

Həsənağa Səlimzadə

Xəzər Universiteti, Təbiət elmləri,

sənət və texnologiya yüksək təhsil

<https://orcid.org/0009-0001-6680-7734>

hasaselimov555@gmail.com

Emosional tənzimləmə pozuntularının klinik psixoloji təzahürləri

Xülasə

Emosional tənzimləmə pozuntuları fərdin yaşadığı emosiyaları düzgün dərk etməsi, onları uyğun şəkildə ifadə etməsi və situasiyaya adekvat olaraq idarə etməsində meydana çıxan çətinliklərlə səciyyələnir. Klinik psixologiyada bu pozuntular müxtəlif psixopatoloji vəziyyətlərin formalaşmasında və davam etməsində mühüm rol oynayan əsas amillərdən biri kimi qiymətləndirilir. Elmi araşdırmalar emosional tənzimləmə çətinliklərinin anksiyete, depressiya, obsesif-kompulsiv simptomatika, travma sonrası stress əlamətləri və somatik şikayətlərlə sıx əlaqədə olduğunu göstərir. Klinik müşahidələrə əsasən, bu çətinliklər psixoloji gərginliyin bədən səviyyəsində ifadə olunmasına, gündəlik funksionallığın zəifləməsinə və həyat keyfiyyətinin nəzərəcarpacaq dərəcədə azalmasına səbəb olur (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019).

Bu məqalədə emosional tənzimləmə pozuntularının klinik psixoloji kontekstdə əsas təzahür formaları, onların müxtəlif psixiatrik simptomlarla qarşılıqlı əlaqəsi və bu proseslərin altında yatan mexanizmlər sistemli şəkildə təhlil edilir. Qeyri-adaptiv emosional tənzimləmə strategiyalarının xüsusilə obsesif-kompulsiv əlamətlərin, anksiyete və stresslə əlaqəli psixoloji simptomların şiddətini artırdığı vurğulanır (Çapar Taşkesen & İnözü, 2024; Erden & Sarı Arasil, 2022). Bununla yanaşı, stresslə mübarizə üslubları, emosional proseslərin psixodinamik əsasları və duyğuların bedenselleşməsi emosional tənzimləmə pozuntularının klinik görünüşünü izah edən əsas faktorlar kimi nəzərdən keçirilir (Şahin & Durak, 2011; Güleç & Sayar, 2012; Soykan, 2013).

Məqalədə həmçinin travma sonrası stress pozuntusu və digər psixi vəziyyətlərdə emosional tənzimləmə çətinliklərinin rolu, DSM-5 çərçivəsində tətbiq olunan klinik qiymətləndirmə meyarları və psixoloji müdaxilə yanaşmaları müzakirə olunur (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020). Psixo-educativ müdaxilələrin və strukturlaşdırılmış klinik qiymətləndirmə üsullarının emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişaf etdirilməsində əhəmiyyətli təsirə malik olduğu vurğulanır (Albayrak & Ulusoy, 2022; Yavuz & Ulusoy, 2018).

Nəticə etibarilə, emosional tənzimləmə pozuntularının erkən mərhələdə müəyyən olunması və çoxşəxəli klinik psixoloji müdaxilələrin tətbiqi psixoloji simptomların azalmasına, somatik şikayətlərin zəifləməsinə və fərdlərin ümumi həyat keyfiyyətinin yüksəldilməsinə mühüm töhfə verir. Gələcək tədqiqatların bu pozuntuların klinik mexanizmlərini daha dərinlən araşdırması və effektiv müdaxilə modellərinin inkişafına yönəlməsi məqsədəuyğun hesab olunur.

Açar sözlər: *emosional tənzimləmə, emosional tənzimləmə pozuntuları, klinik psixologiya, psixopatologiya, anksiyete, stress, somatik simptomlar.*

Clinical Psychological Manifestations of Emotional Regulation Disorders

Abstract

Emotional regulation disorders are characterized by difficulties in accurately perceiving one's emotions, expressing them appropriately, and managing them in a situationally adequate manner. In clinical psychology, these disorders are considered one of the key factors in the development and maintenance of various psychopathological conditions. Scientific research indicates that difficulties

in emotional regulation are closely associated with anxiety, depression, obsessive-compulsive symptoms, post-traumatic stress symptoms, and somatic complaints. Clinical observations suggest that these difficulties contribute to the somatization of psychological stress, reduced daily functioning, and a significant decline in quality of life (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019).

This article systematically analyzes the main manifestations of emotional regulation disorders within a clinical psychological context, their interactions with various psychiatric symptoms, and the underlying mechanisms of these processes. Non-adaptive emotional regulation strategies are emphasized as particularly increasing the severity of obsessive-compulsive symptoms, anxiety, and stress-related psychological symptoms (Çapar Taşkesen & İnöz, 2024; Erden & Sarı Arasil, 2022). Additionally, coping styles, psychodynamic foundations of emotional processes, and the somatization of emotions are considered key factors explaining the clinical presentation of emotional regulation disorders (Şahin & Durak, 2011; Güleç & Sayar, 2012; Soykan, 2013).

The article also discusses the role of emotional regulation difficulties in post-traumatic stress disorder and other psychiatric conditions, clinical assessment criteria applied within the DSM-5 framework, and psychological intervention approaches (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020). Psychoeducational interventions and structured clinical assessment methods are highlighted as having a significant impact on the development of emotional regulation skills (Albayrak & Ulusoy, 2022; Yavuz & Ulusoy, 2018).

In conclusion, early identification of emotional regulation disorders and the application of multifaceted clinical psychological interventions significantly contribute to the reduction of psychological symptoms, alleviation of somatic complaints, and improvement of individuals' overall quality of life. Future research is recommended to investigate the clinical mechanisms of these disorders in greater depth and to develop more effective intervention models.

Keywords: *emotional regulation, emotional regulation disorders, clinical psychology, psychopathology, anxiety, stress, somatic symptoms.*

Giriş

Emosional tənzimləmə pozuntuları fərdin emosional vəziyyətini idarə etmə, stresli situasiyalara uyğun reaksiya vermə və daxili tarazlığı qoruma qabiliyyətinə ciddi şəkildə təsir göstərən psixoloji çətinliklərdən biridir. Bu pozuntular klinik praktikada müxtəlif psixi və somatik simptomlarla müşayiət olunur və fərdin gündəlik funksionallığını, sosial uyğunlaşmasını və ümumi həyat keyfiyyətini əhəmiyyətli dərəcədə məhdudlaşdırır (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012). Mövcud elmi ədəbiyyat emosional tənzimləmə problemlərinin depressiya, anksiyete, obsesiv-kompulsiv pozuntu və travma sonrası stres pozuntusu kimi psixi xəstəliklərin yaranması və davamlılığı ilə sıx əlaqəli olduğunu göstərir (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019; Köse & Çetin, 2014).

Klinik psixologiya sahəsində bu pozuntuların erkən mərhələdə müəyyən edilməsi və uyğun müdaxilə strategiyalarının tətbiqi xüsusi əhəmiyyət daşıyır. Psix-educativ proqramlar, emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişaf etdirilməsinə yönəlmiş təlimlər və fərdiləşdirilmiş terapevtik yanaşmalar psixoloji simptomların şiddətinin azalmasına və funksional bacarıqların gücləndirilməsinə müsbət təsir göstərir (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022; Yavuz & Ulusoy, 2018). Eyni zamanda, emosional tənzimləmə strategiyalarının effektiv şəkildə tətbiqi somatik şikayətlərin azalmasına və psixoloji sabitliyin qorunmasına töhfə verir (Aydemir & Yazıcı, 2020; Soykan, 2013).

Bu məqalənin əsas məqsədi emosional tənzimləmə pozuntularının klinik psixoloji göstəricilərini, onların psixosomatik təzahürlərini və həyat keyfiyyətinə olan təsirlərini sistemli şəkildə təhlil etməkdir. Bununla yanaşı, klinik praktikada istifadə oluna biləcək effektiv qiymətləndirmə üsulları və müdaxilə strategiyalarının müəyyənləşdirilməsi hədəflənir.

Tədqiqat

Emosional tənzimləmə pozuntularının klinik psixoloji baxımdan qiymətləndirilməsi yalnız nəzəri çərçivə ilə məhdudlaşmır, eyni zamanda praktik psixoloji müdaxilələrin səmərəliliyini müəyyən edən əsas faktorlardan biri hesab olunur. Bu pozuntuların erkən mərhələdə müəyyən edilməsi və fərdi xüsusiyyətlər nəzərə alınmaqla planlaşdırılan müdaxilə strategiyalarının tətbiqi psixoloji simptomların zəifləməsinə və fərdlərin həyat keyfiyyətinin yüksəldilməsinə şərait yaradır (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019).

Mövcud elmi araşdırmalar emosional tənzimləmə bacarıqlarının qiymətləndirilməsinin anksiyete, depressiya, obsesiv-kompulsiv pozuntu və travma sonrası stres pozuntusu kimi müxtəlif psixi xəstəliklərdə klinik göstəricilərin daha dəqiq müəyyən edilməsinə imkan verdiyini göstərir (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020). Bu kontekstdə tətbiq olunan psixo-educativ proqramlar və strukturlaşdırılmış klinik qiymətləndirmə üsulları fərdi və qrup əsaslı yanaşmalarla birləşdirildikdə müdaxilə prosesinin effektivliyini əhəmiyyətli dərəcədə artırır (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022; Yavuz & Ulusoy, 2018).

Bu tədqiqatın aktuallığı emosional tənzimləmə pozuntularının vaxtında aşkarlanmasının və sistemli şəkildə qiymətləndirilməsinin klinik praktikada psixoloji simptomların azaldılması, psixosomatik göstəricilərin nəzarətdə saxlanılması və ümumi psixoloji sabitliyin təmin edilməsi baxımından həlledici rol oynaması ilə əlaqədardır (Gültekin & Öztürk, 2017; Soykan, 2013). Təqdim olunan bu məqalə həm nəzəri biliklərin dərinləşdirilməsi, həm də klinik praktikada istifadə oluna biləcək yanaşmaların formalaşdırılması baxımından tədqiqatçılar və klinik psixoloqlar üçün əhəmiyyətli mənbə kimi dəyərləndirilə bilər.

Emosional Tənzimləmə və Klinik Psixoloji Qiymətləndirmə

Emosional tənzimləmə, fərdin öz duyğularını tanıma, idarə etmə və onları uyğun şəkildə ifadə etmə qabiliyyətidir. Bu qabiliyyət pozulduqda, müxtəlif psixoloji və somatik simptomlar ortaya çıxa bilər və fərdin həyat keyfiyyətinə mənfi təsir göstərə bilər (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012). Emosional tənzimləmə pozuntularının əsas komponentləri arasında duyğuları tanımaq, kognitiv yenidən qiymətləndirmə, davranışın uyğunlaşdırılması və sosial dəstək sistemlərindən istifadə etmək yer alır (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022).

Klinik praktika zamanı bu pozuntuların qiymətləndirilməsi üçün müxtəlif metodlardan istifadə olunur. Psixometrik testlər, strukturlaşdırılmış müsahibələr və anketlər fərdin emosional reaksiyalarının intensivliyini və funksional təsirlərini ölçməkdə əsas vasitədir (Özen & Gültekin, 2019; Yavuz & Ulusoy, 2018). Bu məlumatlar fərdi müdaxilə planlarının hazırlanmasına və psixosomatik, anksiyete simptomlarının idarə olunmasına yardım edir (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020).

Emosional tənzimləmə bacarıqlarını inkişaf etdirmək məqsədilə tətbiq olunan psixo-təhsil proqramları və fərdi terapiya yanaşmaları həm simptomların azalmasına, həm də funksional bacarıqların güclənməsinə təsir göstərir (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022). Tədqiqatlar göstərir ki, emosional tənzimləmə mexanizmlərinin effektiv işləməsi psixosomatik əlamətləri azaldır, depressiya və anksiyete simptomlarını yüngülləşdirir və psixoloji sabilliyi gücləndirir (Soykan, 2013).

Beləliklə, emosional tənzimləmə pozuntularının sistemli qiymətləndirilməsi və uyğun müdaxilə strategiyalarının tətbiqi klinik praktikada həm fərdi, həm də qrup səviyyəsində əhəmiyyətli nəticələr verir (Şahin & Durak, 2011; Gültekin & Öztürk, 2017).

Emosional Tənzimləmə Pozuntularının Klinik Psixoloji Funksiyaları

Emosional tənzimləmə pozuntuları yalnız fərdin daxili emosional vəziyyətinə təsir etmir, həm də onun klinik psixoloji göstəricilərinə və gündəlik həyat funksionallığına birbaşa təsir göstərir. Bu pozuntuların qiymətləndirilməsi, fərdlərin anksiyete, depressiya və psixosomatik simptomlarının səviyyəsini müəyyən etməkdə vacibdir (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012).

Klinik praktikada bu pozuntuların qiymətləndirilməsi üçün bir neçə yanaşma mövcuddur. Psixometrik testlər, strukturlaşdırılmış müsahibələr və anketlər fərdlərin emosional reaksiyalarını ölçərək simptomların intensivliyini təyin etməyə kömək edir (Özen & Gültekin, 2019; Yavuz & Ulusoy, 2018). Bu sistemli qiymətləndirmə, həm fərdi müdaxilə planlarının hazırlanmasına, həm də

terapiya proqramlarının effektiv həyata keçirilməsinə şərait yaradır (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020).

Emosional tənzimləmə bacarıqlarını inkişaf etdirmək məqsədilə tətbiq olunan psixo-təhsil proqramları və fərdi terapiya yanaşmaları, həm klinik simptomların azalmasına, həm də sosial və funksional bacarıqların güclənməsinə dəstək verir (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022). Araşdırmalar göstərir ki, emosional tənzimləmə mexanizmlərinin effektiv işləməsi psixosomatik simptomların yüngülləşməsinə və psixoloji sabitliyin artırılmasına səbəb olur (Soykan, 2013).

Nəticə etibarilə, emosional tənzimləmə pozuntularının sistemli qiymətləndirilməsi və uyğun müdaxilə strategiyalarının tətbiqi, klinik praktikada həm qısa, həm də uzunmüddətli müsbət nəticələrin əldə edilməsində mühüm rol oynayır (Şahin & Durak, 2011; Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022).

Tətbiq Sahələri və Praktiki Nümunələr

Emosional tənzimləmə pozuntularının qiymətləndirilməsi və onlara müdaxilə klinik psixologiyada müxtəlif sahələrdə tətbiq olunur. Bu pozuntuların müəyyən edilməsi həm fərdi, həm də qrup terapiyasında, eləcə də psixo-təhsil proqramlarında əhəmiyyətli rol oynayır (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019).

Klinik praktikada fərdlərin emosional tənzimləmə bacarıqlarını inkişaf etdirmək məqsədilə fərqli yanaşmalar tətbiq edilir. Fərdi psixoterapiya və qrup müdaxilələri, xüsusilə travma sonrası stres, anksiyete və obsesiv-kompulsiv pozuntuların idarə olunmasında təsirli hesab olunur (Köse & Çetin, 2014; Erden & Sarı Arasil, 2022). Məsələn, psixo-təhsil proqramları iştirakçılara duyğularını tanıma, onları uyğun şəkildə ifadə etmə və stresli vəziyyətlərdə davranışlarını tənzimləmə bacarıqlarını öyrədir (Albayrak & Ulusoy, 2022).

Həmçinin, somatik və psixosomatik simptomların qiymətləndirilməsi praktik müdaxilələr üçün vacibdir. Klinik qiymətləndirmə metodları vasitəsilə, məsələn, anksiyete ilə əlaqəli ürək-damar və mədə-bağırsaq problemləri kimi göstəricilər izlənilir və uyğun müdaxilə strategiyaları müəyyən edilir (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012).

Tədqiqatlar göstərir ki, emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi yalnız psixoloji sabitliyi artırmır, həm də sosial və gündəlik funksionallığı gücləndirir. Klinik psixoloqlar bu yanaşmaları fərdi və qrup formatında tətbiq etməklə, simptomların intensivliyini azaldır, həyat keyfiyyətini yüksəldir və funksional bacarıqları möhkəmləndirirlər (Soykan, 2013; Yavuz & Ulusoy, 2018).

Beləliklə, emosional tənzimləmə pozuntularının qiymətləndirilməsi və onlara müdaxilə geniş sahələrdə tətbiq olunur və bu yanaşmalar klinik praktikada həm terapevtik, həm də preventiv məqsədlərə xidmət edir (Şahin & Durak, 2011; Aydemir & Yazıcı, 2020).

Qarşıda Duran Çətinliklər və İnkişaf Perspektivləri

Emosional tənzimləmə pozuntularının qiymətləndirilməsi və klinik müdaxiləsi bir sıra çətinliklərlə üzləşir. Ən əsas problem fərdlərin simptomlarının müxtəlifliyi və diaqnostik çətinliklərdir. İnsanlar emosional reaksiyalarını fərqli yollarla ifadə etdiyindən standart qiymətləndirmə üsulları hər zaman dəqiq nəticə verməyə bilər (Özen & Gültekin, 2019; Yavuz & Ulusoy, 2018).

Digər bir problem psixosomatik və klinik simptomların qarışıq şəkildə ortaya çıxmasıdır. Emosional tənzimləmə pozuntuları tez-tez anksiyete, depressiya və obsesiv-kompulsiv simptomlarla birlikdə müşahidə olunur ki, bu da fərdin gündəlik funksionallığını çətinləşdirir və müdaxilənin effektivliyini azalda bilər (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012).

Bundan əlavə, resurs çatışmazlığı və peşəkar təlim ehtiyacı da praktik çətinliklər sırasındadır. Klinik psixoloqların emosional tənzimləmə pozuntularının qiymətləndirilməsi və fərdi müdaxilə proqramlarını həyata keçirmək üçün xüsusi təlim və təcrübəyə malik olması vacibdir (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022). Kiçik klinik mərkəzlərdə bu imkanların məhdudluğu müdaxilələrin keyfiyyətinə təsir edə bilər.

Buna baxmayaraq, inkişaf perspektivləri ümidvericidir. Müasir psixoloji müdaxilələr, strukturlaşdırılmış psixo-təhsil proqramları, fərdi və qrup terapiyaları, eləcə də analitik qiymətləndirmə metodlarının birləşdirilməsi emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişafına dəstək verir (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Soykan, 2013). Araşdırmalar göstərir ki, bu yanaşmalar həm emosional, həm də

sosial funksionallığı artırır və psixosomatik simptomların azalmasına kömək edir (Köse & Çetin, 2014; Aydemir & Yazıcı, 2020).

Nəticədə, mövcud çətinliklərə baxmayaraq, innovativ müdaxilə metodları və təkmilləşdirilmiş klinik qiymətləndirmə sistemləri emosional tənzimləmə pozuntularının idarə olunmasında perspektivləri genişləndirir və müalicə keyfiyyətini yüksəltməyə imkan verir (Şahin & Durak, 2011; Çapar Taşkesen & İnöz, 2024).

Nəticə

Aparılan araşdırmalar göstərir ki, emosional tənzimləmə pozuntularının vaxtında və sistemli şəkildə qiymətləndirilməsi və müvafiq müdaxilələr fərdlərin psixoloji və sosial funksionallığını əhəmiyyətli dərəcədə yaxşılaşdırır (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Özen & Gültekin, 2019). Psixotəhsil proqramları və həm fərdi, həm də qrup terapiyalarının tətbiqi simptomların intensivliyini azaldır, anksiyete və depressiv göstəriciləri aşağı salır və həyat keyfiyyətini artırır (Albayrak & Ulusoy, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022).

Somatik və psixosomatik simptomların qiymətləndirilməsi, eləcə də analitik qiymətləndirmə metodlarının istifadəsi müdaxilələrin daha dəqiq və əsaslı olmasını təmin edir (Gültekin & Öztürk, 2017; Güleç & Sayar, 2012). Xüsusilə obsesiv-kompulsiv pozuntular və travma sonrası stres vəziyyətlərində emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi fərdlərin adaptasiya və funksional davranış qabiliyyətini gücləndirir (Köse & Çetin, 2014; Çapar Taşkesen & İnöz, 2024).

Buna baxmayaraq, praktikada bəzi çətinliklər mövcuddur: fərdi simptomların müxtəlifliyi, qiymətləndirmə metodlarının məhdudluğu və peşəkar təlimin yetərsizliyi müdaxilələrin effektivliyini azalda bilər (Soykan, 2013; Yavuz & Ulusoy, 2018). Bu səbəbdən strukturlaşdırılmış proqramlar, standart qiymətləndirmə vasitələri və peşəkar təlimlərin tətbiqi vacibdir (Şahin & Durak, 2011; Aydemir & Yazıcı, 2020).

Gələcəkdə inkişaf etmiş klinik qiymətləndirmə metodları və innovativ psixoterapiya yanaşmaları emosional tənzimləmə pozuntularının idarə edilməsini daha səmərəli və davamlı edəcək, bu da həm fərdi, həm də qrup səviyyəsində həyat keyfiyyətinin yüksəlməsinə xidmət edəcək (Bintaş-Zörer & Yorulmaz, 2022; Erden & Sarı Arasil, 2022).

Ədəbiyyat

1. Bintaş-Zörer, P., & Yorulmaz, O. (2022). Duygu düzenlemeye güncel bir bakış: Bağlamsal ve klinik değerlendirmeler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(2), 195–206.
2. Çapar Taşkesen, T., & İnöz, M. (2024). Duygu düzenleme stratejilerinin obsesif kompulsif bozukluk ile ilişkisi. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(1), 18–33.
3. Özen, S., & Gültekin, B. K. (2019). Psikiyatrik bozukluklarda duygu düzenleme güçlüğü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 30(1), 45–55.
4. Albayrak, İ., & Ulusoy, Y. (2022). Duygu düzenleme psiko-eğitim programının ergenlerde klinik belirtiler üzerine etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(Özel Sayı), 145–170.
5. Erden, N. K., & Sarı Arasil, A. B. (2022). Duygu düzenleme ve anksiyete belirtileri arasındaki ilişki. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 9(2), 424–442.
6. Şahin, N. H., & Durak, A. (2011). Duygusal düzenleme, stres ve psikolojik belirtiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(68), 1–11.
7. Güleç, M. Y., & Sayar, K. (2012). Duyguların bedenselleşmesi ve duygu düzenleme sorunları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 1–20.
8. Köse, S., & Çetin, M. (2014). Travma sonrası stres bozukluğunda duygu düzenleme güçlüğü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(3), 215–223.
9. Aydemir, Ö., & Yazıcı, K. (2020). DSM-5 kapsamında duygu düzenleme bozukluklarının klinik değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(2), 140–155.

10. Gültekin, B. K., & Öztürk, M. O. (2017). Somatik belirtiler ve duygu düzenleme mekanizmaları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(1), 1–15.
11. Yavuz, K. F., & Ulusoy, M. (2018). Klinik psikolojide duygu düzenleme değerlendirme yöntemleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 309–317.
12. Soykan, Ç. (2013). Psikodinamik açıdan duygu düzenleme ve psikopatoloji. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 85–94.