

ანა ზუბაშვილი¹

ივანე ჯავახიშვილი სახელობის თბილისის
სახელმწიფო უნივერსიტეტი

კახა კოპალიანი,² ელენე ჩომახიძე³

სოხუმის სახელმწიფო უნივერსიტეტი

<https://doi.org/10.52340/sou.2023.21.31>

ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარის ქართული ვერსიის შემუშავება (ახალგაზრდებისათვის)

აბსტრაქტი. სტატიაში წარმოდგენილია ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარის („Cognitive Emotion Regulation Questionnaire“ – CERQ; Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2002) ადაპტაციის შედეგები ქართველი ახალგაზრდების შერჩევაზე. ემოციების კოგნიტური რეგულაცია გულისხმობს ემოციების აღმძვრელი ინფორმაციის დამუშავების ცნობიერ, კოგნიტურ ხერხებს. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის თეორია ეფუძნება ვარაუდს, რომ ვინაიდან აზროვნება და ქმედება სხვადასხვა პროცესია, საჭიროა კოგნიტური და ქცევითი სტრატეგიების გამიჯვნა და მათი ცალ-ცალკე შესწავლა. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის უნივერსალური ხასიათის მიუხედავად, დასტურდება მნიშვნელოვანი ინდივიდუალური განსხვავება იმ ფიქრებისა და აზრების შინაარსის მიხედვით, რომელთა საშუალებითაც ესა თუ ის პირი არეგულირებს რთული, სტრესული სიტუაციით გამოწვეულ ემოციებს. კითხვარი განკუთვნილია აფექტური განცდების რეგულაციის პროცესში როგორც ადაპტაციის ხელშემწყობი, ისე ხელშემშლელი კოგნიტური სტრატეგიების შესაფასებლად. კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 464 პირმა (79% ქალი და 21% მამაკაცი),

¹ **ანა ზუბაშვილი**, კავკასიის უნივერსიტეტის კლინიკური ფსიქოლოგიის მაგისტრი, ივანე ჯავახიშვილი სახ. თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის დოქტორანტი.

² **კახა კოპალიანი**, ფსიქოლოგიის მაგისტრი, სოხუმის სახელმწიფო უნივერსიტეტის ფსიქოლოგიის მიმართულების პროფესორი

³ **ელენე ჩომახიძე**, ელენე ჩომახიძე, ფსიქოლოგიის დოქტორი, სოხუმის სახელმწიფო უნივერსიტეტის ასოცირებული პროფესორი.

საშუალო ასაკი 21.4 ± 6.2 . კითხვარის ქართული ვერსიის სტრუქტურა ემთხვევა ორიგინალური კითხვარის სტრუქტურას. ჩატარებულმა კვლევამ დაადასტურა, რომ ქართული ვერსია შეიძლება მიჩნეულ იქნეს სანდო და ვალიდურ ინსტრუმენტად, რომლის გამოყენება შეიძლება როგორც კვლევითი, ისე ფსიქოლოგიური კონსულტირების მიზნებისათვის.

საკვანძო სიტყვები: ემოციების რეგულაცია, ემოციების კოგნიტური რეგულაცია, ემოციების ადაპტაციის ხელშემწყობი და ხელშემშლელი სტრატეგიები, CERQ, ფსიქომეტრული მახასიათებლები.

Ana Zubashvili⁴

Ivane Javakhishvili Tbilisi State University

Kakha Kopaliani⁵ Elene Chomakhidze⁶

Sokhumi State University

Validation of the Georgian Version of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) for Young Adults

Abstract. The paper presents the results of adapting the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ; Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2002) for Georgian young adults. Cognitive regulation of emotions includes conscious, cognitive ways of processing affective experiences. The cognitive emotion regulation theory is based on the assumption that thinking and acting refer to different processes and, therefore, considers cognitive strategies in a conceptually pure way, separate from behavioral strategies. Although the capability of advanced thinking and regulating emotions through cognitions is universal, large individual differences exist in the amount of cognitive activity and in the content of the thoughts by which people regulate their emotions in response to stressors. The questionnaire is aimed at evaluation of both adaptive and maladaptive cognitive strategies of affective moods' regulation. The Georgian version of CERQ were completed by 464 young adults (79% female and 21% male, with a mean age of 21.4 ± 6.2). The structure of the Georgian version of the questionnaire matches the structure of the original questionnaire. The research has confirmed that the Georgian version can be considered a reliable and valid tool, which can be used both for research and psychological counseling purposes.

Keywords: Emotion Regulation, Cognitive Emotion Regulation, Adaptive and Maladaptive Strategies, CERQ, Psychometric Properties.

⁴ **Ana Zubashvili**, Master of Clinical Psychology of Caucasus University, Doctoral student of Ivane Javakhishvili Tbilisi State University.

⁵ **Kakhi Kopaliani**, Doctor of Psychology, Professor of Sokhumi State University.

⁶ **Elene Chomakhidze**, Doctor of Psychology, Assoc. Professor of Sokhumi State University.

შესავალი. მთელი ცხოვრების მანძილზე პრაქტიკულად ყველა ადამიანი აწყდება არაერთ ისეთ სიტუაციას, რომელიც აღიქმება, როგორც რთული და ცხოვრების ჩვეული მიმდინარეობის დამრღვევი („მუქარა“, „დანაკარგი“, „გამოწვევა“), რაც იწვევს სხვადასხვა სახის დაძლევის სტრატეგიის აქტუალიზაციას. თუმცა, ამის საპასუხოდ განვითარებულ „მოქმედებათა და რეაქციათა ნაკადში“ ხშირად შერწყმულია ქცევის რეგულაციის სხვადასხვა მექანიზმი (Folkman, Schaefer, & Lazarus, 1979; Lazarus, 2006). ასე, ემოციებზე ორიენტირებული დაძლევის სტრატეგია განხორციელების მექანიზმის მიხედვით შეიძლება იყოს კოგნიტური, ხოლო პრობლემის გადაწყვეტაზე ორიენტირებული სტრატეგია უცილობლად შეიცავს როგორც კოგნიტურ, ისე ემოციურ კომპონენტებს (Eisenberg, Fabes, & R.A., 1995; Miceli & Castelfranchi, 2001). შესაბამისად, დაძლევის სტრატეგიების დაყოფა ემოციებზე ორიენტირებულ და პრობლემის გადაწყვეტაზე ორიენტირებულ სტრატეგიებად ართულებს დაძლევის ამ ასპექტების მნიშვნელობისა და ფუნქციების გამიჯვნას (Schroevers, Kraaij, & Garnefski, 2007).

დისკუსია. ამ პრობლემის გადაწყვეტის მიმართ ერთ-ერთი მიდგომა ითვალისწინებს ემოციების რეგულაციაში კოგნიტური პროცესების როლის განსაზღვრას. ემოციების რეგულაცია გულისხმობს ყველა იმ პროცესის ერთობლიობას, რომელიც ჩართულია ემოციური რეაქციის მონიტორინგში, შეფასებასა და გარდაქმნაში (Gross J., 1999). ემოციების რეგულაცია შეიძლება ხორციელდებოდეს როგორც ცნობიერი, ისე არაცნობიერი პროცესების საშუალებით (Mauss, Bunge, & Gross, 2007). ემოციების კოგნიტური რეგულაცია გულისხმობს „ემოციების აღმძვრელი ინფორმაციის დამუშავების ცნობიერ, კოგნიტურ ხერხებს და შეიძლება იქნეს განხილული, როგორც ემოციების რეგულაციის უფრო ფართო კონცეფციის ნაწილი“ (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 141). ემოციების კოგნიტური რეგულაციის თეორია ეფუძნება ვარაუდს, რომ ვინაიდან აზროვნება და ქმედება სხვადასხვა პროცესია, საჭიროა კოგნიტური და ქცევითი სტრატეგიების გამიჯვნა და მათი ცალ-ცალკე შესწავლა. გასათვალისწინებელია ისიც, რომ ემოციების კოგნიტური რეგულაციის უნივერსალური ხასიათის მიუხედავად, დასტურდება მნიშვნელოვანი ინდივიდუალური განსხვავება იმ ფიქრებისა და აზრების შინაარსის მიხედვით, რომელთა საშუალებითაც ესა თუ ის პირი არეგულირებს რთული სიტუაციით გამოწვეულ ემოციებს (Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2002).

ამ მიდგომის ფარგლებში Garnefski et al. მიერ შემუშავდა ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარი („Cognitive Emotion Regulation Questionnaire“ – CERQ) (Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2002). ანალოგიურ მიდგომას ეფუძნება Gross & John კოგნიტური რეგულაციის კითხვარიც, თუმცა ამ კითხვარით გათვალისწინებულია ემოციების რეგულაციის მხოლოდ ორი სტრატეგია – დათრგუნვა და გადაფასება (Gross & John, 2003). დღეისათვის CERQ ადაპტირებულია მსოფლიოს ბევრ ენაზე –

შემუშავებულია კითხვარის ესპანური (Domínguez-Sánchez, Lasa-Aristu, Amor, & Holgado-Tello, 2011), ფრანგული (Jermann, Van der Linden, d'Acremont, & Zermatten, 2006), გერმანული (Loch, Hiller, & Witthöft, 2011), პორტუგალიური (Martins, Freire, & Ferreira-Santos, 2016), რუმინული (Per & Miclea, 2011), ინდონეზიური (Prastuti, Tairas, & Hartini, 2020), სპარსული (Abdia, Tabanb, & Ghaemianc, 2012), თურქული (Tuna & Bozo, 2012), რუსული (Писарева & Гриценко, 2010), ჩინური (Liu, Chen, & Blue, 2016) და სხვა ვერსიები.

კითხვარის ორიგინალური ვერსიის დიაგნოსტიკური ვარგისიანობა და ვალიდურობა დამტკიცებულია რეპრეზენტაბელურ შერჩევაზე ტესტის ავტორების მიერ ჩატარებული კვლევათა ციკლით. დადასტურდა ძლიერი კორელაცია ემოციების რეგულაციის კოგნიტურ სტრატეგიებსა და დეპრესიის, შფოთვისა და რისხვის დონეს შორის (Garnefski, Kraaij, & van Etten, 2005). რისკის ჯგუფებში (სამხედრო მოქმედებათა მონაწილეები, ეპიდემიისაგან დაზარალებული ფერმერები, ძალადობის მსხვერპლი ქალები) შფოთვის, დეპრესიისა და პოსტრავმატული სიმპტომების ინტენსივობა დამოკიდებულია დესტრუქციული სტრატეგიების გამოყენების სიხშირეზე, მაშინ როცა ეფექტური სტრატეგიების გამოყენება უკავშირდება ამ ნეგატიური განცდების შემცირებას (Garnefski & Kraaij, 2007). კლინიკურმა კვლევებმა აჩვენა, რომ კიბოს, პერიფერიული არტერიული დაავადების, იუვენალური იდიოპათიური ართრიტის შემთხვევაში რუმინაციისა და კატასტროფიზაციის სტრატეგიების გამოყენება უკავშირდება ემოციური მდგომარეობის ნეგატიური შეფასების გაძლიერებას (Garnefski, Koopman, Kraaij, & ten Cate, 2009).

ორიგინალური კითხვარის აღწერა. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარი (CERQ) 36 პუნქტს შეიცავს, რომლებიც ზომავს ავტორების მიერ გამოყოფილ ემოციების რეგულაციის 9 სტრატეგიას. ეს სტრატეგიები შეიძლება მიეკუთვნოს ორ განსხვავებულ კატეგორიას:

- ✓ ადაპტაციის ხელშეწყობი (ანუ „ეფექტური“, „ადაპტაციული“): 1) მომხდარის მიღება, 2) ფოკუსირება დადებითზე, 3) ფოკუსირება დაგეგმვაზე, 4) პოზიტიური გადაფასება, 5) პერსპექტივის კუთხით განხილვა;
- ✓ ადაპტაციის ხელშემშლელი, დეზადაპტაციური ეფექტის გამაძლიერებელი (ანუ „დესტრუქციული“): 6) თვითდადანაშაულება, 7) რუმინაცია, ანუ აკვიატებული ფიქრი მომხდარზე, 8) კატასტროფიზაცია (სიმძიმის გაზვიადება), 9) სხვების დადანაშაულება.

ამრიგად, კითხვარი ცხრა სკალას შეიცავს:

1. „თვითდადანაშაულება“ – აზრი, რომ თავად არის დამნაშავე მომხდარში (მაგალითად, „ვგრძნობ, რომ თავად ვარ დამნაშავე მომხდარში“);
2. „მიღება“ – აზრი, რომ საჭიროა მომხდარის მიღება (მაგალითად, „ვფიქრობ, რომ მომხდარს უნდა შევეგუო“);

3. „რუმინაცია“ – განუწყვეტელი, აკვიატებული ფიქრი მომხდარზე (მაგალითად, „შეფიქრება ამ სიტუაციით გამოწვეულ ჩემს გრძნობებზე, განცდებზე“);
4. „ფოკუსირება დადებითზე“ – გადართვა სხვა, უფრო სასიამოვნო ფიქრებზე – გადატანილ რთულ სიტუაციაზე ფიქრის ნაცვლად (მაგალითად, „ვცილობ, ვიფიქრო უფრო სასიამოვნო რამეზე, ვიდრე ჩემს მიერ განცდილი“);
5. „ფოკუსირება დაგეგმვაზე“ – ფიქრი იმაზე, თუ რა ნაბიჯებია ახლა გადასადგმელი (მაგალითად, „ვფიქრობ იმაზე, თუ როგორ შეიძლება გავუმკლავდე ამ სიტუაციას“);
6. „პოზიტიური გადაფასება“ – მომხდარის დადებითი (პიროვნული ზრდის ან ახალი გამოცდილების შეძენის კუთხით) მნიშვნელობის ძიება (მაგალითად, „ვფიქრობ, რომ მომხდარის შედეგად შეიძლება უფრო ძლიერი გავხდე“);
7. „პერსპექტივის კუთხით განხილვა“ – მომხდარის სერიოზულობის შემცირება სხვა სიტუაციასთან შედარების გზით (მაგალითად, „ვფიქრობ, რომ სხვებს გაცილებით უფრო მძიმე რამ განუცდიათ“);
8. „კატასტროფიზაცია“ – ფიქრი მომხდარისა და მისი უარყოფითი შედეგების განსაკუთრებულ სიმძიმეზე (მაგალითად, „ხშირად ვფიქრობ, რომ ის, რაც განვიცადე, გაცილებით უფრო მძიმეა, ვიდრე სხვების განსაცდელი“);
9. „სხვების დადანაშაულება“ – ბრალის დაკისრება სხვებზე (მაგალითად, „ვგრძნობ, რომ მომხდარში სხვები არიან დამნაშავე“).

გათვალისწინებულია გამოკითხვის ჩატარების ორი ხერხი. პირველ შემთხვევაში რესპონდენტი აღწერს იმ ტიპობრივ აზრებს, ფიქრებს, მას რომ ეუფლება სხვადასხვა რთულ სიტუაციაში. მეორე შემთხვევაში ინსტრუქციით მას ევალება რაიმე კონკრეტული რთული სიტუაციის გახსენება. კითხვარის პუნქტებზე პასუხების გასაცემად გამოიყენება 5-საფეხურიანი ლაიკერტის სკალა: თითქმის არასდროს (1), ძალიან იშვიათად (2), იშვიათად (3), დროდადრო (4), თითქმის ყოველთვის (5). კითხვარის გამოყენება შეიძლება როგორც მოზრდილების, ისე მოზარდების (12 წლიდან) საკვლევად.

კითხვარის ქართული ვერსიის შემუშავება

მოზრდილებისათვის განკუთვნილი ორიგინალური ტესტის ფსიქომეტრული მაჩვენებლები ასახულია 2007 წელს გამოქვეყნებულ სტატიაში (Garnefski & Kraaij, 2007), ამიტომ ქართული ვერსიის შემუშავების ეტალონად (ალგორითმად) გამოყენებულ იქნა სწორედ ეს ვერსია.

შერჩევა. კვლევა ჩატარდა კროს-სექციური დიზაინით, 464 პირის მონაწილეობით, მათ შორის 79% ქალი, საშუალო ასაკი 21.4 ± 6.2 . გამოკითხვა ჩატარდა Google Forms გამოყენებით. მონაწილეობა ნებაყოფლობითი იყო, ანონიმურობის სრული გარანტიით.

საზომი ინსტრუმენტები. გამოკითხვაში ჩართული იყო შემდეგი ტესტები: ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარის (CERQ) ქართული ვერსია.

სიმპტომატური კითხვარი SCL-90 (Symptom Check List: Derogatis, 1977). ტესტის ავტორების ჰიპოთეზის თანახმად, ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კონკრეტული სტრატეგიები (განსაკუთრებით საკუთარი თავის დადანაშაულება, რუმინაცია, კატასტროფიზაცია და პოზიტიური გადაფასება) უკავშირდება ემოციურ პრობლემებს (დეპრესიასა და შფოთვისას) (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 142). დეპრესიისა და შფოთვის სიმპტომები ავტორების მიერ გაიზომა სიმპტომატური კითხვარის – SCL-90 (Symptom Check List: Derogatis, 1977) შესაბამისი სკალებით. სიმპტომატური კითხვარი SCL-90-R შემუშავდა ფსიქოლოგიური დისტრესისა და მისი სპეციფიკური პირველადი სიმპტომების (ვთქვათ, დეპრესია, შფოთვა და სხვ.) შესაფასებლად, რომლებიც ასახავს „პირველადი სიმპტომების კლასტერებს“ (Derogatis & Cleary, 1977). SCL-90-R-ის ქართული ვერსია ა. გრიგოლავასა და ე. ჩომახიძის მიერ 1997-98 წლებში შემუშავდა; კვლევა ჩატარდა არაკლინიკურ შერჩევაზე. ორიგინალის მსგავსად, კონვერგენტული და დისკრიმინანტული ვალიდურობის შესამოწმებლად გამოყენებულ იქნა MMPI (Derogatis, Rickels, & Rock, 1976). წინამდებარე კვლევაში დადასტურდა ტესტის კარგი ფსიქომეტრული მაჩვენებლები. კერძოდ, შიდა სანდოობის მაჩვენებელმა –კრომბაჰის ალფამ დეპრესიის სკალისათვის 0.918 შეადგინა, ხოლო შფოთვის სკალისათვის – 0.916.

მონაცემების სტატისტიკური ანალიზი. მონაცემების დასამუშავებლად გამოყენებულ იქნა მათემატიკური სტატისტიკის პროგრამათა პაკეტი SPSS-27. განაწილება შეფასდა კოლმოგოროვ-სმირნოვისა და შაპირო-უილკის კრიტერიუმებით, აგრეთვე განაწილების მახასიათებლებით (ასიმეტრია და ექსცესი). სანდოობის (შიდა ერთგვაროვნების) შესაფასებლად გამოყენებულ იქნა კრომბაჰის ალფა. კორელაციული ანალიზი ჩატარდა პირსონის კორელაციის კოეფიციენტის გამოყენებით. საშუალო მაჩვენებლებს შორის განსხვავების სტატისტიკური სანდოობა შემოწმდა სტუდენტის კრიტერიუმით დამოუკიდებელი შერჩევებისათვის, ხოლო საშუალოებს შორის სხვაობის ეფექტი – კოენის კრიტერიუმით. სკალების ფაქტორული ვალიდურობა შემოწმდა როგორც ძიებითი, ისე კონფირმატორული ფაქტორული ანალიზით (CFA) – SPSS AMOS მოდულის გამოყენებით.

შედეგები

თარგმანი და დისკრიმინანტულობის შემოწმება

გაკეთდა ტესტის პირველადი თარგმანის სამი დამოუკიდებელი ვერსია, რომლებიც შემდეგ შეჯერდა, რაც გულისხმობდა თარგმანის შედარებას ორიგინალთან, ახალ პირობებში ლექსიკის ადეკვატურად (არასასურველი კონოტატიური მნიშვნელობა, სოციალურ-კულტურული განსხვავების ლინგვისტური გამოვლინება და სხვ.) გამოყენების შეფასებას. დისკრიმინანტულობის შესამოწმებლად ჩატარდა საცდელი გამოკითხვა 38 პირის მონაწილეობით. მონაწილეებს აგრეთვე ვთხოვეთ იმის შეფასება, თუ რამდენად გასაგები იყო თითოეული პუნქტი; შედეგების საფუძველზე შესწორდა რამდენიმე პუნქტის ფორმულირება. მონაცემების დამუშავებამ

აჩვენა, რომ დისკრიმინანტულობის 80%-იანი ზღვარი დარღვეული არ იყო. გარდა ამისა, სკალის დისკრიმინანტულობის შესამოწმებლად გამოთვლილ იქნა ფერგიუსონის კოეფიციენტი „დელტა“, რომელიც დასაშვები ნორმის ფარგლებს არ სცდებოდა: $0.5 \leq \delta \leq 1$.

სანდოობის შემოწმება. შიდა სანდოობის (პუნქტების შეთანხმებულობის) შესამოწმებლად გამოყენებულ იქნა კრონბაჰის კოეფიციენტი α (ცხრ. 1). ამავე ცხრილში ასახულია ორიგინალის მაჩვენებლები. როგორც ვხედავთ, ყველა სკალის მაჩვენებელი 0.7-ს აღემატება და უახლოვდება ორიგინალის მაჩვენებლებს. მთლიანი ტესტისათვის $\alpha=0.884$, რაც ასევე მაღალი მაჩვენებელია.

ტესტის მდგრადობა. სანდოობის, როგორც შედეგის მდგრადობის, შესამოწმებლად გამოყენებულ იქნა სპირმენ-ბრაუნის კორელაციის კოეფიციენტი (ცხრ. 1), რომელმაც ასევე კარგი შედეგი აჩვენა. მაღალია სპირმენ-ბრაუნის კოეფიციენტის მნიშვნელობა მთლიანი ტესტისათვისაც – 0.844.

ცხრილი 1. ტესტის სანდოობის შემოწმება

	α (ორიგინალი)	α (ქართული ვერსია)	სპირმენ-ბრაუნის კოეფიციენტი
ტესტის სკალები			
თვითდადანაშაულება	0.75	0.73	0.742
მომხდარის მიღება	0.76	0.71	0.727
რუმინაცია	0.83	0.72	0.793
ფოკუსირება			
დადებითზე	0.85	0.82	0.799
ფოკუსირება			
დადგენილებაზე	0.86	0.75	0.717
პოზიტიური			
გადაფასება	0.85	0.78	0.729
პერსპექტივის კუთხით			
განხილვა	0.82	0.75	0.739
კატასტროფიზაცია	0.79	0.75	0.772
სხვების			
დადანაშაულება	0.82	0.78	0.757

ამრიგად, მიღებული შედეგი ადასტურებს ემოციების კოგნიტური რეგულაციის ტესტის ქართული ვერსიის საკმაოდ მაღალ შიდა სანდოობასა და შედეგების მდგრადობას.

კონსტრუქტის ვალიდურობის შემოწმება

ტესტის კონსტრუქტის ვალიდურობის დასადასტურებლად ავტორების მიერ შესწავლილია ფაქტორული სტრუქტურა როგორც კვლევითი (Exploratory), ისე დადასტურებული (Confirmation – CFA) ფაქტორული ანალიზის გზით. გარდა ამისა,

გამოთვლილია კორელაცია ტესტის სკალებს შორის; ტესტის სკალებს შორის კორელაციული ანალიზი ჩატარდა პირსონის კორელაციის კოეფიციენტით. ქართული ვერსიისათვის ჩატარებული კორელაციული ანალიზის შედეგები წარმოდგენილია მე-2 ცხრილში. ორიგინალისათვის სკალებს შორის კორელაციის საშუალო მაჩვენებელი 0.25-ს შეადგენს, ხოლო ქართული ვერსიისათვის – 0.24-ს. ორიგინალისათვის კორელაციის კოეფიციენტების სიდიდე მერყეობს 0,08-დან (კატასტროფიზაცია და პოზიტიური გადაფასება) 0.69-მდე (პოზიტიური გადაფასება და დაგეგმვა) (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 144), ხოლო ქართული ვერსიისათვის შესაბამისი მაჩვენებლები -0.105-ს და 0.576-ს შეადგენს.

ცხრილი 2. კორელაცია ემოციების კოგნიტური რეგულაციის ტესტის სკალებს შორის

		1	2	3	4	5	6	7	8
1. თვითდადანაშაულება									
2. მომხდარის მიღება	r	.339**							
	p	.000							
3. რუმინაცია	r	.425**	.474**						
	p	.000	.000						
4. ფოკუსირება დადებითზე	r	-.051	.204**	.180**					
	p	.302	.000	.000					
5. ფოკუსირება დაგეგმვაზე	r	.340**	.398**	.555**	.377**				
	p	.000	.000	.000	.000				
6. პოზიტიური გადაფასება	r	.116*	.349**	.296**	.415**	.574**			
	p	.018	.000	.000	.000	.000			
7. პერსპექტივის კუთხით განხილვა	r	.181**	.341**	.337**	.417**	.534**	.673**		
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000		
8. კატასტროფიზაცია	r	.283**	.240**	.432**	.024	.247**	-.105*	.051	
	p	.000	.000	.000	.626	.000	.031	.299	
9. სხვების დადანაშაულება	r	-.123*	.116*	.214**	.180**	.164**	.082	.152**	.365**
	p	.012	.018	.000	.000	.001	.093	.002	.000

შენიშვნა: r – პირსონის კორელაციის კოეფიციენტი; p – სტატისტიკური მნიშვნელობა; კურსივი – სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი კორელაცია.

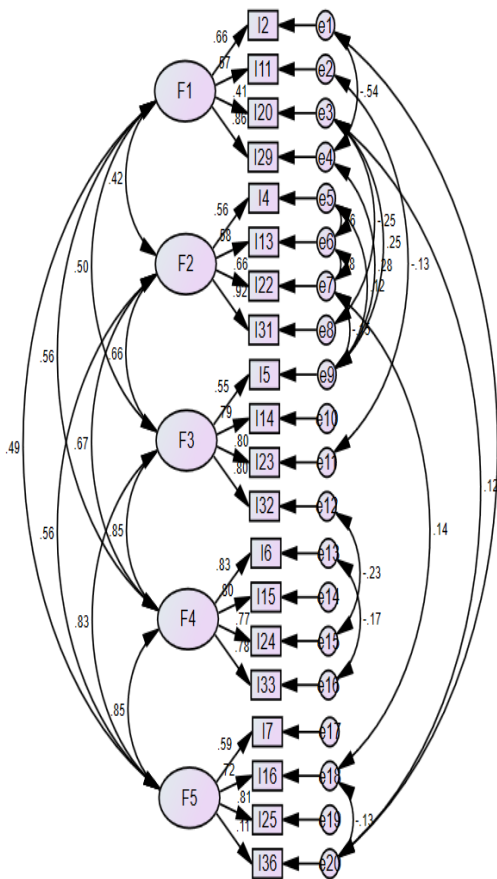
კვლევითი ფაქტორული ანალიზი ჩატარდა მთავარი კომპონენტების მე-თოდით, ვარიმაქს ბრუნვით, კაიზერის ნორმალიზაციით). შედეგმა (ცხრ. 3) დაადასტურა 9-ფაქტორიანი სტრუქტურა, რომელიც ხსნის დისპერსიის 63.98%-ს (ორიგინალისათვის – 68.2%). ფაქტორების განაწილება მთლიანად ემთხვევა ტესტის ორიგინალს.

**ცხრილი 3. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის ტესტის ფაქტორული
სტრუქტურა**

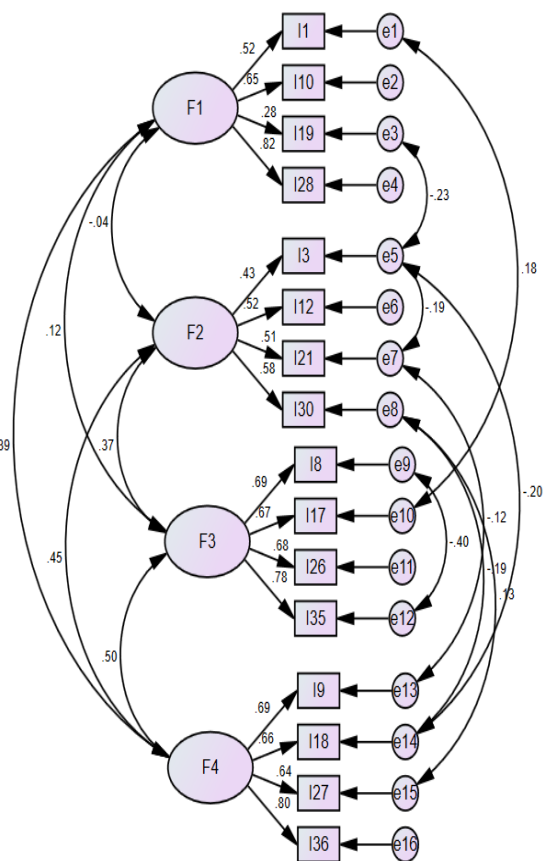
კომპონენტი	საკუთარი მნიშვნელობა			საკუთარი მნიშვნელობა ბრუნვის შემდეგ		
	სულ	დისპერსია (%)	კუმულაციური (%)	სულ	დისპერსია (%)	კუმულაციური (%)
1	8.005	22.236	22.236	3.692	10.256	10.256
2	4.115	11.429	33.666	3.685	10.235	20.491
3	3.113	8.647	42.312	2.774	7.706	28.196
4	1.774	4.927	47.240	2.741	7.615	35.811
5	1.390	3.860	51.100	2.628	7.301	43.112
6	1.267	3.519	54.619	2.127	5.907	49.020
7	1.223	3.397	58.015	1.984	5.511	54.531
8	1.102	3.062	61.077	1.824	5.066	59.597
9	1.044	2.899	63.976	1.576	4.379	63.976

ფაქტორიზაციის მეთოდი: მთავარი კომპონენტების ანალიზი, ვარიანს-ბრუნვა კაიზერის ნორმალიზაციით.

დამადასტურებელი ფაქტორული ანალიზი ჩატარდა SPSS-ის AMOS მოდულის გამოყენებით. მოდელის შედგენისას თითოეული პუნქტი მიკუთვნებულ იქნა შესაბამის ფაქტორთან (სკალასთან). პუნქტის დისპერსიის ის ნაწილი, რომელიც ფაქტორით არ აიხსნებოდა, მიეწერა „შეცდომას“ – ავტორისეული მოდელით დაშვებულია კორელაცია ფაქტორებსა და შეცდომებს შორის (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 146). იმის გამო, რომ კორელაცია ზოგიერთ ადაპტაციის ხელშემწყობ და ხელშემშლელ სკალას შორის უარყოფითია (მაგალითად, სხვების დადანაშაულება და საკუთარი თავის დანაშაულება, ცხრ. 2), საერთო მოდელი დადებითად განსაზღვრული არ აღმოჩნდა, ამიტომ ავაგეთ ორი მოდელი – ადაპტაციის ხელშემწყობი და ხელშემშლელი სკალებისთვის ცალ-ცალკე (ნახ. 1-2). ამ ორი მოდელის ვარგისიანობის მაჩვენებლები ასახულია მე-4 ცხრილში.



ნახ. 1. ადაპტაციის ხელშეწყობი
ემოციების კოგნიტური რეგულაციის
სტრატეგიების მოდელი
შენიშვნა: I1, I2,..., I36 – ტესტის პუნქტები.



ნახ. 2. ადაპტაციის ხელშეშლელი ემოციების
კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიების
მოდელი

როგორც ვხედავთ, ორივე მოდელს კარგი შეთანხმებულობის (ვარგისიანობის) მაჩვენებლები აქვს. მაგალითად, მოდელი კარგია, თუ მოდელის აპროქსიმაციის კვადრატული საშუალო შეცდომა (RMSEA) 0.05-ს არ აღემატება; პირველი მოდელის შემთხვევაში RMSEA=0.015-ს, რაც შეესაბამება შეფასებას „ძალიან კარგი მოდელი“.

ცხრილი 4. ადაპტაციის ხელშეწყობი და ხელშემშლელი მოდელების ვარგისიანობის მაჩვენებლები

ვარგისიანობის მაჩვენებლები	ხელშეწყობი	ხელშემშლელი
χ^2	145.051	169.426
$p \geq 0.05$	.390	.103
$CMIN/DF \leq 3$	1.029	1.705
$GFI \geq 0.90$	.909	.912
$AGFI \geq 0.90$	.902	.906
$TLI \geq 0.90$	.995	.908
$CFI \geq 0.90$	.996	.921
$RMSEA \leq 0.05$	.015	.044
$PNFI \geq 0.50$	.656	.627
$PCFI \geq 0.50$	.739	.685

შენიშვნა: ცხრილის პირველ სვეტში აგრეთვე წარმოდგენილია მოდელის ვარგისიანობის მაჩვენებლების ნორმები.

კონვერგენტული ვალიდურობის შემოწმება

ტესტის ავტორების ჰიპოთეზის თანახმად, ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კონკრეტული სტრატეგიები (განსაკუთრებით საკუთარი თავის დადანაშაულება, რუმინაცია, კატასტროფიზაცია და პოზიტიური გადაფასება) უკავშირდება ემოციურ პრობლემებს (დეპრესიასა და შფოთვის) (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 142). დეპრესიისა და შფოთვის სიმპტომები გაიზომა სიმპტომატური კითხვარის SCL-90 (Symptom Check List: Derogatis, 1977) შესაბამისი სკალებით. ქართული ვერსიის შემთხვევაშიც იგივე ტესტი იქნა გამოყენებული. კორელაცია გამოთვლილ იქნა პირსონის კორელაციის კოეფიციენტის მეშვეობით (ცხრ. 5).

ცხრილი 5. კორელაცია ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიებსა და შფოთვისა და დეპრესიას შორის

სტრატეგია	დეპრესიის სიმპტომები	შფოთვის სიმპტომები
თვითდადანაშაულება	$r=.287; p=.000$	$r=.299; p=.000$
მომხდარის მიღება	$r=.162; p=.001$	$r=.148; p=.002$
რუმინაცია	$r=.351; p=.000$	$r=.342; p=.000$
ფოკუსირება დადებითზე	$r=-.056; p=.257$	$r=-.058; p=.240$
ფოკუსირება დადებითზე	$r=.078; p=.112$	$r=.097; p=.048$
პოზიტიური გადაფასება	$r=-.166; p=.001$	$r=-.168; p=.001$
პერსპექტივის კუთხით განხილვა	$r=-.054; p=.271$	$r=-.076; p=.120$
კატასტროფიზაცია	$r=.398; p=.000$	$r=.391; p=.000$
სხვების დადანაშაულება	$r=.073; p=.139$	$r=.104; p=.034$

შენიშვნა: r – პირსონის კორელაციის კოეფიციენტი; p – სტატისტიკური მნიშვნელობა.

ქართული ვერსიის შედეგი იმეორებს ავტორების მონაცემებს. დეპრესიის სიმპტომებსა და პოზიტიურ გადაფასებას შორის კორელაცია ორიგინალისათვის $-0,21$ -

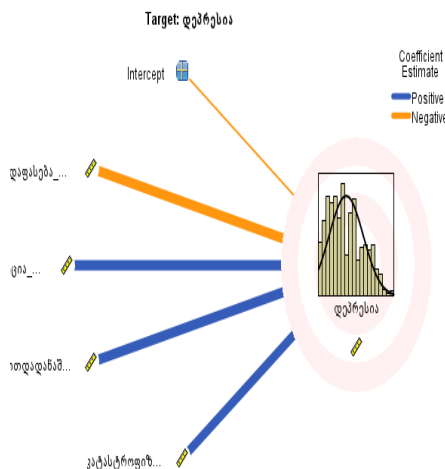
ის ტოლია, ქართული ვერსიისათვის – -0.166-სა, ხოლო კატასტროფიზაციასთან შესაბამისი მაჩვენებლები 0.46-სა და 0.40-ს უდრის. ამ სკალების კორელაცია შფოთვასთან ორიგინალისათვის -0.23-სა და 0.51-ს შეადგენს, ხოლო ქართული ვერსიისათვის – -0.17 და 0.39.

ავტორების მიერ აგრეთვე ჩატარდა მრავლობითი რეგრესიული ანალიზი. ქართული ვერსიისათვის რეგრესიული ანალიზი ჩატარდა როგორც მრავლობითი წრფივი რეგრესიული ანალიზით (ცხრ. 6), ისე ავტომატური მოდელირების მეთოდით (ნახ. 2-3).

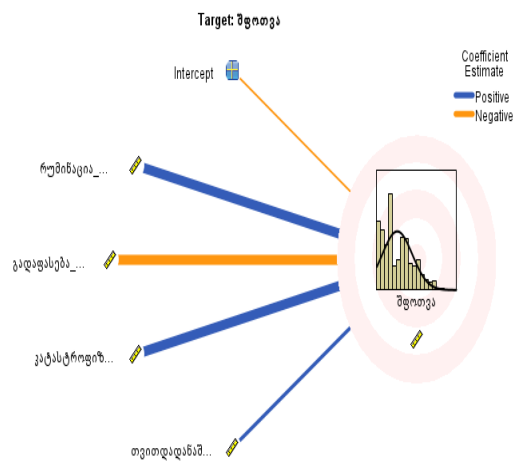
ცხრილი 5. რეგრესიული ანალიზის შედეგები

სტრატეგია	დეპრესიის სიმპტომები (β)		შფოთვის სიმპტომები (β)	
	ორიგინალი	ქართული ვერსია	ორიგინალი	ქართული ვერსია
თვითდადანაშაულება	.25**	.18**	.18**	.16**
მომხდარის მიღება	.07	.02	.05	.006
რუმინაცია	.28***	.29***	.23***	.26***
ფოკუსირება დადებითზე	-.01	.01	.08	.011
ფოკუსირება დადგენილებაზე	-.05	-.07	.02	-.01
პოზიტიური გადაფასება	-.35***	-.19**	-.40***	-.19***
პერსპექტივის კუთხით განხილვა	-.01	-.01	.00	.08
კატასტროფიზაცია	.29***	.24***	.36***	.21***
სხვების დადანაშაულება	.08	.04	.05	.02
M²	.28***	.25***	.28***	.28***

შენიშვნა: * $P < .05$, ** $P < .01$, *** $P < .001$.



ნახ. 3. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიების გავლენა დეპრესიაზე



ნახ. 4. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიების გავლენა შფოთვაზე

ორიგინალის მსგავსად, დეპრესიისა და შფოთვის სიმპტომების სტატისტიკურად სანდო პრედიქტორებია დადანაშაულება, რუმინაცია, კატასტროფიზაცია – დადებითი ნიშნით და პოზიტიური გადაფასება – უარყოფითი ნიშნით. დადებითი ნიშანი მიუთითებს, რომ სტრატეგია ემოციური პრობლემების ხელშეწყობია, ხოლო უარყოფითი ნიშნის შემთხვევაში – ხელშეშლელი (დამცავი). განსხვავება ორიგინალსა და ქართულ ვერსიას შორის მხოლოდ ისაა, რომ ამ უკანასკნელის შემთხვევაში პოზიტიური გადაფასებისა და კატასტროფიზაციის სტარდარტიზებული მაჩვენებელი (β) უფრო ნაკლებია (ცხრ. 5).

სოციალური სასურველობის შემოწმება. გულწრფელობის შესაფასებლად გამოყენებულ იქნა შვიდი პუნქტისაგან შემდგარი სიცრუის სკალა. სიცრუის სკალასა და ტესტის სკალებს შორის პირსონის კორელაციის კოეფიციენტის სიდიდე სტატისტიკურად მნიშვნელოვანია მხოლოდ დესტრუქციული სტრატეგიებისათვის (თვითდადანაშაულება, რუმინაცია, კატასტროფიზაცია, სხვების დადანაშაულება), თუმცა ის სუსტია (0.2-ზე დაბალი), რაც ნიშნავს, რომ სოციალური სასურველობის ეფექტიც სუსტია. ასეთი შედეგი გასაკვირი არ არის, ვინაიდან სოციალური სასურველობის ეფექტი სწორედ ამ სკალებსათვის იყო მოსალოდნელი. კორელაციის კოეფიციენტის „მინუს“ ნიშანი მიუთითებს, რომ რესპონდენტი სოციალური მოწონების გამოხატული მოთხოვნილებით (ნაკლებად გულწრფელი) ცდილობს ან არ აღიაროს მსგავსი ფიქრის სიხშირე, ანდა საერთოდ უარყოს მსგავსი რამ.

ცხრილი 6. კორელაცია სიცრუის სკალასა და ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიებს შორის

სკალა	r	p
თვითდადანაშაულება	-.111*	.023
მომხდარის მიღება	-.085	.084
რუმინაცია	-.155**	.001
ფოკუსირება დადებითზე	.007	.889
ფოკუსირება დაგეგმვაზე	-.040	.415
პოზიტიური გადაფასება	.065	.186
პერსპექტივის კუთხით განხილვა	.045	.363
კატასტროფიზაცია	-.194**	.000
სხვების დადანაშაულება	-.113*	.020

შენიშვნა: * $p < .05$, ** $p < .01$; r – პირსონის კორელაციის კოეფიციენტი; p – კორელაციის კოეფიციენტის სტატისტიკური მნიშვნელობა.

ცხრილი 7. გულწრფელ და ნაკლებად გულწრფელ პირთა შედარება ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიების მიხედვით

გულწრფელი		ნაკლებად გულწრფელი		სტიუდენტის კრიტერიუმი	სტატისტიკური სანდოობა p
M	σ	M	σ		

თვითდადანაშაულება	15.1 6	3.11	14.63	3.34	1.045	.297
მომხდარის მიღება	15.9 2	2.87	15.35	3.08	1.225	.221
რუმინაცია	15.9 1	3.15	15.53	2.68	.743	.458
ფოკუსირება	14.7	3.57	14.74	3.84	.082	.935
დადებითზე	9					
ფოკუსირება	17.1	2.84	16.91	3.12	.554	.580
დაგეგმვაზე	6					
პოზიტიური	16.5	3.21	16.44	3.09	.139	.890
გადაფასება	1					
პერსპექტივის კუთხით	15.9	3.29	16.16	2.98	-.346	.729
განხილვა	8					
კატასტროფიზაცია	12.6 9	3.55	11.63	3.28	1.871	.062
სხვების	12.1				2.027	.043*
დადანაშაულება	6	3.36	11.05	3.80		

შენიშვნა: M – საშუალო მაჩვენებელი; σ – სტანდარტული გადახრა; კურსივი – სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი განსხვავება.

მიუხედავად იმისა, რომ სოციალური სასურველობის ტენდენცია სუსტია, მაინც საჭიროდ მივიჩნიეთ იმის გარკვევა, აისახება არა თუ ის შედეგზე. ამისათვის შევადარეთ გულრწფელ და ნაკლებად გულრწფელ პირთა ჯგუფები. საშუალო მაჩვენებლებს შორის განსხვავების სტატისტიკური სანდოობის შესამოწმებლად გამოყენებულ იქნა სტიუდენტის კრიტერიუმი დამოუკიდებელი შერჩევებისათვის (ცხრ. 7). სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი განსხვავება გამოვლინდა მხოლოდ ერთ სკალაზე – სხვების დადანაშაულება, თუმცა სხვაობა საკმაოდ მცირეა. ამრიგად, უმნიშვნელო სოციალური სასურველობის ეფექტი შეიძლება გამოვლინდეს მხოლოდ ამ სკალაზე.

ნორმატიული მაჩვენებლები

მიღებული შედეგი იძლევა ტესტის ნორმატიული მაჩვენებლების (ახალგაზრდებისათვის) გამოთვლის უფლებას. ემპირიული მონაცემები ფსიქოლოგთა ასოციაციების ევროპული ფედერაციის (EFPA) სტანდარტის ორივე პირობას აკმაყოფილებს. მონაცემების გამოკვლევამ აჩვენა, რომ ყველა სკალის შემთხვევაში ემპირიული განაწილება უახლოვდება ნორმალურს. მართალია, მკაცრი კრიტერიუმებით (კოლმოგოროვ-სმირნოვისა და შაპირო უილკის) განაწილება ნორმალური არ არის, მაგრამ ასიმეტრიის (Skewness) და ექსცესის (Kurtosis) მნიშვნელობა 1-ს არ სცდება (ცხრ. 8), ანუ ემპირიული განაწილება უახლოვდება ნორმალურს, რაც ადასტურებს ნორმატიული მაჩვენებლების გამოთვლის მართებულობას.

ცხრილი 8. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის ტესტის სკალების ემპირიული განაწილების მაჩვენებლები

სკალა	ასიმეტრია	ასიმეტრიის სტ.		ექსცესის სტ.	
		შეცდომა	ექსცესი	შეცდომა	
თვითდადანაშაულება	-.357	.120	-.384	.238	
მომხდარის მიღება	-.880	.120	1.012	.238	
რუმინაცია	-.771	.120	.581	.238	
ფოკუსირება					
დადებითზე	-.506	.120	-.291	.238	
ფოკუსირება					
დაგეგმვაზე	-1.008	.120	1.006	.238	
პოზიტიური					
გადაფასება	-.951	.120	.485	.238	
პერსპექტივის					
კუთხით განხილვა	-.861	.120	.424	.238	
კატასტროფიზაცია	-.002	.120	-.471	.238	
სხვების					
დადანაშაულება	-.129	.120	-.316	.238	

ცხრილი 9. ემოციების კოგნიტური რეგულაციის სტრატეგიები – საშუალო მაჩვენებლები

სტრატეგია	ორიგინალი M (σ)	ქართული M (σ)	თურქული M (σ)	ესპანური M (σ)	ფრანგული M (σ)	სპარსული M (σ)	ჩინური M (σ)
თვითდადანაშაულება	8.22 (2.96)	15.10 (3.13)	12.00 (2.43)	11.36 (3.32)	10.44 (3.43)	13.03 (2.96)	10.08 (3.26)
მომხდარის მიღება	11.01 (3.53)	15.86 (2.90)	12.24 (2.75)	13.48 (3.36)	13.48 (3.36)	12.83 (3.02)	11.60 (3.52)
რუმინაცია	10.46 (3.72)	15.87 (3.10)	14.75 (3.06)	12.88 (3.64)	11.84 (3.65)	13.60 (3.27)	13.13 (3.57)
ფოკუსირება დადებითზე	10.01 (3.53)	14.79 (3.59)	11.29 (3.08)	11.02 (4.28)	10.21 (3.74)	11.38 (3.63)	13.94 (3.58)
ფოკუსირება დაგეგმვაზე	13.03 (3.89)	17.14 (2.87)	15.33 (2.66)	14.12 (3.84)	15.24 (3.37)	14.04 (3.38)	14.50 (3.43)
პოზიტიური გადაფასება	12.46 (4.07)	16.51 (3.19)	14.02 (2.88)	13.56 (3.96)	14.44 (3.99)	13.57 (3.61)	14.37 (3.46)
პერსპექტივის კუთხით განხილვა	11.64 (3.91)	16.00 (3.25)	12.79 (2.84)	13.64 (3.72)	13.04 (4.06)	13.67 (3.54)	12.80 (3.40)
კატასტროფიზაცია	6.05 (2.43)	12.58 (3.54)	9.21 (3.23)	9.92 (3.32)	6.81 (2.80)	11.60 (2.94)	8.94 (3.37)
სხვების დადანაშაულება	6.38 (2.69)	12.04 (3.42)	10.72 (2.63)	8.80 (3.20)	7.83 (2.73)	10.34 (3.31)	7.89 (3.25)

ნორმატიული მაჩვენებლები ასახულია მე-9 ცხრილში; ქართული ვერსიისა და ორიგინალის საშუალო მაჩვენებლების გარდა, წარმოდგენილია რამდენიმე ვერსიის (თურქული, ესპანური, ფრანგული, სპარსული და ჩინური) მაჩვენებლები. თუმცა, ქართული ვერსია ასახავს ახალგაზრდების მაჩვენებლებს, ხოლო დანარჩენი

ვერსიები – საერთო შერჩევისა.⁷ არადა ავტორების მიერ დადასტურებულია ასაკობრივი განსხვავება: ახალგაზრდებს უფრო მაღალი მაჩვენებლები აქვთ, რაც გასათვალისწინებელია მაჩვენებლების შედარებისას. ქართული ვერსიის მაჩვენებლები მართლაც ყველაზე მაღალია, მაგრამ გამორიცხული არ არის, რომ ეს გამოწვეულია ასაკობრივი განსხვავებით, ამიტომ ეს საკითხი შემდგომ კვლევას მოითხოვს. თუმცა, კონკრეტული სტრატეგიების სიხშირის გამოყენების მხრივ ტენდენცია მსგავსია: ყველაზე ხშირია ფოკუსირება დაგეგმვაზე და პოზიტიური გადაფასება, ხოლო ყველაზე იშვიათი – კატასტროფიზაცია და სხვების დადანაშაულება.

შედეგების განხილვა

მიღებული შედეგები იძლევა იმის თქმის უფლებას, რომ ემოციების კოგნიტური რეგულაციის კითხვარის ქართული ვერსიის სტრუქტურა შესაბამემა თეორიულ კონსტრუქტს. ქართული ვერსიის ფაქტორული სტრუქტურა ორიგინალური ტესტის ეკვივალენტურია. საკმარისად მაღალია ტესტის სკალების შიდა შეთანხმებულობა; მაჩვენებლები ორიგინალისა და სხვა ვერსიების შესაბამისი მაჩვენებლების ანალოგიურია. სარწმუნოა კითხვარის ვალიდურობის შემოწმების შედეგებიც – დადასტურდა როგორც კონსტრუქტის ვალიდურობა, ისე კონვერგენტული ვალიდურობა. ქართული ვერსიის საფუძველზე გამოთვლილი ყველა მაჩვენებელი, სკალებს შორის კორელაციისა და დეპრესიასა და შფოთვისასთან კორელაციის ჩათვლით, ისეთივე სურათს იძლევა, როგორც ორიგინალი. მთლიანობაში წინამდებარე კვლევის შედეგები ადასტურებს ტესტის ქართული ვერსიის კარგ ფსიქომეტრულ მახასიათებლებს.

ტესტის ავტორების მონაწილეობით ჩატარდა კროს-კულტურული კვლევა ექვს ევროპულ ქვეყანას შორის კულტურული განსხვავების შესასწავლად (Potthoff, et al., 2016). გამოვლინდა მნიშვნელოვანი განსხვავება სტრატეგიების გამოყენების სიხშირის მიხედვით. ჩრდილო ევროპის ქვეყნებში ფსიქოპათოლოგიის სიმპტომებთან დაკავშირებული სტრატეგიები (კატასტროფიზაცია, რუმინაცია და საკუთარი თავის დადანაშაულება) ნაკლებად გამოიყენება, ვიდრე სამხრეთ და აღმოსავლეთ ევროპისა. თუმცა, დასტურდება ურთიერთკავშირი კონკრეტულ სტრატეგიებსა და ფსიქოპათოლოგიურ სიმპტომებს შორის (ეს ტენდენცია ქართულ შერჩევაზეც გამოვლინდა), რაც, ავტორების თქმით, მეტყველებს ფსიქოპათოლოგიის მკურნალობისადმი ტრანს-კულტურული მიდგომის იდეის სასარგებლოდ. აღსანიშნავია, რომ ავტორების კვლევაში გამოვლენილ ტენდენციას, რომლის თანახმადაც ჩრდილო ევროპის ქვეყნებში ფსიქოპათოლოგიის სიმპტომებთან დაკავშირებული სტრატეგიები ნაკლებად გამოიყენება, ვიდრე სამხრეთის ქვეყნებში, სავარაუდოდ ჩვენი მონაცემებიც ადასტურებს.

⁷ ყველა ამ ვერსიისათვის ახალგაზრდების ნორმატიული მაჩვენებლების მოძიება ლიტერატურაში ვერ მოხერხდა.

დასკვნა. ამრიგად, ემოციების კოგნიტური რეგულაციის ტესტის ქართული ვერსია შეიძლება მიჩნეულ იქნეს სანდო და ვალიდურ ინსტრუმენტად. ტესტის სტრუქტურა მთლიანად შეესაბამება ორიგინალს. ის შეიძლება იქნეს გამოყენებული როგორც კვლევითი, ისე ფსიქოლოგიური კონსულტირების მიზნებისათვის. დეპრესიისა და შფოთვის სიმპტომებსა და დესტრუქციულ სტრატეგიებს შორის ურთიერთკავშირიდან გამომდინარე, ტესტის ავტორები ვარაუდობენ, რომ „ამ სტრატეგიების თერაპიული შეცვლა გამოიწვევს დეპრესიისა და შფოთვის სიმპტომების შემცირებას“ (Garnefski & Kraaij, 2007, გვ. 148).

კვლევის შეზღუდვა. შერჩევა, რომელზეც ჩატარდა კვლევა, გენდერულად დაბალანსებული არ იყო. შესაბამისად, გენდერული განსხვავება არ შემოწმებულა. გარდა ამისა, საჭიროა კითხვარის ფსიქომეტრული მახასიათებლების შემოწმება სხვა ასაკობრივი ჯგუფებისათვისაც.

გამოყენებული ლიტერატურა:

- Abdia, S., Tabanb, S., & Ghaemianc, A. (2012). Abdia, S., Tabanb, S., Ghaemianc, A. (2011). Cognitive emotion regulation questionnaire: Validity and reliability of the Persian translation of the CERQ (36-item). *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 32, 2–7.
- Derogatis, L. R., & Cleary, P. A. (1977). Factorial invariance across gender for the primary symptom dimensions of the SCL-90. *British Journal of Social & Clinical Psychology*, 16, 347–356.
- Derogatis, L., Rickels, K., & Rock, A. (1976). The SCL-90 and the MMPI: a step in the validation of a new self-report scale. *Br J Psychiatry*. 128, 280–289.
- Domínguez-Sánchez, F. J., Lasa-Aristu, A., Amor, P. J., & Holgado-Tello, F. P. (2011). Psychometric properties of the Spanish version of the cognitive emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*.
- Eisenberg, N., Fabes, & R.A., M. B. (1995). The role of emotionality and regulation in children's social functioning: A longitudinal study. *Child Development*. Vol. 66., 1239-1261.
- Folkman, S., Schaefer, C., & Lazarus, R. (1979). Cognitive processes as mediators of stress and coping. B E. b. Hamilton, *Human stress and cognition* (стр. 265-298).
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. Psychometric Features and Prospective Relationships with Depression and Anxiety in Adults. *European Journal of Psychological Assessment*. Vol. 23(3), 141–149.
- Garnefski, N., Koopman, H., Kraaij, V., & ten Cate, R. (2009). Brief report: Cognitive emotion regulation strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease. *Journal of Adolescence*. Vol. 32., 449–454.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002). *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*. Leiderdorf, the Netherlands.

- Garnefski, N., Kraaij, V., & van Etten, M. (2005). Specificity of relations between adolescents' cognitive regulation strategies and internalizing and externalizing psychopathology. *Journal of Adolescents*. Vol. 28., 619–631.
- Gross, J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13,, 551–573.
- Gross, J. J., & John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes. Implication for affect, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 348-362.
- Jermann, F., Van der Linden, M., d'Acremont, M., & Zermatten, A. (2006). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 22(2), 126-131.
- Lasarus, R. (2006). Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of Personality*. Vol. 7, 9-43.
- Liu, W., Chen, L., & Blue, P. (2016). Chinese Adaptation and Psychometric Properties of the Child Version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *PLoS ONE* 11(2), 1-14.
- Loch, N., Hiller, W., & Witthöft, M. (2011). Der Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 40(2), 94-106.
- Martins, E. C., Freire, M., & Ferreira-Santos, F. (2016). Examination of the transdiagnostic and specific roles of cognitive emotion regulation strategies in psychological symptoms. *Studia Psychologica*.
- Mauss, I., Bunge, S., & Gross, J. (2007). Automatic emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 146-167.
- Miceli, M., & Castelfranchi, C. (2001). Further distinction between coping and defensive mechanisms. *Journal of Personality*. Vol. 69. N 2., 287-296.
- Per, A., & Miclea, M. (2011). The standardization of the Cognitive Emotion Regulation. *Cognition, Brain, Behaviour*, 15(1), 111-130.
- Potthoff, S., Garnefski, N., Miklósi, M., Ubbiali, A., Domínguez-Sánchez, F. J., Martins, E. C., . . . Kraaij, V. (2016). Cognitive emotion regulation and psychopathology across cultures: A comparison between six European countries. *Personality and Individual Differences*, 98, 218–224.
- Prastuti, E., Tairas, M., & Hartini, N. (2020). Adaptation and Validation of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) in Indonesian Version. *Journal of Educational, Health and Community Psychology* Vol 9, No 2, 132-147.
- Schroevers, M., Kraaij, V., & Garnefski, N. (2007). Goal disturbance, cognitive coping strategies, and psychological adjustment to different types of stressful life event. *Personality and Individual Differences*. Vol. 43, 413–423.
- Tuna, E., & Bozo, Ö. (2012). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Factor Structure and Psychometric Properties of the Turkish Version. *Psychopathol Behav Assess* 34.564-570
- Писарева, О., & Гриценко, А. (2010). Когнитивная регуляция эмоций. *Актуальные психологические исследования*, 64-68.