

IX. INTERNATIONAL SOCIAL SCIENCES CONGRESS

CONFERENCE BOOK



EDITOR ASSIST. PROF. MEHTAP KARACIL

IX. INTERNATIONAL SOCIAL SCIENCES CONGRESS

SEPTEMBER 27-29,2024

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ

EDITOR: ASSIST. PROF. MEHTAP KARACIL

COPYRIGHT © 2024

BY ASES CONGRESS ORGANIZATION
PUBLISHING COMPANY LIMITED

ALL RIGHTS RESERVED. NO PART OF THIS PUBLICATION MAY BE REPRODUCED, DISTRIBUTED OR TRANSMITTED IN ANY FORM OR BY ANY MEANS, INCLUDING PHOTOCOPYING, RECORDING OR OTHER ELECTRONIC OR MECHANICAL METHODS, WITHOUT THE PRIOR WRITTEN PERMISSION OF THE PUBLISHER, EXCEPT IN THE CASE OF BRIEF QUOTATIONS EMBODIED IN CRITICAL REVIEWS AND CERTAIN OTHER NONCOMMERCIAL USES PERMITTED BY COPYRIGHT LAW. ASES CONGRESS ORGANIZATION PUBLISHING® IT IS RESPONSIBILITY OF THE AUTHOR TO ABIDE BY THE PUBLISHING ETHICS RULES.

ASES PUBLICATIONS – 2024©

14.10.2024

ISBN: '978-625-95080-5-4'

CONGRESS ID

CONFERENCE TITLE

IX. INTERNATIONAL SOCIAL SCIENCES CONGRESS

DATE AND PLACE

SEPTEMBER 27-29, 2024

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ

ORGANIZATION

ASES (ACADEMY OF SCIENTIFIC AND EDUCATIONAL STUDIES)

LANGUAGES

Turkish, English, Arabic, Russian

VALIDITY AND RELIABILITY OF THE TURKISH VERSION OF THE
FLEXIBILITY IN PARTNER PERSPECTIVES SCALE
PARTNER PERSPEKTİFLERİNE ESNEK YAKLAŞIM ÖLÇEĞİ TÜRKÇE
FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİĞİ

UFUK DUMAN¹, HALİL EKŞİ², İBRAHİM HALİL DEMİR³

¹Psikolojik Danışman, Marmara Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
0009-0009-4816-2416

²Prof.Dr., Marmara Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
0000-0001-7520-4559

³Dr. Öğr. Üyesi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
0000-0002-9397-9232

Özet

Bu çalışmanın amacı, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin (PPEYÖ) Türkçe uyarlamasının gerçekleştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Çalışmanın kuramsal temeli, psikolojik esneklik ve ilişkisel esneklik kavramlarına dayanmaktadır. Psikolojik esneklik, bireylerin zorlayıcı durumlara başa çıkma yeteneği olarak tanımlanırken; ilişkisel esneklik, partnerlerin empati kurma, farklı perspektifleri anlama, bu perspektiflere esnek ve anlayışa dayalı yanıtlar verme yeteneklerini içeren çok boyutlu bir yapı olarak tanımlanmaktadır. PPEYÖ, bu becerilerin ölçülmesi için geliştirilmiş kısa ve etkili bir araçtır.

Çalışma grubunu, 18 yaş üstü ve en az 3 aydır romantik ilişki yaşayan 397 katılımcı (325 kadın ve 72 erkek) oluşturmaktadır. Ölçek uyarlama sürecinde çeviri ve geri çeviri yöntemleri kullanılarak ölçek maddelerinin dilsel ve kültürel uyumu sağlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi yapılarak incelenmiş ve iki faktörlü yapısı doğrulanmıştır. Güvenirlilik analizi kapsamında, Cronbach's Alfa iç tutarlık katsayıları her bir alt boyut için .70 ve .77, ölçeğin geneli için ise .73 olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği, Kişiler Arası Tepkisellik İndeksi'nin "Perspektif Alma" alt boyutu, Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin "Alternatifler" alt boyutu ve İlişki Doyum İndeksi ile incelenmiş ve PPEYÖ'nün bu ölçeklerle pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır. Sonuçlar, PPEYÖ'nün Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Bu ölçek, romantik ilişkilerde esnek düşünmenin ve perspektif almanın ilişki memnuniyeti üzerindeki olumlu etkilerini değerlendirmede önemli bir araç olarak kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: psikolojik esneklik, ilişkisel esneklik, perspektif alma, romantik ilişki

Abstract

The aim of this study is to adapt the Flexibility in Partner Perspectives Scale (FiPPS) into Turkish and to examine its psychometric properties. The theoretical framework of the study is based on the concepts of psychological flexibility and relational flexibility.

Psychological flexibility is defined as the ability of individuals to cope with challenging situations, while relational flexibility refers to a multidimensional construct that encompasses the ability of partners to empathize, understand different perspectives, and provide flexible and understanding-based responses to these perspectives. FiPPS is a short and effective tool developed to measure these skills.

The study sample consists of 397 participants (325 women and 72 men) who are over 18 years old and have been in a romantic relationship for at least three months. During the scale adaptation process, translation and back-translation methods were used to ensure linguistic and cultural compatibility of the scale items. The construct validity of the scale was examined through confirmatory factor analysis, and its two-factor structure was confirmed. For reliability analysis, Cronbach's Alpha internal consistency coefficients were found to be .70 and .77 for each subdimension, and .73 for the overall scale. Criterion validity was examined by correlating the FiPPS with the "Perspective Taking" subscale of the Interpersonal Reactivity Index, the "Alternatives" subscale of the Cognitive Flexibility Inventory, and the Couples Satisfaction Index, and it was found that FiPPS showed significant positive correlations with these scales. The results indicate that the Turkish version of the FiPPS is a valid and reliable measurement tool. This scale can be a valuable tool in assessing the positive effects of flexible thinking and perspective-taking on relationship satisfaction in romantic relationships.

Keywords: psychological flexibility, relational flexibility, perspective-taking, romantic relationship

1. GİRİŞ

Partnerlerin uyumlu bir şekilde ilişkilerini sürdürebilmeleri için duygularını paylaşmaları, esnek tepkiler vermeleri, empati göstermeleri, bireysel farklılıkları kabul etmeleri ve ilgi ile sevgilerini birbirlerine iletmeleri önemlidir (Tutarel-Kışlak ve Göztepe, 2012; Kelly ve ark., 2003).

Örneğin, eşinin işten geç dönmesinin sebebi olarak eşinin kendisiyle vakit geçirmek istemediğini düşünen bir adamı ele alalım. Katı bir şekilde bu inanca bağlı olan adam, eşinin patronunun beklenmedik bir şekilde günün sonunda acil bir ek iş verdiğini söylese bile eşinin işten geç gelmesine sinirlenip suçlayıcı davranabilir ve duygusal olarak mesafeli olabilir. Buna karşılık esnek tepki biçimlerine sahip partnerler, potansiyel anlaşmazlık anlarını yatıştırmak ve karşılıklı anlayışı teşvik etmek için perspektif alma, empati, duygu düzenleme ve diğer ilişkisel esneklik becerilerini (bkz. Tankha ve ark., 2020) daha etkili bir şekilde kullanmalıdırlar (Fua ve ark., 2023; Silverman ve ark., 2023). Bu kişi partnerinin geç dönmesine yönelik birden çok sebep düşünebilir, empati kurabilir, duygularını açıkça paylaşabilir ve gelecekte tekrar böyle bir durum olduğunda kendisine haber vermesini içten bir şekilde rica edebilir. Böylece zamanla, esnek yanıt vermenin ilişki içindeki yıkıcı iletişim kalıplarının azaltması ve ilişki kalitesini artırması beklenmektedir (Gottman, 1994; Fua, ve ark., 2023; Kelly ve ark., 2003).

Dolayısıyla, ilişkisel esnekliğin (yani, ilişki işleyişine ve ikili sosyal etkileşimlere özgü psikolojik esneklik) yönlerinin belirlenmesi ve ölçülmesi neyin sağlıklı ilişki işleyişini desteklediğinin anlaşılmasını sağlayabilir. Bu da psikolojik esneklik kavramı ile ilişkili olan ilişkisel esnekliği müdahale yaklaşımı için önemli gören çift terapistlerinin çalışmalarına yön verebilir (Fua ve ark., 2023).

1.1. Kuramsal Çerçeve

Psikolojik esneklik literatürde çok çeşitli şekillerde tanımlanmıştır (Cherry ve ark., 2021). Örneğin Kashdan ve Rottenberg'e (2010) göre psikolojik esneklik, çeşitli durumları tanıma ve

bu durumlara uyum sağlamayı; kişinin tanıma ve uyum sağlama stratejileri bireysel veya sosyal yaşamın akışını tehlikeye attığında düşünce veya davranış repertuarını değiştirmeyi; önemli yaşam alanları arasındaki dengeyi korumayı ve sahip olunan değerlerle uyumlu olarak davranışlarını farkında ve açık olmayı kapsamaktadır. Diğer araştırmacılar tarafından psikolojik esneklik ya da yalın bir şekilde esneklik, kişinin savunmalara başvurmadan, anı tam olarak deneyimleyebilme ve an içindeki düşünce ve duygularla temas kurabilme yeteneği olarak tanımlanır. Ayrıca, durumun sunduğu olanaklara bağlı olarak, hedef ve değerlerin peşinden gitmeye devam etme ya da davranışlarını değiştirme kapasitesini içerir (Hayes ve ark., 1999; Hayes ve ark., 2006). Pruessner ve arkadaşları (2020) ise psikolojik esnekliği, gelişen olaylardan elde edilen yeni bilgileri çalışma belleğine entegre etme ve bu bilgileri değişen koşullara göre güncelleme becerisi olarak tanımlanmıştır. Kabul ve Kararlılık Terapisi çerçevesine uygun olarak literatürdeki diğer çalışmalar psikolojik esnekliği, bireylerin mücadele gerektiren düşünceler, duygular veya deneyimlerle karşılaştıklarında devreye soktukları bir dizi beceri olarak tanımlanmıştır (örn. kabullenme, bilişsel defüzyon; Hayes ve ark., 2012).

Psikolojik esnekliğin tanımları literatürde önemli ölçüde farklılık gösterse de (Cherry ve ark., 2021), bu yapının sürekli olarak daha iyi ruh sağlığı (Kashdan ve Rottenberg, 2010; Thompson ve ark., 2022), iyi oluş (Browne ve ark., 2022; Waşowicz ve ark., 2021) ve ilişki memnuniyeti (Daks ve Rogge, 2020) ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

İlişkisel esneklik, ilişki işleyişi ve ikili sosyal etkileşimlere özgü psikolojik esnekliği ifade eder. İlişkisel esneklik genel olarak kişinin partneriyle etkileşime girme, içinde olunan o anı farkında olma ve partnerine empatik bir şekilde yanıt verme becerisine odaklanan, tanımsal olarak çok az fikir birliği olan çok boyutlu bir yapıdır (Cano ve ark., 2018). İlişkisel esnekliğin sağlıklı ilişki işleyişine katkıda bulunduğu varsayılmış ve bu nedenle çift müdahaleleri için potansiyel bir müdahale yaklaşımı olarak tanımlanmıştır (bkz. Cano ve ark., 2018).

Hem psikolojik hem de ilişkisel esneklik becerileri çiftlerde daha fazla ilişki memnuniyeti, yakınlık ve iyi olma haliyle ilişkilidir (örneğin, Laurenceau ve ark., 1998; Barnes ve ark., 2007; Williams ve Cano, 2014; Cano ve ark., 2018).

Bu nedenle, bu makalede uyarlamasına yer verilen ölçek, ilişkisel esnekliğin belirli yönlerine (alternatif perspektifler üretme ve alternatif perspektiflere yanıt verme becerisine) odaklanılarak geliştirilmiştir.

Alternatif perspektifler üretmek, kişinin farklı bakış açılarını fark etme ve bunları üretme istekliliğini tanımlar (Martin ve Anderson, 1998). Ancak, sadece çok sayıda alternatif bakış açısı üretmek olumlu ilişki sonuçları için yeterli olmayabilir; Partner A 15 alternatif bakış açısı üretebilir, ancak bunların hiçbiri Partner B tarafından benimsenmezse ve/veya hepsi Partner B'nin kötü niyetli olduğu sonucunu çıkarırsa, çatışma devam edebilir (Cano ve ark., 2018). Bu nedenle, insanların durumları partnerlerinin bakış açısından değerlendirmeleri önemlidir (perspektif alma) (Cahill ve ark., 2020). Perspektif alma becerisi olumlu ilişki sonuçlarıyla ilişkilendirilmiştir (Cahill ve ark., 2020) dolayısıyla "alternatif bakış açıları üretmek" ilişkisel esnekliğin anahtar kavramlarından varsayılabilir (Fua ve ark., 2023).

Perspektif alma, bir kişinin diğerinin ne düşündüğünü anlama, kendini diğerinin yerine koyma ve diğerinin duygularını deneyimlemeden onun durumunu bilişsel olarak anlama yeteneği olarak tanımlanmıştır (Hogan, 1969; Long, 1993). Davis (1983) tarafından empatinin bir yönü olarak tanımlanan Perspektif Alma, tatmin edici kişilerarası ilişkilerin sürdürülmesinde kritik öneme sahip olduğu ve kişilerin, partnerlerinin davranışlarına yaptıkları atıfları etkilemede önemli bir rol oynadığı varsayılmaktadır (Perlman, 1999).

Empati ve perspektif alma düzeyi yüksek kişilerin, empati ve perspektif alma düzeyi düşük kişilere kıyasla partnerlerinin davranışları için uyumlu ve iyimser geri bildirimde bulunma olasılıklarının daha yükseksektir. Partnerinin bakış açısını benimseyen kişilerin partnerlerinin niyetleri, motivasyonları ve görüşleri hakkında daha fazla bilgiye sahip olmaları muhtemeldir; bu nedenle partnerlerinin kasıtlı olarak olumsuz davranışlarda buldukları sonucuna varmaları ve davranışlarından dolayı suçlanmaları gerektiğini düşünmeleri daha az olasıdır (Kyle ve Falbo, 1985; Pearlman, 1999; Fincham ve ark., 1987).

Alternatif bakış açıları üretebilmenin yanı sıra, partneri kendisinininkinden farklı bir bakış açısı ifade ettiğinde kişinin etkili bir şekilde yanıt verebilmesi de önemlidir. Bakış açıları farklı olduğunda negatif tepkisellik açığa çıkabilir ve partnerlerin savunmaya geçmesine veya geri çekilmesine neden olabilir; bu durum da ilişki memnuniyetinin düşmesine neden olabilir (Fischer ve ark., 2018; Gottman ve Krokoff, 1989; Weber ve ark., 2021).

1.2. Araştırmanın Önemi

Doorley ve arkadaşları (2020) psikolojik esneklik de dahil olmak üzere içsel fenomenlerin kişilerarası ilişkiler bağlamında yeterince araştırılmadığını; psikolojik esnekliğe sahip bir partner ile romantik ilişki içerisinde bulunmanın dinamiklerine vurgu yapılmadığını ifade etmiştir. Öte yandan çeşitli araştırmacılar tarafından psikolojik esneklik ile evlilik doyumu arasında pozitif korelasyon olduğu; psikolojik olarak esnek olmayan kişilerin partnerleri ile tartışma eğiliminde olduğu; partnerden alınan desteğin psikolojik esnekliği anlamlı olarak yordadığı ifade edilmektedir (Ameer, 2018; Çetinkaya, 2022; Çalışkan, 2020). Daks ve Rogge'nin (2020) yürüttüğü meta analiz çalışmasında göre ise romantik ilişkilerde duygu, düşünce ve deneyimlere karşı esnek olmayan tepkiler vermenin; ilişki içerisinde esnek olmayan şekilde duygu ve deneyimleri yargılayarak partneri utandırmanın; günlük stres faktörlerine karşı esnek olmayan katı tepkiler vermenin ilişki memnuniyetini düşürdüğü ifade edilmiştir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde psikolojik esnekliğin bir yönünü oluşturan ilişki esnekliğin romantik ilişki dinamikleri bağlamında ele alınması önem arz etmektedir. İlgili literatür incelendiğinde "alternatif perspektifler üretmeyi" ve "alternatif perspektiflere savunmasız yanıtlar vermeyi" içeren ve romantik ilişkiler özelinde geliştirilen ve/veya uyarlanan ilişki esneklik temelli ölçek bulunmamaktadır. İlgili literatürde ilişki esnekliğin çeşitli yönlerine vurgu yapan Türkçe ölçekler sınırlı sayıda bulunmaktadır: Dennis ve Vander Wal'ın (2010) literatüre kazandırdığı ve Sapmaz ve Doğan (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Ölçeği, Martin ve Rubin (1995) tarafından geliştirilen ve Altunkol (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Ölçeği, Davis (1983) tarafından geliştirilen ve Engeler ve Yargıç (2007) tarafından uyarlanan ve Türkiye literatürüne kazandırılan Kişilerarası Tepkisellik İndeksi. Uyarlanmış olan bu ölçekler çiftlere yönelik olmayıp, ilişki esnekliğin bileşenlerinden olan alternatif perspektifler üretmeyi ve alternatif perspektiflere savunmasız yanıtlar vermeyi tümüyle içermemektedir. Dolayısıyla Fua ve arkadaşları (2023) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlanacak olan Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği, romantik ilişki içerisindeki bireylere yönelik olması ve psikolojik esneklik ile ilişki esneklik yaklaşımlarının bileşenlerini içermesi açısından Türkçe literatürdeki boşluğu doldurması hedeflenmiştir. Bu çalışmada, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve psikometrik özelliklerini incelemek amaçlanmıştır.

2. YÖNTEM

Yürütülen araştırma bir ölçek uyarlama çalışmasıdır. Bu bölümde araştırma amacına uygun olarak ölçek uyarlama ve işlem süreçlerine yer verilmiştir.

2.1. Çalışma Grubu

Çalışma grubu 18 yaş üstü ve Gonzaga ve arkadaşlarını (2007) takiben en az 3 ay romantik ilişkisi olan bekar, nişanlı ve evli bireylerden oluşmaktadır. Çalışmaya 325 kadın (%81.9) 72 erkek (%18.1) olmak üzere toplamda 397 katılımcı katılmıştır. Katılımcılar 18 – 57 yaş arasındadır ve katılımcıların yaş ortalaması 29.4'tür (SD = 8.11). Katılımcıların 174'ü evli (%43.8) , 203'ü bekar (%51.1) ve 20'si nişanlıdır (%5). Katılımcıların 44'ü 3-6 aydır (%11.1), 41'i 6-12 aydır (%10.3), 97'si 1-3 yıldır (%24.4), 215'i 3 yıldan daha fazla süredir (%54.2) bir romantik ilişki içerisinde dir.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği (PPEYÖ): Fua ve arkadaşları (2023) tarafından geliştirilmiş; ölçeğin orijinal ismi "Flexibility in Partner Perspectives Scale" olarak ifade edilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde (1 = "Bana Hiç Uygun Değil" , 5= "Bana Tamamen Uygun") toplamda 8 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin 5, 6, 7 ve 8. Maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekte "Partnerim ve ben bir konuda aynı fikirde olmadığımızda o konuya birçok farklı açıdan baktım." ve "Partnerimin benim düşünce şeklime karşı olan fikirlerini duymaktan hoşlanmadım." şeklinde maddeler bulunmaktadır.

Ölçeğin geliştirilme aşamasında toplam 4 uygulama gerçekleştirilmiştir. İlk çalışma, en az 3 ay romantik ilişkisi olan bireylerden oluşan 208 kişilik bir örneklem üzerinde yapılmış ve ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmiştir. İkinci çalışmada ise, 430 kişilik farklı bir örneklem üzerinde doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği de 196 kişilik bir alt örneklem üzerinde değerlendirilmiştir. Çalışma üç ve dört iki ek örneklemde (N = 260 tedavi arayan çift, N = 85 Hispanik/Latin çift) PPEYÖ ölçeğinde daha yüksek puan alan bireylerin daha yüksek ilişki memnuniyeti bildirdiğini göstererek PPEYÖ'nin yordayıcı geçerliliğini ortaya koymuştur. Birlikte ele alındığında PPEYÖ, genel bilişsel esneklik ve perspektif almanın ötesinde ilişki memnuniyetini öngören kısa ve faydalı bir ölçüm aracıdır. Analizler sonucunda, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu belirlenmiştir. Ölçek, ilişkilerdeki esneklik becerilerini ölçmede kısa ve kullanışlı bir araç olarak ortaya konmuştur (Fua ve ark., 2023).

2.2.2. Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE): Dennis ve Vander Wal (2010) tarafından geliştirilmiş; Sapmaz ve Doğan (2013) tarafından Türkçeye uyarlaması gerçekleştirilmiştir.

Bilişsel Esneklik Envanteri 5'li likert tipinde bir ölçektir (1 = "Hiç Uygun Değil" ve 5= "Tamamen Uygun"). Ölçek "Alternatifler" ve "Kontrol" olmak üzere toplamda iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekteki 6 madde ters kodlanmıştır: 2, 4, 7, 9, 11 ve 17. Alınan puanların yüksek olması bilişsel esnekliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekte ". Herhangi bir duruma çoğu kez farklı açılardan bakarım." ve "Olayları karşımdaki kişilerin bakış açılarından da görmeye çalışırım." şeklinde maddeler bulunmaktadır (Sapmaz ve Doğan, 2013).

Türkçe uyarlama çalışmasına toplamda 551 üniversite öğrencisi katılmıştır. Ölçeğin bütünü için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .90, "alternatifler" alt boyutu için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .90 ve "kontrol" alt boyutu için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .84 bulunmuştur. Yürütülen test tekrar test çalışmasında güvenilirlik katsayısı ölçeğin bütününde .75 olarak tespit edilmiştir (Sapmaz ve Doğan, 2013).

Yürütülen bu çalışmada Bilişsel Esneklik Envanteri'nin (BEE) 13 maddelik "Alternatifler" alt boyutu çalışmaya dahil edilmiştir.

2.2.3. Kişiler Arası Tepkisellik İndeksi: Kişiler Arası Tepkisellik İndeksi Davis (1983) tarafından geliştirilmiş her biri 7 maddeden oluşan 4 alt boyutlu ve toplamda 28 maddelik bir öz bildirim ölçeğidir. Alt boyutlar “Perspektif Alma” , “Empatik Düşünce” , “Kişisel Rahatsızlık” ve “Fantezi” olarak tanımlanmıştır. Ölçek 5’li likert tipi bir ölçektir (0= “Beni iyi bir şekilde tanımlamıyor.” , 4= “Beni çok iyi bir şekilde tanımlıyor.”).

Ölçeğin Türkçeye uyarlamasını Engeler ve Yargıç (2007) gerçekleştirmiştir. Alt ölçeklerin iç tutarlılık değerleri .60-.76 arasında, test tekrar test değerleri .66-.80 arasındadır. Ölçekte “Birine kızdığımda, genellikle bir süre için kendimi onun yerine koymaya çalışırım.” ve “Olayları “bir başka kişinin” bakış açısından görmeyi zor bulurum.” şeklinde maddeler bulunmaktadır. 3, 4, 7, 12, 13 14,

15, 18, 19. maddeler ters kodlanmaktadır.

Ölçüt geçerliği için, yürütülen bu çalışmada Kişiler Arası Tepkisellik İndeksi’nin “Perspektif Alma” alt boyutu kullanılmıştır.

2.2.4. İlişki Doyum İndeksi (İDİ): Bireylerin romantik ilişki doyumunu ölçen ve Funk ve Rogge (2007) tarafından geliştirilen İlişki Doyum İndeksi, 4 maddeden oluşan bir ölçektir. İlişki Doyum İndeksi’nin Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirliği Özdemir ve Sağkal (2021) tarafından gerçekleştirilmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik araştırmasına toplamda 670 birey katılmıştır. Ölçeğin cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .93; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı.71 olarak tespit edilmiştir. Ölçekteki ilk madde 7’li likert tipinde (0 = “Tamamen Mutsuz” , 6 = “Mükemmel”) geri kalan 3 madde 6’lı likert tipindedir (0 = “Hiç doğru değil” , 5 = “Tamamen doğru”; 0 = “Hiç” , 5 = “Tamamen”). Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekte “Partnerimle, sıcak ve rahat bir ilişkim var.” ve “Partnerinizle ilişkiniz ne kadar memnun edici?” şeklinde maddeler bulunmaktadır.

Ölçek uyarlama için yürütülen bu çalışmada yordama geçerliği için İlişki Doyum İndeksi (İDİ) kullanılmıştır.

2.3. İşlem

Bu çalışmada, öncelikle ölçek uyarlama çalışması için Fua ve arkadaşlarından (2023) e-mail aracılığıyla izin alınmıştır. Ölçek uyarlama sürecinde iznin alınması ardından ölçek beş bağımsız alan uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Türkçeye çevrilen maddeler üç alan uzmanı tarafından değerlendirilerek sentezlenmiş ve Türkçe form oluşturulmuştur. Türkçe form, İngilizce ve Türkçeye hakim iki alan uzmanı tarafından geri İngilizceye çevrilmiştir. Orijinal İngilizce maddeler ile geri çevirisi yapılan İngilizce maddeler mukayese edilmiştir. Orijinal maddeler ile geri çeviriler arasında tutarlılık sağlandığında Türkçe maddeler için iki Türkçe dil uzmanından görüş alınmıştır. Ardından dil ve üslup açısından anlaşılabilirliği kontrol etmek adına 20 kişiye pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama ardından tekrar Türkçe dil uzmanından görüş alınarak ölçeğe nihai şekli verilmiştir. Araştırma süreci boyunca bilimsel araştırma etik kurallarına bağlı kalınmıştır. Uygulama sürecinde katılımcılara sosyal medya aracılığıyla ve haberleşme araçlarıyla (WhatsApp, Telegram) ulaşılmıştır. Uygulama öncesinde katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş, çalışma gizlilik ve gönüllülük ilkelerine bağlı bir şekilde yürütülmüştür.

3. BULGULAR

3.1. Yapı Geçerliğine Ait Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek adına Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Ölçme modellerinin geliştirilmesinde kullanılan ve pek çok kolaylık sağlayan Doğrulayıcı Faktör

Analizi, yapı doğrulanmasında ve ölçek geliştirmede kullanılan; gözlenen değişkenler aracılığıyla gizil değişkenleri oluşturmaya yönelik yapılan bir analizdir (Yaşlıoğlu, 2017).

Literatürde, RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) değerinin 0.03 ile 0.08 arasında yer alabileceği ve 0'a yaklaştıkça modelin iyi olduğu (Rigdon, 1996); GFI (Goodness-of-Fit Index) değerinde .95'in eşik kabul edildiği (Shevlin ve Miles, 1998 akt. Yaşlıoğlu, 2017); NFI (Normed Fit Index) değerinde .90'ın iyi uygunluk için eşik kabul edildiği (Hu ve Bentler, 1999); X^2/df değerinin 5'ten küçük olması iyi uyumu gösterdiği (Tabachnick, Fidell ve Ullman 2013); CFI (Comparative Fit Index) değerinde .95 iyi uygunluk için sınır kabul edildiği (Bentler ve Bonnet, 1980) ifade edilmektedir. Hu ve Bentler (1999) kabul edilebilir model uyumu için SRMR değerlerinin .08'e yakın veya altında olmasını, RMSEA değerlerinin .06'ya yakın veya altında olmasını, CFI ve TLI değerlerinin .95'e yakın veya üzerinde olmasını önermektedir. Bu bağlamda yapılan analizler sonucunda uyarılan ölçeğin orijinal ölçekteki gibi toplamda 8 maddeden ve iki faktörlü yapıdan oluştuğu; ölçeğin uyum gösterdiği ortaya koyulmuştur (CFI = .98, GFI = .98, SRMR = .04, RMSEA

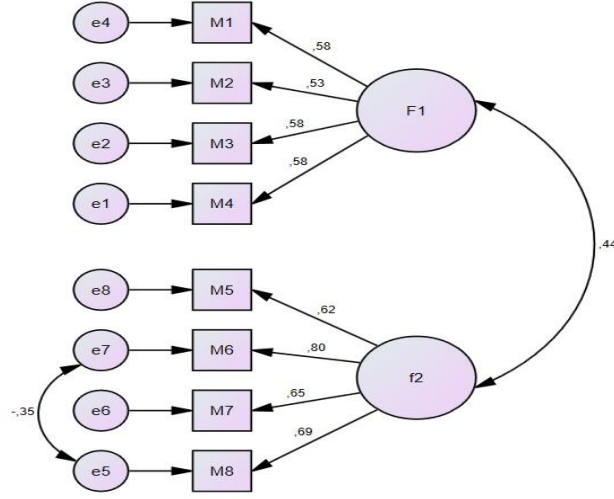
= .04, NFI = .95) (Tablo 1).

Tablo 1 Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Düzey	X^2 SRMR	df	X^2/df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	
1. Düzey	33,399	18	1,85	0,046	0.95	0.98	0.98	0.04

Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin uyum indeksleri oldukça yüksek ve literatürde kabul edilen sınırlar içerisindedir. Elde edilen uyum indeksleri şu şekildedir: Ki-kare/derece serbestlik oranı (χ^2/df) = 18.5, RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) = 0.046, GFI (Goodness-of-Fit Index) = 0.98, CFI (Comparative Fit Index) = 0.98, NFI (Normed Fit Index) = 0.95 ve SRMR (Standardized Root Mean Square Residual) = 0.04. Bu değerler, modelin iyi bir uyum gösterdiğini ve ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulandığını göstermektedir.

Şekil 1 Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'ne Ait Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



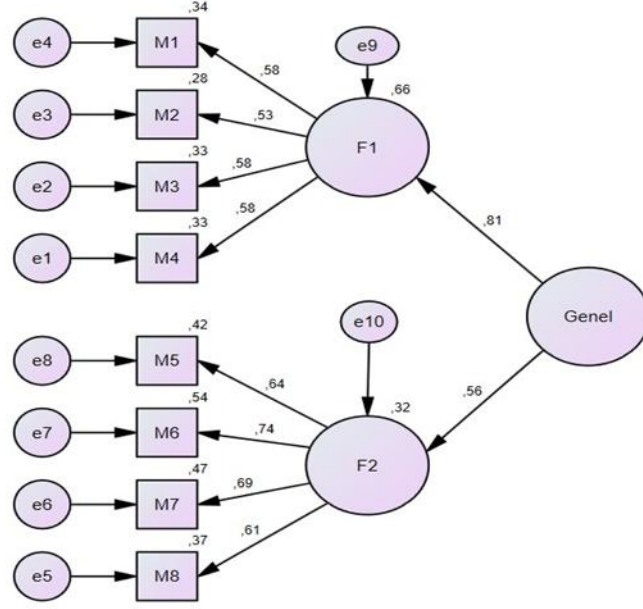
Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin ikinci düzey uyum indeksleri de oldukça yüksek ve literatürde kabul edilen sınırlar içerisinde. Elde edilen uyum indeksleri şu şekildedir: Ki-kare/derece serbestlik oranı (χ^2/df) = 23.3, RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) = 0.046, GFI (Goodness-of-Fit Index) = 0.97, CFI (Comparative Fit Index) = 0.96, NFI (Normed Fit Index) = 0.93 ve SRMR (Standardized Root Mean Square Residual) = 0.04. Bu değerler, modelin iyi bir uyum gösterdiğini göstermektedir (Tablo 2).

İkinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin (PPEYÖ) Türkçe formunun yapı geçerliliğini doğrulamaktadır. Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin iki faktörlü yapısı, ikinci düzeyde genel bir faktör altında birleşmektedir (χ^2/df = 23.3, RMSEA = 0.046, GFI = 0.97, CFI = 0.96, NFI = 0.93, SRMR = 0.04). Modifikasyon indeksleri ve hata terimleri dikkate alınarak yapılan iyileştirmeler, modelin uyumunu artırmıştır. Hata terimleri (e4, e3, e2, e1, e8, e7, e6 ve e5), gözlemlenen değişkenlerdeki ölçüm hatalarını temsil ederken, F1 ve F2 faktörlerinin genel faktörle olan yüklemeleri sırasıyla 0.81 ve 0.56 olarak bulunmuştur.

Tablo 2 İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Düzey	χ^2 SRMR	df	χ^2/df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	
2. Düzey	44,294	19	2,33	0,046	0.95	0.97	0.96	0.04

Şekil 2 Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'ne Ait İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagram



1.1. Güvenirlik Analizine Ait Bulgular

Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım ölçeğinin güvenilirlik analizi için Cronbach's Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin faktörlerine ait Cronbach's Alfa iç tutarlık katsayıları .70 ve .77 bulunmuştur. Tablo 5'te ölçeğin her bir faktörüne ve ölçeğin tamamına ait Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları görülmektedir.

Tablo 3 Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach Alpha Güvenirlik Değerleri

Faktör	Cronbach Alpha Değeri
F1	,70
F2	,77
Ölçek Genel	,73

Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının 0.70 veya daha yüksek olması güvenilir iç tutarlılık düzeyi olarak kabul edilir (Bryman, 2012; Salkind, 2018). Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin analiz sonuçları incelendiğinde alt faktörlerin Cronbach Alpha Güvenirlik Değerleri .70 ve .77, ölçeğin Cronbach's Alfa değeri ise .73 bulunmuştur. Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği Türkçe formunun güvenilir olduğu ortaya koyulmuştur.

1.2. Ölçüt ve Yordama Geçerliğine Ait Bulgular

Ölçüt geçerliği için Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği (PFEYÖ) ile Kişiler Arası Tepkisellik İndeksinin alt ölçeklerinden "Perspektif Alma (PT)", Bilişsel Esneklik Ölçeğinin alt ölçeklerinden "Alternatifler (BE-A)" kullanılmıştır. Yordama geçerliği analizleri için ise İlişki Doyum İndeksi (İDİ) kullanılmıştır.

Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin "Perspektif Alma", "Alternatifler" ve "İlişki Doyum İndeksi" ile pozitif yönde orta düzeyde ilişkisi bulunmuştur.

Tablo 4 Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği ile Ölçüt ve Yordama Geçerliliği

Değişkenler	1	2	3	4
-------------	---	---	---	---

1- PFEYÖ	1			
2- PT	.598**	1		
3- BE-A	.408**	.598**	1	
4- İDİ	.464**	.271*	.370**	1

** p < .01

* p < .05

2. SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu araştırma, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin (PPEYÖ) Türkçe uyarlamasını gerçekleştirmiş ve ölçeğin psikometrik özelliklerini incelemiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu bölümde, araştırmanın bulguları literatürdeki ilgili çalışmalarla karşılaştırılarak tartışılacaktır.

Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin Türkçe formunun yapı geçerliliği, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiş ve orijinal ölçekte olduğu gibi iki faktörlü bir yapı ortaya koyulmuştur. DFA sonuçlarına göre, ölçeğin uyum indeksleri (CFI = .96, GFI = .97, SRMR = .04, RMSEA = .04, NFI = .95) literatürde kabul edilen sınırlar içinde yer almakta ve ölçeğin yapı geçerliliğini desteklemektedir (Hu ve Bentler, 1999; Rigdon, 1996).

Ölçek uyarlama çalışmalarında, dilsel ve kültürel farklılıkların minimize edilmesi için çoklu çeviri ve geri çeviri yöntemleri kullanılmıştır. Bu süreçte, orijinal ölçek maddeleri ile geri çevirisi yapılan maddeler arasında tutarlılık sağlanmış ve Türkçe formun dil ve üslup açısından anlaşılabilirliği pilot uygulamalar ile test edilmiştir.

PPEYÖ'nün Türkçe formunun güvenilirlik analizleri sonucunda, Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayıları alt boyutlar için .70 ve .77, ölçeğin geneli için ise .73 olarak bulunmuştur. Bu değerler, ölçeğin iç tutarlılık açısından güvenilir olduğunu göstermektedir (Bryman, 2012; Salkind, 2018). Ayrıca, ölçek maddelerinin ters puanlanmasının ölçeğin iç tutarlılığına olumsuz bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Ölçüt geçerliliği kapsamında PPEYÖ'nün, Kişiler Arası Tepkisellik İndeksi'nin Perspektif Alma (PT) alt boyutu, Bilişsel Esneklik Ölçeği'nin Alternatifler (BE-A) alt boyutu ve İlişki Doyum İndeksi (İDİ) ile ilişkisi incelenmiştir. PPEYÖ, PT ($r = .598, p < .01$), BE-A ($r = .408, p < .01$) ve İDİ ($r = .464, p < .01$) ile pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler göstermiştir.

Bu bulgular, PPEYÖ'nün ölçüt geçerliliğinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmanın bulguları, ilişkisel esnekliğin romantik ilişkilerde önemli bir rol oynadığını ortaya koyan literatürle uyumludur. Örneğin, Daks ve Rogge (2020), psikolojik esnekliğin romantik ilişkilerde duygu düzenleme ve ilişki memnuniyeti üzerinde olumlu etkileri olduğunu vurgulamıştır.

Bu araştırma, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin (PPEYÖ) Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını başarıyla gerçekleştirmiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin Türkçe versiyonunun, ilişkisel esnekliği ölçmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir. Bu ölçek, romantik ilişkilerde esnek düşünme ve perspektif alma becerilerini değerlendirirken, ilişki memnuniyeti üzerindeki olumlu etkilerini de ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, PPEYÖ'nün Türkçe formunun da ilişki memnuniyetini yordayıcı geçerliliğe sahip olması, ölçeğin pratik uygulamalarda çift terapistleri ve psikolojik danışmanlar tarafından kullanılabilirliğini artırmaktadır.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, örneklem grubunun büyük bir kısmı kadınlardan oluşmakta ve bu durum sonuçların genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Gelecek araştırmalarda, daha dengeli bir cinsiyet dağılımına sahip örneklerle çalışmaların tekrarlanması önerilmektedir. Ayrıca, bu çalışma sadece öz-bildirim ölçekleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir; gelecekte gözlemsel ve deneysel yöntemlerle de ilişkisel esneklik ve ilişki dinamikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi faydalı olacaktır.

Ölçeğin kısa ve kullanışlı yapısı, hem klinik uygulamalarda hem de akademik araştırmalarda yaygın olarak kullanılmasını mümkün kılmaktadır. Gelecek çalışmalar, ölçeğin farklı örneklem üzerinde test edilmesi ve diğer psikolojik ölçümlerle ilişkilerinin incelenmesi yönünde önerilmektedir. Bu çalışma, ilişkisel esnekliğin romantik ilişkilerdeki önemi ve etkileri üzerine yapılacak araştırmalara önemli katkılar sağlamaktadır.

Sonuç olarak, Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ve romantik ilişkilerde esnek düşünmenin ve perspektif almanın ilişki memnuniyeti üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyduğu söylenebilir. Bu ölçek, hem klinik uygulamalarda hem de akademik araştırmalarda kullanılmak üzere önemli bir katkı sağlamaktadır.

Ek 1 Partner Perspektiflerine Esnek Yaklaşım Ölçeği Maddeleri

- 1- Bir şeylerin partnerimin bakış açısından nasıl görüldüğünü hayal ederek onu daha iyi anlamaya çalıştım.
- 2- Partnerime dargınken kendimi bir süreliğine onun yerine koymaya çalıştım. 3- Bir karar vermeden önce sorunu partnerimin bakış açısından düşündüm.
- 4- Partnerim ve ben bir konuda aynı fikirde olmadığımızda o konuya birçok farklı açıdan baktım. 5- Partnerimin benim düşünce şeklime karşı olan fikirlerini duymaktan hoşlanmadım.
- 6- Partnerimden gelen eleştiriye olumsuz bir şekilde tepki verdim. 7- Partnerim benimle çeliştiğinde sertçe tepki verdim.
- 8- Partnerim ve ben farklı görüşlere sahip olduğumuzda uzlaşmakta zorlandım.

KAYNAKÇA

- Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Ameer, W. R. (2018). Marital satisfaction and its relationship to psychological flexibility with counselors. *Journal of the College of Basic Education for Educational and Human Science*, 38, 851-876.
- Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of marital and family therapy*, 33(4), 482- 500.
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological bulletin*, 88(3), 588.
- Browne, A., Stafford, O., Berry, A., Murphy, E., Taylor, L. K., Shevlin, M., ... & Burke, T. (2022). Psychological flexibility mediates wellbeing for people with adverse childhood experiences during COVID-19. *Journal of clinical medicine*, 11(2), 377.
- Bryman, A. (2012). *Social research methods* (4th ed.). Oxford: Oxford University Press.
- Cahill, V. A., Malouff, J. M., Little, C. W., & Schutte, N. S. (2020). Trait perspective taking and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 34(8), 1025.
- Cano, A., Corley, A. M., Clark, S. M., & Martinez, S. C. (2018). A couple-based psychological treatment for chronic pain and relationship distress. *Cognitive and behavioral practice*, 25(1), 119-134.
- Cherry, K. M., Vander Hoeven, E., Patterson, T. S., & Lumley, M. N. (2021). Defining and measuring “psychological flexibility”: A narrative scoping review of diverse flexibility and rigidity constructs and perspectives. *Clinical psychology review*, 84, 101973.
- Çalışkan, M. N. (2020) *Tek çocuklu ailelerde ebeveynlik stresinin psikolojik esneklik ve eş desteği ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi).
- Çetinkaya, E. (2022). *Psikolojik esneklik, öz şefkat, algılanan stres ve evlilik kalitesinin bazı demografik değişkenler ve aralarındaki ilişki açısından incelenmesi* (Master's thesis, Ufuk Üniversitesi).
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 113-126.
- Daks, J. S., & Rogge, R. D. (2020). Examining the correlates of psychological flexibility in romantic relationship and family dynamics: A meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 214-238.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*, 34, 241-253.
- Doorley, J. D., Goodman, F. R., Kelso, K. C., & Kashdan, T. B. (2020). Psychological flexibility: What we know, what we do not know, and what we think we know. *Social and Personality Psychology Compass*, 14(12), 1-11.
- Engeler, A., & Yargıç, L. İ. (2007). Kişilerarası tepkisellik indeksi: Empatinin çok boyutlu ölçümü. *In New Symposium Journal*, 45(3), 119-127.
- Fischer, M. S., Baucom, B. R., Baucom, D. H., Sheng, E., Atkins, D. C., & Hahlweg, K. (2019). When the “u” is not inverted: Trajectories of expressed emotional arousal predict relationship satisfaction. *Family Process*, 58(2), 463-477.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Baucom, D. H. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples:
IV. Self-partner attribution differences. *Journal of personality and social psychology*, 52(4), 739.
- Fua, K., Daniel, K. E., Werntz, A., Doss, B., Lawrence, E., & Teachman, B. A. (2023). Development and Validation of the Flexibility in Partner Perspectives Scale. *Contemporary family therapy*, 45(4), 410-424.

- Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of family psychology, 21*(4), 572.
- Gonzaga, G. C., Campos, B., & Bradbury, T. (2007). Similarity, convergence, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 93*(1), 34–48.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: a longitudinal view. *Journal of consulting and clinical psychology, 57*(1), 47.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy, 44*(1), 1-25.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy* (Vol. 6). New York: Guilford press.
- Hayes, S. C., Pistorello, J., & Levin, M. E. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist, 40*(7), 976-1002.
- Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. *Journal of consulting and clinical psychology, 33*(3), 307.
- Hu, L.-t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*(1), 1–55.
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical psychology review, 30*(7), 865-878.
- Kelly, A. B., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2003). Communication skills in couples: A review and discussion of emerging perspectives. In B. R. Burleson & J. O. Green (Eds.), *Handbook of communication and social interaction skills* (pp. 723–751). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kyle, S. O., & Falbo, T. (1985). Relationships between marital stress and attributional preferences for own and spouse behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology, 3*(3), 339-351.
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of personality and social psychology, 74*(5), 1238.
- Long, E. C. (1993). Perspective-taking differences between high-and low-adjustment marriages: Implications for those in intervention. *American Journal of Family Therapy, 21*(3), 248-259.
- Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports, 11*(1), 1-9.
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological reports, 76*(2), 623-626.
- Özdemir, Y. & Sağkal, A. S. (2021). İlişki Doyum İndeksi: Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 19*(Armağan Sayısı), 273-286.
- Perlman, D. G. (1999). *The role of empathy and perspective-taking in marital attributions*. George Mason University.
- Pruessner, L., Barnow, S., Holt, D. V., Joormann, J., & Schulze, K. (2020). A cognitive control framework for understanding emotion regulation flexibility. *Emotion, 20*(1), 21.
- Rigdon, E. E. (1996). CFI versus RMSEA: A comparison of two fit indexes for structural equation modeling. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 3*(4), 369-379.
- Salkind, N. J. (2018). *Exploring research* (9th ed.). Harlow: Pearson.

- Sapmaz, F., & Doğan, T. (2013). Assessment of cognitive flexibility: Reliability and validity studies of Turkish version of the Cognitive Flexibility Inventory. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 46(1), 143-162.
- Silverman, A. L., Fua, K. C., & Teachman, B. A. (2023). More than one way to say I love you: An Internet-based intervention for training flexible thinking in romantic relationships. *Journal of Clinical Psychology*, 79(4), 909-936.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6) Boston, MA: Pearson.
- Tankha, H., Caño, A., & Dillaway, H. (2020). "Now I have hope": Rebuilding relationships affected by chronic pain. *Families, Systems, & Health*, 38(1), 51-56.
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Thompson, E. M., Brierley, M. E. E., Destrée, L., Albertella, L., & Fontenelle, L. F. (2022). Psychological flexibility and inflexibility in obsessive-compulsive symptom dimensions, disability, and quality of life: An online longitudinal study. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 23, 38-47.
- Wąsowicz, G., Mizak, S., Krawiec, J., & Białaszek, W. (2021). Mental health, well-being, and psychological flexibility in the stressful times of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 647975.
- Weber, D. M., Fischer, M. S., Baucom, D. H., Baucom, B. R., Engl, J., Thurmaier, F., ... & Hahlweg, K. (2021). Escalation and regulation of emotional arousal in couples predicts relationship satisfaction concurrently and 25 years later. *Family process*, 60(1), 251-269.
- Williams, A. M., & Cano, A. (2014). Spousal mindfulness and social support in couples with chronic pain. *The Clinical Journal of Pain*, 30(6), 528-535.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.