

Araştırma Makalesi

Duygu Düzenleme ve Koronavirüs Kaygısı: Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Nazif Kutay ERDEN¹ , Ayşe Berna SARI ARASIL^{2*} ¹ Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara, Türkiye² Antalya Bilim Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Antalya, Türkiye

Makale Bilgisi

Öz

Anahtar
kelimeler:duygu düzenleme,
koronavirüs
kaygısı,
algılanan sosyal
destek,
COVID-19
küresel salgını,
aracı değişken,
iletişim

COVID-19 virüsü tüm dünyayı hızla etkisi altına almıştır. Dünya çapında çeşitli karantinalar uygulanmış, insanların zorunlu durumlar haricinde evlerinden çıkmamaları, maske ve mesafe kavramlarına dikkat etmeleri için kesin kurallar konulmuştur. Alışlagelmiş davranış dinamiklerinin dışına çıkmak zorunda kalan bireylerde çeşitli duygu ve davranış değişiklikleri görülebilir. Dolayısıyla COVID-19 küresel salgını yalnızca fiziksel iyi oluş için değil mental iyi oluş için de bir risk faktörü oluşturabilir. Salgın sürecinde çeşitli beklenmedik durumlarla karşılaşan veya pandemiyi seyrini basından takip eden birçok kişinin koronavirüs kaygısı yaşadıkları gözlemlenmiştir. Duygu düzenleme becerilerinin genel kaygı hususunda olduğu gibi koronavirüs kaygısı için de koruyucu bir faktör olabileceği düşünülmektedir. Bu çerçevede duygu düzenleme konusunda yaşanan sıkıntılar da yüksek koronavirüs kaygısı ile ilişkilendirilebilir. Bununla birlikte COVID-19 salgınının yayılmasına karşı alınması gereken önlemler sebebiyle tecrübe edilen sosyal izolasyon, mental iyi oluş için önem teşkil eden algılanan sosyal desteği azaltma potansiyeline de sahiptir. Algılanan sosyal destek ise duygu düzenleme ve kaygı ile olan yakın ilişkisi sebebiyle bu iki değişken arasında aracı rol oynayan faktörlerden biri olarak karşımıza çıkabilir. Bu çalışmada duygu düzenleme ve koronavirüs kaygısı arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolü incelenmiştir. Bu amaçla 282 gönüllü yetişkin çevrimiçi ortamda duygu düzenleme, koronavirüs kaygısı ve algılanan sosyal destek ölçeklerini doldurmuşlardır. Bulgulara göre duygu düzenlemede güçlükler (alt boyutları da dahil olmak üzere) ile koronavirüs kaygısı arasında pozitif bir ilişki vardır ve algılanan sosyal destek bu ilişkiye aracılık etmektedir. Ancak koronavirüs kaygısı-duygu düzenlemede güçlükler ilişkisi algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu durumlarda daha güçlü olarak karşımıza çıkmaktadır. Sonuçlar var olan literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Abstract

Keywords:

emotion regulation,
coronavirus
anxiety,
perceived social
support,
COVID-19
pandemic,
moderation,
communication

COVID-19 pandemic has influenced the whole world rapidly. Due to serious preventive measures, many people had to change their everyday routines which may have an influence on their behavioral and emotional states. Hence, the pandemic has been a threat not only to physical health but also to mental health. During the pandemic people who had seen or experienced the adverse effects of the pandemic might have been suffering from coronavirus anxiety. Emotion regulation skills can function as a protective factor against anxiety while difficulties in emotion regulation may be related to elevated coronavirus anxiety. Preventive measures of the pandemic also reduced social contact, which may, in turn, reduce perceived social support. Due to close links with both emotion regulation and anxiety, perceived social support may be a mechanism moderating the relationship between emotion regulation and coronavirus anxiety. The current study sought to assess this moderation model. To this aim, we recruited 282 adult volunteers to fill in self-report questionnaires in emotion regulation, perceived social support and coronavirus anxiety. Results revealed a positive correlation between difficulties in emotion regulation and coronavirus anxiety. Furthermore, perceived social support was significantly moderating this relationship. However, the relationship between the difficulties in emotion regulation and coronavirus anxiety was stronger as the level of perceived social support increased. The findings are discussed in light of the current literature.

*Sorumlu Yazar, Antalya Bilim Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Çıplaklı, Akdeniz Blv. No:290/A, 07190 Döşemealtı/Antalya
e-posta: abernasari@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.1065638

Gönderim Tarihi (Received): 01.02.2022; Kabul Tarihi (Accepted): 13.06.2022

ISSN: 2148-4376

Giriş

Koronavirüs 2019 (COVID-19) küresel salgını süresince fiziksel iyi oluş kadar mental iyi oluş da toplum sağlığı açısından önem taşıyan konulardan biri olmuştur (Cullen ve diğerleri, 2020; Pfefferbaum ve North, 2020; Vindegaard ve Benros, 2020). Yapılan alışmalar salgın sürecinin birçok insan için stres verici ve kaygı uyandırıcı bir dönem olduğunu göstermektedir (literatür taraması için bknz. Salari ve diğerleri, 2020). Duygu düzenleme becerileri ise kaygıya yönelik önemli bir koruyucu faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Cisler ve diğerleri, 2010). Bu bağlamda yapılan birçok çalışma stres ve kaygı seviyesinin yüksek olduğu COVID-19 salgını sürecinde de kaygı ve duygu düzenleme ilişkisini incelemiştir (Brehl ve diğerleri, 2021; Dovbysh ve Kiseleva, 2020; Mu oz-Navarro ve diğerleri, 2021; Riaz ve diğerleri, 2021; Solbakken ve diğerleri, 2021; Wang ve diğerleri, 2021). Kaygı ve duygu düzenleme arasında oldukça güçlü bir ilişki olabileceğini gösteren bu çalışmalardan bazıları ise özellikle koronavirüs kaynaklı kaygı ve duygu düzenleme ilişkisine odaklanmış ve benzeri bir ilişkinin bu değişkenler için de geçerli olduğunu göstermişlerdir (Buckner ve diğerleri, 2021; Di Blasi ve diğerleri, 2021; Mazloomzadeh ve diğerleri, 2021; Prikhidko ve diğerleri, 2020).

Var olan çalışmalar duygu düzenleme ve kaygı arasında bir ilişki olduğunu göstermekte ve duygu düzenleme becerilerinin kaygı ile mücadele etmekte önemli bir faktör olabileceğinin altını çizmektedir. Bu ilişkiye kaygı da dahil olmak üzere negatif duygulanım ile yakından ilişkili olabileceği belirtilen sosyal işlevsellik gibi faktörler de aracılık edebilme potansiyeline sahiptir (d'Arbeloff ve diğerleri, 2018; Lopes ve diğerleri, 2005; Marroqu n, 2011; Marroqu n ve Nolen-Hoeksema, 2015). Negatif duygu düzenleme konusunun daha iyi anlaşılabilmesi için ilişkili olabilecek faktörlerin anlaşılması önemlidir.

Koronavirüs Kaygısı

Kaygı bilinmedik bir tehlikeye yönelik negatif bir duygu durumu olarak ifade edilebilir (Barlow, 2002; Rachman, 1998). Kaygı durumu genellikle iki Şekilde sınıflandırılır: sürekli kaygı ve durum kaygısı (Spielberger, 2013). Sürekli kaygı kişinin kaygılanmaya yönelik yatkınlığı olarak ele alınırken, durum kaygısı kişinin o anda ne kadar kaygı hissettiği ile ilişkilidir (Spielberger, 2013). Yani durum kaygısının kaygı yaratan durum bittiğinde azalacağı öngörülür. Bu alt tiplerine ek olarak pek çok araştırma spesifik bir duruma yönelik kaygı durumlarını incelemeye odaklanmıştır ( rn: yabancı dilde konuşma kaygısı, etinkaya & Ülper, 2019; Horwitz, 2010; hamilelik sürecinde maternal kaygı, Gunning ve diğerleri, 2010; sağlık kaygısı, Lucock & Morley, 1996; sınav kaygısı, Sarason & Sarason, 1990). “Duruma özgü kaygı” diye de tanımlanan bu kaygı tipi kişinin belirli durumlarda durumlu kaygı hissetmeye yönelik yatkınlığı olarak da ifade edilebilir (ayrıca bknz. Çetinkaya & Ülper, 2019; Horwitz,

2010; Gunning ve diğerleri, 2010). Bu çalışmada da duruma özgü kaygı tiplerinden “koronavirüse yönelik kaygı” durumuna odaklanılmıştır.

COVID-19 pandemi sürecince koronavirüs kaygısı oldukça sık gözlemlenmiş ve koronavirüs kaygısının kişilerin hayatını ve iyi oluşlarını yakından etkilediği gözlemlenmiştir (bknz. Bhatta ve diğerleri, 2021; Shevlin ve diğerleri, 2020; González-Sanguino ve diğerleri, 2020). Bu bağlamda COVID-19 pandemisi sürecinde yürütülen bu çalışmada en büyük stresörlerden biri olan koronavirüs kaygısına odaklanılmıştır.

Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme duygu işleme süreci boyunca duyguların nasıl tecrübe ve ifade edileceğine yönelik aktif bir müdahale olarak tanımlanabilir (Gross, 1998). Bu kapsamda duygunun tipi (negatif/pozitif), zamanlaması, süresi veya yoğunluğu ulaşılmak istenilen amaç çerçevesinde düzenlenebilir (Gross, 1998, 2008; ayrıca bakınız Gratz ve Roemer, 2004). Duygu düzenleme stratejileri duygu işleme sürecinin herhangi bir aşamasında (olay veya durum seçimi, dikkat mekanizmalarını aktive etme, bilişsel değerlendirme, duygusal yanıt verme) kullanılabilir (bknz; Gross’un süreç modeli; Process model, Gross, 1998, 2008). Bu çerçevede kişi ortaya çıkmasını istemediği bir duyguyu önlemek/ertelemek, şiddetini/süresini azaltmak veya ortaya çıkmasını istediği bir duyguyu arttırmak gibi amaçlar ile bazı olay veya durumlardan kaçınabilir, bazı olay veya durumlara dahil olabilir, dikkatini amaçları doğrultusunda yönlendirebilir. Yine aynı amaçlar doğrultusunda, duyguyu tetikleyen durum bilişsel olarak yeniden değerlendirilebilir veya duygu ortaya çıktıktan sonra istenmeyen yanıt bastırılabilir. Ayrıca duyguları anlamak ve kabul etmek de duygu düzenlemenin bir parçası olarak kabul edilir (Gratz ve Roemer, 2004).

Duygu düzenlemede yaşanabilecek güçlükler ise çok sayıda mental sağlık problemi ile ilişkilendirilmiştir (literatür taraması için bknz. Berking ve Wupperman, 2012). Bu güçlükler duyguları kabul etme, duygusal tepkilere ilişkin netlik, duygu sürecini etkin bir şekilde düzenleyebilmek için gerekli olan duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı, olumsuz duygular yaşarken dürtülerin kontrol edilmesi ve süreç boyunca istenilen amaca odaklı davranabilme hususlarında karşımıza çıkabilmektedir (Bjureberg ve diğerleri, 2016; Gratz ve Roemer, 2004; Rugancı ve Gençöz, 2010).

Duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin COVID-19 salgın sürecinde düşük hayat kalitesi (Panayiotou ve diğerleri, 2021) ve yüksek kaygı (Brehl ve diğerleri, 2021) ile bağlantılı olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum duygu düzenleme konusunda tecrübe edilebilecek zorlukların alt başlıkları (duyguları kabul etme, duygusal tepkilere ilişkin netlik, etkin duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı, olumsuz duygular yaşarken dürtülerin kontrol edilmesi ve

amaç odaklı davranabilme) için de benzerlik göstermektedir (Kaygı için, Gerardo ve diğ rleri, 2016; Cengiz ve Gürel, 2020; Shukla & Pandey, 2021; Kaygı ve depresyon için, Williams ve diğ rleri, 2015). Salgın sürecinde insanların belli hayat standartları ellerinden alındığından hayat kalitelerinin düştüğü de öngörülebilir. Bu çerçevede duygu düzenlemede yaşanan güçlükler hem koronavirüs kaygısı hem de sağlık kaygısı ile alakalandırılmaktadır (Mazloomzadeh ve diğ rleri, 2021). Genel itibariyle duygu düzenleme ve kaygı arasındaki negatif ilişki sıklıkla gösterilse de kaygının başarılı bir biçimde düzenlenebilmesi ile alakalı mekanizmaların anlaşılabilmesi için bu ilişkiye aracılık eden muhtemel değişkenlerin rollerinin incelenmesi gerekmektedir. Bu açıdan duygu düzenleme stratejilerinin büyük bir çoğunluğunun sosyal ortamlarda gerekleşiyo oluşu sosyal işlevselliğin önemini vurgulamaktadır (Gross ve diğ rleri, 2006). Bu görüş ile paralel olarak özellikle algılanan sosyal desteğin duygu düzenleme bağlamındaki yeri ön plana çıkmıştır (Marroqu n, 2011; ayrıca bakınız Bell ve Calkins, 2000).

Algılanan Sosyal Destek

Sosyal destek; sağlık ve iyi oluşu teşvik eden kişilerarası işleyiş süreçlerine hitaben kullanılan bir çatı terimdir (Cohen ve diğ rleri, 2000). Genel olarak kişinin sosyal ağından edindiği duygusal, araçsal ve finansal yardımlar bütünü olarak ele alınabilir (Berkman, 1983). Sosyal destek çatısı altında incelenen önemli bir kavram ise algılanan sosyal destektir. Algılanan sosyal destek kişilerin sosyal destek ihtiyaçlarının karşılanma derecesine yönelik kişisel değerlendirmesi olarak tanımlanabilir (Sarason ve diğ rleri, 1990). Algılanan sosyal destek ile kişinin gerçekte aldığı sosyal destek arasındaki ilişkinin zayıf olarak ortaya çıkması bu iki kavramın birbirinden bağımsız olabileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte gerçekte alınan sosyal desteğe kıyasla algılanan sosyal destek iyi oluşla daha yakından alakalandırılmıştır (Haber ve diğ rleri, 2007). Ancak küresel salgın sürecinde insanlar zorunlu haller dışında evlerinden bile çıkmaz duruma gelmiştir. Eğitimden iç yaşantısına kadar birçok çalışma alanı beklenmedik bir hızla evrimii olarak hizmet vermeye başlamışken insanların birbirlerine ne denli sosyal destek verecekleri de kaygı düzeyleri ile ilişkili olabilir.

Algılanan sosyal destek COVID-19 küresel salgın sürecinde de önemli bir yere sahiptir. Zira bu süreçte salgının yayılmasını engellemek için alınması gereken pek çok  nlem (sosyal mesafe, karantina...) sosyal işleyişi olumsuz yönde etkiler niteliktedir. Bununla birlikte aksi bir durum da söz konusudur. Karantina sürecinde aynı evin içerisinde kalmak zorunda olan aile bireyleri bazen bu sosyal ortamdaki olumsuz da etkilenmiştir (Boserup ve diğ rleri, 2020;  nal ve Gülseren, 2020; Yılmaz ve Doğan, 2021). Bu da kişilerin algıladığı sosyal desteğin iyi oluş bağlamında kritik bir rolü olabileceğini vurgulamaktadır. Bu kapsamda stres verici salgın

sürecinde algılanan sosyal desteğin yüksek olması pek çok açıdan iyi oluşu destekleme potansiyeline sahiptir. Bu konuda yapılan çalışmalar da salgın sürecinde algılanan sosyal desteğin düşük kaygı ve depresyon seviyeleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Chen ve diğerleri, 2021; Grey ve diğerleri, 2020; Liu ve diğerleri, 2020; Özmete ve Pak, 2020; Skalski ve diğerleri, 2021). Ayrıca d'Arbeloff ve diğerleri (2018) algılanan sosyal desteğin başarılı duygu düzenleme stratejileri ve negatif duygulanım ilişkisinde rolü olduğu çıkarımına varmıştır. Bu ilişkinin duygu düzenlemede yaşanan güçlükler ve koronavirüs kaygısı özelinde de incelenmesinin ilgili literatüre önemli katkılar sağlama potansiyeline sahip olduğu düşünülmektedir.

Duygu Düzenleme, Algılanan Sosyal Destek, Koronavirüs Kaygısı: Amaç ve Hipotezler

Var olan literatür çerçevesinde bu çalışmanın amacı duygu düzenleme ve koronavirüs kaygısı ilişkisinde aracı role sahip olabilecek önemli faktörlerden biri olan algılanan sosyal desteğin aracı rolünün incelenmesidir. Buna dair iki hipotezin test edilmesi planlanmıştır: (1) Duygu düzenlemede yaşanan güçlükler koronavirüs kaygısı ile pozitif olarak ilişkilidir; (2) bahsi geçen ilişkiye algılanan sosyal destek aracılık eder. Bu hipotez keşif amaçlı analizlerle de takip edilecektir. Bu kapsamda duygu düzenlemede güçlük kavramının alt başlıkları olan duyguları kabul etme (i); duygusal tepkilere ilişkin netlik (ii), etkin duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı (iii), olumsuz duygular yaşarken dürtülerin kontrol edilmesi (iv) ve amaç odaklı davranabilme (v) alanlarında güçlükler ve koronavirüs kaygısı ilişkisinde algılanan sosyal desteğin aracı rolü de test edilecektir.

Yöntem

Örneklem

Çalışmada 18-65 yaş arası ($Ort. = 32$; $S = 10$; 144 erkek, 134 kadın, 4 diğer) 282 gönüllü katılımcı yer almıştır. Çalışmanın yetişkin olmak (18 yaş üstü) dışında bir ekleme veya herhangi bir dışlama kriteri bulunmamaktadır. Katılımcıların çoğu aileleri ile yaşadıklarını rapor etmişlerdir (aile ile $N = 190$; yalnız, $N = 45$; arkadaşlar ile, $N = 45$; belirtilmemiş, $N = 2$). Altmış sekiz katılımcı daha öncesinde COVID-19 enfeksiyonu geçirdiklerini ifade etmişlerdir. Bütün katılımcılar çalışma öncesinde bilgilendirilmiş, onam formunu okumuş ve onaylamışlardır. Çalışmaya Orta Doğu Teknik Üniversitesi etik kurul onayı ve Türkiye Sağlık Bakanlığının COVID-19 çalışmalarına yönelik verdiği izin belgesi edinildikten sonra başlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Algılanan Sosyal Destek. Algılanan sosyal destek, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ile ölçülmüştür. Zimet ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen öz-bildirim ölçeğinin Türkçe uyarlaması Eker ve diğerleri (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçek 12 tane 7'li Likert tipi (1 – Kesinlikle Hayır; 7 – Kesinlikle Evet) maddeden oluşmaktadır ve katılımcılardan sosyal desteğe dair her bir ifadenin kendileri için ne derece doğru olduğunu belirtmeleri istenmiştir. Ölçekten alınabilecek yüksek skorlar algılanan sosyal desteğin de yüksek olduğuna işaret etmektedir. Algılanan sosyal destek ölçeğinin orijinal versiyonunun da (İç tutarlılık- Cronbach's alpha .88; test-tekrar test güvenilirliği .85) Türkçe versiyonunun da (İç tutarlılık- Cronbach's alpha .89) yüksek psikometrik özellikleri olduğu rapor edilmiştir.

Duygu Düzenlemede Güçlükler. Duygu düzenlemede güçlükler değişkeni, Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği Kısa Formu (DERS-16; Bjureberg ve diğerleri, 2016; Türkçe uyarlama, Yiğit ve Yiğit, 2019) kullanılarak ölçülmüştür. Bu öz-bildirim ölçeği 16 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılardan her bir maddenin 5'li Likert tipi (1 – Hemen hemen hiç; 5- Hemen hemen her zaman) skalada kendilerine ne kadar uyduğunu değerlendirmeleri istenmiştir. Ölçekten alınan yüksek skorlar duygu düzenlemede daha fazla zorluk yaşandığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık (orijinali, $\alpha = .92$; Türkçe uyarlaması, $\alpha = .92$) ve test-tekrar test güvenilirliği (orijinali, $r = .85$) yüksek olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin açıklık (Cronbach's alpha .84), amaçlar (Cronbach's alpha .84), dürtü (Cronbach's alpha .87), stratejiler (Cronbach's alpha .87) ve kabul etmeme (Cronbach's alpha .78) alt boyutları bulunmaktadır. Alt boyutlarının psikometrik özellikleri de kullanıma uygundur ($>.7$; George & Mallery, 2012).

Koronavirüs Kaygısı. Koronavirüs kaygısını ölçmeye yönelik olarak Koronavirüs Anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Lee (2020) tarafından geliştirilen öz-bildirim ölçeği Biçer ve diğerleri (2020) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Koronavirüs kaygısı ölçeği 4'lü Likert tipi 5 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılardan koronavirüs kaygısına yönelik her bir maddeyi ne kadar sıklıkla tecrübe ettiklerini 5'li skalada belirtmeleri istenmiştir (1 – Hiçbir zaman; 5 – Son iki haftada neredeyse her gün). Alınan yüksek skorlar yüksek koronavirüs kaygısına işaret etmektedir. Ölçeğin iç-geçerliliği yüksek olarak bulunmuştur (orijinal, $\alpha = .93$; Türkçe adaptasyon, $\alpha = .83$).

Prosedür

Çalışma Mart-Aralık 2021 tarihleri arasında çevrimiçi olarak uygulanmıştır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onam formunu okuyup onayladıktan sonra sırasıyla Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği Kısa Formu,

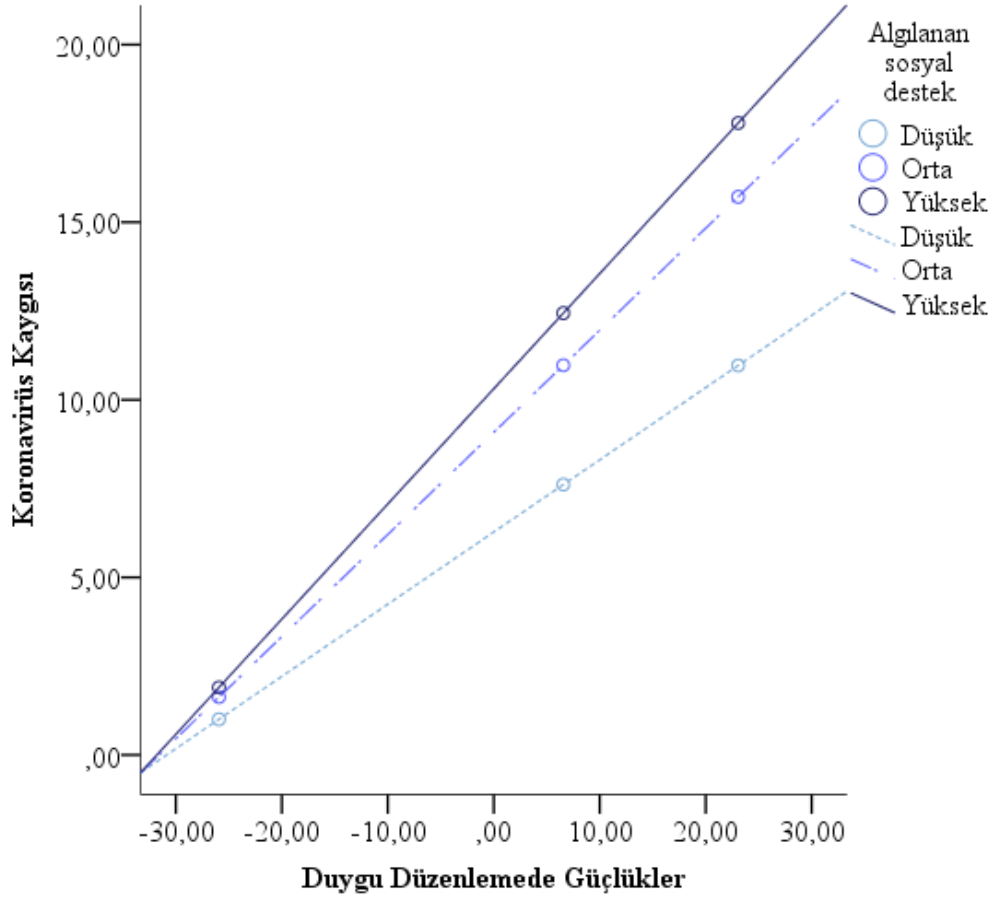
Koronavirüs Anksiyete Ölçeği doldurmuşlardır. Sonrasında da kendilerinden yaş, cinsiyet, kiminle yaşadıkları, daha önce COVID-19 enfeksiyonu geçirip geçirmediği bilgilerine yönelik sorular içeren bir demografik bilgi formu doldurmaları istenmiştir. En sonunda ise çalışma hakkında bilgilendirilen katılımcılara vakit ve katkıları için teşekkür edilmiş, çalışma sonlandırılmıştır.

Bulgular

Çalışmada duygu düzenlemede güçlüklerin tahmin edici değişken, koronavirüs kaygısının çıktı değişkeni ve algılanan sosyal desteğin aracı değişken olduğu moderasyon modeli test edilmiştir. Analiz için SPSS programında “process macro version 3” eklentisi kullanılmıştır (Hayes, 2017). Analizler değişen varyans (heteroscedasticity, HC3) ve çoklu eşdoğrusallık (multicollinearity) için kontrol edilmiştir (Hayes, 2017; Preacher ve Hayes, 2008).

Test edilen model koronavirüs kaygısındaki dağılımın anlamlı bir biçimde tahmin edildiğini göstermektedir, $R^2 = .77$, $F(3, 278) = 556.53$, $p < .001$. Etki büyüklüğü yüksektir (Cohen's $f^2 = 3.33$; Cohen, 1998). Algılanan sosyal destek-duygu düzenlemede güçlükler etkileşimi modelin %2.1 kadarını açıklamaktadır, $F(1, 278) = 28.15$, $p < .001$. Eğitim grafikleri incelendiğinde (bknz. Şekil 1) duygu düzenlemede güçlükler ile koronavirüs kaygısı arasındaki ilişkinin sosyal desteğin yüksek olduğu durumlarda daha güçlü olduğu görülmektedir. Analizler duygu düzenlemede güçlükler ve algılanan sosyal destek skorlarının da koronavirüs kaygısını pozitif yönde tahmin ettiğini göstermektedir. Modelin standardize edilmemiş kat sayıları, %95 güven aralıkları ve standart hata değerleri tablo 1’de verilmiştir.

Benzer bir moderasyon modeli duygu düzenlemede güçlükler ölçeğinin alt ölçekleri (açıklık, amaçlar, dürtü, stratejiler ve kabul etmeme) için de tekrarlanmıştır. Bu analizlerde çoklu test etme sebebi ile p-değeri .01 olarak alınmıştır. Bütün modellerde koronavirüs kaygısındaki dağılım anlamlı bir biçimde tahmin edilmiştir: açıklık ($R^2 = .72$, $F(3, 278) = 395.00$, $p < .001$), amaçlar ($R^2 = .63$, $F(3, 278) = 226.49$, $p < .001$), dürtü ($R^2 = .75$, $F(3, 278) = 520.30$, $p < .001$), stratejiler ($R^2 = .75$, $F(3, 278) = 490.67$, $p < .001$), kabul etmeme ($R^2 = .74$, $F(3, 278) = 414.76$, $p < .001$). Duygu düzenlemede güçlükler alt ölçekleriyle oluşturulan modellerde de toplam skor ile test edilen modelde olduğu gibi duygu düzenlemede güçlükler-koronavirüs ilişkisi algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu durumlarda daha güçlü bir biçimde gözlemlenmektedir. Ayrıca duygu düzenlemede güçlükler alt ölçekleri de koronavirüs kaygısını anlamlı bir biçimde ve pozitif yönde tahmin etmektedir. Modellerin standardize edilmemiş kat sayıları, %95 güven aralıkları ve standart hata değerleri Tablo 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Duygu düzenlemede güçlükler – koronavirüs kaygısı ilişkisinde algılanan sosyal desteğin aracı rolü

Tablo 1.

Duygu düzenlemede güçlükler ve koronavirüs kaygısı ilişkisinde algılanan sosyal desteğin aracı rolüne dair moderasyon modeli katsayıları

Değişken	B [Alt Seviye, �st Seviye]	Standart Hata (HC3)
Sabit (model 1)	8.55 [8.106, 9.002]	.23
Duygu Düzenlemede Güçlükler	0.27 [0.252, 0.291]	.01
Algılanan Sosyal Destek	0.18 [0.126, 0.224]	.03
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.01 [0.003, 0.007]	.00
Sabit (model 2)	8.49 [7.975, 8.999]	.26
Duygu Düzenlemede Güçlükler (Açıklık)	2.08 [1.916, 2.246]	.08
Algılanan Sosyal Destek	0.15 [0.090, 0.203]	.03
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.04 [0.019, 0.059]	.01

Table 1. devam

Sabit (model 3)	8.64 [8.083, 9.189]	.28
Duygu Düzenlemede Güçlükler (Amaçlar)	1.42 [1.285, 1.559]	.07
Algılanan Sosyal Destek	0.21 [0.159, 0.258]	.02
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.04 [0.005, 0.045]	.01
Sabit (model 4)	8.48 [7.998, 8.955]	.24
Duygu Düzenlemede Güçlükler (Dürtü)	1.26 [1.166, 1.356]	.05
Algılanan Sosyal Destek	0.18 [0.126, 0.231]	.03
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.03 [0.021, 0.041]	.01
Sabit (model 5)	8.59 [8.131, 9.050]	.23
Duygu Düzenlemede Güçlükler (Stratejiler)	0.79 [0.736, 0.849]	.03
Algılanan Sosyal Destek	0.20 [0.151, 0.240]	.02
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.02 [0.014, 0.024]	.00
Sabit (model 6)	8.50 [8.022, 8.982]	.24
Duygu Düzenlemede Güçlükler (Kabul Etmeme)	1.27 [1.180, 1.368]	.05
Algılanan Sosyal Destek	0.17 [0.119, 0.226]	.03
Duygu Düzenlemede Güçlükler x Algılanan Sosyal Destek	0.03 [0.018, 0.038]	.01

Tartışma

COVID-19 küresel salgın sürecinde karantina uygulamaları gibi salgın önlemleri gereğince sosyal yaşamı devam ettirme konusunda birtakım sıkıntılar yaşanabilmektedir. Bu durum da alınan sosyal desteğin daha düşük olması veya böyle algılanmasına imkân tanıyabilir. Bu sebeple COVID-19 küresel salgın sürecinin algılanan sosyal destek ve ilişkili olabileceği risk faktörlerine odaklı çalışmalar yürütülebilmesi için özellikle hassas bir dönem olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada da algılanan sosyal desteğin duygu düzenlemede yaşanan güçlükler ile koronavirüs kaygısı ilişkisi üzerindeki aracı rolünün incelenmesi hedeflenmiştir. Sonuçlar duygu düzenlemede güçlükler ile koronavirüs kaygısı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte algılanan sosyal destek ile koronavirüs kaygısı arasında da pozitif bir ilişki görülmektedir. Algılanan sosyal destek, koronavirüs kaygısı ve duygu düzenlemede güçlükler arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir. Fakat sosyal desteğin aracı rolü beklenen şekilde gözlemlenmemiştir. Yüksek sosyal destek algısının bulunduğu durumda koronavirüs-duygu düzenlemede güçlükler ilişkisi daha güçlü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bulgular var olan literatür özelinde aşağıda tartışılmaktadır.

Duygu düzenleme ve kaygı üzerine yapılan bir çok çalışmada bu iki değişken arasında anlamlı bir bağlantı olduğu gösterilmiştir (literatür taraması için bkz. Campbell-Sills ve diğerleri, 2014; Cisler ve diğerleri, 2010). Bu bağlantı stres verici bir süreç olan COVID-19 küresel salgını süresince de anlamlı bir şekilde var olmaya devam etmektedir (Brehl ve

diğerleri, 2021; Dovbysh ve Kiseleva, 2020; Mu oz-Navarro ve diğeri, 2021; Riaz ve diğeri, 2021; Solbakken ve diğeri, 2021; Wang ve diğeri, 2021). Geçmiş çalışmalarla uyumlu olarak bu çalışmada da duygu düzenlemede güçlükler ile salgın süresince gündemde olan koronavirüs kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda duygu düzenleme konusunda tecrübe edilen güçlükler koronavirüs kaygısında artış ile ilişkilendirilmiştir. Var olan çalışmalara ek olarak, bu çalışmada duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin alt başlıkları ve koronavirüs kaygısı ilişkisine de odaklanılmıştır. Duygu düzenlemede güçlüklerin alt boyutları için de (açıklık, amaçlar, dürtüsellik, stratejiler ve kabul etmeme) sonuçlar benzer şekilde görülmektedir. Duygusal tepkilerin farkında olma, dürtüsel davranmama, duygu düzenleme stratejilerini etkin kullanma, duyguları kabul etme becerilerinde yaşanan sıkıntılar da koronavirüs kaygısı ile pozitif bir biçimde ilişkililerdir.

Geçmiş alışmalar duygu düzenleme, koronavirüs kaygısı ve sosyal destek arasındaki ikili ilişkileri incelemiş ve anlamlı sonuçlar ortaya koymuştur (Buckner ve diğeri, 2021; Di Blasi ve diğeri, 2021; Lopes, 2014; Mazloomzadeh ve diğeri, 2021; Prikhidko ve diğeri, 2020; Skalski ve diğeri, 2021). Biz de çalışmamızda bu değişkenler arasındaki ilişkiyi daha iyi anlayabilmek için geçmişte negatif duygulanım ve genel kaygı üzerine yapılan çalışmaları (d'Arbeloff ve diğeri, 2018; Marroqu n, 2011; Marroqu n ve Nolen-Hoeksema, 2015) da g zeterек üçlü bir model test ettik. Bu çerçevede duygu düzenleme, koronavirüs kaygısı ilişkisinde algılanan sosyal desteğin rolünü de incelemeyi amaçladık. Sonuçlarımız algılanan sosyal desteğin bu ilişkide aracı olabileceğini göstermektedir.  nceki alışmalarda (Chen ve diğeri, 2021; Liu ve diğeri, 2020;  zmete ve Pak, 2020; Skalski ve diğeri, 2021) algılanan sosyal desteğin COVID-19 küresel salgın sürecinde mental iyi oluş üzerinde olumlu rolü olabileceğine dair bulguları g zetenilerek bu çalışmada duygu düzenlemedeki güçlükler ve koronavirüs kaygısı arasındaki tahripk r ilişkinin algılanan sosyal destek arttıka zayıflayabileceğini düşünmüştük. Ancak söz konusu ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolü beklediğimiz yönde çıkmamıştır. Sonuçlarımız koronavirüs kaygısı ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu durumlarda güçlendiğine işaret etmektedir. Bu durum koronavirüs kaygısı alt tipine odaklanmamızdan kaynaklı olabilir. Zira koronavirüs konusunda kaygı duyan insanlar muhtemelen sosyal etkileşim içinde olduğu yakınlarının sağlığı için de kaygılanmaktadırlar. Dolayısıyla sosyal destek algısı yüksek olan kişilerin daha fazla koronavirüs kaygısı yaşaması ve duygu düzenlemede güçlükler-koronavirüs kaygısı arasındaki ilişkiyi daha güçlü bir biçimde tecrübe etmeleri muhtemeldir. Bir diğer bulgumuz da bu çıkarımla uyumlu olarak algılanan sosyal destek ile koronavirüs kaygısı arasında pozitif bir ilişki olduğu yönündedir. Bu bulgu sosyal destek algısı arttıka, koronavirüse dair kaygının da yükseldiğine işaret etmektedir. Ayrıca alışma kapsamında test

edilen modelin, modele direkt etki edebilecek diğer kaygı alt tipleri (örneğin sağlık kaygısı), genel kaygı veya bazı katılımcı özellikleri (örneğin kronik rahatsızlık sahibi olma) için kontrol edilmediğini de göz önünde bulundurmak gerekir. İlerleyen çalışmalar modeli, bu kontrol değişkenleri ile test edip olası çeldiricilerin önüne geçerek gözlemlenen etkiyi daha net bir şekilde ortaya koyabilirler.

Çalışmamız genel duygu düzenleme becerilerine ve stres seviyesinin oldukça yüksek olduğu bir sürece odaklanarak kaygı-duygu düzenleme ilişkisinde sosyal çerçevenin önemli olduğuna dair bir kanıt daha sunmaktadır. Sonuçların pandemi süresince, duygu düzenlemede güçlüklerin alt boyutlarını da gözeterek, koronavirüs kaygısı ve duygu düzenlemede güçlükler arasındaki ilişkiyi göstermesi bakımından var olan literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca çalışmanın duygu düzenleme (alt boyutları ile birlikte) ve koronavirüs ilişkisinde algılanan sosyal desteğin aracı rolünü pandemi süresince incelemesi açısından da ilgili literatüre farklı bir bakış açısı sunabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte aracı değişken analizi sonuçlarının beklenen yönde olmaması dikkat çekmektedir. İleriki çalışmalarda kaygının başka alt tiplerine veya başka sosyal fonksiyonlara yönelik değişkenlere de odaklanılması tavsiye edilmektedir. Ayrıca ilerleyen çalışmalarda duygu düzenleme ve kaygı ile yakından ilişkili olabilecek bilinçli farkındalık (Desrosiers ve diğerleri, 2013) veya psikolojik sağlamlık (Min ve diğerleri, 2013) gibi değişkenlerin de aracı rollerinin incelenmesi uygun olabilir. Ek olarak bu çalışma yalnızca ilişkisel seviyede, kesitsel bir anket çalışmasıdır. Kesitsel anket çalışmaları psikoloji alanında sıklıkla kullanılmasına ve özellikle inanç veya duygu konulu verilerin toplanmasında uygun ölçüm araçları olarak düşünülse de (Gerald ve George, 2010), bu çalışma var olan dizayn çerçevesinde nedenselliğe dair çıkarımlar yapmaya uygun değildir. Ancak çeşitli müdahale teknikleri ile koronavirüs kaygısını optimize etmeye yönelik boylamsal çalışmalar yapılabilmesi için gerekli olan teorik altyapıya katkıda bulunması açısından değerlidir.

COVID-19 küresel salgını sürecinde mental iyi oluşa odaklanmak toplumun büyük bir kısmını anlamak ve ihtiyaç duyanlara yoğun stres döneminde yardım sağlayabilmek için gerekli mekanizmaları daha iyi anlayabilmek adına önemlidir. Bu açıdan çalışmamızın literatüre katkıda bulunabileceği ve algılanan sosyal destek, duygu düzenleme, kaygı ilişkisini daha iyi anlamamıza yardımcı olduğunu düşünmekteyiz. İlerleyen çalışmalar kaygının diğer alt tiplerine, farklı sosyal çerçevelere, farklı katılımcı gruplarına (örn. kronik rahatsızlığı olanlar) odaklanabilir, müdahale teknikleri ile var olan ilişkiyi boylamsal olarak inceleyebilir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:

Tüm yazarlar eşit olarak katkıda bulunmuştur.

ıkar atışması Beyanı:

Yazarlar çıkar atışması bulunmadığını beyan etmiştir.

Finansal Destek Beyanı:

Yazarlar bu çalışma için finansal destek alınmadığını beyan etmiştir.

Etik Kurul Onayı:

Bu alışma Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu onayı ile gerçekleştirilmiştir (tarih: 18.03.2021, sayı: 28620816).

Kaynakça

- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. Guilford press.
- Bell, K. L. ve Calkins, S. D. (2000). Relationships as inputs and outputs of emotion regulation. *Psychological Inquiry*, 11(3), 160-163.
- Berking, M. ve Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: Recent findings, current challenges, and future directions. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 128-134.
- Berkman, L. F. (1983). The assessment of social networks and social support in the elderly. *Journal of the American Geriatrics Society*.
- Bhatta, K. R., Shrestha, P., Khatri, K., Joshi, P. R., Thagunna, N. S., Shrestha, K., & Pokharel, T. P. (2021). Prevalence and factors influencing COVID-19 Anxiety among Nepalese Population during the COVID-19 Pandemic. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(3).
- Bıçer, İ., Çakmak, C. ve DemİR, H. (2020). Coronavirus Anxiety Scale Short Form: Turkish validity and reliability study. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 216-225. <https://doi.org/10.21673/anadoluklin.731092>
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Messman-Moore, T., Hellner Gumpert, C. ve Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief version of the difficulties in emotion regulation scale: the DERS-16. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 38(2), 284-296.
- Boserup, B., McKenney, M. ve Elkbuli, A. (2020). Alarming trends in US domestic violence during the COVID-19 pandemic. *The American journal of emergency medicine*, 38(12), 2753-2755.
- Brehl, A.-K., Schene, A., Kohn, N. ve Fernández, G. (2021). Maladaptive emotion regulation strategies in a vulnerable population predict increased anxiety during the Covid-19 pandemic: A pseudo-prospective study. *Journal of Affective Disorders Reports*, 4, 100113.
- Buckner, J. D., Lewis, E. M., Abarno, C. N., Morris, P. E., Glover, N. I. ve Zvolensky, M. J. (2021). Difficulties with emotion regulation and drinking during the COVID-19 pandemic among undergraduates: The serial mediation of COVID-related distress and drinking to cope with the pandemic. *Cognitive Behaviour Therapy*, 50(4), 261-275. <https://doi.org/10.1080/16506073.2020.1861084>
- Campbell-Sills, L., Ellard, K. K., & Barlow, D. H. (2014). Emotion regulation in anxiety disorders. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 393-412). The Guilford Press.
- Cengiz, G. F., & Gürel, G. (2020). Difficulties in emotion regulation and quality of life in patients with acne. *Quality of Life Research*, 29(2), 431-438.
- Chen, Y., Huang, X., Zhang, C., An, Y., Liang, Y., Yang, Y. ve Liu, Z. (2021). Prevalence and predictors of posttraumatic stress disorder, depression and anxiety among hospitalized patients with coronavirus disease 2019 in China. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1-8.
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T. ve Forsyth, J. P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 68-82.
- Cohen, J. (1988). Set correlation and contingency tables. *Applied psychological measurement*, 12(4), 425-434.

- Cohen, S., Underwood, L. G. ve Gottlieb, B. H. (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press.
- Cullen, W., Gulati, G. ve Kelly, B. D. (2020). Mental health in the Covid-19 pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311–312.
- Çetinkaya, G. &  lper, H., (2019). Yabancı dil olarak Türkçe  ğrenen  ğrencilerin kullandıkları s zc k  ğrenme stratejileri ile s zc k dağarcıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi.
- d'Arbeloff, T. C., Freedy, K. R., Knodt, A. R., Radtke, S. R., Brigidi, B. D. ve Hariri, A. R. (2018). Emotion Regulation and the Experience of Future Negative Mood: The Importance of Assessing Social Support. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02287>
- Desrosiers, A., Vine, V., Klemanski, D. H. ve Nolen-Hoeksema, S. (2013). Mindfulness and emotion regulation in depression and anxiety: Common and distinct mechanisms of action. *Depression and Anxiety*, 30(7), 654–661.
- Di Blasi, M., Gullo, S., Mancinelli, E., Freda, M. F., Esposito, G., Gelo, O. C. G., Lagetto, G., Giordano, C., Mazzeschi, C., Pazzagli, C., Salcuni, S. ve Lo Coco, G. (2021). Psychological distress associated with the COVID-19 lockdown: A two-wave network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 284, 18–26. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.016>
- Dovbysh, D. V. ve Kiseleva, M. G. (2020). Cognitive emotion regulation, anxiety, and depression in patients hospitalized with COVID-19. *Psychology in Russia: State of the Art*, 13(4), 134–147.
- Eker, D. D., Arkar, D. H. ve Yaldiz, D. H. (2001).  ok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek  leği'nin G zden Geirilmiş Formunun Fakt r Yapışı, Geerlik ve G venirliği. *T rk Psikiyatri Dergisi*, 9.
- George, D., & Mallery, P. (2012). IBM SPSS statistics 19 step by step. *Boston, Mass.*
- Gerald, J. H. ve George, S. H. (2010). Self-report: Psychology's four-letter word. *American Journal of Psychology*, 123(2), 181–188.
- Gerardo, G. M., Williams, D. P., Cooper, G., Vasey, M., Koenig, J., & Thayer, J. F. (2016). Different facets of emotion dysregulation as a mediator between resting heart rate variability and trait anxiety. *Psychosom. Med.*, 78, A118-A118.
- González-Sanguino, C., Ausín, B., Castellanos, M.  ., Saiz, J., López-G mez, A., Ugidos, C., & Muñoz, M. (2020). Mental health consequences of the coronavirus 2020 pandemic (COVID-19) in Spain. A longitudinal study. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1256.
- Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
- Grey, I., Arora, T., Thomas, J., Saneh, A., Tohme, P. ve Abi-Habib, R. (2020). The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 293, 113452. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113452>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. *Handbook of emotions*, 3(3), 497-513.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion Regulation in Everyday Life. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13–35). American Psychological Association.

- Gunning, M. D., Denison, F. C., Stockley, C. J., Ho, S. P., Sandhu, H. K., & Reynolds, R. M. (2010). Assessing maternal anxiety in pregnancy with the State-Trait Anxiety Inventory (STAI): issues of validity, location and participation. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 28*(3), 266-273.
- Haber, M. G., Cohen, J. L., Lucas, T. ve Baltes, B. B. (2007). The relationship between self-reported received and perceived social support: A meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology, 39*(1-2), 133-144. <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9100-9>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Horwitz, E. K. (2010). Foreign and second language anxiety. *Language teaching, 43*(2), 154-167.
- Lee, S. A. (2020). Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. *Death Studies, 44*(7), 393-401.
- Liu, X., Shao, L., Zhang, R., Wei, Y., Li, J., Wang, C., Hong, X. ve Zhou, F. (2020). *Perceived Social Support and Its Impact on Psychological Status and Quality of Life of Medical Staffs After Outbreak of SARS-CoV-2 Pneumonia: A Cross-Sectional Study* (SSRN Scholarly Paper ID 3541127). Social Science Research Network. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3541127>
- Lopes, P. N., Salovey, P., Côté, S., Beers, M. ve Petty, R. E. (2005). Emotion regulation abilities and the quality of social interaction. *Emotion, 5*(1), 113.
- Lucock, M. P., & Morley, S. (1996). The health anxiety questionnaire. *British journal of health psychology, 1*(2), 137-150.
- Marroquín, B. (2011). Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clinical Psychology Review, 31*(8), 1276-1290. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.09.005>
- Marroquín, B. ve Nolen-Hoeksema, S. (2015). Emotion Regulation and Depressive Symptoms: Close Relationships as Social Context and Influence. *Journal of Personality and Social Psychology, 109*(5), 836-855. <https://doi.org/10.1037/pspi0000034>
- Mazloomzadeh, M., Asghari Ebrahim Abad, M. J., Shirkhani, M., Zamani Tavousi, A. ve Salayani, F. (2021). Relationship between Corona virus anxiety and health anxiety: Mediating role of emotion regulation difficulty. *Journal of Clinical Psychology*.
- Min, J.-A., Yu, J. J., Lee, C.-U. ve Chae, J.-H. (2013). Cognitive emotion regulation strategies contributing to resilience in patients with depression and/or anxiety disorders. *Comprehensive Psychiatry, 54*(8), 1190-1197.
- Muñoz-Navarro, R., Malonda, E., Llorca-Mestre, A., Cano-Vindel, A. ve Fernández-Berrocal, P. (2021). Worry about COVID-19 contagion and general anxiety: Moderation and mediation effects of cognitive emotion regulation. *Journal of Psychiatric Research, 137*, 311-318.
- Özmete, E. ve Pak, M. (2020). The relationship between anxiety levels and perceived social support during the pandemic of COVID-19 in Turkey. *Social Work in Public Health, 35*(7), 603-616.
- Panayiotou, G., Panteli, M. ve Leonidou, C. (2021). Coping with the invisible enemy: The role of emotion regulation and awareness in quality of life during the COVID-19 pandemic. *Journal of Contextual Behavioral Science, 19*, 17-27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.11.002>
- Pfefferbaum, B. ve North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine, 383*(6), 510-512.

- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891.
- Prikhidko, A., Long, H. ve Wheaton, M. G. (2020). The Effect of Concerns About COVID-19 on Anxiety, Stress, Parental Burnout, and Emotion Regulation: The Role of Susceptibility to Digital Emotion Contagion. *Frontiers in Public Health*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.567250>
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions. In *Behavior and cognitive therapy today* (pp. 209-222). Pergamon.
- Riaz, M., Abid, M. ve Bano, Z. (2021). Psychological problems in general population during covid-19 pandemic in Pakistan: Role of cognitive emotion regulation. *Annals of Medicine*, 53(1), 189–196.
- Rugancı, R. N. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455.
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S. ve Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health*, 16(1), 1–11.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1990). Test anxiety. In *Handbook of social and evaluation anxiety* (pp. 475-495). Springer, Boston, MA.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). Traditional views of social support and their impact on assessment. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 9–25). John Wiley & Sons.
- Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Miller, J. G., Hartman, T. K., Levita, L., ... & Bentall, R. P. (2020). Anxiety, depression, traumatic stress and COVID-19-related anxiety in the UK general population during the COVID-19 pandemic. *BJPsych open*, 6(6).
- Shukla, M., & Pandey, R. (2021). Identifying the transdiagnostic and unique domains of emotion regulation difficulties in subclinical conditions of anxiety and co-occurring anxiety-depression. *Current Psychology*, 40(6), 2896-2909.
- Skalski, S., Uram, P., Dobrakowski, P. ve Kwiatkowska, A. (2021). The link between ego-resiliency, social support, SARS-CoV-2 anxiety and trauma effects. Polish adaptation of the Coronavirus Anxiety Scale. *Personality and Individual Differences*, 171, 110540.
- Solbakken, O. A., Ebrahimi, O. V., Hoffart, A., Monsen, J. T. ve Johnson, S. U. (2021). Emotion regulation difficulties and interpersonal problems during the COVID-19 Pandemic: Predicting anxiety and depression. *Psychological Medicine*, 1–16.
- Spielberger, C. D. (Ed.). (2013). *Anxiety: Current trends in theory and research*. Elsevier.
- Ünal, B. ve Gülseren, L. (2020). COVID-19 pandemisinin görünmeyen yüzü: Aile içi kadına yönelik şiddet. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 89-94.
- Vindegaard, N. ve Benros, M. E. (2020). COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain, Behavior, and Immunity*, 89, 531–542. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>

- Wang, Q.-Q., Fang, Y.-Y., Huang, H.-L., Lv, W.-J., Wang, X.-X., Yang, T.-T., Yuan, J.-M., Gao, Y., Qian, R.-L. ve Zhang, Y.-H. (2021). Anxiety, depression and cognitive emotion regulation strategies in Chinese nurses during the COVID-19 outbreak. *Journal of Nursing Management*.
- Williams, D. P., Cash, C., Rankin, C., Bernardi, A., Koenig, J., & Thayer, J. F. (2015). Resting heart rate variability predicts self-reported difficulties in emotion regulation: a focus on different facets of emotion regulation. *Frontiers in psychology*, 6, 261.
- Yılmaz, E. ve Doğan, R. A. (2021). Covid-19 Pandemisi Nedeniyle Yaşanılan Toplumsal İzolasyonun Aile İçi ve Kadına Yönelik Şiddet Üzerine Etkisi. *Unika Sağlık Bilimleri Dergisi*, (41).
- Yiğit, İ. ve Yiğit, M. G. (2019). Psychometric properties of Turkish version of difficulties in emotion regulation scale-brief form (DERS-16). *Current Psychology*, 38(6), 1503-1511.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. ve Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41

Emotion Regulation and Coronavirus Anxiety: The Moderating Role of Perceived Social Support

Summary

During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) pandemic, mental health concerns have also been one of the major issues for public health (Cullen et al., 2020; Pfefferbaum & North, 2020; Vindegaard & Benros, 2020). Studies showed that pandemic has been a stressful and anxiety-provoking period for many people (see Salari et al., 2020 for a review). Emotion regulation skills are considered one of the crucial protective factors against anxiety (Cisler et al., 2010). Accordingly, several studies investigated the role of emotion regulation on anxiety during the COVID-19 pandemic (Brehl et al., 2021; Dovbysh & Kiseleva, 2020; Muñoz-Navarro et al., 2021; Riaz et al., 2021; Solbakken et al., 2021; Wang et al., 2021) and some of them specifically focused on coronavirus-related anxiety (Buckner et al., 2021; Di Blasi et al., 2021; Mazloomzadeh et al., 2021; Prikhidko et al., 2020). While findings showed that emotion regulation skills are related to effective coping skills with anxiety, this relationship can also be mediated by other factors such as social functioning which is tightly linked to both emotion regulation and negative affectivity (d'Arbeloff et al., 2018; Lopes et al., 2005; Marroquín, 2011; Marroquín & Nolen-Hoeksema, 2015). In that regard, social context can have an influential role since the majority of the emotion regulatory processes are experienced in social contexts (Gross et al., 2006). Accordingly, it is suggested that emotion regulation is highly related to perceived social support (Marroquín, 2011; also see Bell & Calkins, 2000).

Social support refers to an umbrella term consisting of interpersonal processes encouraging health and wellbeing (Cohen et al., 2000). A crucial subconstruct of social support is the perceived social support which is the extent to which an individual considers the need for social support is adequately fulfilled (Sarason et al., 1990). Perceived social support was closely associated with mental well-being during the COVID-19 pandemic as well since increased perceived social support was found to be linked to reduced anxiety and depression (Chen et al., 2021; Grey et al., 2020; Liu et al., 2020; Özmete & Pak, 2020; Skalski et al., 2021). Furthermore, d'Arbeloff et al. (2018) showed that perceived social support can modulate the relationship between adaptive emotion regulation skills and negative affect. However, the possible role of perceived social support on the relationship between emotion regulation and coronavirus anxiety is yet to be addressed.

Based on the previous literature, the goal of the current study was to investigate the moderating role of perceived social support on the relationship between emotion regulation and coronavirus anxiety during the COVID-19 pandemic. More specifically it was expected that

(1) difficulties in emotion regulation skills would be positively related to coronavirus anxiety; (2) this relationship would be moderated by the perceived social support. A similar moderation effect was also expected for the subscales of the difficulties in emotion regulations: clarity, goals, impulsivity, nonacceptance and strategies.

To test these hypotheses, 282 adult volunteers were recruited. Volunteers were asked to fill in self-report questionnaires in emotion regulation, perceived social support and coronavirus anxiety. Results revealed that the difficulties in emotion regulation (and its subscales) and perceived social support was positively related to coronavirus anxiety. Furthermore, perceived social support significantly moderated this relationship. However, the relationship between the difficulties in emotion regulation and coronavirus anxiety was stronger as the level of perceived social support increased. One plausible reason for this result can be that we specifically focused on coronavirus anxiety rather than general anxiety. People who experience greater social support may also have greater coronavirus anxiety since they might also be concerned about their close ones. Future studies are recommended focusing on other subtypes of anxiety or different social contexts.

Focusing on mental wellbeing during COVID-19 pandemics is essential in order to understand and provide help to the majority of the population under stress. In this regard, we believe the current study makes a valuable contribution to the field by extending our understanding of the possible role of perceived social support on the relationship between emotion regulation and coronavirus anxiety.