

ISBN: 9 7 8 - 9 9 5 2 - 6 1 0 - 6 1 - 1
DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-610-61-1.2026.100.1121>.

5TH INTERNATIONAL EGE CONGRESS ON SOCIAL, HUMANITIES, ADMINISTRATIVE, AND EDUCATIONAL SCIENCES PROCEEDINGS BOOK

(15 DIFFERENT COUNTRIES)

Turkey, Azerbaijan, Pakistan, India, Nigeria, Philippines, North Macedonia, United States of America, Algeria, Portugal, Albania, Spain, Georgia, Iran, and Ukraine.

EDITORS

PROF. DR. FÜSUN TOPSÜMER
ASSOC. PROF. DR. AYTEKİN ZEYNALOVA



BZT TURAN
PUBLISHING HOUSE

(15 different countries)

Turkey, Azerbaijan, Pakistan, India, Nigeria, Philippines, North
Macedonia, United States of America, Algeria, Portugal, Albania, Spain,
Georgia, Iran, and Ukraine.

5TH INTERNATIONAL EGE CONGRESS ON SOCIAL, HUMANITIES, ADMINISTRATIVE, AND EDUCATIONAL SCIENCES PROCEEDINGS BOOK

**İZMİR, TÜRKİYE
ZOOM, ONLINE (VIRTUAL)**

JUNE 10-12, 2026

(ONLINE & FACE TO FACE PARTICIPATION)

ISBN: 978-9952-610-61-1

DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-610-61-1.2026.100.1121>

EDITORS

**PROF. DR. FÜSUN TOPSÜMER
ASSOC. PROF. DR. AYTEKİN
ZEYNALOVA**

BZT TURAN PUBLISHING HOUSE®

BZT TURAN PUBLISHING HOUSE®

BAKU, AZERBAIJAN | DELAWARE, UNITED STATES

PUBLISHED IN BAKU, AZERBAIJAN

CONTACT: +994 50 300 2920



BZT TURAN
PUBLISHING HOUSE

5TH INTERNATIONAL EGE SOCIAL, HUMANITIES, ADMINISTRATIVE, AND EDUCATIONAL SCIENCES

JUNE 10-12, 2026

ONLINE & IN-PERSON PARTICIPATION

ZOOM & IZMIR, TURKIYE

CONGRESS PROCEEDINGS BOOK

EDITORS

Prof. Dr. Füsün TOPSÜMER

Assoc. Prof. Dr. Aytekin ZEYNALOVA

BZT AKADEMI YAYINEVİ®

BZT TURAN PUBLISHING HOUSE

PUBLISHED IN BAKU, AZERBAIJAN

TR: +90543 671 0123 GR: +491774586777

egecongress@gmail.com

<https://www.egecongress.com/>

All rights reserved

BZT TURAN YAYINEVİ®

BZT TURAN PUBLISHING HOUSE

Publishing Date: 20.01.2026

ISBN: 9 7 8 - 9 9 5 2 - 6 1 0 - 6 1 - 1

DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-610-61-1.2026.100.1121>



CONGRESS ID

CONGRESS NAME

5TH INTERNATIONAL EGE CONGRESS ON SOCIAL, HUMANITIES, ADMINISTRATIVE, AND
EDUCATIONAL SCIENCES
CONGRESS PROCEEDINGS BOOK

DATE AND VENUE

JUNE 10-12, 2026

*ONLINE & IN-PERSON PARTICIPATION (İZMİR, TÜRKİYE)
(FROM 15 DIFFERENT COUNTRIES)*

*Turkey, Azerbaijan, Pakistan, India, Nigeria, Philippines, North Macedonia, United States of America, Algeria, Portugal,
Albania, Spain, Georgia, Iran, and Ukraine.*

ORGANIZERS & PARTICIPANT INSTITUTIONS

BZT Turan Academy, Türkiye

Ege University, Türkiye

Baku State University, Azerbaijan

Valencia University, Spain

Tetovo University, N. Macedonia

Uzbekistan State University of Art and Culture, Uzbekistan

Azerbaijan National Academy of Sciences, Azerbaijan

Presidents / V. President of Organization Committee

Prof. Dr. Aylin GÖZTAS

Prof. Dr. Füsun TOPSUMER

President of Scientific Committee

Prof. Dr. Aylin GÖZTAS

Prof. Dr. Füsun TOPSUMER

President of Coordinators' / General Coordinator

Dr. Baha Ahmet YILMAZ

ACCEPTED PAPERS

189 Turkish Participants

238 Foreign Participants

%55 Foreign Participant Rate

%45 Turkish Participant Rate

REFUSED PAPERS

4 Foreign Participants

EVALUATION PROCESS

All Submissions Have Passed a Double-Blind Referee Evaluation Process

All Responsibility for the Works Belongs to the Author

KONTRAST KAÇINMA ÖLÇEĞİ-GENEL DUYGU KISA FORMU'NUN (KKÖ-GD-8) TÜRK KÜLTÜRÜNE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Sevde BASATEMÜR

Lisansüstü Öğrenci, Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık Anabilim Dalı.

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-2160-6761>

Prof. Dr. Halil EKŞİ

Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim
Dalı.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7520-4559>

Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Halil DEMİR

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Hizmetler Ana
Bilim Dalı.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9397-9232>

Prof. Dr. Sandra J. LLERA

Towson Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Departmanı.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2466-8289>

Prof. Dr. Michelle G. NEWMAN

Pensilvanya Eyalet Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Departmanı.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0873-1409>

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Llera ve ark. (2026) tarafından geliştirilen Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu'nun (KKÖ-GD-8) Türkçe uyarlamasını gerçekleştirmek ve psikometrik özelliklerini incelemektir. Araştırmanın ana örneklemini 18 yaş ve üzeri 314 katılımcı oluşturmuş olup ölçüt bağıntılı geçerlik analizi için 52 kişilik bağımsız bir grup daha dahil edilerek toplamda 366 kişiden veri toplanmıştır. Dilsel geçerliği sağlanan 8 maddelik ve iki alt boyutlu (ODS ve DDR) ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları .30 ile .65 arasında değişmektedir. Yapı geçerliği için uygulanan birinci ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizleri (DFA), iki faktörlü modelin verilerle kabul edilebilir düzeyde uyum sergilediğini göstermiştir ($\chi^2/df= 2.99$, RMSEA = .079, IFI = .96, GFI = .96, CFI = .96, SRMR = .06). İç tutarlık katsayıları ölçeğin geneli, ODS ve DDR boyutları için sırasıyla .80, .82 ve .71'dir. Ölçüt geçerliği kapsamında ölçeğin, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 ($r = .57$, $p < .01$) ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 Testi ($r = .55$, $p < .01$) ile pozitif yönlü anlamlı ilişkileri saptanmıştır. Bulgular, ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kontrast kaçınma, duygu düzenleme, ölçek uyarlama, geçerlik, güvenilirlik.

ADAPTATION OF THE EIGHT-ITEM CONTRAST AVOIDANCE QUESTIONNAIRE-GENERAL EMOTION SCALE (CAQ-GE-8) TO TURKISH CULTURE: A VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

ABSTRACT

This study aims to adapt the Contrast Avoidance Scale-General Emotion Short Form (CAQ-GE-8), developed by Llera et al. (2026), into Turkish and to evaluate its psychometric properties. The primary sample of the study consisted of 314 participants aged 18 and older; an additional independent sample of 52 individuals was included for criterion-related validity analysis, resulting in a total dataset of 366 participants across different analyses. Following the linguistic validation process, the final Turkish form was established. The corrected item-total correlations for the 8-item, two-subscale (SNE and DES) scale ranged from .30 to .65. First and second-order confirmatory factor analyses (CFA) conducted for construct validity demonstrated that the two-factor model exhibited an acceptable fit with the collected data ($\chi^2/df = 2.99$, RMSEA = .079, IFI = .96, GFI = .96, CFI = .96, SRMR = .06). Internal consistency coefficients (Cronbach's alpha) for the overall scale, NEC, and DES subscales were .80, .82, and .71, respectively. Within the scope of criterion validity, the CAQ-GE-8 displayed significant positive correlations with the Difficulties in Emotion Regulation Scale-8 ($r = .57, p < .01$) and the Generalized Anxiety Disorder-7 Test ($r = .55, p < .01$). Overall, these findings demonstrate that the Turkish version of the eight-item Contrast Avoidance Questionnaire-General Emotion Scale is a valid and reliable assessment tool.

Keywords: Contrast avoidance, emotion regulation, scale adaptation, validation, reliability

GİRİŞ

Duygu düzenleme, bireyin duygusal süreçlerini bilinçli veya otomatik yollarla etkilemesi şeklinde tanımlanmaktadır (Gross, 1988). Gross'un süreç modeli bağlamında, bilişsel yeniden değerlendirme gibi uyumlu stratejiler psikolojik iyilik haliyle ilişkiliyken; kaçınma ve bastırma gibi uyumsuz stratejilerin çeşitli psikopatolojilerle güçlü bir bağı olduğu saptanmıştır (Aldao ve ark., 2010; Gross, 2015; Naragon-Gainey ve ark., 2017). Kaçınma temelli stratejiler, duygu oluşumu öncesinde tetikleyici unsurlardan uzaklaşmayı veya dikkati başka yöne yönlendirmeyi kapsayan durumsal ve bilişsel müdahaleleri içerir (Gross, 1998; Wolgast ve ark., 2013). Sürecin ilerleyen aşamalarında ise içsel yaşantıyı yok sayma veya tepkileri bastırma gibi deneyimsel kaçınma yöntemleri devreye girmektedir (Gross, 2002; Wolgast ve ark., 2013). Sonuç olarak davranışsal, bilişsel ve deneyimsel kaçınma örüntülerinin temel amacı, olumsuz duyguyla teması minimize ederek duygusal etkileşimi azaltmaktır (Lippert ve ark., 2023; Naragon-Gainey ve ark., 2017; Wolgast ve ark., 2013).

Kontrast Kaçınma Modeli (Contrast Avoidance Model), Newman ve Llera (2011) tarafından geliştirilen, özellikle yaygın anksiyete bozukluğunda görülen kronik kaygılanmayı açıklayan bir duygu düzenleme

modeli olarak ortaya çıkmıştır. Model, kişilerin ani duygu değişimlerinden kaçınmak için kasıtlı olarak olumsuz duyguyu sürdürdüklerini öne sürer (Newman & Llera, 2011; Rashtbari & Saed, 2020; Boi & Llera, 2023; Newman ve ark., 2019; Llera & Newman, 2017; Newman ve ark., 2022). Bu model kaçınmayı spesifik olarak kronik endişe ve ruminasyon bağlamında açıklamaktadır. Buna göre bireyler, ani bir olumsuz duygu değişiminden (negatif duygusal kontrast) kaçınmak için endişe ve ruminasyonla kasıtlı olarak kendilerini orta düzeyde olumsuz duyguda tutarlar, böylece gerçekten kötü bir olay yaşadıklarında duygu düzeyinde sert bir değişim yaşamazlar ve hatta işler beklenenden iyi giderse olumlu bir kontrast yaşayarak kendilerini hazırlıklı ve rahatlamış hissederler (Przeworski & Newman, 2024; Jamil & Llera, 2021). Konuyla ilgili yapılan güncel çalışmaların bulgularına göre, kaygı ve ruminasyon olumsuz duygulanımı artırarak bu duyguların etkisini sürdürmektedir. Bu durum, bireylerin olumsuz bir geri bildirim aldıklarında daha küçük bir duygusal değişim yaşamalarını sağlamakta; bu nedenle kişiler, sürekli endişe halini kendilerini koruyan işe yarar bir strateji olarak algılamaktadır (Przeworski & Newman, 2024; Jamil & Llera, 2021).

Kontrast Kaçınma Modeli (KKM), Yaygın Anksiyete Bozukluğunun (YAB) ötesinde, olumsuz duygulanımdaki ani artışlara yönelik ortak duyarlılık barındıran birçok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili transdiagnostik bir yapı olarak kabul edilmektedir (Llera ve ark., 2026). Bu bozukluklar arasında depresyon (Baik & Newman, 2023, 2025; Jamil & Llera, 2021; Kim & Newman, 2022; Newman ve ark., 2023), sosyal kaygı bozukluğu (Newman ve ark., 2023), bipolar bozukluk (Kim ve ark., 2024), obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) (Swisher & Newman, 2025; Swisher & Newman, 2026), panik bozukluk (Gerdan, 2025) ve travma sonrası stres bozukluğu (Fite ve ark., 2025) yer almaktadır. Yalnızca endişe mekanizmasıyla sınırlı olmayan bu yapıda bireyler, keskin duygusal kontrastlardan sakınmak amacıyla olumsuz duyguyu "duygudurum sönümleyici" stratejilerle bilinçli olarak artırıp sürdürmektedir (Llera ve ark., 2026). KKM'nin transdiagnostik işleyişine paralel olarak; depresyondaki bireylerin duygusal sarsıntıları azaltmak için karamsar inançları kasıtlı olarak sürdürdüğü (Bean ve ark., 2022; Everaert ve ark., 2020; Li ve ark., 2017; Raes ve ark., 2012; Vanderlind ve ark., 2022; Werner-Seidler ve ark., 2013), sosyal kaygısı yüksek kişilerin olası olumsuzlukları önceden tahmin ederek kontrasttan kaçındığı (Hinrichsen & Clark, 2003; Mills ve ark., 2013; Scott ve ark., 2014; Vassilopoulos, 2004, 2008; Newman ve ark., 2023) ve OKB'deki obsesyonların da olumsuz duygulanımı belirli bir seviyede tutarak endişeyle işlevsel bir benzerlik taşıdığı (Shaw ve ark., 2017; Swisher & Newman, 2025) saptanmıştır.

Kontrast Kaçınma Modelinden yola çıkılarak Llera ve Newman (2017) tarafından iki farklı ölçek geliştirilmiştir: 25 maddelik CAQ-GE ve 30 maddelik CAQ-W. CAQ-GE; belirli duygu yatıştırma stratejilerine atıfta bulunmaksızın genel bir yapıda tasarlanmış olması nedeniyle YAB dahil farklı semptom örüntülerine sahip bireylerde geniş çaplı kullanıma uygun olup her iki ölçek de güçlü psikometrik özellikler sergilemiştir (Llera & Newman, 2017). Bununla birlikte, 25 maddelik orijinal formun yarattığı yanıt yorgunluğunu gidermek amacıyla Madde Tepki Kuramı (MTK) analizleri

aracılığıyla en yüksek bilgi verme kapasitesine sahip maddeler seçilerek sekiz maddelik CAQ-GE-8 kısa formu geliştirilmiştir (Hori ve ark., 2020; Llera ve ark., 2026). CAQ ölçekleri başlangıçta ABD'deki ağırlıklı olarak genç ve kadın lisans öğrencilerinden oluşan bir örnekleme geliştirilmiş olsa da sonraki çalışmalarda daha geniş topluluk örneklemelerine ve transdiagnostik bir yaklaşıma genişletilmiştir (Llera & Newman, 2017; Newman ve ark., 2022). Uluslararası uyarlama çalışmaları kapsamında Farsça uyarlama 1438 kişilik İranlı örnekleme doğrulanmış (Rashtbari ve ark., 2023; Javaherirenani ve ark., 2021, 2025); Cömertoğlu ve ark. (2020) tarafından gerçekleştirilen Türkçe uyarlama çalışması ise (n=549) CAQ-GE'nin iki faktörlü ve CAQ-W'nun üç faktörlü yapısını klinik olmayan bir Türk örnekleminde desteklemiş, ancak öz-bildirim ölçeklerine dayanılması ve klinik örneklem eksikliği gibi metodolojik sınırlılıklar nedeniyle daha güçlü geçerlik kanıtlarına ihtiyaç duyulduğu vurgulanmıştır (Yalçın ve ark., 2025).

Kontrast Kaçınma Modeli, özellikle yaygın kaygı bozukluğu ve depresyon gibi çeşitli psikopatolojilerin sürdürülmesinde rol oynayan, bireyin negatif duygusal kontrastlardan kaçınmak için negatif duygu durumunu sürdürmesi sürecini tanımlar. Bu modelin ölçülmesini sağlayan sekiz maddelik Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu (CAQ-GE-8), transdiagnostik bir yapıya sahip olması ve kısa sürede uygulanabilmesi nedeniyle hem klinik hem de araştırma ortamlarında yüksek verimlilik sunan bir araçtır (Llera ve ark., 2026). Bu ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması, toplumumuzdaki duygusal düzenleme stratejilerinin ve köklü inançların bilimsel bir temelde incelenmesine olanak tanıyacaktır. Özellikle halk arasında yaygın olan “çok güldüm, kesin başıma kötü bir şey gelecek” şeklindeki inanç, Kontrast Kaçınma Modeli'nin (Newman & Llera, 2011) temel varsayımlarıyla örtüşmektedir. Bu inanış, bireyin olumlu bir duygusal durumdan ani bir olumsuzluğa geçişin yaratacağı psikolojik sarsıntıyı (negatif kontrast) minimize etmek amacıyla, kaygıyı bir savunma mekanizması olarak kullanması ve duygusal bir denge sağlama çabası olarak değerlendirilebilir.

Kontrast kaçınmanın transdiagnostik işlevselliği ve KKÖ-GD-8'in psikometrik üstünlükleri, söz konusu yapının farklı kültürel bağlamlarda geçerlilik kazanması açısından ölçeğin çeşitli toplumsal örneklemelerde sınanmasını bilimsel bir gereklilik hâline getirmektedir. Türkçe alanyazın bu bağlamda değerlendirildiğinde, yürütülen tek uyarlama çalışmasının (Cömertoğlu ve ark., 2020) uzun forma özgü olduğu, klinik örneklem yetersizliği başta olmak üzere çeşitli metodolojik kısıtlar içerdiği ve kısa formun (KKÖ-GD-8) Türk kültürüne uyarlanmasına yönelik herhangi bir psikometrik çalışmanın henüz gerçekleştirilmediği görülmektedir (Yalçın ve ark., 2025). Buradan hareketle, KKÖ-GD-8'in Türk örnekleminde geçerlik ve güvenilirliğinin kapsamlı biçimde incelenmesi araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırma, farklı psikometrik analizlerin gerektirdiği örneklem koşulları gözlemlenerek iki bağımsız örneklem üzerinde yürütülmüştür. Birinci örneklem, ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin doğrulayıcı faktör analizi amacıyla oluşturulmuş olup 18 yaş ve üzerindeki 314 katılımcıdan meydana gelmektedir. Bu örneklemin 244'ü kadın (%77,7), 70'i erkekten (%22,3) oluşmaktadır. İkinci örneklem ise ölçüt bağıntılı geçerlik analizleri kapsamında bağımsız olarak belirlenen 52 katılımcıdan oluşmakta olup 46'sı kadın (%88,5), 6'sı erkektir (%11,5). Bu doğrultuda araştırmanın farklı analiz aşamalarında toplamda 366 katılımcıdan elde edilen verilerden yararlanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu (KKÖ-GD-8)

Bireylerin olumsuz duygusal kontrasttan kaçınma eğilimlerini ve beklenmedik duygusal değişimlere karşı duydukları hassasiyeti ölçmek amacıyla Llera, Zainal ve Newman (2026) tarafından geliştirilen "Contrast Avoidance Questionnaire-General Emotion Scale (CAQ-GE-8)", 25 maddelik orijinal formun (CAQ-GE) kısa versiyonudur. Ölçeğin 25 maddelik uzun formunun geliştirilme sürecinde yapılan açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri (AFA ve DFA), ölçeğin iki boyutlu olduğunu ve güçlü bir psikometrik yapı sergilediğini ortaya koymuştur. Llera ve ark. (2026) tarafından yürütülen kısa form geliştirme çalışmasında ise madde indirgeme işlemi için Madde Tepki Kuramı (IRT) analizlerinden yararlanılmış ve yapılan doğrulayıcı dereceli tepki modeli analizleri sonucunda, sekiz maddelik formun orijinal iki faktörlü yapıyı başarıyla koruduğu saptanmıştır.

Ölçek, "Olumsuz Duyguları Oluşturma ve Sürdürme (ODS)" (5 madde) ve "Duygusal Değişimlerden Rahatsızlık Duyma (DDR)" (3 madde) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler 1 (hiç doğru değil) ile 5 (tamamen doğru) arasında değişen 5'li Likert tipi derecelendirme ile puanlanmakta olup ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, kişinin negatif duygusal kontrastlardan kaçınmak amacıyla olumsuz duygulanımı sürdürme eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin orijinal formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 8.432 üniversite öğrencisinden oluşan geniş bir örneklem üzerinde yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda 5 maddelik SNE alt boyutu için .906, 3 maddelik DES alt boyutu için ise .901 düzeyinde IRT güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin bir haftalık test-tekrar test güvenirlik analizinin bulguları, katsayıların .737 ile .879 arasında değiştiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca yapılan ROC analizleri, ölçeğin yaygın anksiyete bozukluğu ($AUC = .794$) ile majör depresif bozukluğu ($AUC = .782$) tanılarının yordandığı klinik taramalarda güçlü bir ayırt edicilik düzeyine sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ölçeğin yakınsak geçerliğinin benzer yapıları ölçen araçlarla yüksek düzeyde ilişkiler gösterdiği, bununla birlikte ayırt edici geçerliğinin ise farklı yapıları ölçen araçlarla düşük düzeyde ilişkiler göstermesiyle desteklendiği rapor edilmiştir (Llera ve ark., 2026).

Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7) Testi

YAB-7 Testi, Spitzer ve arkadaşları (2006) tarafından yaygın anksiyete bozukluğunu öz bildirime dayalı olarak ölçen, DSM tanı kriterlerine göre geliştirilmiş kısa bir test olup Konkan ve ark. (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek toplamda yedi maddeden oluşmakta ve katılımcılardan, son iki hafta içinde maddelerde belirtilen sorunları ne sıklıkla yaşadıklarını “hiç” (0) ile “neredeyse her gün” (3) arasında değişen puanlarla değerlendirmeleri istenmektedir. YAB-7 Testinden alınabilecek toplam puan 0 ile 21 arasında değişmekte olup; 5, 10 ve 15 puanlık eşik değerleri sırasıyla hafif, orta ve şiddetli anksiyete düzeylerine işaret etmektedir.

Konkan ve ark. (2013) tarafından yaş ortalaması 32.2 olan 110 hasta ve 112 sağlıklı gönüllü ile yürütülen uyarlama çalışmasında, ölçeğin tek faktörlü yapısı doğrulanmıştır ($\chi^2/df= 2.45$, RMSEA = .08, CFI = .99). Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .85, test-tekrar test güvenilirliği ise .90 olarak saptanmıştır. Ayrıca ROC analizi sonuçları, ölçeğin 8 puanlık kesme değeriyle yüksek duyarlılık (%87,3) ve özgüllük (%68,8) sergilediğini göstermiştir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 (DDGÖ-8)

Penner ve ark. (2023) tarafından geliştirilen DDGÖ-8, 36 maddelik orijinal formun kısa versiyonudur. Ölçek; stratejiler, dürtü, amaçlar ve kabul etmeme boyutlarını temsil eden 8 maddeden oluşmakta olup tüm maddeler "Kendimi sıkıntılı/kötü hissettiğimde..." yönergesiyle sunulmaktadır. Geçerlik çalışmaları, ölçeğin dört boyutu temsil etmesine karşın istatistiksel açıdan tek faktörlü yapı sergilediğini ortaya koymaktadır. Ölçek 5'li Likert tipinde puanlanmakta olup, en düşük puan "1 = Hemen hemen hiç (%0-10)", en yüksek puan ise "5 = Hemen hemen her zaman (%91-100)" olarak derecelendirilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puan duygu düzenleme güçlüğüne arttığına işaret etmekte olup ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Türkçe uyarlaması Ekşi ve Erik (2023) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda dört faktörlü yapısının doğrulandığı ve uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu bulunmuştur ($\chi^2/df= 3.05$, NFI = .964, CFI = .976, TLI = .951, RMSEA = .075). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı, ölçeğin geneli için .87 olarak bulunurken, alt boyutlara ilişkin güvenilirlik katsayılarının .68 ile .77 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bununla birlikte, ölçeğin değerlendirilmesinde toplam puanın kullanılması önerilmektedir.

İşlem

Uyarlama sürecine başlamadan önce ölçeği geliştiren sorumlu yazardan e-posta yoluyla kullanım izni alınmıştır. Ardından ölçek maddeleri beş bağımsız uzman tarafından Türkçeye çevrilmiş olup elde edilen çeviriler alan uzmanı dört kişilik bir panel tarafından değerlendirilerek taslak Türkçe form oluşturulmuştur. Bu form, orijinal ölçeği daha önce görmemiş anadili İngilizce iki bağımsız çevirmen tarafından geri çevrilmiş ve geri çeviriler hem ölçeğin orijinal maddeleriyle karşılaştırılmış hem de ölçek geliştiricisiyle paylaşılmıştır. Geliştiricilerin verdiği geri bildirimler doğrultusunda, 6. maddenin

çevirisinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Nihai formun anlaşılabilirliğini sınamak amacıyla on kişilik bir grupla pilot uygulama gerçekleştirilmiş; katılımcılardan olumsuz geri bildirim alınmadığından form son haliyle kabul edilmiştir. Veriler, çevrimiçi anket platformu aracılığıyla sosyal medya ve iletişim kanalları üzerinden toplanmıştır. Formun başında yer alan aydınlatılmış onam bölümünde araştırmanın amacı, kapsamı ve katılımın gönüllülük beyanına dayandığı açıkça belirtilmiş olup kişisel kimlik bilgileri toplanmamış ve katılımcıların gizliliği korunmuştur. Verilerin analizi IBM SPSS 27 ve AMOS 22 programları üzerinden 314 katılımcıyla yürütülmüştür. Ölçeğin psikometrik özelliklerin incelenmesi kapsamında, ayırt edicilik için düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları hesaplanmış; orijinal iki faktörlü yapıyı test etmek üzere birinci düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Model uyumu için uyum indeksleri incelenmiş; modifikasyon indeksleri doğrultusunda ODS alt boyutunda yer alan ve içerik yakınlığı olan M2 ve M4 maddeleri arasında kovaryans tanımlanmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerlik için YAB-7 Testi ve DDGÖ-8 ölçekleriyle Pearson korelasyon analizi yapılmış, güvenirlik ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ile incelenmiştir. Tüm süreç boyunca bilimsel araştırma etiği ilkelerine uygun hareket edilmiştir.

BULGULAR

Madde Analizi

Madde analizi kapsamında ölçek maddelerinin ayırt edicilik düzeylerini tespit etmek amacıyla düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. Ayrıca her maddenin ölçekten çıkarılması durumunda Cronbach alfa ve McDonald omega katsayılarında meydana gelen değişimler değerlendirilmiştir. Analize ilişkin bulgular Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1

Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formuna Ait Madde Analizi Sonuçları

Madde	Ortalama	SS	Madde-toplam Korelasyonu	Madde Silindiğinde	
				Cronbach α	McDonald ω
M1- Güçlü duygusal dalgalanmalar benim için özellikle rahatsız edicidir.	3.09	1.10	.30	.81	.79
M2-Her an kötü bir şey olabileceği için, zaten karamsar bir ruh halinde olmak benim için daha rahattır.	1.71	1.00	.65	.76	.73
M3- Duygusal dalgalanmalar yaşadığımda, bu bana kontrolü kaybetmişim gibi hissettirir.	2.62	1.19	.56	.77	.75

M4-Kötü şeyler olduğunda başa çıkmamı kolaylaştırdığı için olumsuz ruh halimi sürdürürüm.	1.90	1.02	.59	.76	.74
M5-Mutluluğumu sonradan kaybetmeye katlanmak zorunda kalmaktansa, şu anda kötü hissetmeyi tercih ederim.	1.96	1.23	.41	.79	.77
M6-Olumsuz olana odaklanırım; çünkü en azından beni daha kötü hissettirecek çok fazla şeyin olmayacağını bilirim.	1.92	1.11	.61	.76	.74
M7-Olabilecek kötü şeylere odaklanmaya çalışırım; çünkü bu, duygusal olarak savunmasız hissetmemi önler.	1.89	1.08	.57	.77	.74
M8-Duygularım inişli çıkışlı olduğunda bu beni rahatsız eder.	3.13	1.24	.42	.79	.78

Tablo 1 incelendiğinde, maddelere ait ortalama puanların 1.71 ile 3.13 arasında, standart sapma değerlerinin ise 1.00 ile 1.24 arasında değiştiği görülmektedir. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .30 ile .65 arasında değiştiği belirlenmiştir. Madde-toplam korelasyonlarının kabul edilebilir düzeyde olması, maddelerin ölçek toplam puanıyla yeterli düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir (Boateng ve ark., 2018; Squires ve ark., 2011). En düşük madde-toplam korelasyonuna sahip madde M1 olup bu değerin kabul edilebilir alt sınırdan yeri aldığı görülmektedir.

Madde silindiğinde elde edilen Cronbach alfa katsayılarının .76 ile .81, McDonald omega katsayılarının ise .73 ile .79 arasında değiştiği belirlenmiştir. Herhangi bir maddenin çıkarılması durumunda iç tutarlılık katsayılarında belirgin bir artış gözlenmemiştir. Bu bulgular, ölçek maddelerinin genel olarak ayırt edici nitelikte olduğunu ve ölçeğin iç tutarlılığına katkı sağladığını göstermektedir.

Yapı Geçerliği

Yapı geçerliğini incelemek amacıyla birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yürütülmüştür. Analizde model uyumunu değerlendirmek için χ^2 , sd, χ^2 /sd, RMSEA, IFI, GFI, CFI ve SRMR uyum indeksleri incelenmiştir. Birinci düzey doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

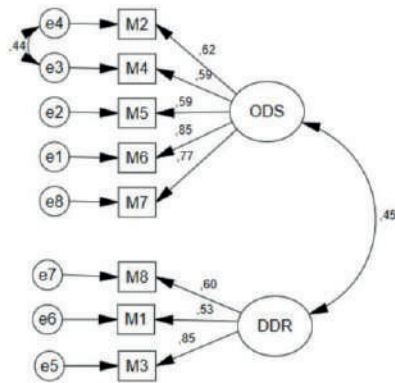
Tablo 2*Birinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizine Ait Uyum Değerleri*

Düzey	X ²	df	X ² /df	RMSEA	IFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	53.93	18	2.99	.079	.96	.96	.96	.06

Tablo 2 incelendiğinde, ölçeğe ait birinci düzey doğrulamalı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum değerlerinin $\chi^2 = 53.93$, $sd = 18$, $\chi^2/sd = 2.99$, $RMSEA = .079$, $IFI = .96$, $GFI = .96$, $CFI = .96$ ve $SRMR = .06$ olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgular, modelin veri ile kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. Özellikle χ^2/sd değerinin 3'ün altında olması, IFI, GFI ve CFI değerlerinin .95'in üzerinde yer alması ve SRMR değerinin .08'in altında bulunması model uyumunun yeterli olduğunu desteklemektedir. RMSEA değerinin ise kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu söylenebilir. Ölçeğe ait birinci düzey doğrulamalı faktör analizi diyagramı Şekil 1'de sunulmuştur.

Şekil 1

Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formuna Ait Birinci Düzey Doğrulamalı Faktör Analizi Diyagramı



Not. ODS = Olumsuz Duygusal Kontrastlardan Kaçınmak İçin Olumsuz Duyguları Başlatma ve Sürdürme; DDR= Duygusal Değişimlerden Rahatsızlık Duyma

Birinci düzey doğrulamalı faktör analizine ilişkin model Şekil 1'de sunulmuştur. Modelde ODS ve DDR olmak üzere iki faktör yer almaktadır. ODS faktörü M2, M4, M5, M6 ve M7 maddeleriyle; DDR faktörü ise M8, M1 ve M3 maddeleriyle temsil edilmektedir. Standartlaştırılmış faktör yüklerinin ODS faktörü için .59 ile .85, DDR faktörü için ise .53 ile .85 arasında değiştiği görülmektedir. Faktörler arasındaki korelasyon katsayısı .45 olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, maddelerin ait oldukları faktörleri yeterli düzeyde temsil ettiğini göstermektedir.

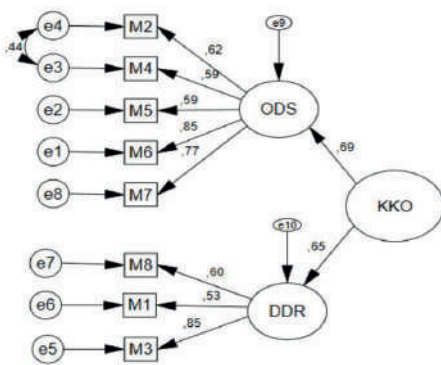
DFA'da modifikasyon indeksleri incelendiğinde, aynı alt boyut (ODS) içinde yer alan M2 ve M4 maddeleri arasındaki hata kovaryansının yüksek değer aldığı görülmüştür. Her iki madde de bireyin

olumsuz duygusal kontrastla karşılaşmamak amacıyla olumsuz duygu durumunu işlevsel bir hazırlık stratejisi olarak sürdürme eğilimini ifade etmekte olup bu içerik örtüşmesi, söz konusu maddelerin faktör tarafından açıklanamayan ortak bir varyans taşıdığına işaret etmektedir. Hata kovaryanslarının yalnızca istatistiksel gerekçeyle değil, madde içeriğine dayalı kuramsal bir gerekçeyle desteklenmesi durumunda tanımlanmasının ölçüm modelinin geçerliğini güçlendirdiği belirtilmektedir (Hermida, 2015; Landis ve ark., 2009). Bu doğrultuda söz konusu maddeler arasına hata kovaryansı tanımlanmış ve yeniden test edilen modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeye ulaştığı görülmüştür.

İki alt boyutlu yapı, ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir. Alanyazında, bir ikinci düzey örtük yapının tanımlanabilmesi için en az üç birinci düzey faktörün bulunması gerektiği belirtilmektedir (Byrne, 2016; Kline, 2016). İncelemeye konu olan ölçek iki birinci düzey faktörden oluştuğu için, kurulan ikinci düzey model tam tanımlı (just-identified) bir duruma gelmekte ve birinci düzey modelle istatistiksel olarak tamamen eşdeğer sonuçlar üretmektedir (Byrne, 2016; Kline, 2016). Bu nedenle ikinci düzey model için ayrı uyum indeksleri kestirilememiş ve ikinci düzey yük katsayıları yalnızca betimsel amaçla incelenmiştir. İkinci düzey yapı, ODS alt boyutuyla .69, DDR alt boyutuyla .65 düzeyinde ilişkili bulunmuştur. Bu iki katsayının çarpımı ($.69 \times .65 \approx .45$) birinci düzey analizde elde edilen faktörler arası korelasyonu yeniden üretmekte olup bu durum modelin iç tutarlılığını desteklemektedir. Ölçeğe ait ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi diyagramı Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2

Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formuna Ait İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Not. KKO= Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu; ODS= Olumsuz Duygusal Kontrastlardan Kaçınmak İçin Olumsuz Duyguları Sürdürme; DDR= Duygusal Değişimlerden Rahatsızlık Duyuma

İkinci düzey doğrulayıcı faktör analizine ilişkin diyagram Şekil 2’de sunulmuştur. Modelde Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu’nun iki alt boyutlu yapısı test edilmiştir. Ölçeğin Olumsuz Duygusal Kontrastlardan Kaçınmak İçin Olumsuz Duyguları Başlatma ve Sürdürme (ODS) alt boyutu M2, M4, M5, M6 ve M7 maddeleriyle; Duygusal Değişimlerden Rahatsızlık Duyuma (DDR) alt boyutu

ise M1, M3 ve M8 maddeleriyle temsil edilmektedir. Standartlaştırılmış faktör yüklerinin ODS alt boyutu için .59 ile .85, DDR alt boyutu için ise .53 ile .85 arasında değiştiği görülmektedir. İkinci düzey yapının ODS alt boyutuyla .69, DDR alt boyutuyla ise .65 düzeyinde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu'nun iki alt boyutlu ikinci düzey yapısının kabul edilebilir düzeyde desteklendiğini göstermektedir.

Ölçüt Bağıntılı Geçerliği

Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında, Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu (KKÖ-GD-8) ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-8 (DDGÖ-8) ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi-7 (YAB-7) arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analize ilişkin bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

Değişkenler	1	2	3
KKÖ-GD-8	1		
DDGÖ-8	.57**	1	
YAB-7	.55**	.58**	1

Not. KKÖ = Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu; DDGÖ = Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği; YAB = Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi. $p < .01$.

Tablo 3 incelendiğinde, KKÖ toplam puanı ile DDGÖ toplam puanı arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir, $r = .57, p < .01$. Benzer şekilde, KKO toplam puanı ile YAB toplam puanı arasında da pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki belirlenmiştir, $r = .55, p < .01$. Ayrıca DDGÖ ile YAB arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır, $r = .58, p < .01$. Bu bulgular, KKÖ puanlarının duygu düzenleme güçlüğü ve yaygın anksiyete belirtileriyle anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini desteklediği söylenebilir.

Güvenirlilik

Ölçeğin iç tutarlık düzeyini değerlendirmek amacıyla Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin geneli ve alt boyutlarına ilişkin güvenirlik değerleri Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu Geneli ve Alt Boyutları İçin Cronbach Alpha Güvenirlilik Değerleri

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alpha Değeri
KKÖ-GD-8 (Genel)	8	.80
ODS (Alt boyut)	5	.82
DDR (Alt boyut)	3	.71

Tablo 4 incelendiğinde, Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu'nun geneline ilişkin Cronbach alfa katsayısının .80 olduğu görülmektedir. Alt boyutlar açısından değerlendirildiğinde, Olumsuz Duygusal Kontrastlardan Kaçınmak İçin Olumsuz Duyguları Sürdürme (ODS) alt boyutunun Cronbach alfa katsayısı .82, Duygusal Değişimlerden Rahatsızlık Duyma (DDR) alt boyutunun Cronbach alfa katsayısı ise .71 olarak belirlenmiştir. Elde edilen tüm bu bulgular, ölçeğin geneli ve alt boyutlarının kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu araştırma, Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu'nun (KKÖ-GD-8) Türkçe uyarlamasının, özgün formun iki faktörlü yapısını Türk örnekleminde doğruladığını ortaya koymuştur. Elde edilen uyum indeksleri ve standartlaştırılmış faktör yükleri, modelin Türk kültürel bağlamında veriyi iyi derecede açıkladığını göstermektedir. Özellikle ölçek puanlarının duygu düzenleme güçlüğü ($r = .57$) ve yaygın anksiyete bozukluğu ($r = .55$) belirtileriyle sergilediği pozitif yönlü anlamlı korelasyonlar, kontrast kaçınma eğiliminin olumsuz duygulanım ve duygu düzenleme sorunlarıyla ilişkili olduğuna dair kuramsal beklentileri desteklemektedir. Bununla birlikte, katılımcıların büyük bir kısmının kadınlardan oluşması ve araştırmanın kesitsel tasarımı, sonuçların genellenebilirliği açısından bir sınırlılık teşkil etmektedir. Gelecek çalışmalarda, ölçeğin zamansal kararlılığını ölçmek adına test-tekrar test analizlerinin yapılması ve farklı klinik örneklemelerde karşılaştırmalı çalışmaların yürütülmesi, aracın psikometrik gücüne dair daha kapsamlı kanıtlar sunacaktır.

SONUÇ

Yürütülen kapsamlı analizler sonucunda, Kontrast Kaçınma Ölçeği-Genel Duygu Kısa Formu'nun (KKÖ-GD-8) Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu saptanmıştır. Yapı geçerliği, madde ayırt ediciliği ve iç tutarlılık analizlerinden elde edilen ampirik kanıtlar, ölçeğin hedeflenen psikolojik yapıyı ölçmede yeterli bilimsel standartlara sahip olduğunu teyit etmektedir. Özellikle ölçek puanlarının duygu düzenleme güçlüğü ve yaygın anksiyete belirtileriyle sergilediği

anamlı ve pozitif yönlü ilişkiler, aracın ilgili psikolojik süreçlerle olan kuramsal bağlantısını ve ölçüt bağıntılı geçerliliğini gl bir şekilde ortaya koymaktadır. Sonuç olarak bu araç, Türkiye’deki araştırmacı ve ruh sağlığı profesyonelleri tarafından hem akademik çalışmalarda hem de klinik değerlendirme süreçlerinde kontrast kaçınma eğilimlerini belirlemek amacıyla güvenle kullanılabilecek, kısa ve işlevsel bir nitelik taşımaktadır.

KAYNAKÇA

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Baik, S. Y., & Newman, M. G. (2023). The transdiagnostic use of worry and rumination to avoid negative emotional contrasts following negative events: A momentary assessment study. *Journal of Anxiety Disorders*, 95, 102679. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102679>
- Bean, C. A. L., Summers, C. B., & Ciesla, J. A. (2022). Dampening of positive affect and depression: A meta-analysis of cross-sectional and longitudinal relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 156, Article 104153. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104153>
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: A primer. *Frontiers in Public Health*, 6, 149. [10.3389/fpubh.2018.00149](https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149)
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (3rd ed.). Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9781315757421>
- Cmertėlu, S. (2020). *Kontrasttan Kaçınma leklerinin Türkçe Uyarlaması, Geerliliėi ve Gvenilirliėi*. (Master's thesis, İstanbl Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstits).
- Everaert, J., Bronstein, M. V., Castro, A. A., Cannon, T. D., & Joormann, J. (2020). When negative interpretations persist, positive emotions don't! Inflexible negative interpretations encourage depression and social anxiety by dampening positive emotions. *Behaviour Research and Therapy*, 124, 103510. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103510>
- Gerdan, G. (2025). Exploring the role of contrast avoidance, worry, and rumination in the relationship between intolerance of uncertainty, generalized anxiety disorder, and panic disorder symptoms in a clinical sample. *Current Psychology*, 44(7), 6362-6375. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07641-1>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Hermida, R. (2015). The problem of allowing correlated errors in structural equation modeling: concerns and considerations. *Computational Methods in Social Sciences*, 3(1), 5-17.
- Hinrichsen, H., & Clark, D. M. (2003). Anticipatory processing in social anxiety: two pilot studies. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 34(3-4), 205-218. [https://doi.org/10.1016/S0005-7916\(03\)00050-8](https://doi.org/10.1016/S0005-7916(03)00050-8)
- Javaherirenani, R., Ahadianfard, P., & Ashouri, A. (2021). Psychometric Properties of the Persian Version of General Emotion Questionnaire-Contrast Avoidance Model. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 15(4). <https://doi.org/10.5812/ijpbs.114376>
- Javaherirenani, R., Ahadianfard, P., & Ashouri, A. (2025). Psychometric properties and factor structure of the Persian version of worry questionnaire – Contrast avoidance model. *Journal of Education and Health Promotion*, 14(1), 29. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1185_23
- Kim, H., & Newman, M. G. (2023). Worry and rumination enhance a positive emotional contrast based on the framework of the Contrast Avoidance Model. *Journal of Anxiety Disorders*, 94, 102671. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102671>

- Landis, R. S., Edwards, B. D., & Cortina, J. M. (2009). On the practice of allowing correlated residuals among indicators in structural equation models. *Organizational Research Methods*, 12(3), 520–559.
- Lippert, M. W., Sommer, K., Flasiński, T., Schomberg, J., Pflug, V., Christiansen, H., In-Albon, T., Knappe, S., Romanos, M., Tuschen-Caffier, B., & Schneider, S. (2023). Bochum Assessment of Avoidance-based Emotion Regulation for Children (BAER-C): Development and evaluation of a new instrument measuring anticipatory avoidance-based emotion regulation in anxiety eliciting situations. *PLOS ONE*, 18(1), e0279658. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279658>
- Llera, S. J., & Newman, M. G. (2017). Development and validation of two measures of emotional contrast avoidance: The contrast avoidance questionnaires. *Journal of Anxiety Disorders*, 49, 114–127. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.04.008>
- Llera, S. J., Zainal, N. H., & Newman, M. G. (2026). Development and validation of the eight item contrast avoidance questionnaire-general emotion scale (CAQ-GE-8): An item-response theory analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 118, 103109. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2026.103109>
- Mills, A. C., Grant, D. M., Lechner, W. V., & Judah, M. R. (2013). Psychometric properties of the Anticipatory Social Behaviours Questionnaire. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 35(3), 346–355. <https://doi.org/10.1007/s10862-013-9339-4>
- Naragon-Gainey, K., McMahon, T. P., & Chacko, T. P. (2017). The structure of common emotion regulation strategies: A meta-analytic examination. *Psychological Bulletin*, 143(4), 384–427. <https://doi.org/10.1037/bul0000093>
- Newman, M. G., & Llera, S. J. (2011). A novel theory of experiential avoidance in generalized anxiety disorder: A review and synthesis of research supporting a contrast avoidance model of worry. *Clinical Psychology Review*, 31(3), 371–382. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.01.008>
- Newman, M. G., Schwob, J. T., Rackoff, G. N., Doren, N. V., Shin, K. E., & Kim, H. (2022). The naturalistic reinforcement of worry from positive and negative emotional contrasts: Results from a momentary assessment study within social interactions. *Journal of Anxiety Disorders*, 92, 102634. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102634>
- Przeworski, A., & Newman, M. G. (2024). The Contrast Avoidance Model: Conclusion and synthesis of new research in the special issue. *Journal of Anxiety Disorders*, 102, 102830. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2024.102830>
- Rashtbari, A., Taylor, D. L., Saed, O., & Malekizadeh, H. (2023). Psychometric Properties of the Iranian Version of Contrast Avoidance Questionnaires: Could Contrast Avoidance Be a New Transdiagnostic Construct? *Journal of Personality Assessment*, 105(6), 820–837. <https://doi.org/10.1080/00223891.2023.2169153>
- Scott, J. H., Yap, K., Francis, A. J. p., & Schuster, S. (2014). Perfectionism and its relationship with anticipatory processing in social anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 66(3), 187–196. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12045>
- Shaw, A. M., Carbonella, J. Y., Arditte Hall, K. A., & Timpano, K. R. (2017). Obsessive- compulsive and depressive symptoms: The role of depressive cognitive styles. *Journal of Psychology*, 151(6), 532–546. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372341>
- Squires, J. E., Estabrooks, C. A., Newburn-Cook, C. V., & Gierl, M. (2011). Validation of the conceptual research utilization scale: An application of the standards for educational and psychological testing in healthcare. *BMC Health Services Research*, 11, 107. [10.1186/1472-6963-11-107](https://doi.org/10.1186/1472-6963-11-107)
- Vanderlind, W. M., Everaert, J., & Joormann, J. (2022). Positive emotion in daily life: Emotion regulation and depression. *Emotion*, 22(7), 1614–1624. <https://doi.org/10.1037/emo0000944>
- Vassilopoulos, S. Ph. (2008). Coping strategies and anticipatory processing in high and low socially anxious individuals. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(1), 98–107. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.01.010>
- Wolgast, M., Lundh, L. G., & Viborg, G. (2013). Experiential avoidance as an emotion regulatory function: an empirical analysis of experiential avoidance in relation to behavioral avoidance, cognitive reappraisal, and response suppression. *Cognitive behaviour therapy*, 42(3), 224–232. <https://doi.org/10.1080/16506073.2013.773059>