve Hofmann, 2014). Duygu stillerin anketinin kollektivist kültüre sahip olan Çin'de yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının sonuçları orijinal anket çalışması ile benzerlik göstermesine rağmen aynı kültüre sahip Japonya'da ek bir faktörün daha bulunmuş olması, Japonların kendilerine özgü duygu stillerinin olduğunu düşündürmektedir. Ayrıca Duygu Stilleri Anketi'nin Japonca uyarlama çalışmasında anketin alt boyutları ile uyuma yönelik olan ve uyumu bozan duygu düzenlemeyle aralarındaki ilişkileri incelenmiştir. Ayarlama, bekleme, dayanma ve bilişsel yeniden değerlendirilmenin depresyon ve anksiyeteye negatif yönde bir ilişkinin olduğunu, bastırmanın ise depresyonla pozitif yönde bir ilişkisinin olduğunu belirtmişlerdir (Ito ve Hofmann, 2014). Duygu stilleri, ruh sağlığı bozukluklarının sürdürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Hofmann vd., 2012). Bu nedenle ölçeğin klinik uygulamalarda kullanılması için klinik olarak tanı almış bireylerle de geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılmasına gereksinim duyulmaktadır.

Bu çalışmada Duygu Stilleri Anketi'nin bazı psikometrik özellikleri incelenmiş, elde edilen bulgular aracın geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir. Fakat, bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. Araştırmanın çalışma grubu Türkiye'nin batısında bulunan bir üniversitede eğitim ve öğretimine devam eden öğrencilerinden oluşmaktadır. İleride yapılacak araştırmaların farklı bölgelerde yaşayan ve farklı gelişimsel dönemlerde olan bireylerle yapılması anketle ilgili daha fazla bilgi edinmemize katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155–172. doi.org/10.1177/1745691612459518.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469.

Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. (First edition). (s.87-88). Oxford University Press: New York.

Arnett, J. J. (2007) Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1 (2), 68-73. doi: 10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x.

Bingöl, D. (2017). *Duygu stilleri ve duygusal zekanın yordayıcısı olarak bağlanma stilleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Brewer, S. K., Zahniser, E., & Conley, C. S. (2016). Longitudinal impacts of emotion regulation on emerging adults: Variable- and person-centered approaches. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 47, 1-12. doi.org/10.1016/j.appdev.2016.09.002

Byrd, K. M. (2016). Binge drinking in and out of college: An examination of social control and differential association on binge drinking behaviors between college students and their non-college peers. *Sociological Spectrum*, 36(4), 191-207. doi.org/10.1080/02732173.2016.1155516

Conley, C. S., Kirsch, A. C., Dickson, D. A., & Bryant, F. B. (2014). Negotiating the transition to college: Developmental trajectories and gender differences in psychological functioning, cognitive-affective strategies, and social well-being. *Emerging Adulthood*, 2, 195–210. doi.org/10.1177/2167696814521808.

de Girolamo G1, Dagani J, Purcell R, Cocchi A ve McGorry PD. (2012). Age of onset of mental disorders and use of mental health services: needs, opportunities and obstacles. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 21(1), 47-57. doi: 10.1017/S2045796011000746

Dennis, T. A. (2007). Interactions between emotion regulation strategies and affective style: Implications for trait anxiety versus depressed mood. *Motivation and Emotion*, 31, 200–207

Eshbaugh, E. M. (2008). Brief report: Gender, social support, and loneliness among residence hall students. *The Journal of College and University Student Housing*, 35(2), 24-33.

Furr, S. R., Westefeld, J. S., McConnell, G. N., & Jenkins, J. M. (2001). Suicide and depression among college students: A decade later. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32(1), 97. doi.org/10.1037/0735-7028.32.1.97

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271.

Graser, J., Bohn, C., Kelava, A., Schreiber, F., Hofmann, S. G., & Stangier, U. (2012). Der "Affective Style Questionnaire (ASQ)": Deutsche adaption und validitäten. *Diagnostica*, 58(2), 100–111. doi.org/10.1026/0012-1924/a000056

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781.

Grob, A., & Smolenski, C. (2005). Fragebogen zur erhebung der emotionsregulation bei Kindern und Jugendlichen (FEEL-KJ). Bern: Huber Verlag

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348.

- Gruber, J., Mauss, I. B., & Tamir, M. (2011). A dark side of happiness? How, when, and why happiness is not always good. *Perspectives on Psychological Science*, 6(3), 222–233. doi.org/10.1177/1745691611406927.
- Haigh, E. A. P., Moore, M. T., Kashdan, T. B., & Fresco, D. M. (2011). Examination of the factor structure and concurrent validity of the Langer Mindfulness/Mindlessness Scale. *Assessment*, 18(1), 11-26.
- Hofmann, S. G., & Kashdan, T. B. (2010). The affective style questionnaire: Development and psychometric properties. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(2), 255–263. doi.org/10.1007/s10862-009-9142-4
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Fang, A., & Asnaani, A. (2012). Emotion dysregulation model of mood and anxiety disorders. *Depression and Anxiety*, 29(5), 409–416. doi.org/10.1002/da.21888
- Huggins, S. P., Rooney, M. E., & Chronis-Tuscano, A. (2015). Risky sexual behavior among college students with ADHD: Is the mother-child relationship protective? *Journal of Attention Disorders*, 19(3), 240-250.
- Ito, M., & Hofmann, S. G. (2014). Culture and affect: The factor structure of the affective style questionnaire and its relation with depression and anxiety among Japanese. *BMC Research Notes*, 7(1), 590. doi.org/10.1186/1756-0500-7-590
- Kesen, N. F. (2014). *Üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin beş faktör kişilik özellikleri depresyon, anksiyete ve strese göre incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Lougheed, J. P., & Hollenstein, T. (2012). A limited repertoire of emotion regulation strategies is associated with internalizing problems in adolescence. *Social Development*, 21(4), 704–721. doi.org/10.1111/j.1467-9507.2012.00663.x
- Munro, B. H. (2005). *Statistical methods for health care research* (s.351-76). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- O'Connor, M., Sanson, A., Hawkins, M. T., Letcher, P., Toumbourou, J. W., Smart, D., & Olsson, C. A. (2011). Predictors of positive development in emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 860–874. doi.org/10.1007/s10964-010-9593-7.
- Rokach, A. (2000). Loneliness and the life cycle. *Psychological Reports*, 86, 629-642. doi.org/10.2466/pr0.2000.86.2.629
- Roisman, G. I., Masten, A. S., Coatsworth, D. J., & Tellegen, A. (2004). Salient and emerging developmental tasks in the transition to adulthood. *Child Development* 75(1), 123-33 doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00658.x
- Rottenberg, J., & Gross, J. 2003. When emotion goes wrong: realizing the promise of affective science. *Clin. Psychol. Sci. Pract.* 10, 227–232 .doi.org/10.1093/ clipsy.bpg012.
- Schulenberg, J. E., Sameroff, A. J., & Cicchetti, D. (2004). The transition to adulthood as a critical juncture in the course of psychopathology and mental health. *Development and Psychopathology*, 16(4), 799–806. doi.org/10.1017/S0954579404040015.
- Şimşek, F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş, temel ilkeler ve LISREL Uygulamaları* (s. 4-22). Ankara: Ekinoks.
- 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. doi.org/10.2307/1166137.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. in J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (s. 249-268). New York, NY,US: The Guilford Press.
- Totan, T. (2015). Duygu düzenlenme anketi Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 153-161.
- Wang, J., Xu, W., Fu, Z., Yu, W., Sun, L, He, J., & Hofmann (2019). Psychometric properties of the Chinese version of the affective style questionnaire and its role as a moderator of the relationship between stress and negative affect. *Journal of Health Psychology*, 24(5), 613–622. doi: 10.1177/1359105316679722
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling: Applications using mplus: Methods and applications* (s.5-9). West Sussex: John Wiley & Sons.
- Whiteman, S. D., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2011). Family relationships from adolescence to early adulthood: Changes in the family system following firstborns' leaving home. *Journal of Research of Adolescent*, 21(2), 461-474. doi: 10.1111/j.1532-7795.2010.00683.x
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182–194
- Zupancic, M., Komidar, L., & Puklek Levpuscek, M. (2014). Individuation in Slovene emerging adults: Its associations with demographics, transitional markers, achieved criteria for adulthood, and life satisfaction. *Journal of Adolescence*, 37(8), 1421-1433. doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.03.014.