

# Kültür ve Cinsiyet Bağlamında Berkeley Duygu İfadesi Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Ölçütleri



Şebnem TUNAY AKAN<sup>1</sup>, Elif BARIŞKIN<sup>2</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı, Gross ve John (1995) tarafından geliştirilip duygu ifadesi araştırmalarında sıklıkla kullanılan Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin (BDİÖ) toplumumuzda güvenilirlik ve geçerlilik ölçütlerini incelemektir.

**Yöntem:** Araştırmaya İzmir ili sınırları içinde yaşayan, yaş ortalaması 35 olan toplam 213 (115'i kadın) kişi katılmıştır. Ölçeğin geçerlilik ölçümleri için doğrulayıcı ve açımlayıcı faktör analizleri yapılmış, kadın ve erkeklerin puan ortalamaları hem ölçek toplam puanında hem de alt ölçeklerde karşılaştırılmış ve Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (DDGÖ) ile arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Güvenilirlik ölçümleri ise iç tutarlılık, test tekrar test ölçümleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

**Bulgular:** Doğrulayıcı ve açımlayıcı faktör analizleri varyansın % 48'ini açıklayarak, ölçeğin üç faktörlü yapısı olduğuna işaret etmektedir. Bu faktörler duygusal ifadesellik, dürtü gücü ve gizleme olarak adlandırılmıştır. Diğer taraftan analizler BDİÖ ile DDGÖ arasında beklenildiği gibi doğru orantılı bir ilişkinin varlığını göstermektedir. BDİÖ toplam puanında, dürtü gücü ve duygusal ifadesellik alt ölçeklerinde kadınlar erkeklerden anlamlı olarak yüksek puan alırlarken, gizleme alt ölçeğinde erkekler kadınlardan anlamlı olarak yüksek puan almışlardır. Bu bulgu, kadınların, erkeklerden duygusal yönden daha ifadesel olabileceğine ve duygularını daha yoğun yaşayabileceklerine işaret etmektedir. Ölçeğin toplam puan için Cronbach alfa değeri .81, test tekrar-test güvenilirliği ise .78 olarak saptanmıştır.

**Sonuç:** Sonuç olarak BDİÖ'nün duygu ifadesi ile ilgili çalışmalarda kullanılabilir düzeyde güvenilirlik ve geçerliliğe sahip olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Duygu ifadesi, cinsiyet, kültür, güvenilirlik ve geçerlilik

## SUMMARY

### Reliability and Validity Indicators of Berkeley Expressivity Questionnaire in the Context of Culture and Gender

**Purpose:** The Berkeley Expressivity Questionnaire (BEQ) was a scale, developed by Gross and John (1995) to measure emotion expression. The purpose of the present study was to investigate reliability and validity indicators of the BEQ in our culture.

**Method:** The sample composed of 213 (115 women) people whose average of age 35. The people were volunteered for the study and lived within the borders of Izmir. The validity indicators of the questionnaire were investigated through explanatory and confirmatory factor analyses, gender differences between the scores and correlational analyses on Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). Anyway, the reliability indicators of the questionnaire were explored by internal consistency coefficient and test re-test reliability.

**Results:** Confirmatory and explanatory factor analyses revealed a three factor model explaining % 48 of the total variance. These factors were named as emotional expressivity, impulse strength and masking. The results showed a positive correlation between the DERS and the total BEQ scores, which were congruent with theoretical expectations. It was found that the women had higher scores in the BEQ, emotional expressivity and impulse strength subscales while the men had higher scores than women in the masking subscale, meaning the women might be more emotionally expressive and the intensity of their emotional experience were higher than men. In addition, the Cronbach's alpha value was .81 and test re-test values were .78 for the total BEQ.

**Conclusion:** Based on these results it was concluded that The Turkish version of the BEQ has sufficiently high reliability and validity to justify its use as a tool in emotion expression studies.

**Keywords:** Expressed emotion, gender, culture, reliability and validity

**Geliş Tarihi:** 11.12.2014 - **Kabul Tarihi:** 06.07.2015

<sup>1</sup>Psik., Psikiyatri AD, Ege Üniv. Söcät Laboratuvarı, İzmir. <sup>2</sup>Psik. Prof., Psikiyatri AD.. Hacettepe Üniv. Ankara.

Psik. Şebnem Tunay Akan, e-posta: [sebnemtunay@yahoo.com](mailto:sebnemtunay@yahoo.com)

doi: 10.5080/u13378

## GİRİŞ

Duygu ifadesi, duygunun deneyimlenmesi sırasında ortaya çıkan davranışsal değişiklikler (örneğin, yüz, ses ve duruş) olarak tanımlanmaktadır. Duygu ifadesi duygularımızla dışa vuran davranışlarımızı ayarlamamızı, sevmediğimiz kişilerle uzlaşma içerisinde çalışıp, gereksiz anlaşmazlıklardan kaçınmamızı, öfkemizi eyleme vurmak yerine, söze dökmemizi olanaklı kılmaktadır (Gross ve John 1995). Duyguların ifade edilmesinin kanser tanısı alan hastalar ve yaşlı yetişkinler gibi bazı gruplarda, fiziksel sağlığa iyi geldiği kanıtlanmıştır (Shaw ve ark. 2003, Sloan ve Marx 2004, Stanton ve ark. 2000).

Diğer taraftan duygu ifadesinin engellenmesinin ise bazı psikopatolojilerde merkezi bir önemi olabileceği ileri sürülmektedir. Kring ve Neale (1996), şizofreni hastalarının, kontrollerle karşılaştırıldığında, duygusal uyarılara olumlu ve olumsuz duygu ifadelerinin azaldığını gözlemlemişlerdir. D'Avanzato ve arkadaşları (2013), majör depresyon tanısı alan katılımcıların remisyondakilere göre daha sık duygu ifade eden davranışlarını engelleme girişiminde olduklarını belirtmektedirler. Ayrıca obsesif kompulsif bozuklukta (OKB) duyguların deneyimlenmesi ve ifade edilmesi arasında farklılık olduğu, OKB tanısı alan katılımcıların yüksek düzey öfke deneyimledikleri, ancak öfkelerini ifade etmekte zorlandıklarından bu duygularını içselleştirdikleri ileri sürülmektedir (Rachman 1993, Whiteside ve Abramowitz 2004).

Duygu ifadesine işlevsellikte kritik bir önem verilmesi, bu kavrama yönelik araştırmalara ivme kazandırmıştır. Bu araştırmalarda kültürel yapı ve grup normları göz önünde bulundurulması gereken önemli faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır (Gross ve John 1995, Lü ve Wang 2012). Özellikle toplulukçu kültürlerde ilişkisel harmoniyi devam ettirmek için olumlu ve olumsuz duyguların daha az ifade edildiği gözlemlenmiştir (Matsumoto 2006, Yuan ve ark. 2014). Dolayısıyla bu kültürlerde duygu ifadesinin engellenmesi işlevsel ve olgun bir davranış olarak kabul edilmekte, duygularını açık olarak ifade edenler ise sosyal yönden olgunlaşmamış ve duygularıyla etkili bir şekilde başa çıkamayan kişiler olarak görülmektedir (Butler ve ark. 2007, Trommsdorff ve Rothbaum 2008).

Duygu ifadesinin belirgin bir şekilde cinsiyet farklılığı gösterdiği belirtilmektedir (Deng ve Zheng 2003, 2004). Kadın ve erkekler gerek biyolojik farklılıklar, gerekse farklı sosyalleşme süreçleri nedeniyle duygu ifadesinde farklılaşmakta (Kring ve Gordon 1998) ve kadınlar erkeklerden daha fazla duygularını ifade etmektedirler (Gross ve John 1995, 2003, Haga ve ark. 2009, Davis ve ark. 2012). Aslında cinsiyet farklılıkları dürtü gücünde (duygusal dürtülerin gücü olarak kavramsallaştırılmaktadır) de ortaya çıkmaktadır. Davis ve arkadaşları (2012) kadınların erkeklere göre duygusal uyarılara daha fazla tepki verdiklerini saptamışlardır. Kring ve arkadaşları (1994) ise kadınların keyif alma aşk, şevkat gibi olumlu; üzüntü, korku, öfke, stres, mahcup olma, utanma ve suçluluk gibi olumsuz

duyguları daha yoğun ve daha sık deneyimlediklerini belirtmişlerdir. Hatta Brody (1999), öfke duygusunu erkeklerin, kadınlara göre daha yoğun yaşadıkları ileri sürülse de, bunun yanıltıcı olabileceğini, bu durumun kadın ve erkeğin farklı duygu tepki stilinden kaynaklanabileceğini ileri sürmektedir.

Mevcut bilgilere bakıldığında, duygu ifadesi hakkında giderek daha fazla şey bilinmektedir. Duygu ifadesinin sosyal etkileşimde, fiziksel ve psikolojik sağlıkta oynadığı rolün belirlenmesinin önemli kuramsal ve pratik faydalar sağlayacağı açıktır. Ancak ülkemizde duygu ifadesini ölçen psikometrik özellikleri belirlenmiş herhangi bir ölçme aracına rastlanmamıştır. Bu bilgiler ışığında araştırmanın amacı, duygu ifadesi araştırmalarında en sık kullanılan Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin toplumumuzda güvenilirlik ve geçerlik özelliklerini incelemektir.

Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği (BDİÖ), duygunun süreç modelinden hareketle Gross ve John (1995) tarafından geliştirilmiştir. Araştırmacılar, duygu ifadesindeki bireysel farklılıkları anlamak için duygunun ortaya çıkmasının ve ifadesinin iki bölümüne teorik olarak odaklanmışlardır. Bunlar kişinin duygusal tepki eğiliminin gücü ve bu duygusal dürtülerin ne dereceye kadar açık olarak ifade edildiğidir. Ölçekte korku, üzüntü, öfke, mutluluk gibi hem olumlu hem olumsuz duygular bulunmaktadır. Faktör analizi bulgularına göre, ölçek bir genel boyut ve birbiri ile ilişkili üç ayrı boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar olumlu duygu ifadesi, olumsuz duygu ifadesi ve dürtü gücüdür. Olumlu duygu ifadesi mutluluk ve neşelenme gibi duyguların, olumsuz duygu ifadesi öfke, korku, tedirginlik ve üzüntü duygularının dışa vurulması; dürtü gücü ise durdurmakta ya da saklamakta güçlük çekilen fiziksel ve davranışsal değişikliklerin eşlik ettiği duygusal tepkiler anlamına gelmektedir. Duygu ifadesinin üç boyutlu faktör yapısı başka çalışmalarla da desteklenmiştir (Gross ve John 1997, 1998). Diğer taraftan ölçeğin yapı geçerliği, ölçek toplam puanı ve alt ölçek puanlarında kadınların duygularını daha fazla ifade ettiklerinin bulunmasıyla da desteklenmiştir.

Ölçeğin ölçüt geçerliğine ilişkin kanıtlar, Gross ve John'un (1997) yürüttükleri iki ayrı çalışmadan elde edilmiştir. İlk çalışmada, duygu ifadesi alt ölçeklerinin, duygu kontrolü ölçümleri ile negatif yönde ilişkili olduğunu, dolayısıyla duygusal yönden ifadesel katılımcıların, duygusal yönden ifadesel olmayanlara göre daha az olasılıkla duygularını engellediklerini gözlemlemişlerdir. İkinci çalışmada, katılımcılar BDİÖ'yü doldurduktan sonra, onların yakın arkadaşları da katılımcıları günlük yaşamlarında düşünerek ölçeği doldurmuşlardır. Elde edilen bulgular, katılımcıların duygusal ifadeselliklerinin kendilik bildirimlerinin farklı zaman ve durumların geçerli bir yansıması olduğuna işaret etmektedir.

Ölçeğin ayırıcı geçerliği için katılımcıların duygusal ifadeselliklerinin kendilik bildirimleri ile üzüntü ve sevinç duygularını tetikleyen filmlere verdikleri davranışsal ifadeler (yüz ifadeleri ve üst beden hareketleri) videoya alınarak incelenmiştir.

BDİÖ'de olumsuz duygu ifadesi alt ölçeği, üzüntünün davranışsal ifadelerini, olumlu duygu ifadesi alt ölçeği ise sevinçin davranışsal ifadelerini birbirinden farklılaşan şekilde yordamıştır (Gross ve John 1997, Gross ve ark. 2000) Ayrıca, BDİÖ'nün ve alt ölçeklerinin Pozitif Negatif Duygulanım Ölçeği ile (Watson ve ark. 1988) beklenen yönde ilişkisi olduğu gösterilmiştir. Duygu ifadesinin Beş Faktör Kişilik Ölçeği (Benet-Martinez ve John 1998) ile de ilişkisine bakılmış, dışa dönüklük ve yumuşak başlılık, olumlu duygu ifadesi; nörotisizm ise dürtü gücü ve olumsuz duygu ifadesi ile ilişkili bulunmuştur (Gross ve John 1995). Ölçekle ilgili orijinal dilinde yapılmış çalışmalardan yola çıkarak, bu çalışmada da BDİÖ'nün dilimize kazandırılması, geçerlilik ve güvenilirlik ölçütlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

### Örneklem

Katılımcılara psikoloji öğrencileri aracılığıyla ve kartopu örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Çalışmaya, İzmir ili sınırları içinde ikamet eden 115 (%54)'i kadın; 98 (%46)'i erkekten oluşan, 18-50 yaş arasında, en az ortaokul mezunu 213 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaşlarının ortalaması 35 (SS=10,45), eğitim düzeylerinin ortalaması 12 (SS=3,14) yıldır. Katılımcıların % 15.2'si lise ve meslek yüksek okul, % 60.8'i üniversite ve % 24'ü de lisansüstü eğitim almıştır.

### Veri Toplama Araçları Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi demografik özelliklerine ilişkin sorular sorulmuştur.

### Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği

Gross ve John (1995) tarafından geliştirilen ölçek 16 maddeden oluşmakta, 1 (hiç katılmıyorum) ile 7 (tamamen katılıyorum) arasında puanlanmakta ve ölçekten alınan toplam puanın yükselmesi kişinin duygularını davranışsal olarak o derece ifade ettiği anlamına gelmektedir.

Ölçeğin güvenilirliği iki ayrı yöntemle belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .82 -.86 arasında, olumlu duygu ifadesi için .65 -.71 arasında, olumsuz duygu ifadesi için .68 -.74 arasında, dürtü gücü için .73-.80 arasında değişmektedir. Ölçeğin 2-3 ay ara ile elde edilen test tekrar test güvenilirliği tüm ölçek için .88, olumlu duygu ifadesi için .71, olumsuz duygu ifadesi için .71, dürtü gücü için .82 olarak bulunmuştur (Gross ve John 1997).

### Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği (DDGÖ)

Duygu düzenleme zorluklarını değerlendirmek için Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen bu öz-bildirim ölçeğinde

36 madde bulunmakta ve her bir madde 5'li likert tipi ölçekte değerlendirilmektedir. Ölçek, "Farkındalık", "Netlik", "Kabul", "Dürtü Kontrolü", "Amaca Yönelik Davranabilme" ve "Strateji" olmak üzere altı alt-ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin psikometrik değerlendirmeleri Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmış ve toplumumuzda kabul edilebilir düzeyde geçerlilik ve güvenilirliğe sahip olduğu görülmüştür. Ölçekten elde edilen puanların yükselmesi, kişinin duygularını düzenlemekte zorlandığı anlamına gelmektedir.

## İşlem

Bu çalışma, Hacettepe Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Birimi tarafından desteklenen 011 D07 101 001 no'lu "Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyonda Duygu Düzenleme Stratejilerinin Gross'un Süreç Modeli Kavramsallaştırmasına Dayanarak İncelenmesi" adlı Proje kapsamında ön çalışma olarak yürütülmüştür. Çalışmaya başlamadan önce Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan onay alınmıştır. İzleyen aşamada ölçeğin yazarlarından izin alınmıştır.

Ölçeğin, Türkçe formunun psikometrik özellikleri için Savaşır (1994)'ın önerdiği yol izlenmiştir. Ölçek, klinik psikoloji alanında iki profesör, bir uzman psikolog ve bir İngilizce öğretmenine yollanmış ve çeviri çalışmasının yapılması istenmiştir. Ölçek Türkçe'ye çevrildikten sonra araştırmacılar tarafından çevirisinde farklılık bulunan maddeler üzerinde ortak ifadelerde anlaşılması, Türkçeleştirilmiş bu form klinik psikoloji alanında uzman üç yargıcıya verilerek ölçek maddeleri üzerinde psikolinguistik düzeltmeler yapılmıştır. Yargıcıların önerileri doğrultusunda yapılan düzeltmelerden sonra, ölçek bu hali ile araştırma örnekleminde bağımsız 30 kişiye uygulanmıştır. Katılımcılardan her bir maddeyi anlaşılabilirlik açısından 1 (hiç anlaşılmıyor) ile 5 (oldukça anlaşılıyor) arasında değerlendirilmeleri istenmiştir. Katılımcıların 4'ün altında puan verdiği maddeler üzerinde tekrar çalışılmış, ifadeler netleştirilmiştir. İzleyen aşamada yazarlara danışıldıktan sonra ölçek maddeleri, daha kolay anlaşılması ve puanlanması için (1) kesinlikle katılmıyorum (3) kararsızım (5) kesinlikle katılıyorum şeklinde 5 dereceli Likert formatında cevaplanacak şekilde oluşturulmuş ve ölçeğin yönergesi, basımı buna uygun olarak yapılmıştır. Son halini alan ölçek demografik bilgi formu, bilgilendirilmiş onam formu ve DDGÖ ile birlikte verilmiştir. Uygulama katılımcıların işyerlerinde ve yüz yüze yapılmış ve toplam 15-20 dakika sürmüştür. Güvenirlilik çalışması için ölçek 4-5 hafta arayla 149 kişiye tekrar uygulanmıştır.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik düzeylerini incelemek için doğrulayıcı ve açımlayıcı faktör analizleri yapılmış, Cronbach Alpha değerleri hesaplanmış, cinsiyet farkı, bağımsız örneklemeler için t testi tekniği ile incelenmiş, DDGÖ toplam puan ve alt boyut puanları arasında Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları hesaplanmış ve test tekrar test güvenilirliği için de Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları kullanılmıştır.

**TABLO 1.** BDİÖ Maddeleri için Faktör Yükleri, Madde Ortalama Puan ve Standart Sapmaları, Madde-Toplam Puan Korelasyon Katsayıları.

Madde ve Madde Numaraları	Döndürme Sonrası Yük Değerleri					
	1	2	3	X	SS	r
<b>Faktör 1: Duyguların Dışa Vurumu</b>						
*Ne zaman olumlu duygular hissetsem, çevremdekiler ne hissettiğimi anlayabilirler(1)	0,68	0,01	0,14	3,98	1,28	0,42
*İnsanlar sıklıkla ne hissettiğimi bilirler(3)	0,6	0,01	0,09	3,11	1,37	0,5
Korkumu gizlemek benim için zordur(5)	0,5	0,24	0,25	3	1,41	0,43
Mutlu olduğum zaman duygularım belli olur(6)	0,52	0,4	0,03	4,52	0,85	0,51
Ben duygularını dışa vuran birisiyim(10)	0,72	0,22	0,33	3,54	1,35	0,59
Ne zaman olumsuz duygular hissetsem, çevremdekiler ne hissettiğimi kolaylıkla anlayabilirler (13)	0,7	0,03	0,15	3,55	1,28	0,62
Ne hissettiğim yüzünden okunur (16)	0,61	0,48	0,17	3,7	1,27	0,7
<b>Faktör 2 Dürtü Gücü</b>						
Bazen istesem de duygularımı saklamayı başaramam(12)	0,41	0,51	0,06	3,74	1,25	0,55
Acıklı filmler seyrederken bazen ağlarım (2)	0,02	0,67	0,06	3,37	1,48	0,4
Birisi bana komik gelen bir şaka yapsa kahkahalarla gülerim(4)	0,27	0,31	0,08	4	1,22	0,31
Vücudum duygusal durumlara fazlasıyla tepki verir(7)	0,31	0,63	0,03	3,71	1,31	0,55
Güçlü duygularım vardır(11)	0,08	0,54	0,27	4,07	1,09	0,32
Durdurmaya çalıştığım halde, ağlamayı durduramadığım zamanlar olmuştur(14)	0,01	0,72	0,23	3,22	1,58	0,41
Duygularımı çok yoğun bir şekilde yaşarım(15)	0,25	0,65	0,17	3,74	1,29	0,48
<b>Faktör 3: Gizleme</b>						
*Öfkemi göstermektense bastırmanın çok daha iyi olduğunu öğrendim(8)	0,07	0,01	0,79	2,71	1,36	0,7
*Ne kadar endişeli ya da üzgün olursam olayım, dışarıdan sakin görünmeye çalışırım(9)	0,19	0,03	0,67	2,5	1,29	0,53
Özdeğerler	3,64	2,24	2,2			
Varyans yüzdeleri	2,3	1,4	1,1			
Alfa katsayısı	0,92	0,85	0,82			
*Ters Puanlanan Maddeler						
SS: standart sapma						

## BULGULAR

### Geçerlilik Bulguları

#### Faktör Analizi

Ölçeğin, maddelerinden elde edilen bağıntı matrisine döndürülmüş temel bileşenler analizi uygulanmıştır. Bu analizde, özdeğeri 1'in üzerinde olan ve toplam varyansın % 48'ini açıklayan 3 faktör ortaya çıkmıştır. Faktör analizi ile ilgili sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur.

Faktör döndürme sonrasında, ölçeğin birinci faktörünün 8 maddeden (1, 3, 5, 6, 10, 12, 13, 16), ikinci faktörünün 6 maddeden (2, 4, 7, 11, 14, 15), üçüncü faktörünün iki maddeden oluştuğu (8, 9) belirlenmiştir. Birinci faktörde yer alan maddelerin yük değerleri .50 ile .72 arasında değişmiştir. İkinci faktörde 4. madde dışındakilerin yük değerleri .54 ile .72 arasında değişmiştir. Dördüncü maddenin üç faktöre de yaklaşık ve düşük değerle yüklendiği dikkat çekmiştir. Ancak bu madde, ikinci faktöre düşük değerle yüklenmekle birlikte, anlam tutarlılığı olduğu için ve Cronbach Alpha değeri bu madde çıkarıldığında değişmediği için, maddenin bu haliyle kalmasına karar verilmiştir. Üçüncü faktörde yer alan maddelerin yük değerleri .67 ve .79 olarak saptanmıştır. Ölçeğin

faktör analizi çalışmasında, üç faktör bulunmasına rağmen, ölçek maddeleri ölçeğin özgün formundaki faktör maddeleriyle tamamen uyum sağlamamaktadır.

Bu çalışmada, ölçeğin birinci faktörü ile ilgili maddeler kişinin hissettiği duyguların dışardan anlaşılması ile ilgili olduğu bu faktör "duygusal ifadesellik" olarak adlandırılmıştır. İkinci faktör ile ilgili maddeler duyguların yoğun bir şekilde deneyimlenmesi ve tepki verilmesi ile ilgilidir, bu faktöre de ölçeğin orijinaline sadık kalınarak "dürtü gücü" adı verilmiştir. Üçüncü faktördeki maddeler ise içsel deneyim ile duygunun dıştan ifadesi arasında tutarsızlığın algılanması ile ilgilidir ve bu faktör "gizleme" olarak adlandırılmıştır.

Temel bileşenler analizi sonucunda elde edilen üç faktörlü yapıya LISREL 8 (Jöreskog ve Sörbom 1993) programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Bir ölçme aracının doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmesi için alan yazında, verilerin uyumunu sınamak için birçok uyum değeri bulunmaktadır. Bu uyum değerlerinden en yaygın olarak kullanılanlar: Ki kare, sınanan modelin Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comperative Fit Index) CFI, modelin açıklanan kovaryans ile gözlenen kovaryansları arasındaki farkların ortalamasını veren Standardize Edilmiş Hataların Ortalama Kare

**TABLO 2.** Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin Faktörleri ile Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği'nin Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyonlar.

Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin Faktörleri	Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği'nin Alt Ölçekleri					
	Amaç	Netlik	İmpulsivite	Kabullenmeme	Strateji	Farkındalık
Duygusal İfadesellik	.20*	.01	.14	.12	.22*	-.06
Dürtü Gücü	.15*	.07	.09	.05	.14*	-.23*
Gizleme	.13	.09	.23*	.12	.15*	.13

\*p&lt;0.5

Kökü (Standartized Root Mean Square Residual) SRMR, Yaklaşık Hataların Ortalama Kare Kökü (Root Mean Square Error of Approximation) RMSEA, Normalleştirilmemiş Uyum İndeksi (Non-Normed Fit Index/Tucker-Lewis Index-NNFI). Bu uyum indekslerinden RMSEA .06 veya daha az bir değere, SRMR .08 ya da daha az CFI ve NNFI ise .90 ve bir değer model için kabul edilebilir uyumun göstergesi, .95 ve üstü iyi bir uyum indeksi olarak kabul edilmektedir (Hu ve Bentler 1999). Oluşturulan hipotez modelin sonuçlarına göre, uyum indeksleri istenir düzeyde olmamıştır (RMSEA=.061; CFI= .88; NNFI= .89; SRMR=.081). Analiz sonucunda program 4. maddenin aynı anda üç faktörde yer alması nedeniyle bu maddeyle ilgili değişiklik indeksleri önermiştir. Bu öneriler 4. maddenin 2. faktörde yer alan maddelerle ilişkisi olduğunu belirtmektedir. Dönüştürülmüş modelin (revised model) analizi sonucunda elde edilen uyum indeksleri biraz daha yükselmiş (RMSEA= .051; CFI= .91; NNFI = .90; SRMR=.078) ve sonuçlar modelin doğrulandığını göstermiştir,  $\chi^2 (114, n = 213) = 394.91, p < .001$ .

### Cinsiyet farklılığı

Erkek katılımcıların BDİÖ'den aldığı toplam ortalama puan ( $X=52,51, SS=10,07$ ), kadınların ortalama puanından ( $X=60,12, SS=9,80$ ) anlamlı olarak düşüktür,  $t(204)=5.492, p < 0.5$ . Alt ölçek puanları incelendiğinde ise, duygusal ifadesellik ve dürtü gücü alt ölçeklerinde erkek katılımcıların ortalama puanı (sıra ile  $X=20,55, SS=3,98; X=20,22, SS=5,00$ ), kadınların ortalama puanından (sıra ile  $X=22,71, SS=3,60; X=23,79, SS=4,61$ ) anlamlı olarak düşüktür, (sıra ile  $t(200)=4,039, p < 0.1; t(198)=5.241, p < 0.1$ ). Gizleme alt ölçeği için ise erkek katılımcıların ortalama puanı ( $X=8,02, SS=2,21$ ), kadınların ortalama puanından ( $X=6,77, SS=2,16$ ) anlamlı olarak yüksektir  $t(201)=3,528, p < 0.1$ .

### Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği ve Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği'nin İlişkisi

Analiz sonuçlarına göre, BDİÖ'nün toplam puanı ile DDGÖ'nün toplam puanı arasındaki korelasyon  $r=.20, p < .05$  düzeyindedir. Ayrıca, BDİÖ'nün toplam puanının DDGÖ'nün alt ölçeklerinden olan "amaç", "strateji" ve

"impulsivite" ile ilişkili olduğu saptanmıştır (sıra ile:  $r=.22, p < .05; r=.28, p < .05, r=.18, p < .05$ ).

BDİÖ'nün faktörleri ile DDGÖ'nün alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar Tablo 2'de gösterilmiştir. Tablodan da izlenebildiği gibi BDİÖ'nün "duygusal ifadesellik" faktörü, DDGÖ'nün amaç ve strateji alt ölçekleri ile pozitif yönde ilişkilidir, (sıra ile:  $r=.20, p < .05; r=.22, p < .05$ ). BDİÖ'nün "dürtü gücü" faktörü, DDGÖ'nün amaç ve strateji alt ölçekleri ile pozitif, farkındalık alt ölçeği ile negatif yönde ilişkilidir, (sıra ile:  $r=.15, p < .05; r=.14, p < .05; r=-.23, p < .05$ ). BDİÖ'nün gizleme faktörü, DDGÖ'nün impulsivite ve strateji alt ölçekleri ile pozitif yönde ilişkilidir, (sıra ile:  $r=.23, p < .05; r=.15, p < .05$ ).

### Güvenilirlik bulguları

Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla Cronbach Alfa ve madde toplam puan korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Hesaplanan madde toplam puan korelasyon katsayılarına ilişkin sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur. Tablo 1'den de izlenebileceği gibi, ölçeğin, madde toplam puan korelasyon katsayıları .31 ile .70 arasında değişirken, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .81 düzeyinde olduğu görülmüştür.

Test tekrar test uygulamasının yapıldığı 149 kişinin (% 55'i kadın) yaş ortalaması 35 ( $SS=10,45$ ), eğitim düzeylerinin ortalaması ise 13,4 ( $SS=2,24$ ) yıldır. Yapılan analizler sonucunda iki uygulama arasındaki korelasyon  $.78 p < .05$  düzeyinde bulunmuştur. Alt ölçekler incelendiğinde "duygusal ifadesellik" için  $r = .79 p < .05$ , "dürtü gücü" için  $r = .81 p < .05$ , "gizleme" için  $r = .82 p < .05$  düzeyinde olduğu tespit edilmiştir.

### TARTIŞMA

Son dönemlerde, duyguları ifade etme ile fiziksel ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi ortaya koyan araştırmalar, duygu ifadesinin geçerli ve güvenilir ölçüm araçlarıyla değerlendirilmesine olan ihtiyacı arttırmıştır. Buradan hareketle, bu çalışmada Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin Türkiye için geçerlilik ve güvenilirlik ölçütleri incelenmiştir.

Ölçeğin geçerlilik ölçütleri öncelikle faktör yapısı incelenerek değerlendirilmiştir. Türkçe formun maddelerinin üç faktörü yansıttığı ve bu üç faktörün toplam varyansın % 48'ini açıkladığı görülmektedir. Ölçeğin üç faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile de desteklenmiştir. Ayrıca bu bulgu ölçeğin özgün formu ile tutarlıdır. Ölçeğin özgün formunda, ortaya çıkan üç faktör, toplam varyansın %50'sini açıklamaktadır (Gross ve John 1995). Ölçeğin Türkçe formunda, özgün formunda olduğu gibi üç faktör elde edilmesine rağmen, faktörlerde yer alan maddelerin bazılarının özgün formdakiyle örtüşmemesi sebebiyle, Türkçe formdaki iki faktör farklı bir şekilde adlandırılmıştır. Bir faktör ise, "Biri bana komik gelen bir şaka yapsa kahkahalarla gülerim" dışındaki maddelerin özgün form ile uyumu sebebiyle orijinaline sadık kalınarak "dürtü gücü" şeklinde adlandırılmıştır. Kısaca, Türkçe formda yer alan faktörler "duygusal ifadesellik", "dürtü gücü" ve "gizleme" olarak, adlandırılırken, orijinal formdaki faktörler "olumlu duygu ifadesi", "olumsuz duygu ifadesi" ve "dürtü gücü" olarak tanımlanmıştır.

Türkçe formda, orijinal formdaki olumlu ve olumsuz duygu ifadesi maddelerinin çoğunun bir faktörde birleştiği dikkat çekmektedir. Örneğin, "Ne zaman olumlu duygular hissetsem, çevremdekiler ne hissettiğimi anlayabilirler" maddesi ölçeğin özgün formunda olumlu duygu ifadesi, "korkumu gizlemek benim için zordur" maddesi ise olumsuz duygu ifadesi altında yer alırken, Türkçe formda bu iki madde aynı faktör altında yer almıştır. Bu bulgu, olumlu ve olumsuz duygu ifadesinin birbirinden ayrı yapılar olduğunu ileri süren görgül çalışmalarla tutarlı değildir (King ve Emmons 1990, Gross ve John 1995, Gross ve ark. 2000). Diğer taraftan, Barchard (2001), BDİÖ'de bazı maddelerin olumlu veya olumsuz duygu ile ilişkili olmadıklarını, bu maddelerin duygusal deneyimle ilişkili olduklarını ileri sürmektedir.

Türkçe formun faktör örüntüsünde en dikkat çekici nokta, "gizleme" faktörüdür. Bu faktör örüntüsü, ölçeğin orijinal formunda bulunmamaktadır. Bu faktör "öfkemi göstermekten, bastırmanın çok daha iyi olduğunu öğrendim" ve "ne kadar endişeli ya da üzgün olursam olayım dışardan sakın görünmeye çalışırım" maddelerinden oluşmaktadır. Bu bulgu Gross ve John (1998)'un duygu ifadesinin çok boyutlu bir yapı olduğunu ve duygu ifadesinin hiyerarşik modelini ileri sürdükleri çalışmaları ile tutarlılık göstermektedir. Hiyerarşik modele göre duygu ifadesi, "ifadesel güven", "temel duygusal ifadesellik" ve "gizleme" boyutlarından oluşmaktadır. İfadesel güven, kişinin duygularını ifade eden davranışlarına güvenmesidir. Temel duygusal ifadesellik, sosyal ortamlarda spontan bir şekilde duygunun ifade edilmesidir, olumlu duygu ifadesi, olumsuz duygu ifadesi ve dürtü gücünü içeren üç yapıdan oluşmaktadır. Gizleme ise, içsel deneyim ile duygunun dıştan ifadesi arasında algılanan tutarsızlıktır.

Duygu ifadesinin farklı kültürlerde farklı yapılarla ilişkili olabileceği ileri sürülmektedir (Mesquita ve Walker 2002). Bizim

kültürümüzde de, duygu ifadesinin Gross ve John (1995)'nin ileri sürdüğü yapıdan, "gizleme" olarak tanımlanan farklı bir yapısı ortaya çıkmıştır. Ancak, Türkçe formun belirtilen faktör yapısı ile Gross ve John (1998) tarafından ileri sürülen duygu ifadesinin hiyerarşik modeliyle kuramsal ve istatistiksel olarak örtüşmektedir. Dolayısıyla ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca Türkçe formun faktör yapısı ile ilgili bulgular, Gross ve John'un (1995) duygu ifadesinin ifadesizlikten, ifadeselliğe tek bir boyut olarak kavramsallaştırılmaması gerektiği, duygu ifadesinin farklı boyutlardan oluştuğu görüşünü desteklemektedir.

Gizleme faktörünün ortaya çıkmasının, toplulukçu temelli kültürümüzdeki (Göregenli 1995, İmamoğlu 1998, Kağıtçıbaşı 1998) anlamını anlamak önemli görülmektedir. Mesquita ve Walker (2002), ifadesel davranışın kültürler arasında değişiklik gösterdiğini, toplulukçu temelli kültürlerde olumsuz duyguların gizlendiğini, duygu ifadesinin bireysellik vurgulayıp, benlik ile diğerleri arasındaki sınırları belirginleştirdiğini ileri sürmektedirler. Bu bağlamda duyguları gizlemenin içinde bulunulan kültür için ne anlama geldiğini bilmek gerekmektedir. Benzer şekilde, ölçekteki 4. madde, madde-toplam puan korelasyonu en düşük maddedir. Bu madde, "Biri bana komik gelen şaka yapsa, kahkahalarla gülerim" dir. Bu maddenin de ölçeğin toplam puanı ile düşük korelasyon göstermesi toplulukçu temelli kültürel yapıyla ilgili olabilir. Nitekim, Mesquita ve Walker (2002), toplulukçu kültürlerde mutluluk, neşe ve sevinç duygularının ifade edilmesinin oldukça nadir olduğunu, bu duyguların dışa vurulmasının başkalarının duygusal durumları ile çakışabileceği için kişiler arası ilişkilerde yıkıcı olabileceğini belirtmektedir. Kısaca, toplulukçu temelli bir kültürde duyguların gizlenmesi, kişiler arası ilişkilerin bozulmasını önleyeceği için oldukça işlevsel olabilmektedir.

Diğer taraftan bu çalışmanın örnekleminin çoğunluğu (%84) üniversite ve üstünde eğitim düzeyinde olan kişilerden oluşmaktadır. Duygu ifadesinin yapısında gözlemlenen bu örüntüde eğitim düzeyinin de rolü olabileceği düşünülebilir. Ancak Lü ve Wang (2012), farklı etnik gruplardaki üniversite öğrencileriyle yürüttükleri çalışmalarında duygu ifadesinin öğrencilerin sınıf düzeylerine göre farklılaşmadığını gözlemlemiş ve kişilerin duygularını ifade etmesinde eğitim düzeyindeki farklılıklardan ziyade kültürel ve grup normlarının belirgin bir rolü olduğunu ileri sürmüşlerdir. Ekman (1972) kişinin ne zaman ve nasıl duygularını ifade edeceğini belirleyen faktörün kültür ve grup normları olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde Gross ve John (1998, 2003) duygu ifadesi ile ilgili değişkenlerin grup farklılıkları ve cinsiyet olduğunu ileri sürmektedirler.

Ölçeğin geçerlilik ölçütleri cinsiyet farklılıkları incelenerek de değerlendirilmiştir. Cinsiyet farklılıkları incelendiğinde, kadınların toplam ölçek puanlarının, erkeklerin toplam puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, "duygusal

ifadesellik”, “dürtü gücü” alt ölçeklerinden kadınlar, erkeklerden yüksek puan almışlardır. Gizleme alt ölçeğinde ise, erkek katılımcıların puanları, kadın katılımcıların puanlarından yüksektir. Bu bulgular, kadınların erkeklere göre genel olarak duygularını daha fazla ifade ettiklerini gösteren çalışmalarla tutarlıdır (Claesson ve ark. 2007, Gross ve John 1995, 1998). Bu şekilde ölçeğin ve alt ölçeklerinin yapı geçerliliğinin farklı bir şekilde desteklendiği düşünülebilir.

Bu çalışmada ayrıca ölçeğin geçerlilik ölçütleri için DDGÖ ile BDİÖ arasındaki ilişki de araştırılmıştır. Bulgular, BDİÖ toplam puanı ile DDGÖ toplam puanı arasında doğrusal bir ilişki olduğuna ve kişinin duygularını davranışsal olarak ifade ettikçe duygu düzenlemede güçlüklerin de arttığına işaret etmektedir. Bu bulgu, duyguları ifade etmenin olumsuz ruh sağlığı ile de ilişkili olabileceğini gösteren bulgularla tutarlıdır (Rime ve Zech 2001). Diğer taraftan hem olumlu hem olumsuz duyguların uygun derecede ifade edilmesinin, duyguların etkili bir şekilde düzenlendiği anlamına geldiği belirtilmektedir (Butler ve Gross 2004, Kennedy-Moore ve Watson 2001). Bu bulgu toplulukçu temelli kültürümüzle ilişkili olabilir. Kağıtçıbaşı (1998), Türk kültüründe duyguların dışa vurulmasının ve konuşulmasının desteklenmediğini belirtmiştir. Nitekim, Kuyumcu ve Güven (2012), İngiliz üniversite öğrencilerinin aksine, Türk üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarında duyguları ifade etmekten ziyade, duyguları tanımanın daha etkili olduğunu gözlemlemişlerdir.

Diğer taraftan BDİÖ toplam puanı ile DDGÖ toplam puanı arasındaki doğrusal ilişki düşük düzeydedir. Bu bulgu, duyguları ifade etmenin olumlu ruh sağlığı ile ilişkili olmasından da kaynaklanabilir. Duyguları ifade etmenin yaşanan psikolojik sıkıntıya ilişkin duygusal tepkiyi anlamayı sağlayarak, duyguların düzenlenmesine yardımcı olabileceği de ileri sürülmektedir (Kennedy-Moore ve Watson 2001, Lepore ve ark. 2000). Kuzucu (2011), üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada duyguları ifade etmenin paylaşma ihtiyacının sürdürülmesiyle ilişkili olduğunu, bu nedenle duyguları ifade etmenin olumlu duyguyla ilişkili olduğunu gözlemlemiştir. Benzer şekilde Dönmez (2007) lise öğrencileri arasında olumsuz duygularını daha rahat ifade eden öğrencilerin, çevrelerine daha fazla yakınlık gösterdiklerini ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. BDİÖ ile DDGÖ arasındaki doğrusal ama düşük düzeyde olan ilişki duyguları ifade etme ile psikolojik sağlık arasındaki değişkenlerin toplumumuzda aydınlatılmasına ihtiyaç olduğuna işaret etmektedir.

Ayrıca, BDİÖ, DDGÖ'nün “amaç”, “strateji” ve “impulsivite” alt ölçekleri ile pozitif yönde ilişkilidir. Bu alt ölçekler, kişinin amaca uygun davranmaması, impulsif davranışları üzerinde kontrol uygulayamaması, strateji oluşturmada yetersiz kalması anlamına gelmektedir. Bulgular, bu alanlarda zorluklar arttıkça, duygu ifadesinin de artabileceğine işaret etmektedir. Benzer şekilde BDİÖ'nün “duygusal ifadesellik”

ve “dürtü gücü” faktörleri, DDGÖ'nün amaç ve strateji alt ölçekleri ile de pozitif yönde ilişkilidir. Bu bulgu duyguların dışa vurumu ve deneyimlenen duyguların şiddeti artıkça, kişinin amaca uygun davranmakta, duygularını düzenlemek için etkili stratejileri seçmekte zorlanabileceğine işaret etmektedir. Diğer taraftan “dürtü gücü” faktörü DDGÖ'nün farkındalık alt ölçeği ile ters yönde ilişkili bulunmuş, duyguların şiddeti arttıkça, duygularla ilgili farkındalığın azalacağı düşünülmüştür.

Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin gizleme faktörü, DDGÖ'nün impulsivite alt ölçeği ile de ilişkili bulunmuştur. Bu durum, kişinin olumsuz duygularını bastırdıkça, dürtüsel davranışları üzerinde kontrol uygulamakta zorlanması anlamına gelmektedir. Bu bulgu önceki çalışmalarla tutarlıdır (Tull ve ark. 2010). Gizleme faktörü, aynı zamanda DDGÖ'nün strateji alt ölçeği ile ilişkilidir. Bu da kişinin olumsuz duygularını bastırdıkça, duygularını düzenlemek için etkili stratejiler kullanmadığına işaret etmektedir. Birçok korelasyonel çalışma, duyguları göstermemeye çalışmanın işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejileri ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Hayes ve ark. 2006, Salters-Pedneault ve ark. 2004). Kısaca BDİÖ'nün toplam puanı ile alt ölçeklerinin, DDGÖ'nün toplam puanı ve alt ölçekleri arasındaki korelasyonların ilgili literatür ile tutarlı olması, ölçek ve alt ölçeklerinin yapı geçerliğini destekleyen başka bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Duygusal ifadesellik ve dürtü gücü faktörleri arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olmasına rağmen, gizleme faktörü ile duygusal ifadesellik faktörleri arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır. Bu bulgu da, kuramsal olarak beklendiği yöndedir (Gross ve John 1998). Dürtü gücü, kişinin güçlü duygulara sahip olması anlamına gelmektedir. Kişinin duygularını yoğun bir şekilde yaşaması, kişiyi bu duyguları ifade etmeye zorlayabilmektedir.

Ölçeğin Türkçe formunun test tekrar test tutarlılığı incelendiğinde ise ölçek toplam puanı ve faktörleri için tutarlılık katsayılarının istatistiksel olarak kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmektedir. Türkçe formun, test tekrar test tutarlılık katsayıları, orijinal form ile benzerlik göstermektedir.

Aktarılanlardan görüldüğü gibi, BDİÖ'nün güvenilirlik ve geçerlilik ilişkin tüm bulgular bir arada değerlendirildiğinde, ölçeğin araştırmanın yürütüldüğü örneklem açısından kabul edilebilir düzeyde güvenilirlik ve geçerlilik sahip olduğu söylenilebilir. Ancak bu çalışmada ölçeğin geçerliliği sınırlı bir şekilde incelenmiştir, ayrıca duygu ifadesinde kültür ve cinsiyetin önemli bir etkisinin olabileceği dikkat çekmektedir. Ölçeklerin kullanıldıkları her bir çalışma, o ölçeğin geçerliliği ile ilgili bilgiyi arttırmaktadır. Dolayısıyla geçerlilik çalışmalarına izleyen aşamalarda devam edilmesi duygu ifadesinin farklı yapıları hakkında bilgi edinilmesini ve duygu sürecinde farklı yapıların nasıl işlediklerinin görülmesini sağlayacak daha kapsamlı kuramların gelişmesine zemin hazırlayacaktır.

## KAYNAKLAR

- Barchard KA (2001) Positive Expressivity Scale and Negative Expressivity Scale. Initial Psychometrics Characteristics. Batı Psikoloji Birliği Kongresi'nde poster olarak sunulmuştur. Hawaii.
- Benet-Martinez V, John OP (1998) Los cinco grades across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod Analyses of the big five in Spanish and English. *J Pers Soc Psychol* 75:729-50.
- Butler EA, Gross JJ (2004) Hiding feelings in social contexts: Out of sight is not out of mind. *The Regulation of Emotion*, P Philippot, RS Feldman (Ed), Mahwah, New Jersey: Erlbaum. s. 101-26.
- Butler EA, Lee TL, Gross JJ (2007) Emotion regulation and culture: Are social consequences of emotion suppression culture specific? *Emotion* 7:30-48.
- Brody LR (1999) Gender, emotion, and the family. Cambridge, MA: Harvard University Press. s.448.
- Claesson K, Birgegard A, Sohlberg S (2007) Shame: Mechanisms of activation and consequences for social perception, self image and general negative emotion. *J Pers* 75: 597-65.
- D'Avanzato C, Joorman J, Siemer M ve ark. (2013) Emotion regulation in depression and anxiety: examining diagnostic specificity and stability of strategy use. *Cognit Ther Res* 37: 968-80.
- Davis E, Greenberger E, Charles S ve ark. (2012) Emotion experience and regulation in China and the U.S: How do culture and gender shape emotion responding? *Int J Psychol* 47: 230-9.
- Deng LF, Zheng RC (2003) Research on the relationship between emotional direction expression and mental health in college students. *Psychology Developmental Education* 19: 69-73.
- Deng LF, Zheng RC (2004) Affect variables and mental health in college students. *Chinese Mental Health of Journal* 18:58-60.
- Dönmez MM (2007) Meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık düzeylerine göre yaşam doyumu ve duyguları ifade etme eğilimlerinin karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*: Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bölümleri Enstitüsü.
- Ekman P (1972) Universals and cultural differences in facial expressions of emotion. *Nebraska Symposium on Motivation*, 1971. J Cole (Ed), Lincoln, NE: University of Nebraska Press. s. 207-83.
- Gratz KL, Roemer L (2004) Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure and initial validation of the difficulties in Emotion Regulation Scale. *J Psychopathol Behav Assess* 36:41-54.
- Göregenli M (1995) Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 10: 1-14.
- Gross JJ, John OP (1995) Facets of emotional expressivity: Three self-report factors and their correlates. *Pers Individ Dif* 19:555-68.
- Gross JJ, John OP (1997) Revealing feelings: Facets of emotional expressivity multi-modal evidence for a hierarchical model. *J Pers Soc Psychol* 74:190-1.
- Gross JJ, John OP, Richards JM (2000) The dissociation of emotion expression from emotion experience. A personality perspective. *Pers Soc Psychol Bull* 26:712-26.
- Gross JJ, John OP (1998) Mapping the domain of expressivity: Multi-method evidence for a hierarchical model. *J Pers Soc Psychol* 74:170-91.
- Gross JJ, John OP (2003) Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J Pers Soc Psychol* 85:348-62.
- Haga S, Kraft P, Corby E (2009) Emotion Regulation: Antecedents and Well-Being Outcomes of Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression in Cross-Cultural Samples. *J Happiness Stud* 10:271-91.
- Hayes SC, Louma JB, Bond FW ve ark. (2006) Acceptance and commitment therapy: model processes and outcomes. *Behav Res Ther* 44:1-25.
- Hu L, Bentler PM (1999) Cut of criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Struct Equ Modeling* 6:1-55.
- İmamoğlu O (1998) Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *J Psychol* 132:95-105.
- Jöreskog K, Sörbom D (1993) LISREL 8: Structural Equation Modeling with the SIMPLIS Command Language. Chicago, IL: Scientific Software International Inc.
- Kağıtçıbaşı Ç (1998) Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kennedy-Moore E, Watson JC (2001) How and when does emotional expression help? *Rev Gen Psychol* 5:187-212.
- King LA, Emmons RA (1990) Conflict over emotional expression: Psychological and Physical correlates. *J Pers Soc Psychol* 58:864-77.
- Kring AM, Neale JM (1996) Do schizophrenic patients show a disjunction among expressive, experiential, and psychophysiological components of emotion? *J Abnorm Psychol* 105:249-57.
- Kring AM, Smith DA, Neale JM (1994) Individual differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the Emotional Expressivity Scale. *J Pers Soc Psychol* 66:934-49.
- Kring AM, Gordon AH (1998) Sex differences in emotion: Expression, experience and physiology. *J Pers Soc Psychol* 74:686-703.
- Kuyumcu B, Güven M (2012) Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını farketmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi* 32:589-607.
- Kuzucu Y (2011) Duyguları İfade Etme Ölçeği'nin uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kastamonu Eğitim Dergisi* 19:779-92.
- Lepore SJ, Ragan JD, Jones S (2000) Talking facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *J Pers Soc Psychol* 78:499-508.
- Lü W, Wang Z (2012) Emotional expressivity, emotion regulation and mood in college students: Across-ethnic study. *J Pers Soc Psychol* 40:319-30.
- Matsumoto D (2006) Are cultural differences in emotion regulation mediated by personality traits? *J Cross Cult Psychol* 37:421-37.
- Mesquita B, Walker R (2002) Cultural differences in emotions: a context for interpreting emotional experiences. *Behav Res Ther* 41:777-93.
- Rachman S (1993) Obsessions, responsibility and guilt. *Behav Res Ther* 31:149-54.
- Rime B, Zech E (2001) The social sharing of emotion. *Bol Psicol* 40:97-108.
- Rugancı N, Gençöz T (2010) Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *J Clin Psychol* 66:442-55.
- Salters-Pedneault K, Tull MT, Roemer L (2004) The role of avoidance of emotional material in anxiety disorders. *Appl Prev Psychol* 11:95-114.
- Savaşır I (1994) Ölçek uyarlamasındaki bazı sorunlar ve çözüm yolları. *Türk Psikoloji Dergisi* 33:27-32.
- Shaw WS, Patterson TL, Semple SJ ve ark. (2003) Emotional expressiveness, hostility, and blood pressure in a longitudinal cohort of Alzheimer caregivers. *J Psychosom Res* 54:293-302.
- Sloan DM, Marx BP (2004) Taking pen to hand: Evaluating theories underlying the written emotional disclosure paradigm. *Clinical Psychology: Science and Practice* 11:121-37.
- Stanton AL, Danoff-Burg S, Cameron CL ve ark. (2000) Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer. *J Consult Clin Psychol* 68:875-82.
- Trommsdorff G, Rothbaum F (2008) Development of Emotion Regulation in Cultural Context. *Regulating emotions*, 2. Baskı, M Vandekerckhove, C Von Scheve, S Ismer, S Jung, S Kronast (Ed) New York, Blackwell Publishing, s.85-111.
- Tull MT, Jakupcak M, Roemer L (2010) Emotion suppression: a preliminary experimental investigation of its immediate effects and role in subsequent reactivity to novel stimuli. *Cognit Ther Res* 34:114-25.
- Watson D, Clark LA, Tellegen A (1988) Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *J Pers Soc Psychol* 54:1063-70.
- Whiteside SP, Abramowitz JS (2004) Obsessive-compulsive symptoms and the expression of anger. *Cognit Ther Res* 28:259-68.
- Yuan J, Liu Y, Ding N ve ark. (2014) The Regulation of Induced Depression during a Frustrating Situation: Benefits of Expressive Suppression in Chinese Individuals. *PLoS ONE* 9,5:e97420.