EBEVEYNLİK STİLLERİ İLE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Selvi Simge TEKİN
201104113

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Doç. Dr. Yelkin DİKER COŞKUN

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Eylül, 2022

EBEVEYNLİK STİLLERİ İLE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Selvi Simge TEKİN
201104113
ORCID: 0000-0002-6327-109X

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Doç. Dr. Yelkin DİKER COŞKUN

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Eylül, 2022



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitim sürecim ve tez çalışma sürecimde bana destek olan değerli üniversite hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Yelkin DİKER COŞKUN'a yardımlarından dolayı teşekkür ve şükranlarımı sunarım.

Verilerin toplanma sürecinde bana destek olan herkese ve özellikle sevgili kuzenim Fulya KILIÇ ATASOY'a gönülden teşekkür ederim.

İlk günden bugüne tüm ilgi, sevgi ve desteğini benden hiç esirgemeyen, her koşulda yanımda olduklarını hissettiren sevgili anneme, babama, ablama ve kuzenime ise sonsuz teşekkürler ederim.

Selvi Simge TEKİN

Eylül, 2022

ÖZ

EBEVEYNLİK STİLLERİ İLE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Selvi Simge Tekin
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Yüksek Lisans Programı
Danışman: Doç. Dr. Yelkin Diker Coşkun
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2022

Bu araştırmada, ebeveynlerin ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 48-72 aylık çocuğa sahip 183'ü anne 23'ü baba olmak üzere 206 ebeveyn katılmıştır. Araştırmada yer alan katılımcılara, demografik özellikleriyle ilgili bilgi almak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Ayrıca katılımcıların ebeveynlik stillerini ölçmek için Ebeveyn Tutum Ölçeği, çocukların duygu düzenleme becerisi düzeylerini ölçmek için Duygu Düzenleme Ölçeği ve çocukların öz düzenleme becerisi düzeylerini ölçmek için 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) kullanılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler frekans, yüzde, ortalama ve standart sapmalar ile hesaplanmış olup ebeveynlik stilleri, çocukların duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler ise Pearson Korelasyon Analizi yapılarak incelenmiştir. Ebeveynlik stilleri ile çocukların duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin demografik özelliklere göre incelenmesinde ise Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü Anova Testi kullanılmıştır. Anova testi sonuçlarında gruplar arasındaki farkların belirlenmesi için ise Post-Hoc testlerinden olan Scheffe Testi uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda, ebeveynlik stillerinin çocuk cinsiyeti, anne çalışma durumu, çocuk yaşı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, gebeliğin planlı olup olmaması ve çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği; çocukların duygu düzenleme becerilerinin çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği; çocukların öz düzenleme becerilerinin ise çocuk cinsiyeti, anne çalışma durumu, çocuk yaşı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve

çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca ebeveynlerin demokratik tutumları ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında negatif; ebeveynlerin otoriter ve aşırı koruyucu tutumları ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ebeveynlik stilleri ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkide ise ebeveynlerin demokratik tutumları ile çocukların öz düzenleme becerileri pozitif; ebeveynlerin otoriter tutumlarıyla çocukların öz düzenleme becerileri ise negatif yönde anlamlı ilişkiye sahip bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: Ebeveynlik Stilleri, Duygu Düzenleme, Öz Düzenleme

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTING STYLES AND EMOTION REGULATION AND SELF-REGULATION SKILLS OF 48-72 MONTH-OLD CHILDREN

Selvi Simge Tekin
Master Thesis
Department of Psychology
Psychology Master's Programme
Thesis Advisor: Assoc. Prof. Yelkin Diker Coşkun
Maltepe University Graduate School, 2022

The aim of this study was to examine the relationship between parenting styles of parents, and the emotion regulation and self-regulation skills of their 48- to 72-month-old children. 206 parents (183 mothers and 23 fathers) with 48- to 72-month-old children participated in the study. The Personal Information Form prepared by the researcher was given to the participants in the study to obtain information about their demographic characteristics. In addition, the Parental Attitude Scale was used to measure the parenting styles adopted by the participants, the Emotion Regulation Checklist (Turkish adaptation) to measure the emotion regulation skill levels of the children, and the Self-Regulation Scale for 4- to 6-year-old children (the Mother version of the Form) to measure the children's self-regulation skill levels. Descriptive statistics regarding the obtained data were calculated with frequency, percentage, mean and standard deviations, and the relationships between parenting styles, children's emotion regulation skills, and self-regulation skills were examined by using Pearson Correlation Analysis.The Independent Sample t-Test and One-Way Anova Test were used to investigate parenting styles and children's emotion regulation and self-regulation skills according to demographic characteristics. The Scheffe Test, which is one of the Post-Hoc tests, was applied to determine the differences between the groups in the Anova test results. As a result of the research, it has been determined that parenting styles showed a significant difference depending on the child's gender, the mother's employment status, the child's age, the mother's education level, the father's education level, whether the pregnancy was planned or not, and the number of children; the children's emotion regulation skills showed a

significant difference depending on the number of children; and the children's self-regulation skills showed a significant difference depending on the gender of the child, the working status of the mother, the age of the child, the education level of the mother, the education level of the father and the number of children. In addition, while there is a significant negative relationship between parents' authoritative parenting styles and children's emotion regulation skills; there is a significant positive relationship between parents' authoritarian and overprotective parenting styles and children's emotion regulation skills. In terms of the relationships between parenting styles and children's self-regulation skills, a significant positive relationship has been found between parents' authoritative parenting styles and children's self-regulation skills; and a significant negative relationship has been found between parents' authoritarian parenting styles and children's self-regulation skills. There is also a negative significant relationship between children's emotion regulation skills and self-regulation skills.

Keywords: Parenting Styles, Emotion Regulation, Self Regulation

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI ... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

TEŞEKKÜR ..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

ÖZ ..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

ABSTRACT vii

İÇİNDEKİLER ix

TABLOLAR LİSTESİ xiv

KISALTMALAR xviii

BÖLÜM 1. GİRİŞ 1

1.1 Problem 1

1.2 Amaç 5

1.2.1. Araştırma Soruları 5

1.3 Önem 6

1.4 Varsayımlar 7

1.5 Sınırlıklar 7

1.6 Tanımlar 8

BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE 9

2.1 Ebeveynlik Stilleri 9

2.1.1 Ebeveynlik Tanımı 9

2.1.2 Ebeveynlik Stilleri Kavramı 10

2.1.2.1 Demokratik Ebeveynlik 14
2.1.2.2 Otoriter Ebeveynlik 14
2.1.2.3 İzin Verici Ebeveynlik 15
2.1.2.4 Reddedici/İhmalkar Ebeveynlik 15
2.1.2.5 Aşırı Koruyucu Ebeveynlik 16
2.1.3 Ebeveynlik Stillerini Etkileyen Faktörler 17
2.1.4 Ebeveynlik Stilleri İle İlgili Yapılan Araştırmalar 19
3.1 Duygu Düzenleme 24
3.1.1 Duygu Tanımı 24
3.1.2 Duygu Düzenleme Kavramı 25
3.2 Duygu Düzenlemenin Gelişimsel Süreci 29
3.2.1 Bebeklik Döneminde Duygu Düzenleme 29
3.2.2 Okul Öncesi Döneminde Duygu Düzenleme 31
3.2.3 Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme 33
3.2.4 Yetişkinlik ve Yaşlılık Döneminde Duygu Düzenleme 34
3.3 Duygu Düzenlemde Ailenin Rolü 35
3.4 Duygu Düzenlemeyle İlgili Yapılan Araştırmalar 36
4.1 Öz Düzenleme Kavramı 43
4.2 Öz Düzenlemeyi Açıklayan Kuramlar 47
4.3 Öz Düzenlemenin Boyutları 50
4.3.1 Dikkat 51
4.3.2 Çalışma Belleği 51
4.3.3 Engelleyici Kontrol 52

4.4 Öz Düzenlemenin Gelişimsel Süreci 52

4.4.1 Bebeklik Döneminde Öz Düzenleme 52

4.4.2 Okul Öncesi Dönemde Öz Düzenleme 54

4.4.3 Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Öz Düzenleme 56

4.4.4 Yetişkinlik ve Yaşlılık Döneminde Öz Düzenleme 57

4.5 Öz Düzenlemede Ailenin Rolü 57

4.6 Öz Düzenlemeyle İlgili Yapılan Araştırmalar 59

BÖLÜM 3. YÖNTEM 68

3.1 Araştırma Modeli 68

3.2 Çalışma Grubu 68

3.3 Veriler ve Toplanması 70

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu 70

3.3.2 Ebeveyn Tutum Ölçeği 70

3.3.3 Duygu Düzenleme Ölçeği 72

3.3.4 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği 73

3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması 74

Bölüm 4. BULGULAR VE TARTIŞMA 76

4.1 Bulgular 76

4.1.1 Birinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 76

4.1.2 İkinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 77

4.1.3 Üçüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 85

4.1.4 Dördüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 86

4.1.5 Beşinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 93
4.1.6 Altıncı Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 94
4.1.7 Yedinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 105
4.1.8 Sekizinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 106
4.1.9 Dokuzuncu Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular 107
4.2 Tartışma 109
4.2.1 Birinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 109
4.2.2 İkinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 110
4.2.3 Üçüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 114
4.2.4 Dördüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 115
4.2.5 Beşinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 119
4.2.6 Altıncı Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 119
4.2.7 Yedinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 123
4.2.8 Sekizinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 127
4.2.9 Dokuzuncu Araştırma Sorusuna İlişkin Bulguların Tartışılması 129
BÖLÜM 5. SONUÇ ve ÖNERİLER 132
5.1 Özet 132
5.2 Yargı 133
5.3 Öneriler 134
5.3.1 Araştırma Önerileri 134
5.3.2 Uygulama Önerileri 134
KAYNAKLAR 136
EKLER 155

Ek-1. Ölçeklerin Kullanımına Dair İzinler……155

Ek-2. Etik Kurul İzni…….156

Ek-3. Kişisel Bilgi Formu…….157

Ek-4. Ebeveyn Tutum Ölçeği……159

Ek-5. Duygu Düzenleme Ölçeği……165

Ek-6. 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (A formu)……169

ÖZGEÇMİŞ 171

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Ebeveynlerin ve Çocukların Demografik Değişkenlere Göre Dağılımları..... 68

Tablo 2. Ebeveyn Tutum Ölçeği'ne Ait Güvenilirlik Analizi..... 71

Tablo 3. Duygu Düzenleme Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi 72

Tablo 4. Öz Düzenleme Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi..... 73

Tablo 5. Ebeveyn Tutum Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve 4-6- Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Ölçeğine Ait Normallik Testi Sonuçları 75

Tablo 6. Ebeveyn Genel Tutum Düzeylerine Ait Bulgular..... 76

Tablo 7. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 77

Tablo 8. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 77

Tablo 9. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması 78

Tablo 10. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Yaşına Göre Karşılaştırılması . 79

Tablo 11. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuk Yaşına Göre Karşılaştırılması..... 79

Tablo 12. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 80

Tablo 13. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 81

Tablo 14. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması 82

Tablo 15. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Doğum Şekline Göre Karşılaştırılması 83

Tablo 16. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması .. 83

Tablo 17. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması 84

Tablo 18. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması 85

Tablo 19. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerine Ait Bulgular 85

Tablo 20. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 86

Tablo 21. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuk Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 87

Tablo 22. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması 87

Tablo 23. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Yaşlarına Göre Karşılaştırılması 88

Tablo 24. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması 88

Tablo 25. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 89

Tablo 26. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 89

Tablo 27. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması 90

Tablo 28. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Şekline Göre Karşılaştırılması 91

Tablo 29. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Evdeki Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması 91

Tablo 30. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması 92

Tablo 31. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması 93

Tablo 32. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerine Ait Bulgular 93

Tablo 33. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 94

Tablo 34. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuk Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması 95

Tablo 35. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması 96

Tablo 36. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Yaşlarına Göre Karşılaştırılması 96

Tablo 37. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması .. 97

Tablo 38. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 98

Tablo 39. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması 100

Tablo 40. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması 101

Tablo 41. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Doğum Şekillerine Göre Karşılaştırılması 101

Tablo 42. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Evdeki Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması 102

Tablo 43. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması 103

Tablo 44. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması 104

Tablo 45. Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları 106

Tablo 46. Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Öz Düzenleme Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları 107

Tablo 47. Duygu Düzenleme Ölçeği ve Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları 108

KISALTMALAR

MEB : Millî Eğitim Bakanlığı

Ebeveyn tutum düzeyi : Ebeveynlerin Ebeveyn Tutum Ölçeği ile ölçülen toplam puan ortalamaları

Duygu Düzenleme Düzeyi : 48-72 aylık çocukların Duygu Düzenleme Ölçeği ile ölçülen toplam puan ortalamaları

Öz Düzenleme Düzeyi : 48-72 aylık çocukların 48-72 Aylık Çocuklara Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (A Formu) ile ölçülen toplam puan ortalamaları

BÖLÜM 1. GİRİŞ

1.1.Problem

Türkiye'de 36-72 ay arasını kapsayan, bebeklik döneminin bitmesiyle başlayan dönem, okul öncesi dönem olarak kabul edilmektedir (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2002). Evrensel olarak ise okul öncesi dönem 24-72 ay arasını içerir ve bu dönem erken çocukluk dönemi olarak adlandırılır (Santrock, 2015). Çocukların bu dönemde bilişsel, sosyal-duygusal, dil ve motor alanda hızla gelişim gösterdikleri bilinmektedir. Çocuğun genetik mirası kadar çevrenin de gelişim üzerinde etkisinin olduğu ve gelişimi ortak bir şekilde şekillendirdikleri görüşü bir hayli yaygındır (Berk, 1997). Bu dönem çocuğunun sağlıklı gelişimi için çevreyle etkileşim içinde olması, yaşantılar kazanması, öğrendiklerini uygulayabileceği fırsatlar bulabilmesi ve çevresi tarafından desteklenmesi oldukça önemlidir (Önder, 2017). Erikson'a (1982) göre girişimciliğe karşı suçluluk evresine tekabül eden okul öncesi dönemde, çocuğun çevresi anne ve babasıdır. Bu dönemde çocuk merak ettiği için sıkça sorular sormaktadır ve ebeveyn yardımına açıktır. Çocuğun sorduğu sorulara ve belli amaçlar doğrultusunda yapmış olduğu girişim çabalarına ebeveynlerin göstermiş oldukları tutumlar, çocuğun gelişimi ve beceri kazanımı için önem arz etmektedir. Okul öncesi dönemde çocuk belli başlı beceriler edinmektedir veya mevcut becerilerinin kapasitesini genişletebilmektedir. Bu becerilerden biri duygu düzenleme becerisidir.

Duygular yaşadığımız deneyimler ve çevremizle olan etkileşimler için oldukça önemli olan, belirli durumlara karşı verilen belirli tepkilerdir. Bu da kişinin çevresiyle iletişim kurmasını sağlayan bir araç olarak görülmektedir (Gerring ve Zimbardo, 2014; Santrock, 2015). Duygular yeni doğan ve ebeveyn arasında iletişimi sağlayan ilk somut dil olarak görülür. Yeni doğmuş bir bebek henüz konuşma yetisine sahip değildir. Bu nedenle ağlayarak ya da gülerek durumlar karşısında duygularını göstermektedir. Bakım veren tarafından bu duygular doğru bir şekilde yorumlanır ve bebeğin gereksinimleri uygun bir şekilde karşılanırsa aralarında duygusal bir bağın oluşacağına inanılır (Calkin ve Bell, 2010). Bakım verenlerin, bebeklerinin duygusal tepkilerine karşı vermiş oldukları yanıtlar, bebeklerin duygularını düzenleyip kontrol etmelerine yardımcı olmaktadır.

Bebeklerin duygularının yatışması önemlidir; çünkü yatıştıklarında stres hormonlarının azaldığı bilinmektedir (de Haan ve Gunnar, 2009).

Yapılan araştırmalara göre bazı duygular doğuştandır ve bunlar şaşkınlık, ilgi, sevinç, kızgınlık, üzüntü, nefret gibi tüm insan ve hayvanlarda var olan temel duygulardır. Empati, kıskançlık, gurur, utanma, mahcubiyet, suçluluk gibi bazı duygular ise öz bilinç oluştuktan sonra öğrenilmektedir. O nedenle bu duygulara da öz bilinç duyguları denmektedir (Camras vd., 2007; Lewis, 2008). Bebeklerde öz farkındalık 18. aydan itibaren oluşmaya başladığı için bu öz bilinç duygularının, bebekler 18 aylık olana kadar görülmediği ifade edilmektedir (Lewis, 2008). Öz farkındalıkları gelişmeye başlayan çocukların duygu deneyimleri de artmaya başlamaktadır. Çocukların deneyimledikleri duygular ve yaşantılarla birlikte dil kapasiteleri de genişlemeye başlar. Artık bebeklik döneminden çıkan çocuk duyguları daha fazla anlamaya başlamaktadır. Dilin edinimiyle birlikte de kendini ve duygularını kelimelerle ifade etmeyi öğrenir (Cole vd., 2009). 4-6 yaşına gelen çocuklar artık başkalarının duygularını, öfkeli hissettiklerinde oluşan yüz ifadelerini, sevinç dolu hissettiklerinde yüzlerinde oluşan tebessümü; yani belli yüz ifadelerinin belli duygulara tekabül ettiğini anlamaya başlar. Aynı zamanda duyguların gizlenebildiğini veya diğerleri üzerinde bir etkiye sahip olduğunu da öğrenmektedirler (Cole vd., 2008). Bu noktada karşımıza duygu düzenleme kavramı çıkar.

Duygu düzenleme, bireyin duygusal tepkilerini kontrol altına alabilmesi, değerlendirip modüle etmesi yeteneği olarak görülmektedir (Wenar ve Kerig, 2005). Duygu düzenleme sadece duyguları kontrol etmeyi değil, aynı zamanda amaç odaklı olarak duygusal ifadenin saklanması ve farklı bir şekilde ifade edilmesi becerisini de kapsamaktadır (Walden, 1997). Duygu düzenleme becerisi kişinin içinde bulunduğu sosyal çevreden etkilenmektedir ve duygu düzenlemenin gelişiminde çevreden sağlanan kaynakların etkisi büyüktür. Çocuklar çevresindeki kişilerin, kendi duygularını nasıl yönettiklerini gözlemleyerek duygu düzenlemenin mümkün olduğunu öğrenmektedir (Campos vd., 1989). Duygu düzenleme sürecinde olumlu ve olumsuz duygular işlenmektedir. Olumsuz duygular modüle edilirken olumlu duyguların da şiddeti azaltılıp arttırılabilmekte veya sürdürülmesi sağlanmaktadır (Bridges vd., 2004; Cole vd., 1994).

Okul öncesi dönem çocuğunun duygu düzenleme dışında edindiği bir başka beceri ise öz düzenlemedir. Öz düzenleme, bireylerin amaçlarına ulaşmasını sağlamak için harekete

geçerek eylemde bulunması, eylemi devam ettirip bunun süresini ve dozunu ayarlaması veya sonlandırması süreçleridir (Heatherton ve Boumeister, 1996). Öz düzenleme sürecinde kişinin sadece duygularını değil düşünce, davranış ve dikkatini kontrol etme girişimleri de bulunmaktadır. Kişi duygu, düşünce ve dikkatini yönlendirerek kendini kontrol etmektedir (Smith-Donald vd., 2007). Kopp'a (1982) göre ise öz düzenleme, çocukların yaşla birlikte artış gösteren bağımsızlık duygularının yine yaşla birlikte artış gösteren hatırlama kapasiteleriyle bir araya gelerek davranışlarına kontrollü bir şekilde yansıması olarak görülmektedir. Çocuk kendisinden beklenen talepleri, hatırlama kapasitesi sayesinde içselleştirmeye başlamaktadır. Bunun sonucunda da çevresinde bir otorite bulunmasa dahi bu talepler doğrultusunda davranış sergilemektedir. Ona göre belirli bazı isteklere uyum sağlama, değişen koşullara göre davranışların dozunu ve süresini ayarlama, gerekli durumlarda eylemi erteleme ya da sonlandırma becerileri öz düzenlemenin getirdiği becerilerdir. Çocuklar bu dönemde öz düzenleme becerilerinin kapasitelerini genişletebilmektedir. Bir eylem başlatıp sürdürme, dikkatini verme, kuralları hatırlayabilme, sırasını bekleme gibi öz düzenlemeye hizmet eden davranışları karşılayabilecek potansiyeldedir (Bronson, 2000). Duygu düzenleme becerilerinde ise bebeklik dönemine göre dilin de gelişimiyle kapasitelerini arttırsalar da bazı duygusal yeterliliklerin gelişimi daha sonraki evrelerde tamamlanmaktadır (Feldman, 2004; Piaget, 1964). Piaget (1964), okul öncesi dönemde olan çocukların işlem öncesi dönemde olduklarını ifade etmektedir. İşlem öncesi dönemde çocuk dünyayı daha sınırlı olarak algılamakta ve daha ben merkezci olmaktadır. Buradan hareketle empati gibi duygu farkındalığı gerektiren ve daha soyut çıkarımlar içeren duygu düzenleme becerilerinde bilişsel gelişimlerinin yaşla birlikte daha büyük gelişim göstereceği düşünülmektedir (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020; Feldman, 2004).

Okul öncesi dönem çocuğu duygu düzenleme ve öz düzenleme gibi becerileri edinirken ve geliştirirken ebeveynlerinin göstermiş oldukları davranışlar, tutumlar, kendi duygu ve öz düzenleme becerilerini nasıl yönetebildikleri ve bunu çocuklarına nasıl yansıttıkları çocuğun sağlıklı gelişimi açısından önem teşkil etmektedir. Çünkü çocuk, ebeveynlerini rol model alarak bir öğrenme gerçekleştirecektir (Bandura, 1976). Ebeveynlerin tutumları, çocukların becerilerini ve bu bağlamda kullanacakları stratejileri şekillendirecektir. Ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumlarına bakıldığında benzer şemalar gösteren ebeveynlik stilleri dikkat çekmiştir ve Baumrind (1966; 1971)

tarafından bu ebeveynlik stilleri kategorilendirilmiştir. Baumrind (1966; 1971) ile Maccoby ve Martin (1983) ebeveynlerin çocuk yetiştirme davranışlarıyla ilgili olarak kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol olmak üzere iki boyuttan söz etmektedir. Kabul edicilik/duyarlılık ile çocuğun duygularına karşı hassas, ihtiyaçlarına cevap veren, takdir eden, sıcaklık ve ilgi gösteren bir ebeveynlikten bahsedilmektedir. Talepkarlık/kontrol boyutuyla ise belli sınırlar içinde çocuk yetiştiren, çocuktan belirli taleplerde bulunan ve bu taleplerin karşılanıp karşılanmadığını kontrol eden bir ebeveynlik tabir edilmektedir. Bu iki boyuta bağlı olarak da ebeveynlik stilleri dört farklı tipte sınıflandırılmıştır. Bunlar; demokratik, otoriter, izin verici ve ihmalkar ebeveynlik stilleridir. Demokratik stil olarak adlandırdığı ebeveynin çocuk yetiştirme tutumunda kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisinin de yüksek olarak verildiği bir tutumdan bahsedilmektedir. Bu ebeveynlik stilinde ebeveyn, taleplerde bulunur fakat bu taleplerin altında yatan nedenleri çocukla paylaşır ve çocuk bu taleplere uymayı reddettiğinde onun düşüncelerini önemser. Kontrol uygulasa da çocuğu kısıtlamalar altında bırakmaz. Çocuğun geleceği için belli standartlar belirler ama aynı zamanda çocuğun isteklerini ve niteliklerini de destekler. Otoriter ebeveynlik stilinde ise kabul edicilik/duyarlılığın çocuğa az verildiği; fakat talepkarlık/kontrol boyutunun yüksek olduğu ifade edilmektedir. Bu ebeveynlik stilinde çocuğun ihtiyaçlarındansa ebeveynin taleplerinin daha güçlü olduğu bir durum söz konusudur. Ebeveyn, belli standartlar doğrultusunda çocuğun davranışlarını kontrol etmeye çalışmaktadır ve kendi talepleriyle çocuğun davranışlarının çeliştiği noktalarda cezalandırıcı önlemler sergilemektedir. İzin verici ebeveynlik stilinde ise kabul edicilik/duyarlılık boyutunun yüksek; talepkarlık/kontrol boyutunun ise daha düşük olduğu ifade edilmektedir. Çocuğun ihtiyaçlarının ve taleplerinin karşılandığı ama belli kurallar ve sınırların olmadığı bir ebeveynlik stili söz konusudur. Bu ebeveynlik stilinde çocuktan beklenilen talep azdır ve çocuğun kendi eylemlerini kendi başına yönetmesine izin verilir, kontrol uygulamaktan kaçınılır. İhmalkar ebeveynlik stilinde ise kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisinin de az olduğu; ebeveynin çocuktan bir talebinin olmadığı, çocuğu kontrol etmediği aynı zamanda ilgi ve sıcaklık gibi çocuğun ihtiyaçlarına yönelik bir davranışta da bulunmadığı bir davranış biçiminden bahsedilmektedir.

1.2 Amaç

Aile; bireyin içinde yaşadığı, gerekli bakımının ve desteğin sağlandığı sosyal bir ortamdır. Toplumsallaşmayı sağlayan ilk yerdir ve toplumun en küçük yapısıdır. Aynı evi paylaşıp aynı gelire ortak olan, karı-koca, anne-baba ya da çocuk-kardeş gibi rollerle birbirleri üzerinde etki yaratan, kendilerine biricik olan davranış kalıplarını nesiller boyu aktaran bireyler aileyi oluşturmaktadır. (Şahinkaya, 1975). Anne ve baba; çocuğun duygusal, sosyal, bilişsel ve psikomotor alandaki becerilerinin gelişmesi ve yeni öğrenmeler gerçekleştirmesi için ilk durak olarak değerlendirilebilir. Ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken sergilemiş oldukları tutumlar, bu becerilerin gelişimi ve çocuğun edineceği öğrenmelerde önemli bir etkiye sahiptir (Kahraman ve Gökşen, 2021; Uykan ve Akkaynak, 2019). Okul öncesi dönemi çocukları gerek kelime haznelerinin genişlemesi gerek çevreden aldıkları uyaranları daha iyi yorumlayabilmeye başlamaları nedeniyle bebeklik dönemine göre duygularını ve kendini düzenlemeye dair daha kuvvetli bir beceriye sahip olmaya başlamıştır. Bu becerilerin kapasitesini daha da genişletmede ise ailenin tutumunun ve edineceği rolün önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada, ebeveynlerin 48-72 aylık çocuklarını yetiştirirken sergilemiş oldukları tutumlar ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelemesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın bu temel amacından yola çıkarak aşağıda bulunan sorular cevaplandırılmaya çalışılacaktır.

1.2.1 Araştırma soruları

i. Çalışmaya katılan ebeveynlerin ebeveynlik tutum ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması nedir?

ii. Çalışmaya katılan ebeveynlerin ebeveynlik stilleri ölçeğinden aldıkları puanlar; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

iii. Çalışmaya katılan ebeveynlere göre 48-72 aylık çocukların sahip oldukları duygu düzenleme becerileri ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması nedir?

iv. Çalışmaya katılan ebeveynlere göre 48-72 aylık çocukların sahip oldukları duygu düzenleme becerileri; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

v. Çalışmaya katılan ebeveynlere göre 48-72 aylık çocukların sahip oldukları öz düzenleme becerilerinin ortalaması nedir?

vi. Çalışmaya katılan ebeveynlere göre 48-72 aylık çocukların sahip oldukları öz düzenleme becerileri; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

vii. Ebeveyn tutum ölçeğinden elde edilen puanlara göre ebeveynlerin sahip oldukları ebeveynlik stili ile çocuklarının sahip olduklarını düşündükleri duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

viii. Ebeveyn tutum ölçeğinden elde edilen puanlara göre ebeveynlik stili ile çocuklarının sahip olduklarını düşündükleri öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

ix. Ebeveynlere göre 48-72 aylık çocuklarının sahip olduklarını düşündükleri duygu düzenleme becerileri ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3 Önem

Okul öncesi dönem, çocuğun bilgiyi edinme ve sosyal, bilişsel, duygusal gelişimi için çok önemli bir dönemdir. Çocuğun çevreyle etkileşim içinde olması, yaşantılar kazanması, öğrendiklerini uygulayabileceği fırsatlar bulabilmesi ve çevresi tarafından desteklenmesi sağlıklı bir gelişim göstermesi açısından önem arz etmektedir (Önder, 2017). Duygu düzenleme ve öz düzenleme gibi becerilerin kapasitesinin arttığı bu dönemde aileden alınan desteğin etkisi bilinmektedir. Duygu düzenleme becerileri ile ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma mevcuttur (Atalay ve Özyürek, 2021; Birtürk, 2021). Aynı zamanda öz düzenleme becerileri ile ebeveynlik stillerini araştıran çalışmalar da bulunmaktadır (Alpsoy, 2021; Üredi ve Erden, 2009). Fakat 48-72 aylık

dönem özelinde, okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerini ebeveynlik stilleri açısından inceleyen çalışmaların daha sınırlı olduğu görülmektedir (Kahraman ve Gökşen, 2021; Uykan ve Akkaynak, 2019). Ayrıca ebeveynlik stilleri ile hem duygu düzenleme hem de öz düzenleme arasındaki ilişkiyi birlikte inceleyen bir çalışmaya ulaşılabildiği kadarıyla rastlanmamıştır. Bununla birlikte ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin çeşitli demografik özelliklere göre incelendiği çalışmalar ise dikkat çeken boyuttadır (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016; İlgar ve Akbaba, 2017; Ural vd., 2020). O nedenle bu araştırmada ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin diğer çalışmalar ile ortak demografik özellikler açısından incelenerek literatüre destek vermesi ve daha önce incelenmemiş olduğu tespit edilen gebelik ve doğum şekli özelliklerinin de demografik özelliklere katılarak alan yazına yeni katkılarda bulunulması amaçlanmıştır. Tüm bu nedenler doğrultusunda bu çalışmanın alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4 Varsayımlar

Çalışmada kullanılması planlanan, çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmek amacıyla uyarlanmış olan Duygu Düzenleme Ölçeği'nin, çocukların öz düzenleme becerilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (A Formu)'nin ve ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumlarını belirlemek için geliştirilmiş olan Ebeveyn Tutum Ölçeği'nin güvenilir oldukları varsayılmıştır. Aynı zamanda araştırma için yapılan ebeveynlik stilleri, duygu düzenleme ve öz düzenleme ilgili literatür taramasının da yeterli olduğu varsayılmıştır.

1.5 Sınırlılıklar

Çalışmaya katılım gösterecek olan ebeveynlerin 48-72 aylık çocuklarının, bu çalışma yapılmadan önceki dönemde var olan duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin nasıl olduğunun bilinmiyor oluşu bir sınırlılık olarak karşımıza çıkabilir. Aynı zamanda ebeveynler çocuk yetiştirme tutumlarını ifade ederken ve çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri hakkındaki ölçekleri doldururken yanlılık gösterebilirler ve bu da karşımıza bir sınırlılık olarak çıkabilir.

1.6 Tanımlar

Ebeveynlik: Aile içinde anne ve babanın oluşturduğu bir alt sistem olan ebeveynlerin, çocuklarının psikolojik, sosyal, duygusal ve fiziksel her türlü gelişimi için sağlamış oldukları ortamlar ile çocuklarını yetiştirmeye dair benimsemiş oldukları davranışlar ebeveynlikle ifade edilmektedir (Demirutku, 2017).

Ebeveynlik Stili: Ebeveynlik stili; ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken uygulamış oldukları yöntemler, davranışlar ve de çocuklarına olan yaklaşımları ve tutumları bakımından benzerlik gösteren ebeveynlik yapılarının bir çatı altında sınıflandırılmasıdır. Farklı ebeveynlik stilleri mevcuttur (Baumrind, 1967; Maccoby ve Martin, 1983).

Duygular: Belirli durumlara karşı verilen belirli tepkilerdir ve bireyin çevresiyle iletişim kurmasına olanak sağlar. Duygular davranışsal ve fizyolojik olmanın yanında psikolojiktir (Lazarus, 1991).

Duygu Düzenleme: Bireyin duygusal tepkilerini kontrol altına alabilmesi, değerlendirip değiştirebilmesi yeteneği olarak görülmektedir (Wenar ve Kerig, 2005).

Öz Düzenleme: Kişinin hedefe yönelik davranışlarında, içsel durumlarından veya tepkilerinden herhangi birini değiştirmeye yönelik olan çabasıdır. Bu benlik değişimi hem bilinçli hem de bilinçsiz süreçleri kapsamaktadır (Boumeister ve Vohs, 2012).

BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde çalışmada ele alınmış olan ebeveynlik stilleri, duygu düzenleme ve öz düzenleme kavramları literatür çerçevesinde incelenerek çalışmanın kuramsal çerçevesi oluşturulmuştur. Aynı zamanda ebeveynlik stilleri, duygu düzenleme ve öz düzenleme kavramları ile ilgili daha önceden yapılmış olan çalışmalara yer verilmiştir.

2.1 Ebeveynlik Stilleri

2.1.1 Ebeveynlik tanımı

Aile, birbirleri ile etkileşim içinde olan, kuşak, cinsiyet ve çeşitli rollerle tanımlanan karmaşık bir bütünü ifade etmektedir. Ebeveyn ise bu bütünün içinde anne babadan oluşan bir aile alt sistemi olarak karşımıza çıkmaktadır (Santrock, 2015). Aile ortamı; insanın fiziksel, bilişsel, sosyal ve psikolojik olarak gelişimini gerçekleştirdiği başlıca bağlamlardan biridir. Çocuğun gelişimine katkısı olan okul, akran çevresi gibi diğer ortamlarla da etkileşim içindedir. Bronfenbrenner'in (1979) ekolojik sistemler kuramı kişinin gelişiminin, bulunduğu bağlamlar içerisinde geliştiğini öne sürmektedir ve iç içe geçmiş halkalardan oluşan bu bağlamları sistemler olarak tanımlamaktadır. Ailenin içinde olduğu sistem içinse "Mikrosistem" terimini kullanmaktadır. Mikrosistem, çocuğun gelişimi için önemli olan bir halkadır çünkü çocuğun bu sistemde yakın etkileşimde olduğu kişi ve çevreler, onu olumlu ya da olumsuz etkileyebilmektedir. Ebeveyn olarak adlandırılan anne ve babalar da bu sistemin bir parçasıdır. Kişiler hamile kalarak, evlat edinerek ya da üvey anne-babalık yaparak ebeveyn olmaktadır (Santrock, 2015). Ebeveynler çocuğun bakımından sorumlu olan ve çocuğun hayatında önemli etkilere sahip olan kişilerdir (Southam-Gerow, 2020). Her ebeveyn, çocuk yetiştirirken kendince bazı yöntemler uygulamaktadır. Ebeveynlerin çocuk yetiştirirken benimsediği ve uyguladığı bu yöntemlere ebeveynlik stilleri denmektedir (Baumrind, 1968). Ebeveynlik stilleri anne babaların, çocukla olan iletişimlerine dair sergilemiş oldukları davranışlarıdır. Ebeveynler sergilemiş oldukları davranışlarla kendi değerlerini çocuğa iletmekte ve bu değerleri aktarırken kendi ebeveynlerinden öğrendikleri davranışları yansıtabilmektedir. Bu şekilde ebeveynlik stilleri kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır

(Karadeniz, 2020). Anne babaların çocuk yetiştirirken sergilemiş olduğu çeşitli yaklaşımlardan, ebeveynlik stilleri kavramı başlığı altında ayrıntılı bir şekilde bahsedilecektir.

2.1.2 Ebeveynlik stilleri kavramı

Ebeveynlik stilleri ile ilgili olarak yapılan literatür taramasında birçok farklı tanıma rastlanmıştır. Birbirine benzer yapılar gösteren ebeveynlik stillerinin kategorize edilip sınıflandırıldığı görülmektedir. Bu çalışmada ebeveynlik stili ve ebeveynlik tutumu kavramları, aynı semantik alandaki birbiriyle ilişkili yapıları temsil etmesi ve çoğu araştırmacının da iki terim arasında bir ayrım yapmaması nedeniyle birbirlerinin yerine kullanılmaktadır.

Ebeveynlik stili, anne ve babaların çocuklarını yetiştirmede kullandıkları yöntemler, yaklaşımlar, davranışlar ve tutumlarla karakterize edilmektedir. Ebeveynler, çocuklarını yetiştirirken birçok farklı yaklaşım ve tutum benimsemektedir. Çoğu ebeveynin sergilediği ebeveynlik stilleri yaşadıkları kültürden, toplumdaki taleplerden, normlardan ya da kendi anne babalarının göstermiş oldukları çocuk yetiştirme tutumlarından etkilenmektedir ve bu bağlamda gelişmektedir (Joseph ve John, 2008). Ebeveynlerin çocuk yetiştirirken sergilemiş oldukları davranışlar çocukların gelişimi ve kişilikleri üzerinde önemli bir etki göstermektedir. Anne ve babalar çocuk sahibi olduklarında, çocuklarını belli bir disiplin ve tutum içinde yetiştirmek isterler. Her anne-baba çocuğuna kendi talepleri ve amaçları doğrultusunda yön vermeye çalışır. Bu doğrultuda da kendi ebeveynlik stillerini göstermiş olurlar. Darling ve Steinberg (1993) ebeveynlik stilini, anne-baba tarafından çocuğa karşı iletilen, duygusal bir atmosfer oluşturan, çocuğa yönelik olan tutumların tümü olarak ifade etmektedir. Darling ve Steinberg'e göre ebeveynlik stilleri, ebeveynin çocuğun sosyalizasyonunu sağlarken kendi sahip olduğu değer ve amaçları davranışlarında uygulamasıdır ve çocuğa karşı ifade edilen tutumlardır. Aynı zamanda ebeveynlik stili, ebeveynlik ortamı olarak da tanımlanmaktadır. Sirvanli-Ozen (2004) de çeşitli ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde sergilenen ebeveyn tutumlarını, inançlarını ve çocuklarını sosyalleştirmek adına uyguladıkları özel ebeveynlik davranışlarını ebeveynlik stilleri olarak tanımlamaktadır. Baumrind (1968) ise ebeveynlik stillerini, ebeveynin değer ve rolleri ile çocuk yetiştirmeye dair inançları ve bu doğrultudaki uygulamaları olarak tanımlamaktadır. Ebeveynlik stillerini ebeveyn-çocuk

ilişkisi olarak görmekten ziyade ebeveynin kullandığı disiplin yöntemlerine göre sahip olduğu tutumlar olarak görmektedir.

Yapılan birçok araştırma ebeveynlik stilleri için bir çerçeve oluşturmayı amaçlamıştır. Ebeveyn davranışları için benzer örüntüleri tanımlamak isteyen döngüsel bir model, ilk olarak (Schaefer, 1959) tarafından sunulmuştur. Schaefer, ilk olarak ebeveyn davranışlarını iki uçlu olmak üzere iki boyut üzerinden açıklamıştır. Bunlar özerkliğe karşı kontrol ve sevgiye karşı düşmanlık boyutlarıdır. İlk boyut olan özerkliğe karşı kontrol boyutunda özerklik kavramı ile düşük hakimiyet temsil edilirken; kontrol kavramı ile müdahalecilik, anne kaygısı, talepler ve duygusal katılım temsil edilmektedir. İkinci boyut olan sevgiye karşı düşmanlık boyutunda ise sevgi kavramı ile eşitlikçilik, çocuğa karşı olan olumlu değerlendirmeler, sevgi ifadesi ve kabul temsil edilirken; düşmanlık kavramı ile cezalandırma, çocuğu görmezden gelme, bir kontrol aracı olarak korkuyu kullanma, katılık ve reddetme davranışları temsil edilmektedir. Schaefer (1965), bir başka çalışmasında ebeveyn davranışları için belirlediği boyutları revize etmiş ve yeni etiketlendirmelerde bulunmuştur. Sevgiye karşı düşmanlık boyutunu ölçmek için yapılan çalışmalar sonucunda, bu boyut için en iyi isimlendirmenin kabule karşı reddetme olduğunu öne sürmüştür. Özerkliğe karşı kontrol boyutu üzerinde yaptığı çalışmalarda ise psikolojik özerkliğe karşı psikolojik kontrol kavramlarının daha doğru olacağını önermiştir. Ebeveynin çocuğun üzerinde, ayrı bir birey olarak gelişmesine izin vermeyecek davranışlarda bulunup çocuğun davranışlarını kontrol etme çabası bu yeni etiketlendirmenin oluşmasını sağlamıştır. Schaefer (1965), yapmış olduğu konfigürasyona ek olarak üçüncü bir boyut öne sürmüştür. Bu boyut için sıkı kontrole karşı düşük kontrol etiketini önermiştir. Sıkı kontrol kavramıyla, ebeveynin kurallar koyma, düzenlemeler yapma, çocuğun yapmış olduğu faaliyetlere sınırlar getirme ve bu sınırları zorlama davranışları temsil edilmektedir. Düşük kontrol boyutunda ise bu durumun tam tersi söz konusudur ve aşırı bir özerklik durumu hakimdir.

Parent ve Forehand (2017), Schaefer'ın (1959) ebeveynlik modellemesini baz alarak ebeveyn davranışlarını ve uygulamalarını değerlendirip ölçmek amacıyla bir ölçme aracı geliştirmişlerdir. Ebeveynliğin çok boyutlu bir şekilde değerlendirmesini yaptıkları bu çalışmada, ebeveynlik uygulamalarının olumlu ve olumsuz boyutlarını içeren bir faktör yapısı sunmuşlardır. Olumlu ebeveynlik boyutu içerisinde proaktif ebeveynlik, olumlu

pekiştirme, sıcaklık ve destekleyicilik alt boyutları bulunmaktadır. Proaktif ebeveynlik alt boyutu ile beklenen güçlüklere uygun bir şekilde ve çocuk merkezli bir yaklaşımla verilen yanıtlar ölçülmektedir. Olumlu pekiştirme alt boyutu ise olumlu çocuk davranışlarına verilen koşullu tepkileri övgü, onay ya da ödüllerle ölçen bir alt faktördür. Sıcaklık alt faktörü sevgi gösterilerini ölçerken; destekleyicilik alt boyutu ise çocuğa gösterilen ilgiyi, çocuğun fikirlerine olan açıklığı ve olumlu iletişime olan teşviki ölçmektedir. Olumsuz ebeveynlik boyutu ise içerisinde fiziksel kontrol, düşük kontrol ve düşmanlık alt boyutlarını barındırmaktadır. Fiziksel kontrol alt boyutu; öfke ve hayal kırıklıklarının sebep olduğu fiziksel disiplini temsil etmektedir. Düşük kontrol alt boyutu ise serbestliğin ve kontrol yokluğunun temsillerini içeren bir alt boyuttur. Ebeveynin, çocuğuna karşı kontrol girişimlerinden kolayca geri adım attığı tutarsız uygulamaları barındırır. Düşmanlık alt boyutu ise tartışma, bağırma, sertlik, etkisiz disiplin, asabilik gibi zorlayıcı süreçleri içeren aşırı kontrolcü ve müdahaleci bir ebeveynlikle ifade edilmektedir.

Barber ve diğerleri (2012) ise ebeveynlik stillerini psikolojik kontrol, davranışsal kontrol ve ebeveyn desteği olmak üzere üç boyutta incelemiştir. Psikolojik kontrol, çocuğun psikolojik ve duygusal ihtiyaçlarına karşılık vermeyen, çocuğun özerkliğini engelleyici ebeveyn davranışlarıdır. Ebeveyn müdahalesi ve sevginin geri çekilmesiyle ilişkilendirilmektedir. Psikolojik kontrol çocuğun eylemlerini kısıtlama, gerçekçi olmayan beklentiler, görmezden gelme, suçluluk, utanç, hayal kırıklığı gibi olumsuz duygu ifadeleri ve eleştirileri içermektedir. Psikolojik kontrol, çocuğun gelişimini olumsuz etkileyebilecek bir manipülasyon ve zorlama biçimidir. Ebeveyn çocuğun davranışlarını kontrol etmek için belli bazı yöntemlere başvurarak psikolojik kontrol uygulamaktadır. Bu durum çocuklarda içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarına neden olabilmektedir (Smetana, 2017). Davranışsal kontrol ise ebeveyn tarafından konulan yüksek standartları ve de çocuğu izleyerek sorunlu davranışları önlemek için kurallar koyup uygulamayı içermektedir. Ebeveynin beklentileri doğrultusundaki davranışsal kontrolü, çocuğun davranışlarını düzenlemektedir. Ebeveyn bu davranışları sosyal normlara uygun bir şekilde düzenlemeyi amaçlamaktadır. Ebeveyn desteği boyutu ise kabul, sıcaklık, bakım, çocuğun ihtiyaçlarına cevap verme, bağlanma gibi durumlarla ilişkilendirilmektedir ve destekleyici bir süreçtir. (Barber vd., 2012; Baumrind, 2005; Smetana, 2017).

Maccoby ve Martin (1983) ise ebeveynlik stillerinden bahsederken, ebeveynlik stillerini iki boyutta ele almıştır. Bunlar kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarıdır. Ebeveynin kabul edici ve duyarlı olduğu boyutta duygusal sıcaklık ve kabul hakimdir. Ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarına duyarlıdır ve çocuklarını kabul edip bireyselliklerini destekleyerek kendilerini ifade etmelerine olanak tanımaktadır. Talepkarlık/kontrol boyutunda ise ebeveynler, çocukları üzerinde davranışsal bir kontrol uygulama eğilimindedir. Talepkarlık/kontrol boyutu, ebeveynlerin ne ölçüde denetim gösterdiklerini ve talepte bulunduklarını ifade etmektedir. Ebeveynler, çocuklarının davranışlarını denetleyerek topluma uyum sağlamalarını amaçlamaktadır (Baumrind, 2005). Baumrind (1991), kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarından yararlanarak ebeveynlik stillerini demokratik tutum, otoriter tutum, izin verici tutum ve reddedici/ihmalkar tutum olmak üzere dört farklı tipte sınıflandırmıştır. Demokratik ebeveynlik stilinde ebeveynler kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisini de göstermektedir. Müdahaleci ya da kısıtlayıcı tutumlar yerine destekleyici bir tutum sergilemektedir. Otoriter ebeveynlik stilinde ise ebeveynlerin talepkarlık/kontrol boyutları yüksekken, kabul edicilik/duyarlılık boyutları düşüktür. Bu ebeveynlik tutumunda belli bazı kurallar vardır ve çocuğun bu kurallara itaat etmesi beklenmektedir. İzin verici ebeveynlik stilinde kabul edicilik/duyarlılık boyutu yüksekken talepkarlık/kontrol boyutları düşüktür. Yönlendirici olmayan bu ebeveynler, gelenekselliken ziyade hoşgörülü davranışlar göstermektedir. Kontrol uygulamaktan ve yüzleşmekten ise kaçınmaktadır. Reddedici/ihmalkar ebeveynlik stili ise kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisinin de düşük olduğu bir ebeveynlik tutumuyla karakterize edilmektedir. Çocuk yetiştirirken destekleyici, yol gösterici ya da çocuğun ihtiyaçları ile ilgilenen bir tutum gösterilmemektedir. Çocuk yetiştirme ile ilgili olan sorumlulukları reddedici ve ihmal edici bir tutum sergilenmektedir.

Bu çalışmada Baumrind'in (1966, 1971) sınıflandırmasını yaptığı demokratik, otoriter, izin verici ve reddedici/ihmalkar ebeveynlik stillerinden yararlanılmaktadır. Ayrıca Türk kültüründe ebeveynler tarafından fazlaca benimsendiği ve uygulandığı bilinen aşırı koruyucu ebeveynlik stili de bu araştırma içerisinde incelenmektedir (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008).

2.1.2.1 Demokratik ebeveynlik

Demokratik ebeveynlik stilinde, ebeveynler kabul edicilik/duyarlılık ve talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisini de yüksek olarak göstermektedir. Bu stile sahip ebeveynler, çocuklarına sıcaklık göstererek onlar ile olan iletişimlerinde karşılıklı alıp vermeye önem verir. Çocuklarını bir birey olarak görerek özerkliklerine ve kişisel çıkarlarına saygı duyar, fakat aynı zamanda belli bir disiplin de beklerler. Ebeveyn çocuğuyla çatışmaya girdiği noktalarda kontrol uygulasa dahi kısıtlamalarla çocuğunu sıkıştırmaz. Disiplin uygulamaları ardında yatan gerekçeleri çocuk ile paylaşır. İstenilen ve yasaklanan davranışları açık bir şekilde belirtir. Baumrind (1967) bu durumun çocuklarda, ebeveynlerinin isteklerine uygun tepkileri ayırt edip vermesini ve yeteneklerini geliştirmesini sağladığını öne sürmüştür. Demokratik ebeveynlikte fiziksel ceza yoktur. Demokratik ebeveynlik stilini benimseyen ebeveynler, çocuklarının mevcut becerilerini ve kapasitelerini onaylarlar fakat gelecekteki davranışları için de belli standartlar koyarlar. Bu standartlar için aldıkları kararları sadece çocuğun isteklerine ya da sadece kendi isteklerine dayandırmaz, ortak bir fikir birliğine giderler. Çocuklarını karar verme süreçlerine katarak çocuk merkezli bir yaklaşımda bulunurlar. Baumrind (1967), demokratik ebeveynler tarafından yetiştirilen okul öncesi dönemi çocuklarının uyum konusunda en iyi çıktılar veren çocuklar olduğunu bulmuştur. Bu çocukların kendine güvenen, sorumluluk sahibi, mutlu ve iş birliğine açık olduğu görülmüştür (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008).

2.1.2.2 Otoriter ebeveynlik

Otoriter ebeveynlik stiline sahip ebeveynlerin talepkarlık/kontrol boyutları yüksek; fakat kabul edicilik/duyarlılık boyutları düşüktür. Ebeveynler çocuklarını sürekli kontrol etmek ister ve bu kontrolü kaybetmekten korkarlar. Çocuklarına sıcak bir yaklaşım göstermeyerek özerkliklerini teşvik etmezler. Bu ebeveynlik stilinde kurallar hakimdir ve çocuğun bu kurallara uyması beklenmektedir. Ebeveynler sergiledikleri politikaların ardında yatan gerekçeleri çocuk ile paylaşmaz ve çocuğun kendi başına seçim yapmasına müsaade etmeyerek çocuk adına kararlar alırlar. Çocuklarının ebeveyn tarafından belirtilen kurallara sorgusuz sualsiz itaat etmelerini beklerler. Açık iletişime kapalı olarak ebeveyn merkezli bir tutum sergilerler. Bu ebeveynler çocuklarını yetiştirirken ceza kullanmaktan çekinmezler. Otoriter ebeveynlik stili içinde yetişmiş çocukların

özerkliklerine müsaade edilmediği ve genelde onlar adına kararlar alındığı için bu çocukların itaatkar ve sosyal yeterlilik açısından yoksun oldukları görülmektedir. Karar almaları gerektiği durumlarda geri çekilerek başkalarının onlar adına kararlar vermesini beklemektedirler. Bu çocuklar kolayca sinirlenme, mutsuz görünme ve amaçsız olma eğilimindedir (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008).

2.1.2.3 İzin verici ebeveynlik

İzin verici ebeveynlik stiline sahip ebeveynlerde kabul edicilik/duyarlılık boyutu yüksek; talepkarlık/kontrol boyutu ise düşüktür. Bu stilde ebeveynler çocuklarına karşı sıcaktır ve çocuklarının isteklerine karşı da kabul edici bir tutum göstermektedir. Çocuk merkezli bir yaklaşımdadırlar. Fakat bununla birlikte çocuklarından taleplerde bulunmaz ve kontrol uygulamaktan da kaçınırlar. Çocuklarının istedikleri birçok şeyi yapmalarına müsaade ederler ancak bunu çocuk daha bunları yapabilecek yaşta değilken yaparlar. Çocukların istedikleri şeyleri yeme, istedikleri saatte uyuma, istedikleri kadar oyun oynama gibi davranışlarına müsade ederek bu gibi davranışlar üzerinde herhangi bir kontrol ya da yaptırım uygulamazlar. Disiplin sınırlarını belirlemede başarısızlardır. İzin verici ebeveynlik stili gösteren ebeveynler, çocuklarından olgun davranışlar beklemezler ve özerliklerine müsaade ederler. İzin verici ebeveynlik stili içinde yetişmiş çocukların yüksek benlik saygısı ve sosyal becerileri olsa da sorumluluk duyguları gelişmemiştir ve sorunlu davranışlara daha yatkın oldukları bulunmuştur. Bu çocukların özellikle de erkek ise dürtüsel ve saldırgan özellikler gösterdiği görülmüştür. Bu stil içinde yetişmiş çocuklar ben merkezli, öz denetim konusunda zayıf, amaçsız ve otoriter olma eğilimi göstermektedirler (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008).

2.1.2.4 Reddedici/ihmalkar ebeveynlik

Reddedici/ihmalkar ebeveynlik stili hem kabul edicilik/duyarlılık hem de talepkarlık/kontrol boyutlarının ikisinin de düşük olduğu bir ebeveynlik ile karakterize edilmektedir. Bu ebeveynler çocuklarının isteklerine ve ihtiyaçlarına karşı duyarsızdır ve herhangi bir katılım göstermemektedir. Bununla birlikte çocuklarından bir beklentileri de yoktur; talepte bulunmaz ve çocuk üzerinde herhangi bir denetim uygulamazlar. Çocuk yetiştirirken destekleyici değildirler ve çocuklarına rehberlik etmezler ya da çocuğun

ihtiyaçları ile ilgilenen bir tutum göstermezler. Çocuk yetiştirme ile ilgili olan sorumlulukları reddeden ve ihmal eden bir tutumda bulunurlar. Çocuklarının öz düzenleme becerilerini teşvik etmezler. Genellikle çocuklarını izleyip takip etmezler ve kontrol uygulamada da başarısız olurlar (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008).

2.1.2.5 Aşırı koruyucu ebeveynlik

Aşırı koruyucu ebeveynlik; sıcaklık boyutunun yüksek olduğu bir ebeveynlik stiliyle karakterizedir. Aşırı koruyucu ebeveynler, çocuklarının olumsuz deneyimler yaşamasını engellemek için bir durumun gerçekten bir tehdit oluşturup oluşturmadığına bakmadan çocuğun çevresini kontrol etmek isterler (Taylor ve Alden, 2006). Bu nedenle çocuklarının davranışlarına yönelik fiziksel kısıtlamalarda bulunurlar ve gösterdikleri sıcaklık ile çocuklarını aşırı olarak rahatlatma davranışları gösterirler. Fiziksel kısıtlama ile kastedilen çocukları yaklaşmakta olan bir uyarıcıdan uzaklaştırmak ya da alıkoymaktır. Ebeveynlerin gösterdikleri sıcaklık ve verdikleri fiziksel rahatlık olumlu olarak görünse de bu davranışlar çocukların ebeveynlerine bağımlı hale gelmesine neden olabilmektedir (Kiel ve Buss, 2011). Aşırı koruyucu ebeveynler, çocuklarının kendilerine yetemeyeceği ve sürekli olarak korunup gözetilmesi gerektiği inancına sahiptir. Bu nedenle uygun olmayan müdahalelerde bulunurlar ve çocuklarına sorumluluk vermekten sakınırlar (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008). Müdahaleci bir tutumun hâkim olduğu bu ebeveynlik stili içinde yetişen çocuklarda düşük öz güven, inisiyatif alma ve girişimcilikten yoksun olma gibi özellikler görülmektedir. Bu çocuklar kendi kararlarını almada zorluk yaşayabilirler çünkü genelde ebeveynleri onlar adına kararlar almaktadır.

Ebeveynlik kavramı ve ebeveynlik stilleri ile ilgili yapılan literatür taramasına bakılarak, anne baba olmanın ve edinilen bu ebeveynlik rolünde benimsenen yaklaşımların çocukların psikososyal gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olduğu söylenebilir. Çocuğun birincil çevresi olan aile ortamındaki duygusal atmosfer, çocuk yetiştirirken seçilen yöntemler, uygulanan disiplinler, çocuğa karşı verilen ilgi ve sıcaklık, çocuktan beklenen talepler ve çocuk üzerindeki kontrolün seviyesi ebeveynlerin benimsemiş oldukları stilleri yansıtmaktadır. Her bir ebeveynin çocuk yetiştirirken göstermiş oldukları davranışlar kendilerine biricik olsa da bu ebeveynlik stilleri her bir boyutun ne kadar sunulduğuna bağlı olarak değişip kategorize edilmektedir. Kendi ebeveynlerinin sunmuş

oldukları yaklaşımlar, edinmiş oldukları kimliklerin alt yapısını oluşturmaktadır. Fakat değişen ve gelişen çağla birlikte yeni ebeveynlik stilleri de kendini gösterecektir. Bu nedenle ebeveynlik stillerinin daha farklı boyutlarda ve sınıflandırmalarda incelenmesine de ihtiyaç vardır.

2.1.3 Ebeveynlik stillerini etkileyen faktörler

Ebeveynlik stilleri, çocuk gelişimi için önemli faktörlerden biridir. Çocukların sosyo-duygusal gelişimleri, ebeveynlerin benimsedikleri ve sergiledikleri bu stillerden etkilenmektedir. Aynı şekilde çocuklar da ebeveynlerinin sergilemekte olduğu ebeveynlik stillerini etkilemektedir. Burada karşılıklı bir etkileşim vardır. Ebeveynlik stillerini etkileyen başka faktörler de vardır. Sosyoekonomik durum, kültürel farklılıklar, algılanan ebeveynlik stili, kişilik özellikler ve psikolojik faktörler bunlar arasındadır (Vafaeenejad vd., 2022).

Ebeveynlerin, ebeveynlik stilleri ve ebeveynlik hakkındaki görüşleri sosyoekonomik konumlarından etkilenmektedir. İçinde yaşadıkları koşullar ve imkanlar, ebeveynlerin benimsemekte olduğu stiller üzerinde farklılıklara sebep olabilmektedir. Bazı ebeveynler içinde bulundukları sosyoekonomik katmanlar neticesinde çocuklarına birçok hizmet, kaynak ve çocuklarının yararına olan sosyal bağlantılar sunabilirken, bazı ebeveynlerse bu kaynak ve imkanlara erişimi olmadıkları için sınırlı hizmetler sunabilmektedir. Bu da çocuğun gelişimini ve ebeveynin ebeveynlik uygulamalarını etkileyebilmektedir (Joseph ve John, 2008). Yapılan bazı araştırmalar sosyoekonomik anlamda daha dezavantajlı olan ailelerin daha çok otoriter ve izin verici tutumu benimsediğini göstermiştir. Sosyoekonomik anlamda avantajlı olan ailelerde ise ebeveynlerin demokratik tutumu daha çok benimsedikleri görülmektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016; Uykan ve Akkaynak, 2019; Uygun ve Kozikoğlu, 2020).

Ebeveynlerin ruh sağlıkları da ebeveynlik stillerini etkilemektedir. Psikolojik sıkıntı yaşayan ebeveynler, çocuklarına karşı düşmanca ve reddedici bir şekilde davranabilmektedir. Bu ebeveynler sert, sıkı ve müdahaleci disiplin yöntemleri benimseyebilmekte, düşük sıcaklık ve duyarlılık göstermekte, ayrıca fiziksel ceza uygulayabilmektedir. Bu konuda yapılan bazı araştırmalar psikolojik sıkıntı yaşayan ebeveynlerin çocuklarına olumlu duygu ve davranışları göstermediğini ve ebeveynlikle

ilgili sorumluluklarını ihmal ettiklerini göstermektedir. Bu ebeveynlerin çocuklarına daha çok otoriter bir ebeveynlik stili sergiledikleri görülmektedir. (Adam vd., 2004; Chang vd., 2004; Vafaeenejad vd., 2022).

Ebeveynlik stillerini etkileyen bir diğer faktör ebeveynlik stresidir. Ebeveynlik stresi ile anlatılmak istenen ebeveynin taleplerinin, ebeveynlik uygulamalarında başarılı olmasına izin verebilecek hali hazırdaki kaynaklarını aştığında ortaya çıkan durumdur. Aynı zamanda çocuk yetiştirme stresi ve çocuğun varlığı dolayısıyla yaşanan kısıtlanma hissini de içermektedir (Vafaeenejad vd., 2022). Yüksek ebeveynlik stresi gösteren ebeveynlerin daha fazla reddedici ve daha az koruyucu bir tutum gösterdikleri görülmektedir. Ebeveynlik stresi arttıkça çocuklara karşı uygulanan ceza oranı artmaktadır ve sevgi gösterme eğilimi azalmaktadır. Ebeveynlik stresi, kişide kaygı ve duygusal sıkıntılar oluşturabilmektedir. Bu da olumsuz duygular yaratarak düşmanca davranışlara ve öfkeye neden olabilmektedir. Yapılan araştırmalar bu ebeveynlerin otoriter ebeveynlik stillerini daha fazla benimsediğini göstermektedir (Liu ve Wang, 2015; Ponnet vd., 2012; Vafaeenejad vd., 2022).

Ebeveynlik stilleri üzerinde etkili olan bir diğer faktör ise ebeveynin kişilik özellikleridir. Beş faktörlü kişilik kuramı doğrultusunda dışadönük, uyumlu, dürüst ve deneyime açık kişilik özellikleri gösteren ebeveynlerin çocuk yetiştirmede daha fazla yakınlık, sıcaklık ve destek gösterdiği görülmektedir (John vd., 2008). Bu özelliklere sahip ebeveynler daha olumlu bir ebeveynlik stili benimsemektedir. Uyumlu kişilik özelliği olan ebeveynler çocuk merkezli bir yaklaşım benimserler ve duygusal olarak daha istikrarlı kişilik özellikleri gösterirler. Dışa dönük kişilik özellikleri gösteren ebeveynlerde olumlu duygu durumları daha çok görülmektedir. Kendileri ve dünya hakkında daha olumlu hissetmektedirler. Nörotik kişilik özelliği gösteren ebeveynlerde ise sıcaklık ve duyarlılık düşüktür, olumsuz duygulanım daha aktiftir. Çocuklarına daha az özerklik tanıyarak otoriter ebeveynlik stilini sergilemeye daha meyillidirler. Kendileri ve dünya hakkında daha olumsuz duygulara sahiptirler (Huver vd., 2010; Vafaeenejad vd., 2022).

Algılanan ebeveynlik stili de ebeveynin kendi ebeveynlik stilini etkileyen faktörler arasındadır. Bandura (1976), çocukların başkalarını gözlemleyerek sosyal öğrenme yoluyla davranışlar edindiğini ileri sürmüştür. Bu bağlamda kişi; kendi içinde bulunmuş olduğu aile ortamı, duygusal iklim ve maruz kaldığı ebeveynlik uygulamaları

doğrultusunda, ebeveynlik davranışlarını öğrenebilmektedir ve ebeveynlik stilleriyle ilgili bir algıya sahip olmaktadır. İleride kendi çocuğunda da bu ebeveynlik uygulamalarını yansıtabilmektedir. Kendi çocukluklarında duygusal olarak güvenli ve özerkliğe izin verilen bir ortamda yetişen ebeveynler, çocuklarına kabul ve sıcaklığın hakim olduğu daha olumlu bir ebeveynlik stili sergileyebilmektedir. Katı bir disipline maruz kalan ebeveynler ise çocuklarına aynı şekilde katı davranma ve fiziksel ceza uygulama eğilimindedir (Karadeniz, 2020; Simons vd., 1991; Vafaeenejad vd., 2022).

2.1.4 Ebeveynlik stilleri ile ilgili yapılan araştırmalar

Araştırmanın bu kısmında ebeveynlik stilleri ile ilgili olarak yapılan, yurtdışında ve yurt içinde gerçekleştirilen araştırmalar incelenmiştir.

Russel ve diğerleri (1998), ebeveynlik stillerinde cinsiyete dayalı farklılıkları incelediği çalışmasında okul öncesi dönemi çocuğu olan toplam 305 ebeveyn ile çalışmıştır. Araştırmanın bulguları ebeveynlik stilleri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. Sonuçlar incelendiğinde annelerin babalara göre demokratik ebeveynlik tutumlarından daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Çocuklarının cinsiyetleri ile ebeveynlerinin demokratik tutumları arasında ise bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Otoriter tutumda ise babalar annelerden daha fazla puan almışlardır. Çocukların cinsiyetlerine göre bakıldığında ise erkek çocuklarına, kız çocuklarından daha fazla otoriter tutum sergilendiği bulunmuştur. İzin verici tutum içinse anneler babaların bu tutumu daha fazla gösterdiğini bildirmiştir; fakat babalar kendilerini için aynı görüşü bildirmemiştir.

Balat (2007), ilköğretime başlayan çocukların ebeveynlerinin gösterdikleri ebeveynlik tutumlarını, okul öncesi eğitimden faydalanma düzeyleri açısından incelediği araştırmasında toplam 183 çocuk ve ebeveyni ile çalışmıştır. Veri toplama araçları olarak "Bilgi Formu" ve "PARI Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında, okul öncesi eğitimden yararlanma süresi ile ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumları arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Okul öncesi eğitimden üç yıl yararlanan çocukların ebeveynlerinin daha az aşırı koruyucu tutum benimsediği görülürken, okul öncesi eğitimden yararlanmayan çocukların ebeveynlerinde ise koruyucu tutumun daha çok benimsendiğine rastlanılmıştır. Aynı

zamanda üç yıl okul öncesi eğitim alan çocukların ebeveynlerinin demokratik davranma puanları, okul öncesi eğitimi almayan çocukların ebeveynlerinin demokratik davranma puanlarından daha fazla bulunmuştur. Ebeveynlerin sıkı disiplin tutumlarına bakıldığında ise okul öncesi eğitimi almayan çocukların ebeveynlerinin puanları, üç yıl okul öncesi eğitim alan çocukların ebeveynlerinin puanlarına göre daha yüksek çıkmıştır. Çocukların cinsiyetlerine göre ise ebeveynlerin göstermiş oldukları tutumlar arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Karabulut-Demir ve Şendil (2008), ebeveynlerin, 2-6 yaş arasındaki çocuklarını yetiştirirken hangi ebeveynlik tutumlarını göstereceğini belirlemek amacıyla bir ölçek geliştirmiştir. Bu ölçeği geliştirirken yapmış oldukları çalışmada toplam 420 ebeveyn ile çalışmıştır. Aynı zamanda ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek adına da 56 ebeveyne, ebeveyn tutumlarını belirleyen bir başka ölçek uygulanmıştır. Yapılan çalışmanın bulguları, çalışmaya katılan annelerin babalara göre daha demokratik bir tutum benimsediklerini göstermiştir. Otoriter, aşırı koruyucu ve izin verici ebeveynlik boyutlarında ise anne ve babalar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında ise, babaların eğitim düzeyi arttıkça, geliştirilen ebeveyn tutum ölçeğinin boyutlarından olan demokratik tutum ve aşırı koruyucu tutumlarının arttığı bulunmuştur. İzin verici ebeveynlik tutumu ise babaların eğitim düzeyleri arttıkça düşmektedir. Otoriter tutum ile babaların eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki ise bulunamamıştır. Annelerin eğitim düzeyi arttıkça demokratik, otoriter ve aşırı koruyucu ebeveynlik tutumlarının arttığı bulunurken; izin verici ebeveynlik tutumu ile herhangi bir ilişki görülmemiştir. Geliştirilen bu ölçekte ebeveynlerin verdikleri cevaplara göre, ebeveynlerin tutumları ile çocuklarının cinsiyetleri ve yaşları arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Pekşen-Akça (2012), ebeveynlerin çocuk yetiştirirken aşırı koruyucu bir tutum sergilemesi üzerinde durduğu çalışmasında toplam 133 ebeveyn ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak "Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumları" kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları incelenirken sadece 60 soruluk anket formundaki üç madde değerlendirmeye alınmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, çocuklarının zor ve yorucu işlerden kaçınması gerekliliğiyle ilgili düşünceleri en yüksek düzeyde onaylayan grubun üst sosyoekonomik düzeye ait olduğu; ardından bu düşünceyi benimsemede orta

ve alt sosyoekonomik düzeye sahip ebeveynlerin geldiği görülmüştür. Gelir seviyesi düştükçe çocuğun zor ve yorucu işleri yapması gerektiği düşüncesinin arttığı görülmektedir. Üst sosyoekonomik düzeyde babaların annelere göre bu düşünceyi daha çok uygun bulduğu görülmüştür. Diğer sosyoekonomik düzeylerde ise anneler babalardan daha fazla uygunluk bildirmiştir. Çocukların mutluluğu için ebeveynlerin kendi mutluluklarından fedakarlık göstermesini bilmesi gerektiğiyle ilgili düşünceleri ise en yüksek düzeyde onaylayan grubun üst sosyoekonomik düzey ile alt sosyoekonomik düzey olduğu görülmüştür. Üst sosyoekonomik düzeyde bu düşünceye babalar annelere göre daha fazla katılırken; alt ekonomik düzeyde ise bu düşünceye anneler babalardan daha fazla katılmıştır. Orta sosyoekonomik düzeyde ise bu düşünceyi en çok uygun bulanların sadece anneler olduğu, babaların bu seçeneği işaretlemedikleri görülmüştür. Uyanık anne babaların çocuğunun fikirlerini öğrenmeye çalışması ile ilgili düşünceleri ise en yüksek düzeyde onaylayan grubun üst sosyoekonomik düzey, ardından orta düzey ve en son olarak da alt sosyoekonomik düzey olduğu görülmüştür. Her sosyoekonomik düzey için bu düşünceyi uygun bulan ebeveynlerin çoğunluğunu ise annelerin oluşturduğu bulunmuştur.

Aydoğdu ve Dilekmen (2016), anne ve baba tutumlarının cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi gibi birçok farklı değişken bakımından değişip değişmediğini araştırdıkları çalışmada 2-6 yaş arası çocuğa sahip 462 ebeveyn ile çalışmıştır. Çalışmada veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve Ebeveyn Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında, ebeveyn tutumlarının cinsiyet, sahip olunan çocuk sayısı, çalışma, gelir ve eğitim durumlarına göre farklılaştığı; fakat yaşa, aile tipine ve devam etmekte olan hastalıklara göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ebeveynlerin demokratik ebeveynlik tutumundan aldığı puanların kendi cinsiyetlerine göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Diğer tutumları benimseyen ebeveynler içinse alınan puanların cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Bulgular, annelerin babalara göre daha fazla demokratik tutum benimsediklerini göstermektedir. Ebeveyn tutumları ile çalışma durumları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, demokratik ve izin verici tutumu benimseyen ebeveynlerin aldıkları puanların çalışma durumlarına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Otoriter ve aşırı koruyucu tutumu benimseyen ebeveynlerin aldıkları puanlar ile ebeveynlerin çalışma durumları arasında ise anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Çalışmayan ebeveynler, çalışan ebeveynlere göre otoriter ve aşırı

koruyucu ebeveynlik tutumlarından daha yüksek puanlar almıştır. Aylık gelir açısından ebeveyn tutumları incelendiğinde ise, otoriter, izin verici ve demokratik tutum ile aylık gelir arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Aşırı koruyucu tutum ile aylık gelir arasındaki ilişkide ise anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Aylık geliri 2000 TL ve üstünde olan ebeveynlerin daha az izin verici tutumu benimsedikleri; aylık geliri 1000 TL ve altında olan ailelerin ise izin verici tutumdan daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Ebeveynlerin eğitim durumları ile ebeveynlik tutumları arasındaki ilişkide ise, otoriter ve izin verici ebeveynlik tutumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Demokratik ve aşırı koruyucu tutum ile ebeveynlerin eğitim durumu arasında ise anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Ön lisans mezunu ebeveynlerin demokratik tutumdan aldıkları puanların, ortaokul mezunu olan ebeveynlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aşırı koruyucu tutum ile eğitim düzeyi arasında ise pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Ebeveynlerin sahip oldukları çocuk sayısına göre tutumlarına bakıldığında da çocuk sayısı ile demokratik, otoriter ve izin verici tutum arasında bir farklılık görülmezken; aşırı koruyucu tutum arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Tek çocuğu olan ebeveynlerin aşırı koruyucu ebeveynlik tutumundan aldıkları puanların, iki çocuğu olanlardan fazla olduğu görülmüştür.

Durmuşoğlu-Saltalı ve İmir (2018), ebeveynlik stilleri ile çocukların sosyal davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada okul öncesi eğitimine devam eden 60-72 aylık toplam 276 çocuk ile çalışmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, cezalandırıcı ebeveynlik davranışları gösteren aileler ile çocuklarının saldırganlık ve utangaçlık davranışları arasında pozitif yönlü; çocukların olumlu sosyal davranışları arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İtaat gerektiren ebeveynlik stili ile çocukların sosyal davranışları arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Araştırma aynı zamanda çocukların saldırgan ve prososyal davranışlarının düzeylerinin cezalandırıcı ebeveynlik stilleri tarafından yordanabileceğini göstermektedir. Çocukların cinsiyetlerine göre ebeveynlik stilleri ve sosyal davranışları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise erkeklerin kızlara göre saldırgan davranış puanlarının daha yüksek olduğu; kızların da utangaçlık puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kız ve erkek çocukların prososyal davranışları arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Son olarak ebeveynlik stillerinin de çocukların cinsiyetine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Uykan ve Akkaynak (2019), ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada 100 anne ile çalışmıştır. Çalışmada veri toplama araçları olarak "Demografik Bilgi Formu", "Öz Düzenleme Becerisi Ölçeği" ve "Ebeveyn Tutum Ölçekleri" kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları, annelerin ebeveyn tutumlarından daha çok otoriter ve izin verici tutumu benimsediğini ve çocukların cinsiyetlerine göre de ebeveyn tutumlarının farklılaşmadığını göstermiştir. Aynı zamanda araştırmada, lisans ve lisansüstü mezunu olan ebeveynlerinin; ilkokul ve ortaokul mezunu olan ebeveynlere göre demokratik ve koruyucu ebeveynlik tutumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gelir düzeyi yüksek olan ailelerde koruyucu ve demokratik ebeveyn tutumları yüksek bulunurken; gelir düzeyi düşük olan ailelerde ise otoriter ebeveyn tutumları yüksek bulunmuştur. Araştırmanın diğer bulgularına bakıldığında ise annenin demokratik ve koruyucu ebeveyn tutumları ile çocukların çalışma belleği; annenin demokratik tutumu ile de çocukların engelleyici kontrol-davranış ve öz düzenleme becerisi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Annelerin demokratik ya da korucuyu ebeveynlik tutumları arttıkça çocuklarının çalışma belleği becerilerinin arttığı; demokratik ebeveynlik tutumları arttıkça da çocukların öz düzenleme becerileri ve engelleyici kontrol-davranış becerilerinin arttığı görülmüştür. Otoriter ebeveynlik tutumunun ise çocukların öz düzenleme becerisi ile arasında negatif yönlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Haslam ve diğerleri (2020) ebeveynlik stilleri, çocukların duygu düzenlemesi ve davranış sorunları üzerinde Avustralya ve Endonezya'daki kültürel değerlerin düzenleyici rolünü inceledikleri araştırmada, 2-10 yaşları arasında çocuğu olan 193 Avustralyalı ve 194 Endonezyalı olmak üzere toplam 387 ebeveyn ile çalışmıştır. Araştırmanın bulguları Avustralyalı ebeveynlerin daha çok demokratik ebeveynlik tutumunu, Endonezyalı ebeveynlerini ise daha çok otoriter ebeveynlik tutumunu benimsediğini göstermiştir. Demokratik ebeveynlik tutumu her iki ülke için de daha iyi duygu düzenleme becerileri ve daha düşük davranış problemleri ile ilişkili bulunmuştur. Otoriter ebeveynlik tutumu ise her iki ülkede de daha düşük duygu düzenleme becerileri ve daha yüksek davranış sorunları ile bağlantılı bulunmuştur. Otoriter ebeveynlik tutumu ile çocukların duygu düzenleme becerileri ve davranış sorunları arasındaki ilişkilerde kültürel değerlerin etkili bir rolü bulunmamıştır. Fakat her iki ülkede de demokratik ebeveynlik tutumunu

benimseyen ailelerde kültüre verilen önem arttıkça, demokratik ebeveynlik ve çocuk sonuçları arasındaki ilişkide olumlu etkinin azaldığı görülmüştür.

Uygun ve Kozikoğlu (2020), okul öncesi eğitimine devam etmekte olan çocukların ebeveynlerinin tutumlarını inceledikleri çalışmada toplam 521 ebeveyn ile çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmada veri toplama araçları olarak "Ebeveyn Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre, okul öncesi eğitimine devam eden çocukların ebeveynlerinin en fazla demokratik ebeveynlik tutumu ile aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunu benimsedikleri görülmüştür. En az benimsenen tutum ise otoriter ebeveynlik tutumu olarak belirlenmiştir. Ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarının çocuk sayısı, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi gibi değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında ise hepsi için anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Çocuk sayısı arttıkça ebeveynlerin demokratik tutumunun azaldığı saptanmıştır. Tek çocuk sahibi ebeveynlerin iki veya daha fazla çocuk sahibi olan ebeveynlere göre daha fazla demokratik ebeveynlik tutumu sergiledikleri görülmüştür. Ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça demokratik ebeveynlik tutumlarının arttığı; otoriter ve aşırı koruyucu ebeveynlik tutumlarının ise azaldığı bulunmuştur. Ebeveynlerin gelir düzeylerine bakıldığında ise gelir düzeyi yüksek olan ailelerde daha çok demokratik ebeveynlik tutumunun; düşük gelirli ailelerde ise otoriter ebeveynlik tutumu ile aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunun benimsendiği görülmüştür.

3.1 Duygu Düzenleme

3.1.1 Duygu

İlk olarak duygu kavramı ile ilgili literatür taraması yapılmış ve birçok farklı duygu tanımına rastlanmıştır. Duygular belirli durumlara karşı verilen belirli tepkilerdir ve bireyin çevresiyle iletişim kurmasına olanak sağlar (Gerring ve Zimbardo, 2014; Santrock, 2015). Gross ve Munoz (1995) duyguları; fırsatlara ve güçlüklere uyum sağlaması için davranışları düzenleyen biyolojik temelli tepkiler olarak tanımlamaktadır. Fischer ve Manstead'e (2008) göre ise duygular, olumlu sosyal ilişkilerin kurulup devam ettirilmesinde; ayrıca öz saygının, kimliğin ve gücün korunmasında önemli bir rol oynamaktadır. Southam-Gerow (2020) duyguların, kişinin yaşam mücadelesinde önemli bir rolü olduğunu ve kişinin diğerleriyle olan ilişkilerini idare edebilmesine ya da tedbirler alabilmesine yardımcı olduğunu ve kişiyi motive ettiğini belirtmektedir. Cole ve diğerleri

(2004) ise duyguların akışkan ve karmaşık yapılar olduğunu ifade ederek, duyguları bir tür radar ve hızlı tepki sistemi olarak görmektedir. Onlar duyguyu, yaşadığımız deneyimleri değerlendirmemize yarayan ve duruma göre hareket etmemizi sağlayan araçlar olarak tanımlamaktadır. Duyguların; durumların hızlı bir şekilde değerlendirilmesine yarayan ve uygun koşulları sürdürürken olumsuz koşullarla başa çıkabilmek için de harekete geçmemize yardımcı olan biyolojik süreçler olduğunu ileri sürmektedirler. Koole (2009) ise duyguları davranışlarımız üzerinde şiddetli bir etkisi olan karşı konulmaz güçler olarak tanımlamaktadır. Duygular, deneyimler açısından oldukça önem arz etmektedir. Çevreyle olan etkileşime bir anlam, zenginlik ve renk kattığı düşünülmektedir. Duyguları ifade etmek, çevreyle olan etkileşimde önemli bir rol oynar. Fakat duygular ifade edildiği kadar gizlenebilmekte, bastırılabilmekte ya da başkaları üzerinde etki gösterebilmektedir (Cole vd., 2008). Duyguların sürekli olarak saklanması, bastırılması, başkalarını manipüle etmek için kullanılması ya da aşırı şekilde yaşanması gibi durumlarda ise duygular işlevselliklerini yitirebilmektedir. O nedenle duyguların kontrol edilmesi ve düzenlenmesi bu noktada önem teşkil etmektedir (Hisli-Şahin, 2020).

3.1.2 Duygu düzenleme kavramı

Alanyazında duygu düzenleme ile ilgili olarak literatür taraması yapıldığında birçok farklı duygu düzenleme tanımına rastlanmaktadır**.** Thompson (1991) duygu düzenlemeyi; kişinin amaçları doğrultusunda duygusal tepkilerini özellikle de yoğun ve zamansal özelliklerini izlemesini, değerlendirmesini ve değiştirmesini içeren içsel ve dışsal süreçler olarak tanımlamaktadır. Wenar ve Kerig (2005) de aynı şekilde duygu düzenlemeyi bireyin duygusal tepkilerini kontrol altına alabilmesi, değerlendirip değiştirebilmesi yeteneği olarak görmektedir. Walden'e (1997) göre ise duygu düzenleme sadece duyguları kontrol etmeyi değil, amaçlar doğrultusunda duygusal ifadeleri saklamayı ve farklı bir şekilde ifade etme becerisini de kapsamaktadır. Duygu düzenleme sürecinde hem olumlu duygular hem de olumsuz duygular modüle edilmektedir. Olumsuz duygular düzenlenip, değiştirilebilirken olumlu duyguların da dozu azaltılıp, arttırılabilir veya sürdürülmesi sağlanabilir. Duygu düzenleme; duygu deneyimlerinin devam etmekte olan taleplerine yanıt verirken spontane gelişen tepkileri gerektiğinde geciktirme, süresini azaltıp arttırma yeteneği olarak da tanımlanabilmektedir (Bridges vd., 2004; Cole vd.,

1994;). Grolnick ve diğerleri (1996) duygu düzenlemeyi olumlu ve olumsuz duygusal tepkilerin başlatılması, devam ettirilmesi ve modüle edilmesiyle ilgili olan süreçler kümesi olarak tanımlamaktadır. Koole (2009) ise duygu düzenlemeyi bireylerin kendi duygularını kendiliğinden yönettikleri süreçler olarak görmektedir. Ona göre bireyler günlük yaşamda çok fazla duygusal uyaranlara maruz kalmaktadırlar ve bu uyaranlar kişilerin sürekli olarak duygularını tetiklemektedir. Kişiler de bu tetiklenen duygularıyla baş etmek için her daim bir duygu düzenleme süreci ile meşgul olmaktadır. Kopp (1989), duygu düzenlemeyi; yüksek dozda yaşanan neşe, haz, sıkıntı, öfke ve korku gibi olumlu ve olumsuz duygularla başa çıkmada yer alan bir süreç olarak görmektedir. Eisenberg ve Sulik (2007) ise duygu düzenlemeyi; bireylerin duygularla ilgili olan durumları nasıl ve ne ölçüde deneyimledikleri ve duygularla ilgili olarak yaşadıkları deneyimleri yönetme ve değiştirme süreçleri olarak tanımlamaktadır. Duygusal tepkileri kontrol edebilme ve sosyal ya da sosyal olmayan durumlarda duyguları düzenleyebilme becerisi, kişileri stres verici olaylarla baş etme konusunda iyi bir konuma getirmektedir. Eisenberg ve Sulik (2007), bu noktada dikkatin önemine vurgu yapmaktadır. Onlara göre, kişi stres verici ya da rahatsız edici bir durumla karşı karşıya kaldığında dikkatini o durumdan ya da nesneden uzaklaştırabilirse uyarılmayı azaltabilir ve içinde bulunduğu durumun olumlu yönlerine dikkatini verebilirse olumsuz duygu deneyimini daha aza indirebilir. Duygu düzenleme becerisi, sosyal çevreden de bir o kadar etkilenmektedir. Çocuklar çevresindeki bireylerin, kendi duygularını nasıl yönettiklerini görerek duygu düzenlemenin mümkün olduğunu fark etmektedir (Campos vd., 1989). Gross ve Munoz'a (1995) göre duygu düzenleme, önemli çevresel olaylara karşı vereceğimiz tepkileri koordine etmemize yardımcı olmaktadır. Aynı şekilde duygu düzenleme içsel (kişinin kendi duygularını düzenlemesi) ve dışsal (kişinin diğerlerinin duygularını düzenlemesi) olarak bağlama göre de değişmektedir (Gross ve Jazaieri, 2014). Duygu düzenleme süreci, duygu öncüllerinin veya duygusal bir tepkinin kişinin kendisi ya da diğerleri üzerindeki manipülasyonudur. Gross ve Munoz (1995), duygu düzenlemeyi öncül odaklı ve tepki odaklı olarak ayırmaktadır. Öncül odaklı duygu düzenleme ile belirli bir duygu durumu başlamadan önce o duyguyu etkileyen durumların bireyin kendisi ya da diğerlerinin yaptığı şeylerle ilgili olup olmadığı kastedilmektedir. Yani belirli duyguların bireyin kendisinde mi yoksa diğerlerinde mi tetiklenmiş olabileceğiyle ilgilidir. Tepki odaklı duygu düzenlemeyle ise aktifleşmiş hale gelen duygulardan sonraki tepkileri

modüle etmek kastedilmektedir. Eisenberg ve Spinrad (2004), duygu düzenleme süreçlerinde içsel ve dışsal süreçler arasındaki ayrımın önemine dikkat çeken araştırmacılardandır. Onlar duygu düzenlemeyi; (a) çocuğun kendisi tarafından başlatılan ve sürdürülen düzenleme ile çevresindeki kişilerden kaynaklanan düzenleme, (b) hedefe yönelik düzenleme ile belli bir niyete dayanmayan düzenleme ve (c) gönüllülük içeren düzenleme ile daha az gönüllülük içeren düzenleme olarak ayırmaktadır. Çocuğun kendisi tarafından gerçekleştirilen duygu düzenleme, dışsal bir etki olmadan çocuğun duygularını kendi kendine düzenleyebilmesidir ve bu içsel duygu düzenleme olarak adlandırılmaktadır. Aynı zamanda çocuğun kendisinden ziyade çevresindekilerin çabalarıyla duygularını düzenlemesi de mümkündür. Bu da dışsal duygu düzenleme ile ifade edilebilir (Eisenberg ve Spinrad, 2004; Gross ve Jazaieri, 2014). Belli bir niyete dayanmayan duygu düzenleme ile çocuğun deneyimlediği duyguların sonuçlarını ve başkaları üzerindeki etkilerini bilmeden davranışlarda bulunması ifade edilmektedir. Bu davranışlar sonucunda da yaşadığı duygusal sıkıntıyı azaltacak bir dönüş almaktadır. Yani kişi farkında olmadan başkaları tarafından duygularının düzenlemesini sağlamış olmaktadır. Hedefe yönelik duygu düzenlemede ise çocuk yaşadığı duygu durumuyla ilgili bir amaca hizmet eden şekilde duygularının düzenlenmesi ve yatıştırılması için diğerlerini istemli olarak harekete geçirmektedir. Son olarak ise Eisenberg ve Spinrad (2004), duygu düzenlemeyi gönüllülüğün esas olduğu duygu düzenleme ve çaba gerektiren duygu düzenleme olarak ayırmaktadır. Gönüllülük içeren duygu düzenlemede duygu ya da davranışı değiştirmeye ya da düzenlemeye yönelik kasıtlı bir amaç olmak zorunda değildir. Dikkatin, bilişin ve davranışların çocuk tarafından gönüllü olarak kontrol edildiği bir durum söz konusudur. Davranış gönüllü olarak etkinleştirilebilmekte ya da engellenebilmektedir. Çaba gerektiren duygu düzenlemede ise çocuk, içinde bulunduğu duygu durumuyla baş etmek için bilinçli ve istemli çabalar harcayarak düzenleme gerçekleştirmektedir (Eisenberg ve Spinrad, 2004). Cole ve diğerleri (2004), duygu düzenlemeyi harekete geçirilmiş duygularla ilgili olarak; duygunun kendisindeki, yoğunluğundaki ya da dikkat gibi psikolojik süreçlerdeki değişiklikler olarak tanımlamaktadır. Duygu düzenlemeyi, düzenleyici olarak duygu ve düzenlenmiş olarak duygu olmak üzere iki tür düzenleyici fenomen üzerinden ifade etmektedirler. Düzenleyici olarak duygu kavramı ile aktive edilmiş duygulardan kaynaklanan değişiklikleri kastetmektedirler. Buna örnek olarak bir çocuğun deneyimlediği üzüntü

duygusunun, bakım veren kişinin disiplin yöntemini değiştirmesi verilmektedir. Düzenlenmiş olarak duygu kavramı ile ise aktive edilmiş olan duygudaki değişiklikleri kastetmektedirler. Bu değişiklikler duygunun yoğunluğu, süresi ya da sosyal etkileşim olabilir. Örnek olarak bir bakım verenin, bir çocuğun üzüntüsüne karşılık olarak disiplin yöntemini değiştirmesi ve bakım verenin yeni davranış biçiminden sonra çocuğun duygusunun değişmesi verilmektedir. Cole ve diğerleri (2004) duygu düzenlemeyi kapı ile sandalye metaforu üzerinden de açıklamaktadır. Bir sandalyede oturduğumuzu hayal etmemizi isterler ve sandalyede oturduğumuzda kapı ile olan mesafeyi bilişimiz sayesinde hesaplayabileceğimizi söylerler. Bu sayede odadan kaçmak istediğimizde ne kadar hızlı olmamız gerektiğini anlayabiliriz. Duygular, sandalyede oturmanın mı yoksa kalkmanın mı bizim yararımıza olacağını istikrarlı ve hızlı bir şekilde düşünüp değerlendirmemizi sağlar ve eğer kapıdan kaçıp gitmemiz gerekirse bizi anında harekete geçirirler. Duygu düzenleme ise kaçmak zorunda hissettiğimiz anlarda bile sandalyede oturup kalmamıza yardımcı olur. Southam-Gerow ve Kendall (2002) duyguların, davranışların düzenleyicisi olduğu ve duyguların da düzenlenmiş birer fenomen olduğu görüşündedir. Duygusal bir kısıtlamadan ziyade duygunun dinamik olarak düzenlenmesi anlamına gelen duygu düzenleme, dışsal ve içsel süreçler yoluyla duygusal tepkilerin hedefe yönelik olarak değerlendirilmesi ve değiştirilmesidir. Duygu düzenleme çocuk ve aile-kültür gibi çevresel değişkenlerin etkileşimi yoluyla gelişir. Duygu düzenlemenin gelişiminde çocuğun mizacı ve bakım verenin kişisel özellikleri ile ebeveynlik stilleri gibi tutumları ve davranışları etkilidir. O nedenle duygu düzenlemenin çocuk ve bakım veren arasındaki etkileşim bağlamında geliştiği düşünülmektedir.

Yapılan bu tanımlardan hareketle duygu düzenlemenin; vereceğimiz duygusal tepkilerin şiddetini ölçüp değerlendirmemize ve gerektiğinde değiştirmemize yardımcı olan, tepkilerimizi ayarlamamızı sağlayan içsel ya da dışsal etkenlerle düzenlenen bir dizi süreç olduğu anlaşılmaktadır. Duygusal tepkileri kontrol edebilmek sosyal ve sosyal olmayan ortamlarda duyguları düzenleyebilmek, stres verici olaylar karşısında kişinin bu durumların üstesinden gelmesine yardım edebilir. Bu bakımdan duygu düzenlemenin önemi daha da göze çarpmaktadır.

3.2 Duygu Düzenlemenin Gelişimsel Süreci

Duygular doğumdan ölüme kadar bizimle birlikte olan karmaşık tepkilerdir. Duygular beraberinde duygu düzenleme becerilerini de getirmektedir. Yaşam boyunca her gelişim döneminde duyguların ve duygu düzenleme becerilerinin işlevi değişmektedir (Kutlu, 2020; Cesur-Sosyal ve Öncel-Arı, 2020).

3.2.1 Bebeklik döneminde duygu düzenleme

Bebeklik dönemi gelişimin hızla yaşandığı bir dönem olarak bilinmektedir. İlk başlarda bebeklerin duygu durum davranışları diğer dönemlere göre sayıca azdır. Zaman geçtikçe bu duygusal davranış repertuarı artış gösterecek olsa da bu dönemde bebeğin duygusal davranışları genelde açlık ya da uykusuzluk gibi fizyolojik durumlara karşı ortaya çıkmaktadır (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020). Bebeklerin dünyaya gelirken bazı becerileri ve kapasiteleri de beraberinde getirdiğini görüşü vardır (Piaget, 1964). Yapılan bazı araştırmalar bebeklerin bazı duyguları doğuştan getirdiğini, bazı duyguları da sonradan öğrendiğini ileri sürmektedir (Camras vd., 2007; Lewis vd., 1989; Lewis, 2008). Lewis (2008), duyguları temel duygular ve öz bilinç duygular olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Şaşkınlık, ilgi, sevinç, kızgınlık, nefret ve üzüntü gibi duyguların temel duygular olduğunu söyler. Aynı zamanda tüm insan ve hayvanlarda olduğunu belirttiği bu duyguların ilk 6 ayda görüldüğünü belirtmektedir. Empati, kıskançlık, gurur, utanma, suçluluk ve mahcubiyet gibi duyguları ise öz bilinç duyguları olarak adlandırmaktadır ve bu duyguların öz bilinç oluştuktan sonra meydana geldiklerini belirtir. Bebeklerde bu öz bilinç duyguları 18 aylık olana dek oluşmamaktadır; çünkü öz farkındalık o zamandan sonra gelişmeye başlamaktadır.

Bebeklik döneminde duygu düzenleme süreci ise erken anne-bebek etkileşimleri içerisinde gelişmektedir. Yeni doğan bir bebek, zamanının çoğunu birincil bakım vereni olan anne ile geçirmektedir. Bu nedenle duygu düzenlemenin gelişiminde bu süreç birincil öğrenme ortamı olarak görülebilir (Field, 1994). Field'a (1978) göre, annenin, bebeğinin davranışsal ve fizyolojik organizasyonlarını kurmadaki etkin rolleri bebeğin sinyallerini okumasını ve uygun uyarıları almasını sağlamaktadır. Bebekler dünyaya bazı reflekslerle birlikte gelmektedir ve çevreye uyum sağlamak ya da kendini düzenlemek için bu refleksleri kullanmaktadır (Piaget, 1964). Yeni doğan bir bebeğin yaşamının ilk

aylarında duygu düzenleme davranışları emme, tutma gibi reflekslerle sınırlıdır. Çocuk, doğuştan getirdiği bu refleksleri ile duygularını düzenlemeye çalışmaktadır. Yeni doğan bebek açlık, uykusuzluk gibi durumlarda ağlayarak ya da ihtiyacı giderildiğinde keyifli bir hal alarak duygularını davranışa dökmektedir. Bu nedenle bebeğin duyguları ve davranışları bebek ve bakım veren arasında iletişimi sağlayan ilk somut dil olarak görülür. Yeni doğmuş bir bebek henüz konuşma yetisine sahip olmadığı için ağlayarak ya da gülerek durumlar karşısında duygularını belli eder. Bakım veren tarafından bu duygular doğru bir şekilde alınıp, bebeğin gereksinimleri karşılanırsa aralarında duygusal bir bağın oluşacağı düşünülür (Calkins ve Bell, 2010; Kopp, 1982). Bebeklik döneminde, çocuk kendi bedeni ve çevreyle bir ilişki kurmaya çalışırken dış dünyayı da keşfetmeye çalışmaktadır. Bu keşifleri, taklit veya deneme yanılma yollarıyla gerçekleştirir. Gelişimin hızlı yaşandığı bebeklik döneminde bellek de oluşmaya başlamaktadır ve taklitler belleğin oluşumunda etki göstermektedir. Çünkü taklit sayesinde, bebeğin gördüğü davranışları aklında tuttuğu ve sonrasında sergilemeye başladığı görülmektedir. Bu dönemde bebek; dil, öz düzenleme becerileri, duygu düzenleme becerileri gibi birçok beceriyi taklit yoluyla edinmektedir. Taklitle birlikte davranışları kopya eden bebek, duygularla ilgili yüz hareketlerini, mimikleri de öğrenmektedir. Deneme yanılma yoluyla ise bebek hoşuna giden ya da hoşuna gitmeyen durumları keşfetmektedir. Parmağını yanlışlıkla ağzına götürüp emen bir bebeğin emme davranışı hoşuna gittiyse bunu tekrarlayabilmektedir (Feldman, 2004; Fisher, 1980; Piaget, 1964). O nedenle çocuk keşfettiği ve hoşuna giden davranışları kendini ve duygularını yatıştırmak için de kullanabilmektedir. Bebekler içsel olarak reflekslerle, taklit ve deneme yanılma yöntemleriyle duygularını düzenleyebilmektedir fakat bakım verenlerin, bebeklerin duygusal tepkilerine karşı verdikleri tepkiler de bebeklerin duygularını düzenlemelerine ve kontrol etmelerine yardımcı olmaktadır. Bu nedenle bakım veren ile kurulan ilişki, duygu düzenlemenin temelleri açısından önemlidir.

Bebeklerin yaşamlarının ilk yıllarının sonunda, motor hareketleri ve bunun üzerindeki kontrolleri artmaktadır. Motor becerilerini düzenleyebilmeye başlamasıyla da olumsuz duygu durumları yaratan ortamlardan uzaklaşıp kaçabilmektedir. Yani duygularını düzenlemek için daha amaca yönelik şekilde davranabilmektedir. Yaşamlarının ikinci yılında ise duygularını düzenlemede daha aktif bir role sahip olurlar. Bakım verenlerinin yönergelerini anlar, ondan beklenen isteklere daha çok uyum sağlarlar. Bu vesileyle

çocukların öz düzenleme becerileri de artış göstermeye başlar (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020).

3.2.2 Okul öncesi dönemde duygu düzenleme

Türkiye'de 36-72 ay arasını, evrensel olarak ise 24-72 ay arasını kapsayan, bebeklik döneminin bitmesiyle başlayan dönem okul öncesi dönem olarak kabul edilmektedir (MEB, 2002; Santrock, 2015). Artık bebeklik döneminden çıkan çocuk, bakım verenlerinin yönlendirmesi ve aktif katılımlarından ziyade, içsel stratejiler kullanarak kendi başlattığı bir duygu düzenleme sürecine girmektedir (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020). Okul öncesi dönemde çocuğun öz farkındalık duygusu gelişmeye başlamaktadır. Bu öz farkındalık duygusuyla çocuk, duyguları sadece hissetmekle kalmaz aynı zamanda bu duyguların davranışlarına bağlı olarak değişebileceğini, daha iyi ya da daha kötü hissedebileceğini de anlamaya başlamaktadır. Çocuk, içinde bulunduğu sıkıntılı durumlarla baş edebilmek için ve de duygusal sıkıntısının nedenlerine dair oluşan farkındalığı sayesinde faaliyete geçmektedir. Bu sıkıntıların nedenlerini ortadan kaldırmak ya da değiştirmek için duygu düzenleme davranışları sergilemektedir. Bu noktada çocuğun bilişsel süreçleri etkilidir (Kopp, 1989). Çocuk, hatırlama ve temsil hafızası sayesinde bilgileri kodlamakta ve gerektiğinde hatırlayabilmektedir (Feldman, 2004; Piaget,1964). Hangi olaylar neticesinde hangi duyguları yaşadığını belleği sayesinde anımsayabildiği için, bu gibi durumlara karşı önlem alması ve duygularını düzenlemesi mümkündür. Artan bilişsel becerileriyle birlikte çevresindeki insanların amaçlarını, arzu ve niyetlerini anlamaya başlayan çocuk, duygular ve olaylar arasında bağ kurmaya başlamaktadır. Yani diğer kişilerin istek ve inançlarına göre duygularının etkilenmeye başlayacağına yönelik anlayışı gelişmektedir (Thompson ve Lagattuta, 2006).

Eisenberg ve diğerleri (2000) duygu düzenlemeyi içsel duygu durumlarının, fizyolojik süreçlerinin, davranışsal tepkilerin oluşumunu ve yoğunluğunu ayarlama, süresini başlatıp sürdürme veya değiştirme süreçleri olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda duyguların onlara eşlik eden bazı eşlikçileri olduğunu ifade etmektedir. Bu eşlikçiler yüz ifadeleri, jest tepkileri ve diğer davranışları içermektedir. Duyguyla ilgili bu sinyaller, duyguların alınıp yorumlanmasına yardımcı olur (Eisenberg, 2001). Okul öncesi dönemi çocukları artık yaşları ve yaşla birlikte gelişen kapasiteleri itibariyle duygularla ilişkili

durumları anlama konusunda daha fazla beceri sahibi olabilmektedir. Bu dönemde artık çocuklar başkalarının duygularını, sinirlendiklerinde oluşan yüz ifadelerini, mutlu olduklarında yüzlerinde oluşan tebessümü; yani belli yüz ifadelerinin belli duyguları yansıttığını anlamaya başlamaktadır. Aynı zamanda duyguların saklanabildiğini ya da başkalarının üzerinde etki gösterebildiğini de öğrenmektedir (Cole vd., 2008).

Çocukların artan yaşlarıyla birlikte deneyimledikleri duygular ve olaylar çoğaldığı gibi, dil kapasiteleri de genişlemeye başlamıştır. Dil, çocukların duyguları anlaması için güçlü bir araçtır. Bu dönemde çocuk dilin edinimiyle birlikte hem duyguları daha fazla anlamakta hem de kendini ve duygularını kelimelerle ifade edebilmektedir (Cole vd., 2009; Kopp, 1989). Dil sayesinde çocuklar duygularının uygunluğu hakkında çevresindekilerden sözlü geri bildirim alabilmekte ve duygularını nasıl düzenleyebileceklerine dair fikir edinebilmektedir. Bu yaşlarda ebeveyn ve çocuk yaşanılan olumlu ya da olumsuz olaylar hakkında konuşmaya başlar. Çocuklar, duyguların işaretçisi olan durumları anlamaya başlayarak kendisi ve diğerleri hakkında yorumlarda bulunur. Bu şekilde bu karmaşık olan duygu deneyimlerini anladığını belli eder. Ayrıca duygular hakkında konuşmak, içinde bulunulan kültüre ait normların aktarılmasına da olanak tanır. Böylece çocuğun kültürel olarak uyumlu duygusal davranışlar göstermesi sağlanmış olur (Friedlmeier vd., 2011). Ebeveynler bu dönemde çocuk için birer rol model şeklindedir. Çocuk ebeveynlerinin davranışlarını gözlemleyerek duyguların ifade ediliş şekli ve saklanması gereken durumlarla ilgili anlayışlarını geliştirmektedir. Anne ve babalarının yaşanılan durumlara verdikleri tepkiler, diğer insanların olası tepkileri için çocuklara rehberlik eder (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020). Bu dönem aynı zamanda çocukların kendi kendine ve akranlarıyla oyunlar oynadığı bir dönemdir. Bu oyunlarda çocuk, nesneler aracılığıyla dili kullanarak duygularını yansıtabilmektedir. Bakım verenleri dışında akranlarıyla olan etkileşimleri de bu dönem çocuklarının duygularını düzenlemeleri için bir ortam yaratmaktadır. Fakat çocukların her zaman başkalarının yanında olması mümkün değildir. Bakım verenlerin ve akranların yardımlarının olamayacağı durumlar da olacaktır. Bu noktada dil ve çocuğun kendi stratejileri sıkıntıları gidermek, endişeleri ya da hayal kırıklıklarını kontrol edebilmek için önemli bir rol oynayacaktır (Kopp, 1989).

Özetlemek gerekirse okul öncesi dönem; çocuğun duygular ve olaylar hakkında ilişki kurmaya başladığı, ebeveynden destek alsa da duygu düzenleme için kendi başına içsel stratejiler üretebildiği, ebeveyn desteği dışında akranlarıyla girdiği etkileşimlerden yararlandığı, dil ve oyun sayesinde duygularını ifade edebildiği bir dönem olması açısından önem teşkil etmektedir.

3.2.3 Çocukluk ve ergenlik döneminde duygu düzenleme

Çocukluk döneminde çocuk, kendine ve duygusal süreçlerine dair bir önceki dönemlere nazaran daha gelişmiş bir anlayış gösterir. Bilişsel anlamda da artık somut işlemler dönemine girmesiyle birlikte mantıksal yürütmeler yapabilecek ve neden sonuç ilişkisi kurabilecek olgunluktadır (Piaget, 1964). Artık duygulara neyin nasıl sebep olduğunu ve insanların bazen hissettikleri duygular ile gösterdiklerinin farklı olduğunu ilişkiler kurarak anlayabilmektedir. Bu anlayışla birlikte kendi hissettikleri duygulara ve yansıtacakları davranışlara ilişkin stratejiler de geliştirebilmektedir. Bu stratejilerle birlikte duygularını düzenlemeye dair anlayışları gelişmektedir (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020). Ergenlik dönemi ise çocukluk ve yetişkinlik dönemlerini birbirine bağlayan, hormonal ve bedensel gelişimin hızlı bir şekilde yaşandığı bir dönemdir. Aynı zamanda bu dönemde ani duygusal değişimler ve çalkantılar yaşanmaktadır. Ergen, bu dönemde bir kimlik arayışı içindedir ve kendi değerlerini kendi belirlemeye başladığı bir sürece girer (Santrock, 2015). Değerlerini ve kim olduğunu sorgulamaya başladığı bir döneme giren ergen; kimlik arayışı, romantik ve akran ilişkilerindeki değişimler nedeniyle duygusal kararsızlıklar yaşamaktadır. Yine de diğerlerinin duygularını fark etme ve anlamada çocuklara nazaran daha yüksek bir anlayışa sahip oldukları için duygu düzenlemede daha esneklerdir (Cesur-Soysal ve Öncel-Arı, 2020). Piaget'ye (1964) göre bu dönemde soyut işlemler başlamaktadır. Ergen, soyut düşünebilmekte, varsayımları anlayabilmekte ve mantıklı akıl yürütmeler yapabilmektedir (Feldman, 2004). Bu durumlar, ergenlerin problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Kuhn (2009) da ergenlikteki en önemli değişikliğin akıl yürütme, karar verme gibi bilişsel düzeydeki gelişmelerde yaşandığını dile getirmektedir.

Ergenler, bu dönemde güçlü ve yeni duygularla baş etmektedir. Bu duygularla baş ederken de ebeveynleri ve diğerleri ile çatışma içine girmektedir. Ergenler bazı zamanlarda kendilerini izole etmekte ve üzüntü, utanç, kendinden şüphe etme, yalnızlık

gibi duygularla mücadele etmektedir. Yaşadıkları bu duygu durumları, gelişmekte olan duygu düzenleme becerilerini zorlamaktadır. Yapılan araştırmalar ergenlerin olumsuz duyguları olumlu duygulara göre daha fazla yaşadığını ileri sürmektedir (Riediger ve Rauers, 2014). Amigdala aktivasyonlarının çocuk ve yetişkinlerden daha yüksek düzeyde olduğunu gösteren çalışmalar vardır (Guyer vd., 2008). Bu durum duyguları daha yoğun bir şekilde yaşadıklarına dair kanıt niteliğindedir. Yine de ergenliğe girmeyle birlikte soyut düşünme, akıl yürütme, bilgi işleme, hatırlama gibi bilişsel alanlarda yaşanan gelişmeler ergenin duygu düzenleme becerisi için önemli ve etkilidir. Ayrıca duygularının genişlemesi gibi duygu düzenleme kapasiteleri de genişlemektedir. Fakat bu durum her zaman paralel işlememektedir. Bazen yeni ya da daha şiddetli bir şekilde deneyimlenen duygular, duygu düzenleme kapasitesinden önce gelişmektedir ve ergen bu durumda duygu düzenleme kapasitesi bakımından yetersiz kaldığı için, duygularıyla başa çıkmada zorlanabilmektedir (Kesek vd., 2009). Bu noktada ergen duygu düzenleme becerilerinin desteklenmesine, yönlendirilmesine ve rehberliğe ihtiyaç duyabilir. Ebeveyn ve akran desteği bu dönemde önemli ve etkilidir. Ergenler, bu dönemde duygularını çevreden destek almaksızın içsel olarak da düzenlemektedir. Bunu yaparken de olumlu bir şekilde kendi kendine konuşma, gelişen bilişsel kapasiteleri sayesinde dikkatlerini başka yöne vererek sıkıntı veren durumlardan uzaklaştırma gibi bilişsel stratejiler kullanmaktadır (Ahmed vd., 2015; Mulyati vd., 2019).

3.2.4 Yetişkinlik ve yaşlılık döneminde duygu düzenleme

Yetişkinlik dönemi, ergenlik döneminin bitmesiyle başlayan bir dönemdir. Bu dönem genel olarak bireylerin işe başlaması, ekonomik özgürlüklerini kazanması, eylemlerinin sorumluluklarını alması, aile kurabilecek olgunluğa ve duruma gelmesi ile karakterize edilmektedir (Santrock, 2015). Yaşlılık dönemi ise fiziksel güçte yavaşlamanın görüldüğü, bellek ve algılama yetilerinin azalmaya başladığı, vücudun artık kendini hızlı bir şekilde yenileyemediği, emeklilik ve kayıplar gibi yeni uyum sağlanması gereken durumların yaşandığı doğal bir dönemdir (Yerli, 2017). Bu dönemlerde iyice oturan bilişsel ve sosyal beceriler sayesinde kişi, duygularını düzenleme konusunda daha geniş bir kapasiteye sahiptir. Yaş ilerledikçe, yetişkinlerin ruh halleri daha istikrarlı olmaktadır. Duygularının içsel ve dışsal ifadesini kontrol etme yetenekleri gelişmiştir. Yaşla birlikte yetişkinlerde olumlu duygular, daha genç olanlara göre sıklık ve süre bakımından daha

çok korunmaktadır. Olumsuz duyguların deneyimlenme süresi ise daha kısa görülmektedir. Olumsuz duygular hiç yaşanmıyor ya da daha az şiddetli yaşanıyor değildir. Bunun yerine olumlu duygular daha iyi düzenlenmektedir (Carstensen ve Charles, 1998). Bu kişiler duygusal bir sıkıntı içine girdiğinde dikkatini kasten başka bir yere çevirme, gerektiğinde duygularını gizleme, bastırma, gelişen kelime haznesiyle kendini daha açık ifade edebilme, problem çözme, durumları yeniden değerlendirme ve kendi duygularını izleme gibi stratejiler kullanarak duygularını daha iyi düzenleyebilmektedir. Yaşamın sonuna doğru kişilerin daha fazla farkındalık sahibi olması ve duygusal iklimleri optimize etmek için daha fazla motive olmaları da bunda bir etkendir (Carstensen ve Charles, 1998; Shushakova vd., 2017).

3.3 Duygu Düzenlemede Ailenin Rolü

Duygu düzenleme; bilişsel süreçler, dikkati başka yere kaydırma ve duyguya eşlik eden fizyolojik tepkilerin yönetimi gibi içsel süreçler ile duyguların düzenlenmesine destek olan ebeveyn, akran gibi dışsal süreçlerin duygu ve tepkiler üzerindeki modülasyonudur (Morris vd., 2007). Çocuklar duygularını düzenlerken dış dünyanın desteğine ihtiyaç duyar. Okul, arkadaş çevresi, yaşanılan yer, kültür çocuğun duygularını düzenlemesinde aktif bir rol oynar. Aile de çocuğun duygusal gelişimi ve sosyal gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Aynı şekilde çocuklar da ailelerin duygusal gelişimi üzerinde etkilidir. Burada karşılıklı bir etkileşim söz konusudur. Ailenin çocukların duygularını düzenlemesindeki rolüne bakıldığında gözlem yoluyla model alma, ebeveynlik davranışları ve ebeveynlik stillerinin etkisi göze çarpmaktadır. Model alma, çocukların öğrenme süreçlerinde başkalarını gözlemleyerek davranış kazanma sürecidir (Bandura, 1976). Duygu düzenleme süreçlerinde de çocuk, ebeveynlerinin duygusal deneyimlerini, hangi durumlarda nasıl tepkiler vermeleri gerektiğini ve duygularını nasıl yönettiklerini gözlem yoluyla öğrenmektedir (Morris vd., 2007). Çocuğun duygu düzenlemesindeki bir diğer etken ise ebeveynlik davranışlarıdır. Duyarlı ve sıcak ebeveynlik davranışları sergileyen aileler, çocuğun duygularının bilincindedir, bu duyguları çocuk ile yakınlık kurmak ve öğretmek için bir araç olarak görmektedir. Çocuğun duygularını ifade etmesine zemin hazırlamakta, duygularını onaylamakta ve çocuğun duygularıyla empati kurarak problemlerin üstesinden gelmesine yardımcı olmaktadırlar (Gottman vd., 1997). Duyguları dışlayan ebeveynlik davranışları da vardır. Bu ebeveynlik davranışlarında ise

duyguların ifade edilmesinden rahatsız olunan, duyguların reddedildiği ve onaylanmadığı bir tutum göze çarpmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarının duygularına karşılık olarak verdikleri tepkiler de çocukların duygu düzenlemelerini etkilemektedir. Cezalandırıcı olan olumsuz tepkiler vermek, çocukların duygularını ifade etmekten ziyade kaçınma ve bastırma davranışlarına meyil etmelerine neden olmaktadır (Eisenberg vd., 1998). Çocuğun duygu düzenlemesinde etkili olan bir başka etken ise ebeveynlik stilleridir. Ebeveynlik stilleri, ailelerin çocuklarını yetiştirirken göstermiş oldukları tutumlar ve davranışlarla karakterize edilmektedir (Darling ve Steinberg, 1993). Hangi ebeveynlik stilini benimsediğine bağlı olarak, ailelerin sergilediği ebeveynlik stilleri çocukların duygu düzenlemeleri üzerinde etki göstermektedir. Duyarlı, hoşgörülü, kabul edici bir ebeveynlik stili gösteren ailelerde çocukların duygu yeterliliği ve duygu düzenlemesi daha başarılı iken; reddedici, ihmalkar ebeveynlik stili gösteren ailelerin çocuklarında olumlu duygulanım yokluğu ve duygular üzerinde olumsuz kontrol gibi etkiler göze çarpmaktadır (Morris vd., 2007).

Duyguları sağlıklı bir şekilde yönetmeyi öğrenebilmek için aile ilk ortam olarak görülebilir. Erken çocukluk döneminde çocukların çoğu, duygu düzenlemelerini bakım verenlerinin müdahaleleri ve destekleriyle gerçekleştirmektedir. Aile içindeki duygusal iklim, duygu ifadeleri, paylaşımları, duygunun dışavurumu, beden dili, duygu durumlarına karşı verilen tepkiler de çocuk için öğretici olacaktır. O nedenle aile bağlamının çocuğun duygu düzenlemesindeki mevcudiyeti yadsınamaz.

3.4 Duygu Düzenlemeyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Araştırmanın bu kısmında okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileriyle ilgili olarak yapılan yurtdışında ve yurtiçinde gerçekleştirilen araştırmalar incelenmiştir.

Ramsden ve Hubbard (2002), ailelerin olumlu ve olumsuz duygusal dışavurumu, ebeveyn duygu koçluğu ile çocuğun duygu düzenlemesi ve çocuğun saldırganlığı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, 120 çocuk ve anneleri ile çalışmıştır. Elde edilen bulgular, ailelerin olumsuz duygusal dışavurumları ile çocuğun duygu düzenleme davranışlarının negatif bir korelasyon içinde olduğunu, annelerin çocuklarının duygularını kabul etmesi ile çocuğun duygu düzenleme davranışlarının ise pozitif bir korelasyon içinde olduğunu

göstermiştir. Ebeveyn koçluğu, ailenin olumlu ve olumsuz duygusal dışavurumu gibi aile duygu değişkenlerinin hiçbiri, çocukların saldırganlığı ile doğrudan ilişkili bulunmamıştır. Çocuk duygu düzenlemesi ise çocuk saldırganlığı ile ilişkili bulunmuştur. Bu durum aile duygu değişkenleri ile çocuğun saldırganlığı arasında da dolaylı olarak bir ilişkinin olabileceğini düşündürmektedir.

Chang ve diğerleri (2003), Çin'de yapmış oldukları çalışmada katı ebeveynlik ile çocukların duygu düzenlemeleri ve saldırganlığı arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Bu amaçla, 4-5 yaşlarında olan 325 çocuk ve ebeveynleri ile çalışma yürütmüşlerdir. Yapılan çalışmanın bulgularına göre, erkeklerin duygu düzenlemede kızlara göre daha fazla zorluk yaşadığı görülmüştür. Ayrıca babaların sert ebeveynlik uygulamaları kızlara nazaran erkek çocuklar için daha yüksek bulunmuştur. Annelerin sert ebeveynlik uygulamaları içinse cinsiyete dayalı herhangi bir farklılık saptanmamıştır. Anne ve babalar arasında da sert ebeveynlik uygulamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Fakat annelerin, babalara göre sert ebeveynlik uygulamalarının çocukların duygu düzenlemeleri üzerinde daha büyük bir etkiye sahip olduğu saptanmıştır. Sonuçlar, anne ve babaların sert ebeveynlik uygulamalarının çocukların duygu düzenleme becerilerini etkilediğini ve bunun da okul saldırganlığına sebebiyet verdiğini göstermiştir. Babaların sert ebeveynlikleri, çocukların saldırganlığı üzerinde önemli bir etkiye sahipken; annelerin sert ebeveynliğinin doğrudan etkisi sıfıra yakındır. Fakat annelerin sert ebeveynlik uygulamalarının duygu düzenlemeye olan etkisi, çocukların saldırganlığına da dolaylı yoldan etki ediyor görülmektedir.

Meyer ve diğerleri (2014), ebeveynlerin duygu temsilleri ile çocuklarının duygusal öz düzenleme davranışları ve olumsuz duyguları yönetme stratejileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, 4-5 yaş arası çocuğu olan toplam 73 anne ile çalışmıştır. Araştırmanın bulgularına göre ebeveynlerin duygu deneyimlerine katılması, duyguları kabul etmesi, olumsuz duygu durumlarını düzenlemesi ve olumlu duygu durumlarını sürdürmeye dair davranışları, çocuklarının yapıcı ve olumlu duygu öz düzenleme stratejileri ile ilişkili bulunmuştur. Ebeveyn duygu temsilleri, çocuklarının olumsuz duygularına göstermiş oldukları tepkiler ile ilişkilendirilmiştir. Buna göre duygu düzenlemenin dikkat, netlik ve düzenleme alt boyutları ebeveynlerin göstermiş oldukları destekleyici ve olumlu tepkilerle pozitif; destekleyici olmayan tepkilerle ise negatif

ilişkili olduğu görülmüştür. Ebeveynlerle çocukların duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, duygulara değer verdikleri saptanan ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenlemede problem ve duygu odaklı stratejileri daha fazla kullandıkları; kendi duygularını yönetebildiklerini belirten ebeveynlerin çocuklarının ise dikkat odaklı stratejileri daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Problem ve duygu odaklı stratejileri kullanan ebeveynlerin çocuklarının yine problem ve duygu odaklı ayrıca dikkat odaklı ve boyun eğici dışa vurma stratejileri kullandıkları yani aralarında pozitif bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Ebeveynlerin duygu temsilleri, ebeveyn sosyalleştirme uygulamaları ve çocukların duygu düzenlemeleri, çocukların yaş ve cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde ise cinsiyet ile herhangi anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat ebeveynlerin duygu temsilleri ile çocukların yaşı arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Ebeveynler, küçük çocuklara büyük çocuklara nazaran daha fazla olumlu duygu gösterdiklerini bildirmiştir.

İlgar ve Akbaba (2017), 5-6 yaş çocuklarının duygu düzenleme becerilerini belirli değişkenlere göre inceledikleri çalışmasında, okul öncesi eğitimine devam eden toplam 551 çocukla çalışmıştır. Veriler "Kişisel Bilgi Formu" ve "Duygu Düzenleme Ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre 5-6 yaş çocuklarının duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlarının ortalamalarının 25,43 olduğu görülmüştür ve bu puan, çocukların duygu düzenleme becerilerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Bir diğer alt boyut olan değişkenlik-olumsuzluk kısmından elde edilen ortalama ise 31,07 olarak hesaplanmıştır. Bu da çocukların değişkenlik-olumsuzluk niteliklerinin orta düzeyde olduğu göstermektedir. Çocukların cinsiyeti ile duygu düzenlemelerine bakıldığında, duygu düzenleme alt boyutu için anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır; fakat değişkenlik-olumsuzluk boyutu için erkeklerin kızlardan daha fazla puanlar aldığı görülmüştür. Batum ve Yağmurlu'ya (2007) göre değişkenlik-olumsuzluk alt boyutundan alınan yüksek puanlar duygu düzenleme becerilerinde güçlük yaşanması anlamına geldiği için erkeklerin, kızlara nazaran duygu düzenlemede daha fazla güçlük yaşadığı söylenebilmektedir. 5-6 yaş çocuklarının doğum sıralarına göre duygu düzenlemeleri incelediğinde ise, iki alt boyut için de herhangi anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Çocukların kardeş sayısına göre yapılan incelemede iki alt boyut için de anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Duygu düzenleme alt boyutu için tek çocuk ve bir kardeşe sahip olanlar için anlamlı bir farklılık bulunmasa da iki ve daha fazla kardeşe

sahip olan çocuklar için anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. İki ve daha fazla kardeşe sahip olanların duygu düzenleme alt boyutundan almış oldukları puanların, diğer gruplara göre daha az olduğu bulunmuştur. Olumsuzluk-değişkenlik alt boyutu içinse sadece iki ve daha fazla kardeşe sahip çocukların puanları arasında anlamlı bir farklılık göze çarpmıştır. İki ve daha fazla kardeşe sahip olanların olumsuzluk-değişkenlik alt boyutundan almış oldukları puanların, bir kardeşi olanlara göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Ailenin çekirdek aile ya da geniş aile olma tipine göre çocukların duygu düzenleme becerileri incelendiğinde ise, değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Ancak duygu düzenleme alt boyutu için çekirdek aile içerisinde yetişen çocukların geniş ailede yetişenlere göre daha fazla puan aldıkları belirlenmiştir. Anne yaşına göre inceleme yapıldığında ise, 31-40 ve 41-50 yaş aralığında olan annelerin çocuklarının duygu düzenleme alt boyutu puanları için anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Fakat, 18-30 yaş aralığında olan annelerin çocuklarının diğer gruplara göre duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar daha düşük bulunmuştur. Annelerin eğitim derecesi ile çocukların duygu düzenlemelerine bakıldığında ise, her iki boyut için de anlamlı bir farklılık görülmüştür. Ortaokul ve altı düzeyinde eğitim gören annelerin çocuklarının lise, lisans ve üstüne göre aldıkları puanların duygu düzenleme alt boyutu için düşük; olumsuzluk-değişkenlik alt boyutu içinse yüksek olduğu görülmüştür. Annelerin çalışma durumlarına göre bakıldığında ise iki boyut için de herhangi bir şekilde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu (2017), 48-72 aylık okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme becerilerini farklı değişkenlere göre inceledikleri çalışmada toplam 240 çocuk ve ebeveyni ile çalışmıştır. “Genel Bilgi Formu” ve “Duygu Düzenleme Ölçeği” kullanılarak toplanan verilerin sonuçlarına göre, çocukların yaşlarına, cinsiyetlerine ve kardeş sayılarına göre duygu düzenlemeleri incelendiğinde alt boyutlarda ve toplam puanda herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Çocukların annelerinin yaşlarına göre duygu düzenlemelerine bakıldığında ise duygu düzenleme alt boyutu ve toplam puan açısından anlamlı bir farklılık görülmese de değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu için anlamlı bir farklılık saptanmıştır. 21-30 yaş arası anneler ile 41 yaş ve üzeri olan annelerin çocuklarının arasında bulunan bu farklılığa göre 21-30 yaş aralığındaki annelerin çocuklarının duygu düzenlemenin değişkenlik-olumsuzluk alt boyutundan aldıkları puanlar, 41 yaş ve üstü annelerin çocuklarının puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Buna göre değişkenlik-olumsuz alt boyutu için, anne yaşının arttıkça çocukların puan ortalamalarının azaldığı ifade edilebilir. Babaların yaşlarına göre inceleme yapıldığında ise toplam puan ve alt boyutlar için herhangi anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Annelerin eğitim düzeyi ile çocukların duygu düzenlemeleri incelendiğinde ise sadece duygu düzenleme alt boyutu ile anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Eğitim düzeyi ortaokul ve öncesi olan grup ile lise, lisans ve lisans üstü grupları arasında çıkan farklılığa göre annenin eğitim seviyesi arttıkça çocuğunun da duygu düzenleme alt boyutu puanları artmaktadır denilebilir. Babaların eğitim düzeyleri ile duygu düzenleme toplam puan ve alt boyutları arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Annelerin çalışma durumlarına göre inceleme yapıldığında alt boyutlar ve toplam puan açısından herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken; babaların çalışma durumu ile sadece duygu düzenleme alt boyutu arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmıştır. Babaları kamu görevlisi olarak görev yapan çocukların bu alt ölçekten almış oldukları puanlar, babaları işçi olarak ve serbest meslekte çalışan çocuklara nazaran daha fazladır. Son olarak ailenin gelir durumuna göre çocuklarının duygu düzenleme becerilerine bakıldığında ise yine sadece duygu düzenleme alt boyutu için anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre ailenin aylık geliri arttıkça duygu düzenleme alt boyutundan elde edilen puanların da arttığı görülmektedir.

Chen ve diğerleri (2018), Çin'de yapmış oldukları çalışmada annelerin duygusal ifadeleri ve disiplinleri ile okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkide çocukların cinsiyet farklılıklarını incelemişlerdir. Çalışmaya toplam 498 anne katılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, annenin duygusal ifadesi ve disiplininin çocukların duygu düzenlemesi stratejileri kullanımında önemli bir cinsiyet farkı yaratmadığı bulunmuştur. Daha spesifik olarak sonuçlara bakıldığında ise, annenin olumsuz duygusal ifadesinin ve şiddet içermeyen disiplin yöntemlerinin kız çocuklarının duygu düzenleme stratejileri ile daha güçlü bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Annenin duygusal ifadesiyle ilgili olarak annenin olumsuz duygularının, kız çocuklarının duygu düzenlemesinin pasif davranış ve açığa çıkarma stratejileriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Annenin olumlu duygularının ise her iki cinsiyette de duygu düzenlemenin stratejilerinden olan bilişsel yeniden yapılandırma ve problem çözme davranışlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Annelerin kullandığı disiplin yöntemlerinin alt boyutlarından biri olan psikolojik saldırganlık ise hem kızların hem de erkeklerin açığa çıkarma stratejileriyle ilişkili bulunmuştur.

Boediman ve Desnawati (2019), Endonezya'da yapmış oldukları çalışmada ebeveynlerin benimsemiş oldukları ebeveynlik stilleri ile çocuklarının duygu düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada 3-6 yaş aralığında çocuğa sahip toplam 126 ebeveyn ile çalışmıştır. Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, ebeveynlerin benimsemiş oldukları ebeveynlik stilleri ortalamalarına bakıldığında en çok puanı demokratik stilden aldıkları görülmüştür. Ardından sırasıyla izin verici ve otoriter stil gelmektedir. Çocukların duygu düzenleme becerilerinden aldıkları puanların ortalamalarına bakıldığında ise çocukların puan ortalaması 3.04 olarak bulunmuştur. En yüksek puan ortalamasının 4.00 olduğu düşünüldüğünde çocukların yüksek düzeyde duygu düzenlemeye sahip oldukları görülmektedir. Ebeveynlik stilleri ile çocukların duygu düzenleme becerileri incelendiğinde ise demokratik ebeveynlik stili ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Otoriter ve izin verici ebeveynlik stilleri ile çocukların duygu düzenlemeleri arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırma kapsamında ebeveynlerin eğitim durumları ile ebeveynlik stilleri arasındaki ilişki de incelenmiştir. Yapılan bu incelemenin bulgularına göre demokratik ebeveynlik stili ile ebeveynlerin eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu ilişki lisans düzeyinde eğitime sahip ebeveynler ile ilköğretim düzeyinde eğitime sahip ebeveynler arasında çıkmıştır. Lisans üstü içinse anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Vardi ve Demiriz (2021), 5-6 yaş arası çocukların davranışsal öz düzenleme ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmada, toplam 428 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Çocuk Davranış Değerlendirme Ölçeği" ve "Duygu Düzenleme Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, çocukların davranışsal öz düzenleme becerileri ile duygu düzenleme becerileri incelendiğinde duygu düzenlemenin olumsuzluk-değişkenlik alt boyutu ile öz düzenlemenin davranış düzenleme alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yine olumsuzluk-değişkenlik alt boyutu ile öz düzenlemenin sosyal beceri alt boyutu arasında ve de öz düzenlemenin toplam puan arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Duygu düzenleme alt boyutu ile ilişkisine bakıldığında ise öz düzenlemenin tüm alt boyutlarında ve toplamında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bu bulgulara istinaden, çocukların duygu düzenleme becerilerinden aldıkları puanlar arttıkça öz düzenleme becerilerinin de artacağı söylenebilmektedir. Çocukların okula devam etme sürelerine göre öz düzenleme

becerileri incelendiğinde, tüm alt boyutlar ve toplam için anlamlı bir farklılık olduğu göze çarpmıştır. Çocukların okula gitme süreleri arttıkça davranışsal öz düzenleme becerilerinden aldıkları puanların da arttığı görülmektedir. Annelerinin eğitim düzeylerine göre çocukların öz düzenlemeleri incelendiğinde ise, alt boyutlar ve toplam puanlar için ön lisans ve lisans mezunu annelerin çocukları ile ilkokul ve lise mezunu annelerin çocukları arasında anlamlı bir farklılık vardır. Annenin eğitim düzeyi arttıkça çocuklarının öz düzenleme becerilerinden elde etmiş oldukları puanların da arttığı görülmektedir. Çocukların duygu düzenleme becerilerine bakıldığında ise, okula gitme sürelerine göre olumsuzluk-değişkenlik ve duygu düzenleme alt boyutları için anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu için en yüksek puanlar okula 1 yıl devam eden çocuklar tarafından alınmış, ardından sırasıyla 2 ve 3 yıl devam edenler gelmiştir. Duygu düzenleme alt boyutu içinse en yüksek puanlar sırasıyla 3,2 ve 1 yıl devam eden gruplardan alınmıştır. Annelerin eğitim düzeyi ile çocuklarının duygu düzenlemelerine bakıldığında ise, değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu için en yüksek ortalamaya sahip olan grup annesi ilkokul mezunu olan çocuklar, ardından lise, ön lisans ve lisans mezunu çocuklar gelmektedir. Duygu düzenleme alt boyutu için de en yüksek ortalamalar annesi lisans ve ön lisans mezunu olan çocuklardan alınırken, daha sonra lise ve ilkokul mezunu çocuklar sırayı takip etmektedir. Yani bu bulgular, annenin eğitim düzeyi arttıkça çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin de arttığını ifade edebilir niteliktedir.

Agbaria ve diğerleri (2021) Filistinli çocukların bağlanma örüntüleri ile ebeveynlik stilleri ve duygu düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, toplam 150 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, ebeveynlik stillerinden en yüksek puan ortalaması demokratik ebeveynlik stilinden alınmıştır. Ardından izin verici ebeveynlik stili, otoriter ebeveynlik stili ve ihmalkar ebeveynlik stili gelmektedir. Duygu düzenleme becerilerinden elde edilen puan ortalamaları ise 3.04 olarak belirlenmiştir. Alınabilecek en yüksek puanın 4.00 olduğu düşünüldüğünde, çocukların duygu düzenleme becerileri düzeyleri yüksek olarak görülmüştür. Çalışmanın sonuçları kapsamında, okul öncesi dönemi çocuklarının duygu düzenleme düzeyleri ile ebeveynlik stillerinden olan demokratik ve izin verici ebeveynlik stilleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ebeveynlik olan otoriter ve ihmalkar ebeveynlik stili ile duygu düzenleme arasında ise negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda güvenli

bağlanma tipi ile duygu düzenleme arasında da pozitif bir ilişki görülmüştür. Güvenli bağlanan çocukların güvensiz bağlananlara göre duygu düzenlemede daha yüksek başarılar elde sonucuna ulaşılmıştır. Güvenli bağlanma ile ebeveynlik stilleri arasında da anlamlı bir ilişkiye rastlanmış ve buna göre bağlanma örüntüleri ile ihmalkar ve otoriter ebeveynlik stiliyle negatif; demokratik ebeveynlik stil ileyse pozitif ilişkili çıkmıştır.

Kahraman ve Gökşen (2021) okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile mizaç özelliklerini ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, toplam 400 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmanın verileri "Demografik Bilgi Formu", "Duygu Düzenleme Ölçeği", "Çocuklar İçin Kısa Mizaç Ölçeği" ve "Ebeveyn Tutum Ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, ebeveyn tutumlarından olan demokratik ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Duygu düzenleme ölçeğinin alt boyutlarından biri olan değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu ile de ebeveynlik tutumlarından biri olan otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönde düşük bir ilişki bulunmuştur. Duygu düzenleme ile mizaç arasındaki ilişkiye bakıldığında ise düşük düzeyde anlamlı bir ilişki göze çarpmaktadır. Mizaç özelliklerinin bir alt boyutu olan sebatkarlık düzeyi ile duygu düzenlemedeki değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Çocukların duygu düzenlemedeki değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu ile mizaç özelliklerinden tepkisellik düzeyinin arasında ise pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır.

4.1 Öz Düzenleme Kavramı

Öz düzenleme ile ilgili olarak literatür taraması yapıldığında karşımıza birçok farklı tanım çıkmaktadır. Heatherton ve Boumeister (1996), öz düzenlemeyi, kişilerin bireysel hedeflerine veya standartlarına ulaşabilmesi için harekete geçmesi, bir eylem başlatması, bu eylemi sürdürmesi, ayarlaması ya da sona erdirmesi gibi süreçler olarak tanımlamaktadır. Onlara göre öz düzenleme, kişinin tepkilerini değiştirmesine yönelik çabalarını içermektedir ve insanlar, doğal bir şekilde gelişen tepkilerini değiştirdiklerinde, engelledikleri ya da geçersiz kıldıklarında öz düzenleme ortaya çıkmaktadır. Araştırmacılar çoğu zaman belli bir ayrım yapsa da "öz düzenleme", "öz kontrol", "öz disiplin" ve "öz yönetim" terimleri genellikle birbirinin yerine kullanılmaktadır. Aynı anlamsal alanda kullanılan bu ilgili kavramların birbirinden ayırt

edilmesi önemlidir (Boumeister ve Vohs, 2012; Hofmann vd., 2012; Zeidner vd., 2000). Öz düzenleme kavramı; hedefe yönelik davranışlarda kişinin içsel durumlarından veya tepkilerinden herhangi birini değiştirme çabası olarak adlandırabileceğimiz benlik değişiminin hem bilinçli hem de bilinçsiz süreçlerini kapsaması nedeniyle en yaygın kullanıma sahiptir. Öz kontrol kavramı ise her ne kadar öz düzenleme terimine benzer olsa da kişinin benliğini değiştirme sürecinde kasıtlı ve bilinçli bir yapıya işaret etmektedir. Öz düzenleme kavramının daha dar bir alt kümesini yansıtmaktadır. Buna örnek olarak, kişinin sinirliyken kelimelerini seçmesi veya arzularına direnmesi verilebilir. Ya da diyet yaparken kalorisi yüksek olan bir tatlıyla kişinin kendini şımartma dürtüsü de bu duruma örnek olabilir (Hofmann vd., 2012). Öz disiplin kavramı ise daha dar kapsamlı bir kullanıma sahip olup kişilerin kasıtlı biçimde kültürel norm ve adetlere uygun davranmaya çalışması ve bu amaçla benliğini değiştirme çabasını ifade etmektedir (Boumeister ve Vohs, 2012). Öz yönetim kavramıysa, kişilerin başkalarınca belirlenen hedeflerin peşinden gitmesi olarak açıklanmaktadır (Zeidner vd., 2000). Öz düzenleme için bu durumu, kişinin kendi belirlediği hedeflerin peşinden gitmesi olarak açıkladıkları için, diğerlerinin belirlemiş olduğu hedefleri takip etme durumunu öz yönetim olarak ayırmaktadırlar.

Sansone ve Thoman (2005) için öz düzenleme, kişinin istek ve amaçları ışığında ilerlerken kendini değerlendirmesi ve bu öz değerlendirmeye bağlı olarak da olası eylemleri için bir motivasyon elde etmesidir. Miech ve diğerleri (2001) ise öz düzenlemeyi yapılan bir eylem üzerinde dikkati sürdürebilme ve uygun olmayan davranışları baskılayabilme süreçleri olarak tanımlamaktadır. Maes ve Gebhardt'a (2000) göre öz düzenleme, hedefe ulaşmak için çıkılan yolda yapılan eylemler ve bu eylemleri yönlendirme sürecidir. Kişini seçmiş olduğu hedeflere ulaşabilmesi adına, belli bir süre ve bağlamlar içinde davranışlarını kontrol etme girişimlerini içermektedir. McClelland ve Cameron (2011) da öz düzenleme için kişinin eylemlerini yönlendirmesi ifadelerini kullanmaktadır. Fakat bunu sadece eylemlerle kısıtlı tutmamakta; duygu, düşünce ve dikkatin yönlendirilmesini de bu sürecin içine almaktadır. Smith-Donald ve diğerleri (2007) da aynı şekilde duygu, dikkat ve davranışları öz düzenlemede etkili görmektedir. Onlar için öz düzenleme; duyguları yönetme, dikkati başka bir yere kaydırabilme, odaklanabilme, eylemleri etkinleştirme ya da engelleme davranışlarıdır. Skibbe ve diğerleri (2011) içinse öz düzenleme dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol

süreçlerini içeren bir dizi davranışı ifade etmektedir. Öz düzenleme, kişinin kendi tepkilerini ya da içsel durumlarını değiştiren benliğini ifade etmektedir. Kendini sigara içmeye adamış bir kişinin, sigara içmeye yönelik güçlü bir istek duymasına rağmen içmemesi, dürtülerini kontrol edebilmesi öz düzenlemeye örnek olarak verilebilir. Ya da bir çocuğun tabağındaki kurabiyeyi yemektense fırında yeni pişen kurabiyeleri yiyebilmek için beklemesi yani hazzı erteleme becerisi de öz düzenlemeye bir örnektir. (Boumeister vd., 2007). Zimmermann (1990), öz düzenlemeyi bireyin kendi başına gerçekleştirdiği öğrenmelerde üstbilişsel, motivasyonel ve davranışsal olarak aktif bir rol oynaması olarak tanımlamıştır. Zimmermann'a göre (2000) öz düzenleme kapasitesi değişen koşullar nedeniyle diğer türler yok olurken, atalarımızın uyum sağlayarak hayatta kalmasına yarayan bir avantaj sağlamaktadır. Öz düzenleme becerisi ya da eksikliği, kişinin benlik algısının merkezinde yer alan kişisel iradesinin yani kişisel eylemliliğinin kaynağını oluşturmaktadır. Öz düzenleme, kişinin hedeflerine ulaşabilmesi için çevresel etkenlerin yarattığı beklenmedik durumları, kendi kendine yönetmesini sağlayan davranışsal bir beceridir. Bu beceriyi ise ilgili bağlamlarda uygulayabilmek için bilgi ve kişisel eylemlilik gerekmektedir. Fakat öz düzenleme sadece davranışsal bir beceri değildir. Aynı zamanda kişisel hedefler için planlanmış, kişinin kendi kendine ürettiği duygu ve düşünceleri de içermektedir. Zimmermann (2000) öz düzenlemeyi tanımlarken davranışsal, çevresel ve gizli olmak üzere üçlü bir öz-denetim sisteminden bahsetmektedir. Davranışsal öz düzenleme ile kişinin kendini izlemesi ve öğrenme süreçlerinde kullandığı yöntemlerden hareketle neyin işe yarayıp yaramadığının farkına varıp ona göre ayarlamalar yapması ifade edilmektedir. Çevresel öz düzenleme ise çevrenin sebep olduğu koşulları veya bu koşulların sonuçlarını gözlemleme ve düzenlemeyi içermektedir. Gizli/örtük öz düzenleme ise hatırlama, rahatlama ya da imgeleme gibi bilişsel ve duygusal durumların izlenip ayarlanmasıdır. Tüm bu ayarlamalar ve bu üçlü öz-denetim sisteminden alınan geribildirimler kişinin kendini düzenleyebilmesi için önemlidir. Zimmermann (2000), öz düzenlemeyi döngüsel bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bunun nedeni, kişinin önceki performanslarından edindiği bilgileri, sonraki performansları için bir düzenleme yapabilmek için kullanmasıdır. Öğrenme, dinamik bir süreç olduğu için kişi performanslarından aldığı geribildirimlerle yeni ayarlamalar yapmaktadır. Aynı zamanda bu döngüsel süreçlere eşlik eden üç tane de döngüsel aşamadan bahsetmektedir. Bunlar öngörü, performans

veya istemli kontrol ve öz-yansıtma aşamalarıdır. Öngörü aşaması harekete geçme ve harekete geçmek için zemin hazırlamaya yönelik çabalarından önceki etkili süreçtir. Performans veya istemli kontrol ise motorik çabalar esnasında ortaya çıkan, kişinin dikkatini ve davranışlarını etkileyen süreçleri ifade etmektedir. Son olarak kendini yansıtma aşaması ise kişinin performansından sonra ortaya çıkan ve kişinin yaşamış olduğu deneyime dair tepkisini etkileyen süreçlerdir. Bu aşamaların döngüsel olma sebebi, kişinin kendini yansıtma aşamasının daha sonraki motorik çabalarıyla ilgili öngörülerini etkilemesinden kaynaklanmaktadır. Öz yansıtmalar sonraki motorik çabalara dair öngörüyü etkiler ve böylece öz düzenleme döngüsü tamamlanmış olur. Zimmermann ve Martinez-Pons'a göre (1986) başarılı bir şekilde öz düzenleme yapan bireyler kendilerine dair içgörüye sahip, hedef belirleyen, kendini organize eden, kendini izleyip değerlendirebilen, engellerle karşılaştığında üstesinden gelebilen, sorumluluk kabul eden, proaktif bir şekilde bilgi arayışında olan ve kendini yetiştirmek için gerekli davranışlarda bulunan bir yapı göstermektedir. Bandura (1986), öz düzenlemenin amaca yönelik davranışlara bir temel oluşturduğunu ifade etmiştir. Aynı şekilde Hofmann ve diğerleri (2012) da öz düzenleme için zamansal bir perspektif içinde hedefe yönelik davranış tanımını yapmaktadır. Bu hedefe yönelik davranışlar; başarıya ulaşma, kişisel çabalar ve yakın ilişkilerdeki paylaşılan hedeflerin düzenlenmesini içermektedir. Kopp (1982) ise öz düzenlemeyi, çocuklarda zamanla artmaya başlayan benlik ve özerklik duygularını, yaş ile birlikte gelişen hatırlama kapasiteleri ile birleştirerek davranışlarındaki kontrole yansıması olarak değerlendirmektedir. Yani ona göre öz düzenleme, sosyal ya da sosyal olmayan beklentilerin çocuk tarafından hatırlanmaya başlanması ve içselleştirilmesiyle başlamaktadır. Bu şeklide çocuk, bir otorite yokluğunda bile ondan beklenen talepleri hatırlar, davranışlarını izler, gerekirse değiştirir, değişen durumlara uyum sağlar, esneklik kazanır ve kendi üzerinde bir kontrol sağlayabilir. Kopp (1982) belirli taleplere uyma, değişen durumlara göre eylemleri başlatıp sonlandırabilme ve gerektiğinde arzu edilen eylemi erteleyebilme, yapacağı eylemin süresini ve ne sıklıkta olacağını ayarlayabilme becerilerinin öz düzenleme ile ilgili olduğunu öne sürmektedir. Mace ve diğerleri (aktaran Zimmerman ve Schunk, 1989) öz düzenlemeyi açıklarken üç anahtar süreçten bahsetmiştir. Bunlar kendini izleme, kendi kendine eğitim ve kendini pekiştirme süreçleridir. Kendini izleme, davranışçı kuramcıların da önemini vurguladığı gibi kişinin kendi davranışlarını gözlemleyerek

kendinin farkında olmasıdır. Kendi kendine eğitim ise kişinin kendine talimatlar vermesi, pekiştirme yapmasını sağlayacak davranışlarda bulunması olarak açıklanabilir. Üçüncü anahtar süreç olan kendini pekiştirme ise bu şekilde adlandırılmış olsa da Mace ve diğerleri (aktaran Zimmerman ve Schunk, 1989) kişinin kendini pekiştiren davranışlarının dışsal olarak gerçekleştiğini söyler. Bu kendini pekiştiren davranışların, gerçekten kendini sürdüren bir değer olmaktan ziyade, sosyal gözetim veya artan statü gibi dış faktörlerle sürdürüldüğüne inanırlar. Blaustein ve Kinniburgh (2010) için öz düzenleme; bilişsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal olmak üzere birçok düzeyde deneyimlerin etkin bir şekilde yönetilmesi kapasitesidir. Onlara göre deneyimin başarılı bir şekilde düzenlenmesi içsel durumlar hakkındaki farkındalığa, uyarılma ve etkileri tolere ve modüle edebilme yeteneğine bağlıdır.

Yapılan bu tanımlardan hareketle öz düzenlemenin; kişinin kendi için belirlediği hedefler doğrultusunda tepkilerini yönlendirebilmesi, bir eylem başlatabilmesi, bunu sürdürebilmesi, gerektiğinde erteleyebilmesi ya da durdurabilmesi veya kendi performansını izlemesi gibi süreçler olduğu anlaşılmaktadır. Kişinin öz düzenleme yapabilmesi, sosyal olarak kabul edilebilir ölçütlerde davranabilmesini sağlaması açısından önemlidir. Bu bakımdan öz düzenlemenin önemi göze daha da çarpmaktadır.

4.2 Öz Düzenlemeyi Açıklayan Kuramlar

Farklı kuramlar ve kuramcılar öz düzenleme kavramını ve sürecini farklı şekillerde ele alıp yorumlamışlardır. Öz düzenlemenin kökenini ve gelişimini anlayabilmek için çeşitli teorik açıklamalar getirmişlerdir. Öz düzenlemeyi ve öz düzenlemeye aracılık eden süreçleri açıklamaya çalışan bu kuramlar arasında Psikoanalitik Kuram, Bilişsel Gelişim Kuramı, Davranışçı Kuram ve Sosyal Öğrenme Kuramı bulunmaktadır (Bronson, 2000).

Psikoanalitik kurama göre öz düzenleme kavramı ego kavramı ile ilişkilendirilmektedir. Freud, Yapısal Kişilik Kuramı'nı geliştirirken kişiliğin "id", "ego" ve "süperego" olmak üzere üç ayrı boyuttan oluştuğunu ifade etmektedir. Sürekli birbiri ile etkileşim içinde olan bu üç boyuttan id; kişiliğin ilkel, dürtüsel, doğuştan gelen yönünü temsil etmektedir. Kişinin dürtüsel olan isteklerinin kısa sürede yerine getirilmesini ister ve haz ilkesine göre çalışır. Süperego ise kişiliğin ahlaki ve vicdani boyutunu temsil etmektedir. Toplumsal kuralları, ahlaki değerleri, normları ve beklentileri içselleştirerek bu değerlere göre

hareket etmektedir. Ego ise id ile süperego arasında arabuluculuk yapmaya çalışarak id'in dürtüsel istekleri ile süperego'nun ahlaki tutumlarını dengelemeye çalışmaktadır. Freud'un kuramında odaklanılan nokta duygusal gelişimdir ve öz düzenlemenin gelişimini de bu bağlamda kişinin duygusal ihtiyaçlarının ve dürtülerinin çıktısı olarak görmektedir. Psikoanalitik kurama göre, davranış üzerindeki iç kontrolü sağlamaya yarayan egonun gücü büyüdükçe kişinin öz düzenleme becerisi de artmaktadır. Ego, idin isteklerini doyururken ve dış dünyanın gerçekliğiyle baş ederken güçlenmektedir. Güçlenen bu ego, idin talep ve dürtülerini kontrol edip yönlendirebilir ve de süperegonun beklentilerine uygun şekilde hedeflerine ulaşmasını sağlayabilir. Gerçeklik ilkesine dayanan ego; hazzı ertelemek, bastırmak, yönünü değiştirmek ve aynı zamanda toplumsal beklentileri karşılamak için denge sağlayıcı bir şekilde çalışmaktadır. Freud'a göre öz düzenleme; egonun idi kontrol altında tutabilmesi ve süperegonun beklentileri ile idin istekleri arasında oluşabilecek çatışmalara müdahele edip düzenleyebilmesidir. O nedenle öz düzenleme kavramı psikoanalitik kurama göre ego ile bağdaşlaştırılmaktadır (Bronson, 2000).

Bilişsel gelişim kuramına göre ise öz düzenleme, çocuğun dünyaya uyum sağlama ve özümseme süreçleriyle ilişkilendirilmiştir. Piaget'ye (1964) göre çocuklar dünyaya gelirken şema oluşturma, özümseme, uyum sağlama gibi belli başlı becerileri de beraberinde getirmektedir. Çocukları doğar doğmaz aktif birer varlık olarak gören Piaget, insan zihninin temelinde bir denge arayışı olduğunu ileri sürmektedir. Nasıl ki biyolojik olarak bir dokuda, bir hücrede herhangi bir madde eksildiğinde orada bir dengesizlik meydana gelirse ve o dengenin yeniden sağlanması için hücreler bir arayışa girerse insan da yeni karşılaştığı bilgiler söz konusu olduğunda ya da mevcut bilgileriyle yeni öğrendiği bilgiler arasında çatışma yaşadığında bir dengesizlik durumuna düşer. Ve yeni durumlarla baş edebilmek için bir denge arayışına girer. Piaget, bu dengeleme sürecini şema oluşturma, özümseme ve uyma olarak açıklamaktadır. Dış dünyayı anlamlandırabilmek için zihnimizde bazı şemalar mevcuttur ve yaşantılar sonucunda bu şemalar değiştirilip, yeniden düzenlenebilmektedir ya da bozulup yeni şemalar oluşturulabilmektedir. Kişi yeni bir durumla karşı karşıya geldiğinde, var olan bu durumu mevcut şemalarıyla açıklamak ister. Buna özümseme denir. Uyma ise yeni karşılaşılan durum mevcut şemalarla açıklanamadığında yeni bir şema yaratmak ya da var olan şemayı değiştirmek olarak açıklanmaktadır. Yani birey bilişsel yapılarını dengede tutabilmek adına

özümseme ve uyma yardımıyla kendini yeni durumlara adapte etmeye çalışmakta ve kendini bu şekilde düzenlemektedir. O nedenle Piaget için öz düzenleme, kişinin dengesizlik yaşadığında yeniden dengeye ulaşmak için devreye soktuğu özümseme ve uyma süreçleridir (Bronson, 2000).

Davranışçı kurama göre ise öz düzenleme; ödül ve ceza yollarıyla öğrenilmiş olan öz-denetim ile ilişkilendirilmektedir. Davranışçı kuram, çevreyi bireyin gelişiminde rol oynayan önemli bir faktör olarak görmektedir. Davranışçılar, kişinin kendi davranışlarını kendisi kontrol etmesinden ziyade kişinin davranışlarının çevre tarafından kontrol edildiğini ileri sürmektedir. Bu da ödül ve ceza gibi dışsal faktörler yoluyla gerçekleşmektedir. Bu kurama göre öz düzenleme, ödül ve cezayla öğrenilen bir öz-denetimdir. Öz-denetim; çocuğun daha büyük ödüller için küçük ödüllerden feragat edebilmesi yani farklı ödülleri değerlendirebilmesi, kendine ve çevresine uygun amaçlar belirlemeyi öğrenebilmesi, kendine bazı yönergeler verebilmesi ve bu yönergeler doğrultusunda yaptığı eylemleri izleyebilmesi olarak ifade edilmektedir. Öz düzenleme kavramı da bu bağlamda çocuğun hangi ödülün daha iyi olup olmadığını anlaması, ödülün değerini biçmesi ve ona göre tepkilerini kontrol ederek en iyi ödül için stratejiler geliştirmesi olarak ifade edilmektedir (Bronson, 2000).

Sosyal öğrenme kuramına göre, kişiler herhangi bir performansa ya da pekiştirmeye gerek duymadan görerek ya da duyarak yani gözlem yolu ile yeni öğrenmeler gerçekleştirebilmektedir. Bu modele göre kişi, gözlemlediği durumlarla ilgili bir değerlendirme yaparak kendini yönetme ve öz düzenleme girişimleri için motivasyon sağlayabilmektedir. Bandura (1976) kişinin hem kendi hem de diğerlerinin davranışlarını gözlemleyip sonuçlarını değerlendirerek hangi davranışların olumlu getirisi olduğu hangilerinin ise bir ödül sunmadığı hakkında bilgi edindiğini ileri sürmektedir. Bu sayede de kişi kendi davranışlarını düzenlemek için imkân kazanmaktadır. Yani birey, gözlemlediği ve değerlendirdiği performanslara göre öz düzenleme gerçekleştirmektedir (Bronson, 2000). O nedenle sosyal öğrenme kuramına göre öz düzenleme, kişinin başkalarının davranışlarını rol model alıp bir öz değerlendirme yaparak kendi davranışlarını düzenlemesi olarak ifade edilebilir.

4.3 Öz Düzenlemenin Boyutları

Öz düzenleme üzerinde araştırma yapan ve öz düzenlemeyi açıklayan birçok araştırmacı öz düzenlemenin birbiriyle iç içe geçmiş olan, çok boyutlu bir yapı olduğunu ileri sürmüştür (Erol ve İvrendi, 2018; McClelland ve Cameron, 2011; Skibbe vd., 2011; Smith-Donald vd., 2007).

Smith-Donald ve diğerleri (2007), küçük çocuklarda öz düzenlemeyi değerlendirebilmek için tasarladıkları ölçekte duygu, davranış ve dikkat olmak üzere üç ayrı boyut belirlemişlerdir. Ardından bu boyutları dikkat/dürtü kontrolü ve olumlu duygu olmak üzere iki alt boyuta indirgemişlerdir. Dikkat boyutu yani dikkatin düzenlemesi; okul öncesi çocuğunun olumsuz durumlarla, stres faktörleriyle ve duygusal durumlarla başa çıkmasında öz düzenlemesine katkı sağlayan bir boyuttur. Dikkati bilinçli olarak başka yöne çevirme ya da mevcut durum üzerinde dikkati sürdürebilme çocuklar için diğer uyaranlarla başa çıkmaya olanak tanır. Dikkat becerisi yani yürütücü işlev sergilemek, çocuğun daha sonraki eylemlerini daha iyi bir şekilde planlamasına da yardımcı olur (Happaney vd., 2004; McClelland ve Cameron, 2011). Duygu düzenleme boyutu, kişinin duygularını ve bunların ifadesini kontrol altına almasını sağlayan bir beceri olarak öz düzenlemeye hizmet etmektedir (Bronson, 2000). Duygu düzenleme becerisi çocuğun yeni ve stres yaratan durumlar ile baş edebilmesini sağlaması açısından çocuğun kendisini düzenlemesine yardımcı olmaktadır. Davranış düzenleme boyutu ise hazzı erteleyebilme, bir tepkide bulunmadan önce düşünme, sabır ile bekleyebilme, dürtülerini kontrol edebilme becerilerini temsil etmektedir. Başlanan görevi vaktinde sonlandırma, yönergeleri sırasıyla takip etme ve sıra bekleme davranışları da davranış düzenleme becerilerini içermektedir (Smith-Donald vd., 2007).

McClelland ve Cameron (2011), başarılı biz öz düzenleme için yürütücü işlevleri önemini vurgulamaktadır. Dikkat, bilişsel esneklik, çalışma belleği ve engelleyici kontrol gibi yürütücü işlevler öz düzenlemenin başarılı bir şekilde gerçekleşmesine katkı sağlayan süreçlerdir. Skibbe ve diğerleri (2011) da aynı şekilde öz düzenlemeyi dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrolü içeren bir dizi davranış olarak görmektedir. Kişi, dikkati ve bilişsel esnekliği sayesinde bir görev üzerindeyken mevcut göreve odaklanabilmekte, dikkatini sürdürebilmekte ya da gerekirse başka görevlere doğru dikkatini çevirebilmektedir. Çalışma belleği sayesinde kişi bilgiyi işlerken aklında tutabilmekte;

bu da kişinin benzer durumlarda ne yapması gerektiğiyle ilgili mevcut deneyimlerinden yararlanmasını sağlamaktadır. Engelleyici kontrol ise kişinin dürtüsel davranışlarını dizginlemesini sağlayarak daha uyumlu davranışlar sergilemesine katkıda bulunan bir diğer yürütücü işlevdir (Happaney vd., 2004; McClelland ve Cameron, 2011).

Bu araştırma kapsamında güvenirlik ve geçerlik çalışmaları yapılmış olan, Erol ve İvrendi (2018) tarafından geliştirilen 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)'nun kavramsal temeli doğrultusunda yürütücü işlevlerden dikkat, engelleyici kontrol ve çalışma belleği alt boyutları (McClelland ve Cameron, 2011; Skibbe ve vd., 2011) incelenmektedir.

4.3.1 Dikkat

Dikkat boyutu ile dikkatin düzenlenmesi, amaca hizmet eden belli bir odak üzerinde dikkatin sürdürülebilirliği, dikkati dağıtan diğer uyaranların görmezden gelinmesi, kişinin dikkatini kontrol altında tutup bunu izleyebilmesi becerileri anlatılmak istenmektedir. Kişinin dikkatini düzenleyebilmesi de başarılı bir öz düzenlemeye aracılık etmektedir (Rueda vd., 2005). Araştırmalar, bir işe başlandığında o işe devam edebilmeyi ve tamamlamayı sağlayan dikkati düzenleme becerisinin yüksek olduğu kişilerin yüksek düzeyde davranışsal ve duygusal düzenlemeye de sahip olduklarını göstermektedir (Eisenberg ve Okun, 1996). Dikkat aynı zamanda kişinin deneyimlerinden elde ettiği bilgileri ve çevresinden edindiği bilgileri hatırlamasına yardımcı olmaktadır (Bandura,1997). Kişi durumlara dikkat edip hatırladıkça da kendi hafızasının kaynaklarından yararlanarak daha başarılı öz düzenlemeler gerçekleştirebilir (McClelland ve Cameron, 2011).

4.3.2 Çalışma belleği

Çalışma belleği boyutu ise edinilen bilgiyi kısa süreli olarak saklama ve bu işleme becerisini içermektedir (Adams vd., 1999). Duyu organlarımızla edinmiş olduğumuz bilgilerin geçici olarak belleğimizde durması, depolanması, bunların planlanıp organize edilmesi çalışma belleği sayesinde gerçekleşmektedir. Çalışma belleği sayesinde kişi edindiği bilgileri aklında tutarken, benzer durumlar karşısında bu bilgilerden yararlanabilmektedir. Bu durum çocukların akademik başarılarına olumlu yansımaktadır (Berg, 2008). Aynı zamanda çalışma belleği, kişinin hangi durumda ne yapması gerektiği

konusunda ipuçları verebileceği için başarılı bir öz düzenleme için katkı sağlayacaktır (McClelland ve Cameron, 2011).

4.3.3 Engelleyici kontrol

Engelleyici kontrol boyutu ile kişinin yapmış olduğu eylemlerinin ve düşüncelerinin kendisi tarafından izlenmesi ifade edilmektedir. Engelleyici kontrol, kişinin dürtüsel istek ve davranışlarının kontrol altına alınıp sosyal açıdan daha kabul edilebilir davranışlar sergilemesini sağlamasına yardımcı olmaktadır. Örneğin bir öğrencinin sorulan soruya dürtüsel olarak bağırarak cevap vermek yerine kendini durdurup parmak kaldırması ve sırasını beklemesi engelleyici kontrol sayesinde düzenlenmektedir. Engelleyici kontrol becerisi açısından yüksek performans gösteren çocukların akademik başarı, dikkat ve öz düzenleme açısından olumlu sonuçlar yaşadıkları görülmektedir (Blair ve Razza, 2007; Gözüm, 2020). Bu da engelleyici kontrolün çocukların akademik ve sağlıklı gelişimi için önemini göstermektedir (McClelland ve Cameron, 2011).

4.4 Öz Düzenlemenin Gelişimsel Süreci

Uzun bir süre boyunca araştırmacılar, küçük çocukların öz düzenlemeyle ilgili kapasitelerinin yeterli olmadığı görüşündeydiler. Fakat yapılan araştırmalar öz düzenlemenin dinamik bir süreç olduğunu ve erken yaşlardan yetişkinliğe dek gelişmeye devam ettiğini gözler önüne sermektedir (Eisenberg ve Sulik, 2011; Kopp, 1982; Rothbart ve Bates, 2006).

4.4.1 Bebeklik döneminde öz düzenleme

Öz düzenleme, bebeklik döneminde çocuğun bakım verenin isteklerine uyumu ile ilişkilidir. Çocuk, bakım verenlerinin standartlarına uygun olarak eylem başlatma, değiştirme ve durdurma davranışları göstermektedir. Bu dönemde bakım verenlerin yönergelerine uyma ve kendi davranışlarını bu doğrultuda izleme yeteneği ortaya çıkmaktadır. Çocuklar, bu standartların kendilerine aktarılmasıyla çevresi tarafından onaylanmış davranışlarda bulunma ve istenmeyen davranışları kontrol etme becerilerinin gelişimiyle bir öz düzenleme sürecine girmiş olurlar. Yaşamlarının ilk yıllarında artmaya başlayan özerklik belirtileri ve hatırlama yetenekleriyle birlikte duygu ve davranışlarına yönelik yükselen bir kontrol gösterirler. İlerleyen zamanlarda da beynin gelişimiyle paralel bir şekilde öz düzenleme kapasitesinde de gelişmeler artar (Eisenberg ve Sulik,

2011; Kopp, 1982; Rothbart ve Bates, 2006;). Kopp'a (1982) göre yaşamın ilk 3 yılında öz düzenlemenin gelişimi dışarıdan alınan desteğe, bakım verenlerin yetiştirme tarzlarına, dürtülerin kontrolünün gelişimine ve amaçların farkındalığına bağlıdır. Kopp (1982), bebeklik döneminde öz düzenlemenin gelişimine dair yapmış olduğu çalışmada öz düzenlemenin gelişimsel evrelerini nörofizyolojik evre, duyumotor evre, kontrol evresi, öz kontrol evresi ve öz düzenleme evresi olmak üzere beş farklı evrede incelemiştir.

Bu evrelerden ilki olan nörofizyolojik evre doğum ile birlikte ilk üç ayı kapsamaktadır. Bu evrede bebek henüz öz düzenleme yeteneğine sahip değildir; onun yerine uyarılma durumlarının ve bebeğin elini ağzına götürmesi, parmağını emmesi gibi refleksif davranışların kontrolü söz konusudur. Bu evrede bakım veren ile kurulan ilişki, bebeklerin durum kontrollerine yardımcı olmaktadır (Kopp, 1982).

İkinci evre ise duyu-motor evresidir ve 3 ile 9-12 aylık süreci kapsamaktadır. Bu evrede bebek, uzanma-kavrama gibi hareketleri istemli bir şekilde yapma ve değiştirme becerisine sahiptir. Fakat bu eylemler bilinçli yapılan eylemler değildir; bu nedenle burada kontrolden ziyade modülasyon söz konusudur. Bu evrede de bakım veren ile kurulan ilişki ve bakım verenin duyarlılığı, bebeklerin duyu-motor eylemleri modüle etme becerisi üzerinde etkilidir. Kısaca bu evrede duyu-motor modülasyonlar, bebeklerin çevrelerini düzenlemesine ve tutma-uzanma gibi kendi yapmış oldukları davranışların farkında olmalarına yardımcı olarak daha sonraki kontrol becerileri için bir temel inşa etmektedir (Kopp, 1982).

Üçüncü evre olan kontrol evresi ise 9-12 ay ile 18 aylık süreçleri kapsamaktadır. Bu evrede çocuklar, bakım verenlerin istek ve arzularının farkında olarak buna göre eylemlerde bulunurlar. Bu evrede çocuk, iletişimi başlatma, duygusal sinyaller verme, bunu sürdürme, modüle etme ve durdurma becerileri sergilemektedir. Kontrol evresi, öz düzenlemeye giden yolda bir geçiş evresi olarak görülmektedir ve burada komutlara uyma, davranışın kendi kendine başlatılması gibi öz düzenleme yapılarına benzer yapılar ortaya çıkmaktadır (Kopp, 1982).

Dördüncü evre ise öz-kontrol evresidir ve 24. ay itibariyle başlamaktadır. Öz-kontrol evresi; temsili düşünme ve hatırlamanın ortaya çıkması bakımından kontrol evresinden farklıdır. Bir sonraki evre olan öz düzenleme evresiyle ise kavramsal olarak ilişkilidir;

çünkü ikisinde de temsili düşünme ve hatırlama hafızası söz konusudur. Öz-kontrol, çocuğun kontrolü içselleştirerek bakım verenin ya da herhangi bir yetişkinin yokluğu durumunda dahi istenilen ya da beklenilen davranışları göstermesidir. Artık çocuk sosyal kuralların farkındadır ve hatırlama kapasitesi de geliştiği için, hatırlanan bilgilerin sonucu olarak bir otoritenin yokluğunda bile bazı sosyal beklentileri davranışlarına yansıtır. Fakat bu eylemleri sınırlı bir esneklik içinde gerçekleştirir (Kopp, 1982).

Beşinci ve son evre ise öz düzenleme evresidir. Temsili düşünme ve hatırlama hafızası bakımından öz kontrol evresi ile kavramsal olarak ilişkili olan bu evrede, çocuk artık kendini düzenleme konusunda daha esnek ve uyumlu olmaya başlamaktadır. Değişen durumlara uyum sağlama kapasitesi ve yetisi yaşıyla birlikte gelişim göstermektedir. Öz düzenlemeye geçişin, erken okul öncesi dönemde gelişmeye başlayan diğer bilişsel becerilerle paralel olduğu düşünülmektedir (Kopp, 1982).

4.4.2 Okul öncesi döneminde öz düzenleme

Tüm çocuklar kendi bilişsel ve davranışsal eylemlerini kendileri kontrol etmek istemektedir. Aynı zamanda çevrelerini de yönetmek isterler; ancak genellikle bu dönemde çocukların girişimleri çevre tarafından şekillendirilmektedir. Okul öncesi dönemde çocuk amaçlar belirlemek, bu amaçlara ulaşabilmek için planlar düzenlemek, bu planlar doğrultusunda harekete geçmek ve eylemlerini izleyip kontrol etmek gibi yeni öğrenmeler gerçekleştirmektedir (Bronson, 2000). Kendini izleme ve geri bildirimde bulunma önem teşkil eder; çünkü çocuk kendi öğrenme yöntemlerini izleyerek stratejilerinin etkililiği hakkında farkındalık kazanmaktadır. Bu da daha iyi düzenleme için iskelet oluşturmaktadır (Zimmerman ve Schunk, 1989). Çocuk bilişsel ve davranışsal eylemlerini izleyip kontrol etmekle birlikte çabaları olumsuz sonuçlandığında bunları gözden geçirip düzeltmeyi de öğrenmektedir. Eğer çocuğun bu çabaları başarılı oluyorsa ve çevresi tarafından da ödüllendiriliyorsa öz düzenleme becerileri artmaktadır. Bu noktada çocuğun içinde bulunduğu sosyal çevre çok önemlidir. Çocuk çevre tarafından ya teşvik edilmekte ya da engellenmektedir. Bu dönemdeki çocuklar sonuçtan ziyade amaçlarına ulaşma süreçlerine daha çok önem gösterirler. Yapmış oldukları çalışmalarını değerlendirmek için bazı standartlar edinmeye başlarlar. Bir kelebek resmini boyama için harekete geçebilir ya da bitirmiş oldukları çalışma bir ağaca benziyorsa onun için ağaç tanımını yapmaktan hoşnut olabilirler. Ya da yapmış olduğu çalışma beklentisini

karşılamadıysa o çalışmayı yırtıp bozabilirler. Amaç ve istekleri doğrultusunda farkındalıkları geliştikçe, dışarıdan gelen bir ödül ya da pekiştireç yerine içsel bir motivasyonla davranışlar sergilemeye başlarlar (Bronson, 2000).

Bu dönemdeki öz düzenleme becerilerinin gelişimi sonraki yıllardaki sosyal ve akademik yaşam becerilerine temel oluşturması açısından önemlidir (Montroy vd., 2016). Öz düzenleme bebeklik döneminde gelişmeye başlar ve zamanla davranışsal öz düzenleme için mühim olan beceri alanları ayrı olarak gelişir. Daha sonra bu alanlar organize olarak bütünleşir. Özellikle de üç yaşından sonra ve okul öncesi dönemde öz düzenlemeye katkı sağlayan beceriler hızla gelişir ve çocukların düzenleme becerilerinde niteliksel bir değişim yaratır. Üç yaşından küçük olan çocuklar için de öz düzenleme mümkün olsa da, aynı anda hem sözel hem de motor bir eylemde bulunmayı gerektiren davranışsal bir tepki için daha fazla yürütücü işlevin birbiriyle koordine olması gerekmektedir ve üç yaşından küçük olan çocuklar bu konuda zorlanabilmektedir. Fakat üç yaşından sonraki dönemde bu konudaki koordinasyon hızla gelişmektedir (Carlson vd., 2002; Montroy vd., 2003). Başarılı öz düzenleme için sosyal olarak onaylanmış davranışların farkında olmak da gerekmektedir. Üç yaşından sonra çocukların öz düzenleme kapasiteleri geliştikçe ve çevreden aktarılan sosyal standartların benimsenmesiyle kendilerinden beklenen talepleri bir otoritenin yokluğunda da gerçekleştirmeye başlarlar. Bu da çocuklarının sosyalleşmesinin önemli bir yönünü yansıtmaktadır (Kopp, 1982). Okul öncesi dönemde çocukların başarılı öz düzenleme becerileri geliştirmesi, gelecekteki akademik başarıları için de bir altyapı sağlayacaktır. Çocukların öz düzenlemeleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi ortaya koyan birçok araştırma mecvuttur (Blair ve Razza, 2007; Riva ve Ryan, 2015). Öz düzenleme becerilerinin yüksek olması çocukların ilkokula ve akademik hayata hazır oluş düzeylerini arttırmaktadır (Tekin ve Koçyiğit, 2020). O nedenle çocuğun hem ilerideki sosyal ve akademik yaşantısı için hem de gelecekte daha sistemli bir şekilde düzenlemeler yapabilmesi için bu dönemde edinilen öz düzenleme becerileri ve gelişimi önem teşkil etmektedir.

Yine bu dönemde öz düzenlemenin gelişimine etki eden bazı çocuk faktörleri vardır (Montroy vd., 2016). Cinsiyet bu faktörlerden biridir. Kız çocuklarının genellikle erkek çocuklara göre daha yüksek öz düzenleme düzeylerine sahip olduğunu gösteren kanıtlar mevcuttur (Aksoy ve Tozduman-Yaralı, 2017; Dağgül ve Işık-Gürşimşek). Bir diğer

faktör ise dildir. Vygotsky (1986), dilin çocuklar için düşünce ve davranışları düzenlemeye yardımcı olan bir araç olduğunu ifade etmektedir. Ona göre dil ne kadar zenginleşirse düşünceler de o kadar zenginleşmektedir. Çocuk bu dönemde monolog kurarak sesli düşünmektedir ve bu şekilde kendi düşüncelerini kontrol etmeye başlar. Çocuğun sesli düşünmeleri ileride daha planlı düşünmesine yardımcı olur. Dil, çocukların durumları tanımlama ve manipüle etme becerisini geliştirmesi açısından önemli görülmektedir. O nedenle dilin bu dönem çocukları için öz düzenleme üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir (Bronson, 2000; Cole vd., 2009). Annelerin eğitim seviyeleri de öz düzenlemenin üzerinde etkisi olan bir faktör olarak görülmektedir (Miech vd., 2001). Annelerin ve babaların eğitim seviyeleri arttıkça çocukların öz düzenlemelerinin de yüksek olduğunu gösteren kanıtlar vardır.

4.4.3 Çocukluk ve ergenlik döneminde öz düzenleme

Çocukluk dönemi, fiziksel olgunlaşmanın da getirisiyle birlikte çocukların spor, sanat gibi iyi oldukları alanları keşfettikleri bir dönemdir. Çocuklar bu dönemde topla oynama, ip atlamak için sıra bekleme, arkadaşlıklar edinme gibi faaliyetler içine girerler. Bu alanlardaki performanslarını kontrol ederek arttırabileceklerini fark ederler. Bu durumlar hoşlarına gittikçe de yetenekleri ve performansları üzerindeki kontrollerini daha çok arttırmak için motive olurlar. O nedenle çocukluk döneminde kendin kendine gelişen, motivasyon odaklı bir öz düzenleme görülür (Bronson, 2000). Ergenlik dönemi ise çatışmaların ve krizlerin yaşandığı en zorlu dönemlerden biridir. Öz düzenlemeyle ilgili yaşanabilecek zorluklar, bu dönemde ergenlerin duygusal ve davranışsal sorunlarının gelişiminde rol oynamaktadır. Öz düzenlemeyle ilgili beceriler zamanla bulunduğu temel düzeyden karmaşık bir düzeye doğru gelişim göstermektedir. Küçük bir çocuk için içinde bulunduğu içsel durumun farkındalığı kendini kötü hissetmesiyle basit bir şekilde tanımlanırken, bir ergen için bu tür nüanslı durumlar hayal kırıklığına uğramış ve aynı zamanda endişeli hissediyorum şeklinde tanımlanabilir (Blaustein ve Kinniburgh, 2010). Öz düzenlemeyle ilgili yaşanılan zorluklar bu dönemde dışa yönelim problemleri, içselleştirme sorunları, madde kullanımı, düşük sosyal ve akademik başarı, düşük empati gibi problemlerle kendini göstermektedir (Eisenberg vd., 2003; Krueger vd., 2002; Mischel vd., 1988).

4.4.4 Yetişkinlik ve yaşlılık döneminde öz düzenleme

Yaş ilerledikçe, yetişkinlerin istikrarlı hale gelen ruh halleriyle birlikte duygu, düşünce ve davranışlarının içsel ve dışsal ifadesini kontrol etme yetenekleri gelişmektedir (Carstensen ve Charles, 1998). Bu kişiler bir sıkıntı içine girdiğinde dikkatini kasten başka bir yere çevirme, tepkisinin dozunu ayarlama, gerektiğinde duygularını gizleme, bastırma, gelişen kelime haznesiyle kendini daha açık ifade edebilme, problem çözme, durumları yeniden değerlendirme ve kendi izleme gibi stratejiler kullanarak kendilerini daha iyi düzenleyebilirler. Bu dönemde öz düzenlemenin duygusal boyutu daha ön plana çıkmaktadır. Yaşamın sonlarına yaklaştıkça, sonun farkındalığı kişilerin bilgileriyle ilgili hedefler yerine daha duygusal hedeflere yönelmelerine neden olabilmektedir. Bu farkındalık beraberinde karışık tepkileri de getirebilmektedir. Yaşlı yetişkinler sonlarla yüzleştikçe duyguları da kesinlik kazanır. Yaşla birlikte duygusal boyuttaki kontrol artmaktadır (Schaie ve Carstensen, 2006).

4.5 Öz Düzenlemede Ailenin Rolü

Öz düzenleme; planlı bir şekilde kişisel amaçlara ulaşmayı sağlayan kendi kendine üretilen düşünce, duygu ve davranışları temsil etmektedir (Boekaerts vd., 2000). Çocukların öz düzenleme kapasitelerinin genişlemesinde dış dünyanın desteği önemli bir etkiye sahiptir (Kopp, 1982). Okul, arkadaş çevresi, yaşanılan yer, kültür çocuğun öz düzenlemesinde aktif bir rol oynar. Aynı şekilde aile de çocuğun öz düzenlemesinde önemli bir etkiye sahiptir. Çocuklar olgunlaşıp büyüdükçe farklı şekillerdeki dış destekler önem kazanmaktadır. Bebekler için keşif ve deneylerini destekleyen, onların başarılı birer kâşif olmalarına müsaade eden deneyimler yaşamaları önemlidir. Yürümeye başlayan çocuklar içinse özerklik çabalarına yönelik olan destekler önem taşımaktadır. Okul öncesi dönemi çocukları içinse gelişmekte olan öz düzenleme kapasiteleri ve öz düzenleme becerilerini güçlendirebilecek hedefe yönelik davranışlara olan ilgilerinin desteklenmesi önemlidir. Yaşı ne olursa olsun her çocuğun her gelişim aşaması için desteklenmesi gereken çabaları ve bu çabaları için de tutarlı bir çevreye ihtiyaçları vardır. Aile ortamındaki tutarlılık çocukların öz düzenleme gelişimleri için önem arz etmektedir (Bronson, 2000). Aile içinde ne kadar çok tutarlılık varsa çocuklar için hedeflerin anlaşılması ve beklenen standartların içselleştirilmesi de o kadar kolay olacaktır. Bu tutarlılık ilk olarak gündüz ve gece döngülerinde, uyku düzenlerinde, beslenme

alışkanlıklarında kendini göstermektedir. Çocuğun ev içindeki düzeni, onun biyolojik ritmini ve duygusal tepkilerini düzenlemesini sağlamaktadır. Çocuk bu tutarlılık içinde çevresinde kontrol edebilecekleri ve kontrol edemeyecekleriyle ilgili veriler elde etmiş olur. Bu da öz düzenleme gelişimlerinde etkilidir (Bronson, 2000; Kopp, 1982). Minuchin (1971) yapmış olduğu çalışmada bir hayli dağınık ve tutarsız ev koşullarında yetişen çocukların keşfetme açısından daha az meraklı olduklarını bildirmiştir. Bu çocukların çevredeki düzen ve nesneler arası ilişkileri kavrama anlayışları düşüktür. Bronson (2000), düzen anlayışı ve tutarlılığın, öz düzenlemenin gelişimini destekleyebileceğini düşünmektedir.

Aile içinde bakım verenler yansıtma, modelleme, uyarım ve yatıştırıcı davranışlar sergileyerek çocuğun öz düzenlemesine katkı sağlamaktadır. Yansıtma ile anlatılmak istenen çocuğun deneyiminin "Uykun gelmiş gibi görünüyor." şeklinde sözlü ya da çocuğun kahkahalarına gülümseyerek karşılık vermek gibi davranışsal olarak ifade edilmesidir. Bakım verenin yüz ifadeleri, kelimeleri ve davranışları çocuğun deneyiminin aynalanmasını sağlamaktadır. Bu sayede çocuk deneyimlerini yorumlamayı öğrenmektedir. Modelleme ise bakım verenin kendi ifadeleri ve düzenlemeleriyle çocuğa görsel ve işitsel olarak referans olması durumudur. Çocuk, bakım verenlerinin ifadeleri ile eylemlerinin nasıl örtüştüğünü gözlemleyerek, sözlü ve sözlü olmayan ipuçlarını birleştirerek kendi davranışları için bir rol model edinmektedir. Bakım verenlerin sıkıntılı durumlar karşısındaki eylemleri çocuğun öz düzenleme stratejilerinin gelişimi için bir kaynak sağlamaktadır. Uyarım ve yatıştırma ise bakım verenin çocuğun ideal uyarılma seviyesine ulaşmasına yardımcı olmasıdır. Çocukların enerji seviyeleri yüksek ya da düşük olduğunda bakım veren uygun bir şekilde yanıt vererek ses tonu, sözleri ve davranışlarıyla fizyolojik organizasyonun kaynağı haline gelmektedir. Daha sonra çocuk bu becerileri içselleştirerek bakım verenden bağımsız olarak, rahat bir şekilde uyarılma durumunu sürdürebilmektedir. Bakım verenler tepkisiz, tutarsız ya da ihmalkar olduklarında çocuklar kendilerini yatıştırmak için sallanma, parmak emme gibi ilkel modülasyon becerilerine güvenmek durumunda kalır. Bakım verenlerin bu tavrı, yansıtma ve modellemeden çocukları mahrum bırakmaktadır. Bu da çocukları, kendilerinin ya da başkalarının deneyimlerini yorumlayabilecekleri duygusal bir dilden yoksun kılmaktadır. Çocuk güvenilir bir destek bulamadığında stresli durumlar karşısında kendi o ilkel başa çıkma yöntemlerine güvenmeye devam edecektir. Bu durum da

çocukların daha karmaşık öz düzenleme stratejileri geliştirmesini pek olası kılmayacaktır (Blaustein ve Kinniburgh, 2010).

Öz düzenlemenin gelişimi ve desteklenmesi için aile birincil ortam olarak görülebilir. Erken çocukluk döneminde çocuklar, ailelerinin baş etmeleri gereken durumlar karşısında ebeveynlerinin uygulamış oldukları davranışları rol model edinerek ve kendi öz düzenleme becerilerini geliştirmek için sunmuş oldukları ortamlar sayesinde kapasitelerini arttırabileceklerdir. Aile içindeki yansıtmalar, uyarım ve yatıştırıcı davranışlar çocukların öz düzenlemeleri için öğretici olacaktır. Bu nedenle aile ortamından elde edilen öğrenmelerin ve desteğin çocuğun öz düzenlemesindeki rolü etkili olacaktır.

4.6 Öz Düzenlemeyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Araştırmanın bu kısmında okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileriyle ilgili olarak yapılan yurtdışında ve yurtiçinde gerçekleştirilen araştırmalar incelenmiştir.

Keller ve diğerleri (2004), yapmış oldukları çalışmada erken dönem ebeveynlik deneyimleri ile çocukların öz düzenlemeleri ve kendini tanımaları arasındaki ilişkileri üç farklı kültür üzerinden incelemişlerdir. Yunan, Kamerun ve Kosta Rika kültüründen gelen toplam 116 ebeveyn, çocukları üç aylık iken çalışmanın ilk oturumuna katılmış ve bu ebeveynlerin 90'ı da çocukları 18-20 aylık olduklarında ikinci oturuma devam etmiştir. Bu araştırmaya göre üç tarzda ebeveynlik stili belirlenmiştir. Bunlar, vücut temasının ve birbirine bağımlı bir ilişkinin hakim olduğu yakın ebeveynlik stili; özerklik ve ayrılığı vurgulayan uzak ebeveynlik stili ve de bu iki ebeveynlik stilinin birleştiği bir diğer ebeveynlik stilidir. Yapılan incelemeler sonucunda, kültürün öz düzenleme davranışlarının içsel kısmı üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Yeni yürümeye başlayan çocuklar için içsel öz düzenleme davranışları sırasıyla en çok Kamerunlu çocuklarda, ardından Kosta Rikalı çocuklarda ve son olarak Yunan çocuklarda görülmüştür. Farklı kültürden gelen bu çocukların yasaklara uyma davranışlarına bakıldığında kültürel farklılıklar yine kendini göstermektedir. Kamerunlu çocuklar yasağa uyma davranışları gösterirken, Yunan çocukların çoğunun yasaklara uymadığı saptanmıştır. Çocukların öz düzenlemeleri ile ebeveynlerin ebeveynlik stilleri arasındaki

ilişkiye bakıldığında ise yakın ebeveynlik stili içerisinde yetişen çocukların 18-20 aylıkken daha yüksek düzeyde öz düzenleme davranışları sergiledikleri görülmüştür.

Fındık-Tanrıbuyurdu ve Güler-Yıldız (2014), okul öncesi dönemi çocuklarının öz düzenlemelerini ölçmek için yaptıkları Türkiye uyum çalışmasında 48-72 aylık toplam 233 çocuk ile çalışmıştır. Yapmış oldukları çalışmanın betimsel analizlerine bakıldığında, çocukların öz düzenleme ölçeğinden ortalama olarak 38.72 puan aldıkları görülmektedir. En yüksek alınabilecek puanın 48 olduğu bu ölçeğe göre, çocukların öz düzenleme düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmektedir. Daha ayrıntılı olarak incelendiğinde ise ölçeğin dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu için en yüksek puan 30 iken çocukların puan ortalamasının 26.50 olduğu; olumlu duygu alt boyutu için en yüksek puan 18 iken de çocukların puan ortalamasının 12.22 olduğu görülmektedir. Tüm bunlar dikkate alındığında çocukların genel olarak öz düzenlemede yüksek performanslar sergiledikleri göze çarpmaktadır. Ayrıca yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında bu çalışma; genel güvenirlik katsayısının .83, dikkat/dürtü kontrolü ve olumlu duygu alt boyutları için güvenirlik katsayılarının da .88 ve .80 çıkması ve de test-tekrar test güvenirlik korelasyon katsayısının .86 bulunması nedeniyle Türkiye'de okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenlemelerini değerlendirme konusunda geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Aksoy ve Tozduman-Yaralı (2017), çocukların öz düzenleme ve oyun becerilerini cinsiyetlerine göre inceledikleri çalışmada, 60-72 aylık toplam 64 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği" ve "Oyun Becerileri Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada öz düzenleme ve oyun becerileri cinsiyete göre incelenirken, öz düzenleme becerilerinin alt boyutlarından olan dikkat/dürtü ve olumlu duygu boyutları da cinsiyete göre analiz edilmiştir. Çalışmanın bulgularına göre dikkat/dürtü ve öz düzenlemeden elde edilen puanlar cinsiyete göre farklılaşırken, olumlu duygu ve oyun becerilerinin cinsiyet açısından farklılaşmadığı görülmüştür. Kızlar, erkeklere göre öz düzenleme becerileri ve dikkat/dürtü alt boyutundan daha yüksek puanlar almıştır. Olumlu duygu ve oyun becerileri açısından ise cinsiyet bağlamında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Çocukların öz düzenleme becerileri, oyun becerileri ve öz düzenlemenin alt boyutu olan dikkat/dürtü boyutu arasında da

anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat öz düzenlemenin alt boyutlarından olan olumlu duygu boyutu ile oyun becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Newman (2017), erken çocukluk dönemindeki öz düzenleme becerileri ile ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında 3-7 yaş arası çocuğu olan toplam 64 ebeveyn ile çalışmıştır. Araştırmanın bulgularına göre demokratik ebeveynlik stili ile gelişmiş öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Demokratik ebeveynlik puanları yüksek olan ebeveynlerin, daha yüksek öz düzenleme puanları olan çocuklara sahip olma eğiliminde olduğu görülmüştür. Otoriter ebeveynlik stili ile gelişmiş öz düzenleme becerileri arasında ise negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Otoriter ebeveynlik puanları yüksek olan ebeveynlerin, daha düşük öz düzenleme puanları olan çocuklara sahip olma eğiliminde olduğu görülmüştür. İzin verici ebeveynlik ve çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkiye bakıldığında da izin verici ebeveynlik ile öz düzenleme arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Çalışmada ebeveynlik stilleri ile çocukların öz düzenlemeleri, katılımcıların etnik kökenlerine göre de incelenmiştir. Sonuçlar, katılımcıların Kafkas ve Kafkas olmayanlar olarak kategorize edildikleri etnik köken değişkenine göre, ebeveynlik stilleri ve çocukların öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir. Son olarak ise çocukların okul öncesi eğitime devam edip etmemelerine göre öz düzenleme puanlarına bakılmıştır. Okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz düzenlemelerinin, okul öncesi eğitimi almayan çocukların öz düzenleme ortalamalarından önemli ölçüde farklılaşmadığı görülmüştür.

Tozduman-Yaralı ve Güngör-Aytar (2017), okul öncesi çocuklarının davranışlarını öz düzenleme becerilerine göre inceledikleri çalışmada, araştırmanın nicel kısmı için 5-6 yaş aralığında olan toplam 64 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmanın nitel kısmı için ise bu çocuklardan öz düzenleme becerileri gelişmemiş olan 8 çocuk ile devam edilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak, nicel boyut için "Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği", nitel boyut için ise yarı yapılandırılmış görüşme formları ve "Var Olmayan Hayvan Çiz Testi" kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, öz düzenleme ölçeğinden alınan en düşük puanlar 5 yaş grubundan, en yüksek puanlar ise 6 yaş grubundan elde edilmiştir. Öğretmen görüşlerine göre çabuk sıkılma/sebat etmeme, yönergelere uymama ve sorumluluk almama gibi davranış problemleri, öz düzenleme

becerileri gelişmemiş çocuklarda en sık rastlanan davranışlar olmuştur. Aynı zamanda bu çocukların grup dinamiğini bozma ve kurallara uyma davranışlarında da sorun yaşadıkları bildirilmiştir. "Var Olmayan Bir Hayvan Çiz" testinde de bu çocuklardan yedisinin saldırganlık öğelerine yer verdiği görülmüştür. Buna göre, öz düzenleme becerilerinden daha az puan alan çocukların, öğretmen görüşleri ve çizdikleri resimlere göre de problem teşkil eden davranışlar göstermeye daha fazla eğilimleri oldukları görülmüştür. Son olarak ise araştırmada öz düzenleme ölçeğinden düşük puan alan 8 çocuğun 7'sinin ise erkek olduğu belirtilmiştir ve kızların erkek çocuklara göre öz düzenlemede daha başarılı oldukları görülmüştür.

Öztabak ve Özyürek (2018), okul öncesi dönemi çocuklarının öz düzenlemeleri ile ebeveynlerinin göstermiş oldukları tutumlar arasındaki ilişkiye dair yapmış oldukları incelemede toplam 155 çocuk ile çalışma yürütmüşlerdir. Veri toplama araçları olarak kullanılan "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği" ve "Aile Tutum Envanteri" araçlarının analizlerine göre öz düzenleme toplam puanları ve alt boyutları ile aile tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bulgular daha ayrıntılı olarak incelendiğinde ölçeğin dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu için en yüksek puan 30 iken çocukların puan ortalamasının 28.13 olduğu; olumlu duygu alt boyutu için en yüksek puan 18 iken de çocukların puan ortalamasının 11.8 olduğu görülmektedir. Tüm bunlar dikkate alındığında çocukların genel olarak öz düzenlemede yüksek performanslar sergiledikleri göze çarpmaktadır. Çocukların cinsiyetlerine göre dikkat/dürtü kontrolü alt boyutlarına bakıldığında anlamlı bir farklılık göze çarpmaktadır. Kız çocuklarının almış oldukları puanlar, erkeklerinkinden yüksek çıkmıştır. Fakat olumlu duygu alt boyutu için cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ebeveynlerin tutumlarının ortalamalarına bakıldığında, aile tutum envanterinin demokratik/otoriter çocuk yetiştirme yöntemleri, çocuklarla özdeşleşme, uyma davranışı ve sosyal hareketlilik alt boyutlarından en yüksek düzeyin özdeşim kurma davranışı gösteren ailelerde çıktığı görülmüştür. Öz düzenlemenin alt boyutları ve ebeveynlik tutumları arasında ise anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Bu bulguya bakılarak, ebeveyn tutumlarının çocukların öz düzenlemesi üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı söylenebilir.

Dağgül ve Işık-Gürşimşek (2019), Kuzey Kıbrıs'taki 48-72 aylık okul öncesi çocuklarının öz düzenleme becerilerini farklı değişkenlere göre inceledikleri

çalışmalarında toplam 122 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği'nden yararlanılmıştır. Yapmış oldukları çalışmanın betimsel analizlerine bakıldığında, çocukların öz düzenleme ölçeğinden ortalama olarak 39.26 puan aldıkları görülmektedir. En yüksek alınabilecek puanın 48 olduğu bu ölçeğe göre, çocukların öz düzenleme düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmektedir. Daha ayrıntılı olarak incelendiğinde ise ölçeğin dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu için en yüksek puan 30 iken çocukların puan ortalamasının 27.92 olduğu; olumlu duygu alt boyutu için en yüksek puan 18 iken de çocukların puan ortalamasının 11.33 olduğu görülmektedir. Tüm bunlar dikkate alındığında çocukların genel olarak öz düzenlemede yüksek performanslar sergiledikleri göze çarpmaktadır. Araştırmanın diğer bulguları incelendiğinde, toplam puan ve dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu için alınan puanlar, çocukların cinsiyetleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Kız çocuklarının almış oldukları puanlar erkek çocuklarından daha yüksek çıkmıştır. Olumlu duygu puanları açısından da kızlar daha yüksek puan almış olarak görünseler de bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Annelerin eğitim düzeyi ile çocukların toplam öz düzenleme ortalamaları ve alt boyut puanları incelendiğinde ise annelerin eğitim düzeyi arttıkça çocukların puanlarının arttığı saptanmıştır. Fakat bu ilişki istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Babaların eğitim düzeyleri ile çocukların öz düzenlemelerine bakıldığında, toplam öz düzenleme puanları, dikkat/dürtü kontrolü ve olumlu duygu alt boyutu için ilkokul mezun olan babaların çocuklarının almış oldukları puanlar diğer üst gruptaki babaların çocuklarından düşük çıkmıştır ancak aradaki ilişkide anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ailenin gelir durumu ile çocukların öz düzenlemeleri incelendiğinde, dikkat/dürtü kontrolü alt boyutuna göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Gelir düzeyi arttıkça olumlu duygu alt boyutu ve toplam ortalamalarının da arttığı görülmüştür fakat bu farklılık da anlamlı bulunmamıştır. Son olarak ailenin sahip olduğu çocuk sayısı ile öz düzenlemeden alınan toplam puan ve alt boyutlar arasındaki farka bakılmış ve ailede sahip olunan çocuk sayısı arttıkça, çocukların aldıkları puanların düştüğü görülmüştür. Ancak bu fark istatistiksel olarak anlam ifade etmemektedir.

Ural ve diğerleri (2020), 48-66 aylık okul öncesi dönemi çocuklarının öz düzenlemelerini bazı demografik özelliklere göre inceledikleri çalışmada toplam 155 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada "Kişisel Bilgi Formu" ve "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ)"

araçları kullanılarak veri toplanmıştır. Yapılan analizler ve çalışmanın bulgularına göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların cinsiyet, kardeş sayısı, anne ve baba yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Fakat çocuğun doğum sırasının, anne ve babanın öğrenim durumlarının, aile tipinin ve de babanın çalışma durumunun anlamlı bir farklılık yarattığı saptanmıştır. Bulgular daha ayrıntılı olarak incelendiğinde, kız çocuklarının erkek çocuklara nazaran dikkat/dürtü alt boyutu, olumlu duygu alt boyutu ve toplam puan ortalamaları bakımından daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Fakat, t testine göre dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu, olumlu duygu alt boyutu ve toplam puanlarda cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Kardeş sayısı değişkenine göre çocukların öz düzenlemeleri incelendiğinde ise sadece olumlu duygu alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca kardeşe sahip çocukların dikkat/dürtü kontrolü alt boyutu, olumlu duygu alt boyutu ve toplam puan ortalamaları, tek olan çocuklardan daha yüksek çıkmıştır. Çocukların doğum sırasına göre öz düzenlemeleri incelendiğinde ise olumlu duygu alt boyutu ve toplam puanlar için çocuğun dünyaya geldiği aile içindeki doğum sırasına göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır. İlk doğan çocukların dikkat/dürtü alt boyutu, olumlu duygu alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında diğer gruptaki çocuklara nazaran daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Annelerin yaşına göre çocukların duygu düzenleme puanlarına bakıldığında ise 24-29 yaş arasındaki annelerin çocuklarının dikkat/dürtü alt boyutu ve toplam puan ortalamaları 30-34 ve 35-39 yaş arasındaki annelerin çocuklarının puanlarında daha yüksek çıkmıştır. Ancak çocukların öz düzenleme puanları toplam ortalamaları, dikkat/dürtü alt boyutu ve olumlu duygu alt boyutu arasında, annelerin yaşına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Babaların yaşına göre çocukların duygu düzenleme puanlarına bakıldığında ise 24-29 yaş arasındaki babaların çocuklarının dikkat/dürtü alt boyutundan aldıkları puanlar, yaşı daha büyük olan babaların çocuklarına göre daha yüksek çıkmıştır. Fakat olumlu duygu alt boyutunda ise bu durumun tam tersi görülmüştür. Çocukların öz düzenleme puanları toplam ortalamaları, dikkat/dürtü alt boyutu ve olumlu duygu alt boyutu arasında, annelerin yaşına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Annelerin öğrenim durum ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkide ise anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Anneleri lisans mezunu olan çocukların dikkat/dürtü alt boyutundan aldıkları puanlar ve toplam puan ortalamaları, daha düşük öğrenim durumuna sahip olan annelerin çocuklarından daha

yüksek çıkmıştır. Buna karşın lise mezunu olan annelerin çocuklarının olumlu duygu alt boyutundan aldıkları puanlar diğer çocuklarınkinden yüksek bulunmuştur. Babaların öğrenim durum ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkide de anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Babaları lisans mezunu olan çocukların dikkat/dürtü alt boyutu ile olumlu duygu alt boyutundan aldıkları puanlar ve toplam puan ortalamaları, daha düşük öğrenim durumuna sahip olan babaların çocuklarından daha yüksek çıkmıştır. Babaların çalışma durumlarına göre ise çocukların dikkat/dürtü alt boyutu ile olumlu duygu alt boyutundan aldıkları puanlar ve toplam puan ortalamaları, çalışmayan babaların çocuklarından daha yüksek bulunmuştur. Çocukların dikkat/dürtü alt boyutu ve toplam puan ortalamaları ile babalarının çalışma durumuna göre ortada anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Son olarak çekirdek aile ve geniş aile yapılarına göre çocukların öz düzenlemelerine bakılmıştır. Çekirdek aile içinde yetişen çocukların dikkat/dürtü alt boyutu ile olumlu duygu alt boyutundan aldıkları puanlar ve toplam puan ortalamaları, geniş ailede yetişen çocuklardan daha yüksek çıkmıştır. Bu da aile yapısının çocukların öz düzenlemeleri üzerinde anlamlı bir farklılık yarattığını göstermektedir.

Gümrükçü-Bilgili ve Deniz (2020), 60-72 aylık okul öncesi çocuklarının öz düzenlemeleri ile öğrenme davranışları arasındaki ilişkiye baktıkları çalışmada toplam 164 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada "4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Öğretmen Formu)" ve "Okul Öncesi Öğrenme Davranışları Ölçeği" araçları veri toplamak için kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre okul öncesi çocuklarının öz düzenleme becerileri ile öğrenme davranışları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bulgular daha detaylı olarak incelendiğinde, öz düzenleme becerilerinden elde edilen en yüksek düzey çalışma belleği boyutundan elde edilmiştir. Ardından dikkat ve engelleyici kontrol boyutları gelmektedir. Öğrenme davranışlarında ise en yüksek düzey dikkat devamlılığı boyutundan elde edilmiştir. Ardından yetkinlik ve motivasyon alt boyutu ile öğrenmeye karşı tutum alt boyutu gelmiştir. Öz düzenlemenin alt boyutlarından olan engelleyici kontrol ve de çalışma belleği ile öğrenme davranışlarının alt boyutlarından olan yetkinlik ve motivasyon, dikkat devamlılığı ve öğrenmeye karşı tutum arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yapılan regresyon analizleri, engelleyici kontrol ve dikkat değişkenin yetkinlik ve motivasyonu anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Dikkat devamlılığı değişkenini ise öz düzenlemenin boyutlarından olan dikkat alt boyutunun yordadığı saptanmıştır. Aynı

şekidle öğrenmeye karşı tutum değişkenini de öz düzenleme becerilerinden sadece dikkat alt boyutunun yordadığı bulunmuştur.

Saraç ve diğerleri (2021), 60-72 aylık okul öncesi çocuklarının öz düzenlemeye dair becerilerini cinsiyet ve ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre inceledikleri çalışmada toplam 2091 çocuk ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak "Demografik Bilgi Formu" ve "4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Öğretmen Formu)" kullanılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, öz düzenlemenin toplam puanında ve engelleyici kontrol, dikkat ve çalışma belleği alt boyutlarında kız çocuklarının erkeklere nazaran daha yüksek puanlar elde ettiği ve bu farkların anlamlı olduğu bulunmuştur. Annenin eğitim durumu ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise eğitim durumu yükseldikçe çocukların tüm alt boyutlardan aldığı puanların ve toplam öz düzenleme puanlarının da yükseldiği görülmüştür. Daha ayrıntılı olarak bakıldığında, lise mezunu olan annelerin çocuklarının engelleyici kontrol alt boyutundan aldıkları puanlar, lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının aldıkları puanlardan düşük bulunmuştur. Lise mezunu olan annelerin çocuklarının dikkat alt boyutundan aldıkları puanlar da lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının aldıkları puanlardan düşük çıkmıştır. Fakat lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının dikkat puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Lise mezunu olan annelerin çocuklarının çalışma belleği alt boyutundan aldıkları puanlar da lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının aldıkları puanlardan düşük bulunmuştur. Fakat, lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının çalışma belleği puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Toplam öz düzenleme puanlarına bakıldığında, lise mezunu olan annelerin çocuklarının öz düzenlemeden aldıkları puanlar, lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının almış oldukları puanlardan düşük bulunmuş; fakat lisans ve lisansüstü mezunu annelerin çocuklarının öz düzenlemeden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Annesi çalışan çocukların öz düzenleme puanlarına bakıldığında ise bu çocukların, annesi çalışmayan çocuklara göre öz düzenlemeden ve alt boyutlarından daha yüksek puanlar elde ettikleri görülmüştür. Babaların eğitim durumu ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkide ise, aynı şekilde babanın eğitim durumu arttıkça çocukların toplam öz düzenlemeden ve alt boyutlarından aldıkları puanlar artmaktadır. Lise mezunu olan babaların çocukları engelleyici kontrol puanları, lisans ve lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarından

düşük bulunmuştur. Babaları lisans mezunu olan çocukların öz düzenleme puanları da babaları lisansüstü mezunu olan çocuklarınkinden düşük bulunmuştur. Lise mezunu olan babaların çocuklarının dikkat puanları da lisans ve lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarının puanlarından düşük çıkmıştır. Babaları lisans mezunu olan çocukların öz düzenleme puanları ise babaları lisansüstü mezunu olan çocuklardan düşük bulunmuştur. Çalışma belleği açısından incelendiğinde ise, lise mezunu olan babaların çocuklarının çalışma belleği puanları, lisans ve lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarından düşük çıkmıştır. Fakat, lisans ve lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarının çalışma belleği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Toplam öz düzenleme puanlarına bakıldığında, lise mezunu olan babaların çocuklarının öz düzenlemeden aldıkları puanlar, lisans ve lisansüstü mezunu babaların çocuklarının almış oldukları puanlardan düşük bulunmuştur. Buna benzer şekilde lisans mezunu olan babaların çocuklarının elde ettikleri puanlar da lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarından anlamlı bir şekilde düşük bulunmuştur.

Arslan ve diğerleri (2021), 48-72 aylık okul öncesi çocuklarının öz düzenleme becerilerini; cinsiyet, yaş, ailenin gelir düzeyi, çocukların devam ettikleri kurumun türü ve süresi bakımından inceledikleri çalışmada toplam 226 çocuk ile çalışmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, çocukların cinsiyetleri ile öz düzenleme becerilerinin toplam puanı ve alt boyutları arasında kızlar lehine anlamlı bir fark vardır. Kızların öz düzenlemeye dair becerileri erkek çocuklarınkinden yüksek çıkmıştır. Çocukların yaşlarına göre incelendiğinde ise öz düzenleme toplam puanı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ailelerin gelir düzeylerine göre incelendiğinde, gelir düzeyi arttıkça çocukların genel öz düzenleme ölçeğinden ve alt boyutlarından aldıkları puanların azaldığı görülmüştür. Çocukların okul öncesi eğitime devam etme süreleri ileyse sadece öz düzenlemenin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çocukların okula gitme süreleri arttıkça öz düzenlemenin alt boyutlarından alınan puanlar paralel bir şekilde artış göstermektedir. Çocukların okullarının türüne göre öz düzenleme becerilerine bakıldığında ise ne öz düzenleme toplam puanında ne de alt boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

BÖLÜM 3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veriler ve toplanması, verilerin çözümlenmesi ve yorumlanması ile ilgili bilgiler verilmektedir.

3.1 Araştırma Modeli

Bu çalışmada ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla betimsel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modeli ile iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişime uğrayıp uğramadığına; bir değişim söz konusuysa da bunun nasıl olduğunu belirlemeye çalışılmaktadır (Karasar, 2011).

3.2 Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan ve bu çalışmaya gönüllü bir şekilde katılan 48-72 aylık çocuğa sahip (N=206) ebeveyn oluşturmaktadır. Tüm katılımcılara ve verilere çevrimiçi ortamlar üzerinden (E-mail, Google Forms) ulaşılmıştır. Çalışma grubuna dair tanımlayıcı özelliklerle ilgili frekans dağılımları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Ebeveynlerin ve Çocukların Demografik Değişkenlere Göre Dağılımları

Değişkenler	Grup	N	Yüzde%
Ebeveyn Cinsiyet	Kadın	183	88,8
	Erkek	23	11,2
Ebeveyn Yaş	25-32 yaş	56	27,2
	33-40 yaş	123	59,7
	41 yaş ve üzeri	27	13,1
Çocuk Cinsiyet	Kız	103	50
	Erkek	103	50
Çocuk Yaş	4 yaş	49	23,8
	5 yaş	74	35,9
	6 yaş	83	40,3
Anne Eğitim Durumu	İlkokul/Ortaokul	22	10,7
	Lise	56	27,2
	Üniversite	107	51,9

	Yüksek lisans/Doktora	21	10,2
	İlkokul/Ortaokul	19	9,2
	Lise	58	28,2
Baba Eğitim Durumu	Üniversite	100	48,5
	Yüksek lisans/Doktora	29	14,1
Anne Çalışma Durumu	Çalışıyor	117	56,8
	Çalışmıyor	89	43,2
Baba Çalışma Durumu	Çalışıyor	206	100,0
	Normal doğum	53	25,7
Çocuğun Doğum Şekli	Sezaryen doğum	136	66
	Epidural doğum	17	8,3
Gebeliğin Planlı Olması	Evet	177	85,9
	Hayır	29	14,1
	Tek çocuk	64	31,1
Çocuk Sayısı	2 çocuk	102	49,5
	3 çocuk ve üzeri	40	19,4
	İlk çocuk	108	52,4
Kaçıncı Çocuk	2. çocuk	79	38,3
	3. çocuk ve üzeri	19	9,2
	Hiç eğitim almadı	16	7,8
Çocuğun Okul Öncesi Eğitime Devam Süresi	1 yıl	123	59,7
	2 yıl	38	18,4
	3 yıl ve üzeri	29	14,1
Toplam		206	100,0

Tablo 1'de ebeveynlerin ve çocuklarının özellikleri incelendiğinde; ebeveynlerin %88,8'inin kadın, %11,2'sinin erkek olduğu ve yaşlarına bakıldığında %27,2'sinin 25-32 yaş, %59,7'sinin 33-40 yaş ve %13,1'inin 41 yaş ve üzeri olduğu belirlenmiştir. Çocuklarının ise %50,0'ının kız, %50,0'ının erkek olduğu tespit edilmiştir. Çocukların yaşlarına bakıldığında, %23,8'inin 4 yaşında, %35,9'unun 5 yaşında ve %40,3'ünün 6 yaşında olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumları incelendiğinde, annelerin %10,7'sinin ilkokul/ortaokul, %27,2'sinin lise, %51,9'unun üniversite ve %10,2'sinin yüksek lisans/doktora mezunu olduğu, babaların ise %9,2'sinin ilkokul/ortaokul, %28,2'sinin lise, %48,5'inin üniversite ve %14,1'inin yüksek lisans/doktora mezunu olduğu görülmüştür. Annelerin %56,8'i çalışırken babaların tamamının çalıştığı belirlenmiştir. Çocukların %25,7'sinin normal doğum, %66,0'ının sezaryen doğum ve %8,3'ünün epidural doğumla dünyaya geldiği ve bu gebeliklerin %85,9'unun planlı gebelik olduğu görülmüştür. Katılımcıların %31,1'inin tek çocuğa, %49,5'inin 2 çocuğa, %19,4'ünün 3 ve üzeri sayıda çocuğa sahip olduğu, söz konusu çocuğun ebeveynlerin %52,4'ünün ilk

çocuğu, %38,3'ünün 2.çocuğu, %9,2'sinin 3. ve üzeri sırada çocuğu olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %7,8'inin çocuğunun okul öncesi hiç eğitim almadığı belirlenirken %59,7'sinin 1 yıl, %18,4'ünün 2 yıl, %14,1'inin 3 yıl ve üzeri süre eğitim aldığı belirlenmiştir.

3.3 Veriler ve Toplanması

Araştırmaya dair veriler, Maltepe Üniversitesi Etik Kurulundan alınan izin doğrultusunda 2022-2023 yılının bahar döneminde toplanmıştır. Araştırmanın verileri, araştırmaya katılan katılımcılar hakkında demografik bilgiler edinebilmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve bununla birlikte ebeveynlerin çocuk yetiştirirken sergilemiş oldukları tutumları ölçmek amacıyla geliştirilen "Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)", 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmek amacıyla Türkçeye adapte edilen "Duygu Düzenleme Ölçeği (ERC)" ve yine 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan "4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (A Formu)" araçları kullanılarak elde edilmiştir. Bilgilendirilmiş Onam Formu ile katılımcıların gönüllü olarak araştırmaya katılımları sağlanmıştır.

3.3.1 Kişisel bilgi formu

Araştırmaya katılan katılımcılar hakkında demografik bilgiler edinebilmek amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanan bir formdur. Bu formla birlikte ailenin yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, gebelik şekli, çocuğun doğum şekli, ailedeki çocuk sayısı, doğum sırası, okul öncesi eğitime devam süresi gibi temel konularda bilgi sağlanması amaçlanmıştır (Ek 3).

3.3.2 Ebeveyn tutum ölçeği

Karabulut-Demir ve Şendil (2008) tarafından geliştirilen bu ölçek, 2-6 yaş aralığında çocuğu olan ebeveynlerin, çocuklarını yetiştirirken sergilemiş oldukları tutumları ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. "Demokratik", "otoriter", "aşırı koruyucu" ve "izin verici" olmak üzere dört alt boyuttan oluşan bu ölçek beşli likert şeklinde doldurulmakta ve 46 maddeden oluşmaktadır. Demokratik boyut için toplam 17 madde vardır. Bu boyut 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 20, 23, 25, 29, 36, 37, 38, 42 numaralı maddelerle ölçülmektedir. Otoriter boyut için toplam 11 madde vardır ve bu boyut 3, 9, 11, 19, 26, 27, 32, 35, 39,

40, 45 maddeleriyle ölçülmektedir. Aşırı koruyucu boyut içinse toplam 9 madde vardır ve bu boyut 4, 8, 12, 16, 21, 22, 28, 41, 46 maddeleriyle ölçülmektedir. Son olarak izin verici boyut için olan toplam 9 madde madde vardır ve bu boyut 1, 17, 24, 30, 31, 33, 34, 43, 44 maddeleriyle ölçülmektedir. Ebeveyn Tutum Ölçeğinde ters kodlanan maddeler yoktur. Ölçekten toplam puan elde edilmemektedir. Bunun yerine boyutlardan elde edilen puanlar ayrı şekilde hesaplanır. Sonucunda da her boyut için bir puana sahip olunur. Demokratik tutum alt boyutu için alınabilen en yükse puan 85, en düşük puan ise 17 puandır. Otoriter tutum alt boyutu içinse en yüksek puan 55 iken, en düşük puan 11; aşırı koruyucu tutum alt boyunda en yüksek puan 45 iken, en düşük puan 9 ve son olarak izin verici tutum için alınabilecek en yüksek puan 45 iken, alınabilecek en düşük puan 9 puandır. Alınan yüksek puanlar, o boyutun yansıttığı davranışı benimsemek anlamını taşır. Ölçek için yapılan geçerlik güvenilirlik çalışmalarında ölçeğin demokratik, otoriter, aşırı koruyucu ve izin verici boyutları için Cronbach alfa değerleri ise sırasıyla .83, .76, .75 ve .74 olarak bulunmuştur (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008). Katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda araştırma kapsamında kullanılmış olan bu ölçme aracına ait güvenirlik analizi sonuçları aşağıda Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Ebeveyn Tutum Ölçeği'ne Ait Güvenilirlik Analizi

Ölçek ve Alt boyutlar	*N*	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Demokratik	206	17	0,815
Otoriter	206	11	0,852
Aşırı Koruyucu	206	9	0,762
İzin Verici	206	9	0,745

Katılımcıların; ebeveyn tutum düzeylerine ait ölçek güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ebeveynlerin demokratik düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları Cronbach's Alpha değerinin **α**=.81 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer demokratik tutum alt boyutunun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Otoriter düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.85 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer otoriter tutum alt boyutunun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Aşırı koruyucu düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.76 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer aşırı koruyucu tutum alt

boyutunun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Son olarak izin verici düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.74 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer de izin verici tutum alt boyutunun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.3.3 Duygu düzenleme ölçeği

Shields ve Cicchetti (1997) tarafından geliştirilmiş olan bu ölçek, çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Batum ve Yağmurlu (2007) tarafından Türkçe'ye adapte edilen bu ölçek dörtlü likert tipindedir. "Değişkenlik-olumsuzluk" ve "duygu düzenleme-kontrol" olmak üzere iki alt boyuttan oluşan bu ölçek 24 maddeden oluşmaktadır. Alınabilecek en yüksek puanın 48, en düşük puanın ise 17 olduğu değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu için yüksek puanlar duygu düzenlemede yaşanan güçlüklere işaret etmektedir. Bu boyut için toplam 15 madde vardır. Bu boyut 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24 ve 4R, 5R, 9R, 11R maddeleri ile ölçülmektedir fakat R ile gösterilmiş olan maddelerin puanlamaları tersine çevrilecek şekilde yapılmaktadır. Duygu düzenleme-kontrol alt boyutu içinse toplam 8 madde bulunmaktadır. Bu boyut 1, 3, 7, 15, 21, 23, 16R, 18R maddeleriyle ölçülmektedir ve burada da R ile gösterilen maddelerin skorları tersine çevrilmelidir. Bu boyuttan alınan yüksek puanlar yüksek duygu düzenleme becerileri anlamına gelmektedir ve bu alt boyut için alınabilecek en yüksek puan 32 iken alınabilecek en düşük puan ise 15'tir. 12. madde ise bu boyutlardan hiçbirinde puanlanmaz. Ölçeğin toplam puanı içinse alınabilecek en fazla puan 73 ve en az puan da 44 puandır. Yapılan geçerlik güvenilirlik çalışmalarında ölçeğin iç tutarlılık katsayıları değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu ve duygu düzenleme alt boyutu için sırasıyla .75 ve .73 olarak bulunmuştur (Altan ve Yağmurlu, 2010; Batum ve Yağmurlu, 2007). Katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda araştırma kapsamında kullanılmış olan bu ölçme aracına ait güvenirlik analizi sonuçları aşağıda Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Duygu Düzenleme Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi

Ölçek ve Alt boyutlar	*N*	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Değişkenlik/Olumsuzluk	206	15	0,780
Duygu Düzenleme/Kontrol	206	8	0,667
Duygu Düzenleme Genel	206	24	0,836

Duygu düzenleme düzeylerine ait ölçek güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin **α**=.83 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Değişkenlik/olumsuzluk düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.78 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Duygu düzenleme/kontrol düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.66 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.3.4 4-6 yaş çocuklarına yönelik öz-düzenleme becerileri ölçeği (A formu)

Erol ve İvrendi (2018) tarafından geliştirilen bu ölçek, 48-72 aylık okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerini, ebeveyn görüşmeleri aracılığıyla ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. "Dikkat", "çalışma belleği", "engelleyici kontrol-duygu" ve "engelleyici kontrol-davranış" olmak üzere dört alt boyuttan oluşan bu ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert şeklinde doldurulmaktadır. Bu ölçek için alınabilecek en yüksek puan 100 iken; en düşük puan 20'dir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar öz düzenlemeye dair dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin geneli için .90; dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış alt boyutları için sırasıyla .89, .89, .82 ve .77 olarak bulunmuştur (Erol ve İvrendi, 2018). Katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda araştırma kapsamında kullanılmış olan bu ölçme aracına ait güvenirlik analizi sonuçları aşağıda Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Öz Düzenleme Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi

Ölçek ve Alt boyutlar	*N*	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Dikkat	206	6	0,850
Çalışma Belleği	206	5	0,837
Engelleyici Kontrol/Duygu	206	5	0,756
Engelleyici Kontrol/Davranış	206	4	0,718
Öz Düzenleme Genel	206	20	0,883

Öz düzenleme düzeylerine ait ölçek güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin **α**=.88 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Dikkat düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.85 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Çalışma belleği düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.83 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Engelleyici kontrol/duygu düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.75 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Engelleyici kontrol/davranış düzeylerine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, Cronbach's Alpha değerinin **α**=.71 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Araştırma kapsamında katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 24 programı ile analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımlarının verilmesinde betimleyici analizlerden frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklere ait betimleyici analizlerde ise ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir. Elde edilen verilerin dağılımın normal dağılım göstermesi sonucunda hipotez testleri istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde test edilmiş olup, ölçeklerden elde edilen puanların ikili gruplara göre farklarının incelenmesi için "Bağımsız Örneklem T-Testi"; ikiden fazla gruplar arasındaki farkların belirlenmesi için "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)"'dan yararlanılmıştır. Anova testlerinde gruplar arasındaki farkın hangi gruptan kaynaklandığının incelenmesinde ise post-hoc testlerinden olan "Scheffe Testi" kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi için "Pearson Korelasyon Analizi" yapılmıştır. Likert yapılı ölçeklerin güvenirlik düzeylerinin belirlenmesi içinse "Cronbach's Alpha Analizi" uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen puanlara ilişkin normalliğin test edildiği bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Ebeveyn Tutum Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve 4-6- Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Ölçeğine Ait Normallik Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Merkezi Eğilim Ölçümleri					
	Min.	Max.	$\bar{X}$	*s.s.*	Çarpıklık	Basıklık
Demokratik	55	85	77,36	5,94	-0,831	0,441
Otoriter	11	43	20,66	6,49	1,212	1,311
Aşırı Koruyucu	16	45	31,84	5,89	-0,063	-0,537
İzin Verici	10	35	20,94	5,37	0,334	-0,550
Değişkenlik/Olumsuzluk	15	51	29,60	6,78	0,701	0,610
Duygu Düzenleme/Kontrol	9	34	16,78	4,24	0,804	1,301
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	26	85	46,39	9,97	0,772	0,993
Dikkat	12	30	23,85	3,80	-0,505	0,041
Çalışma Belleği	13	25	22,69	2,63	-1,115	0,798
Engelleyici Kontrol/Duygu	9	25	20,54	3,12	-0,673	0,554
Engelleyici Kontrol/Davranış	5	20	13,35	3,26	-0,146	-0,177
Genel Öz Düzenleme Becerisi	49	100	80,45	9,724	-0,455	0,515

Tablo 5'te verilerin dağılımını incelerken, merkezi eğilim ölçümlerinden ortalama ve medyanın yakınlığının yanı sıra çarpıklık ile basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında olması nedeniyle, her bir ölçeğe ait dağılımın normal olduğu belirlenmiştir (George ve Mallery 2010).

BÖLÜM 4. BULGULAR VE TARTIŞMA

4.1 Bulgular

Aşağıda yer alan tablolarda ve tablolara ilişkin açıklamalarda katılımcıların Ebeveyn Tutum Ölçeği ve alt boyutlarından almış oldukları puan ortalamaları ve standart sapmaları; bununla birlikte ebeveyn algısına göre 48-72 aylık çocuklarının Duygu Düzenleme Ölçeği ve alt boyutları ile 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) ve alt boyutlarından almış oldukları puan ortalamaları ve standart sapmaları gösterilmiştir. Ayrıca katılımcılardan elde edilen verilerin demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ilişkin bulgular ile ebeveynlik stilleri, duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin birbirleriyle ilişkisine dair bulgular da sunulmuştur.

4.1.1 Birinci araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, çalışmanın ilk araştırma sorusuyla ilgili olarak ebeveynlerin genel tutum düzeylerine dair betimsel istatistikler incelenmiştir.

Tablo 6. Ebeveyn Genel Tutum Düzeylerine Ait Bulgular

Alt Boyutlar	*N*	$\bar{X}$	Sonuç
Demokratik	*206*	77,36	Çok Yüksek
Otoriter	*206*	20,66	Düşük
Aşırı Koruyucu	*206*	31,84	Yüksek
İzin Verici	*206*	20,94	Düşük

Tablo 6'da ebeveynlerin tutum düzeylerine ait betimsel bulgular incelendiğinde, katılımcıların demokratik toplam puanının ($\bar{x}$=77,36) ve çok yüksek düzeyde; otoriter toplam puanının ($\bar{x}$=20,66) ve düşük düzeyde; aşırı koruyucu toplam puanının ($\bar{x}$=31,84)

ve yüksek düzeyde; izin verici toplam puanının ise ($\bar{x}$=20,84) ve düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

4.1.2 İkinci araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu kısımda, ikinci araştırma sorusuyla ilgili olarak ebeveynlerin ebeveyn tutumu ölçeğinden aldıkları puanların; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresine göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 7. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*P*
Demokratik	Kadın	183	77,49	5,90	0,862	204	0,389
	Erkek	23	76,35	6,49			
Otoriter	Kadın	183	20,55	6,48	-0,704	204	0,482
	Erkek	23	21,57	6,73			
Aşırı Koruyucu	Kadın	183	31,91	5,89	0,482	204	0,669
	Erkek	23	31,35	6,03			
İzin Verici	Kadın	183	20,82	5,16			
	Erkek	23	21,96	6,93	-0,995	204	0,341
	Erkek	23	151,22	16,14			

Tablo 7 incelendiğinde, ebeveynlerin demokratik, otoriter, aşırı koruyucu, izin verici tutum puan ortalamalarının ebeveyn cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, ebeveynlerin alt boyutlara ilişkin puan ortalamalarında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir (p>0.05).

Tablo 8. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Cinsiyeti	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*Sd*	*p*
Demokratik	Kız	103	77,45	6,10	0,210	204	0,834
	Erkek	103	77,27	5,85			
Otoriter	Kız	103	19,62	6,00	-2,230	204	**0,021***
	Erkek	103	21,71	6,83			
Aşırı Koruyucu	Kız	103	31,80	6,01	-0,118	204	0,906
	Erkek	103	31,89	5,80			
İzin Verici	Kız	103	20,87	5,07	-0,194	204	0,847
	Erkek	103	21,02	5,69			

*p<0,05

Tablo 8'e göre, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuklarının cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, demokratik, aşırı koruyucu ve izin verici tutum alt boyutlarına dair puan ortalamalarında cinsiyete bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Bununla birlikte, ebeveynlerin otoriter tutumdan almış oldukları puan ortalamalarının, çocuklarının cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=-2.230; p=0.021; p<0.05). Erkek çocuğa sahip ebeveynlerin ($\bar{X}$=21,71) otoriter tutum alt boyutundan almış oldukları puan ortalamalarının, kız çocuğuna sahip ebeveynlere ($\bar{X}$=19,61) göre daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Çalışma Durumu	*n*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*Sd*	*p*
Demokratik	Çalışıyor	117	77,97	5,92	1,681	204	0,094
	Çalışmıyor	89	76,56	5,96			
Otoriter	Çalışıyor	117	20,41	6,16	-0,644	204	0,520
	Çalışmıyor	89	21,00	6,94			
Aşırı Koruyucu	Çalışıyor	117	30,50	5,88	-3,868	204	**0,000***
	Çalışmıyor	89	33,61	5,45			
İzin Verici	Çalışıyor	117	21,58	5,35	1,955	204	0,052
	Çalışmıyor	89	20,11	5,34			

*p<0,05

Tablo 9'a göre, ebeveynlerin tutum düzeylerinin annelerin çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, ebeveynlerin demokratik, otoriter ve izin verici tutum alt boyutlarına dair puan ortalamalarında annenin çalışma durumuna bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Bununla birlikte, ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumdan almış oldukları puan ortalamalarının, annelerin çalışma durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=-3.868; p=0.000; p<0.05). Çalışmayan annelerin aşırı koruyucu tutumdan aldıkları puan ortalamaları ($\bar{X}$=33,61), çalışan annelerin almış oldukları puanlara ($\bar{X}$=30,50) göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 10. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Yaşına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*
Demokratik	25-32 yaş	56	77,88	5,99	1,496	0,226
	33-40 yaş	123	76,81	6,19		
	41 yaş ve üzeri	27	78,78	4,55		
Otoriter	25-32 yaş	56	19,71	6,34	0,822	0,441
	33-40 yaş	123	21,02	6,67		
	41 yaş ve üzeri	27	21,04	6,02		
Aşırı Koruyucu	25-32 yaş	56	32,21	5,91	0,160	0,852
	33-40 yaş	123	31,67	5,69		
	41 yaş ve üzeri	27	31,85	6,90		
İzin Verici	25-32 yaş	56	20,38	5,74	0,433	0,649
	33-40 yaş	123	21,17	5,23		
	41 yaş ve üzeri	27	21,11	5,39		
	33-40 yaş	123	150,67	13,32		
	41 yaş ve üzeri	27	152,78	14,03		

Tablo 10 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin ebeveyn yaşına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi uygulanmıştır. Yapılan anova testi sonucuna göre, ebeveynlerin tutum düzeylerinin yaşlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermediği saptanmıştır (p>0.05).

Tablo 11. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuk Yaşına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Yaşı	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Demokratik	4 yaş	49	77,47	5,50	0,907	0,405	
	5 yaş	74	78,00	5,30			
	6 yaş	83	76,72	6,74			
Otoriter	4 yaş	49	21,33	5,72	0,367	0,693	
	5 yaş	74	20,31	6,08			
	6 yaş	83	20,59	7,29			
Aşırı Koruyucu	4 yaş(1)	49	30,80	5,01	3,255	**0,041***	(1-3)
	5 yaş(2)	74	31,14	6,43			
	6 yaş(3)	83	33,10	5,72			
İzin Verici	4 yaş	49	21,65	5,61	0,562	0,571	
	5 yaş	74	20,66	5,24			
	6 yaş	83	20,78	5,39			
	5 yaş	74	150,11	12,66			
	6 yaş	83	151,19	15,23			

*p<0,05

Tablo 11 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocukların yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi uygulanmıştır. Yapılan anova testi sonucuna göre, ebeveynlerin demokratik, otoriter ve izin verici tutum puan ortalamalarında çocuk yaşına bağlı anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (p>0.05). Bununla birlikte ebeveynlerin aşırı koruyucu tutum puanlarının, çocuk yaşlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F=3.255; p=0.041; p<0.05). 6 yaşında çocuğu olan ebeveynlerin ($\bar{X}$=33,10) aşırı koruyucu tutum puan ortalamaları, 4 yaşında çocuğu olan ebeveynlere ($\bar{X}$=30,80) göre daha yüksek seviyede bulunmuştur.

Tablo 12. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Demokratik	İlkokul/Ortaokul	22	74,95	6,93	1,995	0,116	
	Lise	56	76,80	6,40			
	Üniversite	107	78,14	5,40			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	77,38	6,04			
Otoriter	İlkokul/Ortaokul	22	21,18	6,91	0,243	0,866	
	Lise	56	20,71	6,59			
	Üniversite	107	20,36	6,48			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	21,52	6,27			
Aşırı Koruyucu	İlkokul/Ortaokul(1)	22	35,82	5,25	10,428	**0,000***	(1-3) (1-4) (2-3) (2-4)
	Lise(2)	56	33,89	5,62			
	Üniversite(3)	107	30,55	5,38			
	Yüksek Lisans/Doktora(4)	21	28,81	6,25			
İzin Verici	İlkokul/Ortaokul	22	20,09	5,08	0,694	0,557	
	Lise	56	20,38	5,14			
	Üniversite	107	21,44	5,81			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	20,86	3,88			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	148,57	11,92			

*p<0,05

Tablo 12 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin annelerin eğitim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi uygulanmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, ebeveyn demokratik, otoriter ve izin verici tutum alt boyutlarına

dair puan ortalamalarında annenin eğitim durumuna bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Bununla birlikte, ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumdan almış oldukları puan ortalamalarının, annelerin eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır (F=10.428; p=0.000; p<0.05). Anne eğitim durumu ilkokul/ortaokul ($\bar{X}$=35,89) ve lise mezunu olan ebeveynlerin ($\bar{X}$=33,89) aşırı koruyucu tutum puanları, üniversite ($\bar{X}$=30,55) ve yüksek lisans/doktora mezunu olan ebeveynlere ($\bar{X}$=28,81) göre daha yüksek seviyede bulunmuştur.

Tablo 13. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	*Scheffe*
Demokratik	İlkokul/Ortaokul	19	22,16	5,66	1,011	0,389	
	Lise	58	23,36	3,99			
	Üniversite	100	23,99	3,34			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	25,52	2,81			
Otoriter	İlkokul/Ortaokul	19	21,74	3,65	0,957	0,414	
	Lise	58	22,84	2,66			
	Üniversite	100	22,58	2,55			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	23,41	1,86			
Aşırı Koruyucu	İlkokul/Ortaokul(1)	19	19,58	4,54	12,438	**0,000***	(1-3) (1-4) (2-3) (2-4)
	Lise(2)	58	20,93	2,85			
	Üniversite(3)	100	20,46	3,04			
	Yüksek Lisans/Doktora(4)	29	20,69	2,78			
İzin Verici	İlkokul/Ortaokul	19	13,42	3,56	1,130	0,338	
	Lise	58	13,02	3,42			
	Üniversite	100	13,36	3,26			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	13,93	2,76			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	83,55	7,13			

*p<0,05

Tablo 13 incelendiğinde ebeveynlerin tutum düzeylerinin babaların eğitim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi uygulanmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, ebeveynlerin demokratik, otoriter ve izin verici tutum alt boyutlarına dair puan ortalamalarında babanın eğitim durumuna bağlı anlamlı bir farklılık

bulunmamıştır (p>0.05). Bununla birlikte, ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumdan almış oldukları puan ortalamalarının, babaların eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır (F=12.438; p=0.000; p<0.05). Baba eğitim durumu ilkokul/ortaokul ($\bar{X}$=19,58) ve lise mezunu olan ebeveynlerin ($\bar{X}$=20,93) aşırı koruyucu tutum puanları, üniversite ($\bar{X}$=20,46) ve yüksek lisans / doktora mezunu olan ebeveynlere ($\bar{X}$=20,69) göre daha düşük seviyede bulunmuştur.

Tablo 14. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Gebeliğin Planlı Olması	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*p*
Demokratik	Evet	177	77,41	6,01	0,316	204	0,753
	Hayır	29	77,03	5,77			
Otoriter	Evet	177	21,12	6,79	2,507	204	**0,013***
	Hayır	29	17,90	3,11			
Aşırı Koruyucu	Evet	177	32,32	5,97	2,925	204	**0,004***
	Hayır	29	28,93	4,50			
İzin Verici	Evet	177	20,74	5,44	-1,364	204	0,174
	Hayır	29	22,21	4,92			
	Hayır	29	146,07	7,57			

*p<0,05

Tablo 14'e göre, ebeveynlerin tutum düzeylerinin gebeliklerinin planlı olup olmamasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, otoriter tutum alt boyutunda gebeliğin planlı olmasına göre farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=2.507; p=0.013; p<0.05). Gebeliği planlı olan ebeveynlerin ($\bar{X}$=21,12) otoriter tutum alt boyutundan aldıkları puan ortalamalarının, gebeliği planlı olmayan ebeveynlere ($\bar{X}$=17,90) göre daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Aşırı koruyucu tutum alt boyutundan alınan puan ortalamalarına bakıldığında da gebeliğin planlı olmasına göre farklılık gösterdiği görülmüştür (t=2.925; p=0.004; p<0.05). Gebeliği planlı olan ebeveynlerin ($\bar{X}$=32,32) aşırı koruyucu tutum alt boyutu puan ortalamaları, gebeliği planlı olmayan ebeveynlere ($\bar{X}$=28,93) göre daha yüksek seviyede bulunmuştur. Bununla birlikte demokratik tutum ve izin verici tutum alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05).

Tablo 15. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Doğum Şekline Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Doğum Şekli	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Demokratik	Normal Doğrum	53	76,94	5,59	0,238	0,788
	Sezaryen Doğrum	136	77,44	6,02		
	Epidural Doğum	17	78,00	6,87		
Otoriter	Normal Doğrum	53	20,83	6,94	0,023	0,977
	Sezaryen Doğrum	136	20,60	6,40		
	Epidural Doğum	17	20,65	6,18		
Aşırı Koruyucu	Normal Doğrum	53	31,23	5,46	0,527	0,591
	Sezaryen Doğrum	136	31,97	5,99		
	Epidural Doğum	17	32,76	6,57		
İzin Verici	Normal Doğrum	53	20,38	5,58	1,329	0,267
	Sezaryen Doğrum	136	21,35	5,29		
	Epidural Doğum	17	19,47	5,41		

Tablo 15'e göre, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuğun doğum şekliyle farklılıklarının belirlenmesi için yapılan anova testi sonucunda, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuğun doğum şekline göre farklılaşmadığı görülmektedir (p>0.05).

Tablo 16. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Sayısı	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Demokratik	1 çocuk	64	77,88	5,57	1,633	0,198	
	2 çocuk	102	77,63	5,81			
	3 çocuk ve üzeri	40	75,85	6,83			
Otoriter	1 çocuk(1)	64	18,73	4,20	4,497	**0,012***	(1-2) (1-3)
	2 çocuk(2)	102	21,29	6,91			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	22,15	7,77			
Aşırı Koruyucu	1 çocuk(1)	64	30,36	6,07	3,465	**0,033***	(1-3)
	2 çocuk(2)	102	32,23	5,99			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	33,25	4,89			
İzin Verici	1 çocuk	64	20,89	5,19	0,026	0,975	
	2 çocuk	102	21,03	5,59			
	3 çocuk ve üzeri	40	20,83	5,25			
	3 çocuk ve üzeri	40	152,08	15,79			

*p<0,05

Tablo 16 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuk sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, ebeveynlerin otoriter alt boyut puan ortalamalarının, çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F=4.497; p=0.012; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin ($\bar{X}$=18,73) otoriter alt boyuttan almış oldukları puanların, 2 çocuğa ($\bar{X}$=21,29) ve 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlere ($\bar{X}$=22,15) göre daha düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Aşırı koruyucu alt boyut puan ortalamalarının da çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F=3.465; p=0.033; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin ($\bar{X}$=30,26) aşırı koruyucu alt boyuttan aldıkları puanlar, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlere ($\bar{X}$=33,25) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Bununla birlikte, demokratik ve izin verici tutum alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0.05).

Tablo 17. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Kaçıncı Çocuk	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Demokratik	İlk çocuk	108	77,33	5,98	2,174	0,116
	2. çocuk	79	78,00	5,46		
	3. çocuk ve üzeri	19	74,84	7,38		
Otoriter	İlk çocuk	108	20,04	6,10	1,808	0,167
	2. çocuk	79	21,75	7,01		
	3. çocuk ve üzeri	19	19,74	6,19		
Aşırı Koruyucu	İlk çocuk	108	31,05	6,04	2,362	0,097
	2. çocuk	79	32,52	5,70		
	3. çocuk ve üzeri	19	33,58	5,36		
İzin Verici	İlk çocuk	108	21,32	5,51	0,556	0,574
	2. çocuk	79	20,53	5,41		
	3. çocuk ve üzeri	19	20,53	4,56		

Tablo 17 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuğun doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuğun doğum sırasına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 18. Ebeveynlerin Tutum Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Okul Öncesi Eğitim Süresi	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*
Demokratik	Hiç eğitim almadı	16	76,75	6,90	0,081	0,970
	1 yıl	123	77,39	5,69		
	2 yıl	38	77,61	6,79		
	3 yıl ve üzeri	29	77,24	5,69		
Otoriter	Hiç eğitim almadı	16	23,25	7,12	1,041	0,375
	1 yıl	123	20,64	6,28		
	2 yıl	38	20,26	6,75		
	3 yıl ve üzeri	29	19,86	6,72		
Aşırı Koruyucu	Hiç eğitim almadı	16	33,50	6,76	2,574	0,055
	1 yıl	123	32,47	5,79		
	2 yıl	38	30,63	5,86		
	3 yıl ve üzeri	29	29,86	5,38		
İzin Verici	Hiç eğitim almadı	16	22,94	5,65	1,619	0,186
	1 yıl	123	20,77	5,30		
	2 yıl	38	19,89	5,47		
	3 yıl ve üzeri	29	21,97	5,29		

Tablo 18 incelendiğinde, ebeveynlerin tutum düzeylerinin çocuğun okul öncesi eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığın tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, ebeveynlerin tutum düzeylerinin, çocuğun okul öncesi eğitim alma süresine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

4.1.3 Üçüncü araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, çalışmanın üçüncü araştırma sorusuyla ilgili olarak çocukların duygu düzenleme düzeylerine dair betimsel istatistikler incelenmiştir.

Tablo 19. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerine Ait Bulgular

Alt Boyutlar	*N*	$\bar{X}$	Sonuç
Değişkenlik/Olumsuzluk	206	29,60	Düşük

Duygu Düzenleme/Kontrol	206	16,78	Orta
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	206	46,39	Düşük

Tablo 19'da çocukların duygu düzenleme düzeylerine ait betimsel bulgular incelendiğinde, çocukların genel duygu düzenleme becerisi toplam puanlarının ($\bar{x}$=46,39) ve düşük düzeyde olduğu bulunmuştur. Alt boyut toplam puanları incelendiğinde ise değişkenlik/olumsuzluk toplam puanının ($\bar{x}$=29,60) ve düşük düzeyde; duygu düzenleme/kontrol toplam puanının ise ($\bar{x}$=16,78) ve orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

4.1.4 Dördüncü araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, dördüncü araştırma sorusuyla ilgili olarak ebeveynlere göre 48-72 aylık çocuklarının sahip oldukları duygu düzenleme becerilerinin; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresi açısından farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 20. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	Kadın	183	29,57	6,83	-0,230	204	0,819
	Erkek	23	29,91	6,39			
Duygu Düzenleme/Kontrol	Kadın	183	16,89	4,37	0,996	204	0,321
	Erkek	23	15,96	2,92			
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Kadın	183	46,46	10,16	0,267	204	0,790
	Erkek	23	45,87	8,49			

Tablo 20 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveynlerinin cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveyn cinsiyetine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 21. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuk Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Cinsiyeti	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*P*
Değişkenlik/Olumsuzluk	Kız	103	29,21	7,19	-0,883	204	0,406
	Erkek	103	30,00	6,32			
Duygu Düzenleme/Kontrol	Kız	103	16,68	4,67	-0,361	204	0,719
	Erkek	103	16,89	3,79			
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Kız	103	45,89	11,05	-0,719	204	0,473
	Erkek	103	46,89	8,79			

Tablo 21 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocukların cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun cinsiyetine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 22. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Anne Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Çalışma Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*P*
Değişkenlik/Olumsuzluk	Çalışıyor	117	29,41	7,08	-0,447	204	0,634
	Çalışmıyor	89	29,87	6,36			
Duygu Düzenleme/Kontrol	Çalışıyor	117	16,57	4,16	-0,829	204	0,408
	Çalışmıyor	89	17,07	4,35			
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Çalışıyor	117	45,98	10,30	-0,676	204	0,500
	Çalışmıyor	89	46,93	9,56			

Tablo 22 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin annelerinin çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin, anne çalışma durumlarına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 23. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Yaşlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*
Değişkenlik/Olumsuzluk	25-32 yaş	56	29,52	7,54	0,016	0,985
	33-40 yaş	123	29,67	6,53		
	41 yaş ve üzeri	27	29,48	6,36		
Duygu Düzenleme/Kontrol	25-32 yaş	56	16,82	4,30	0,778	0,461
	33-40 yaş	123	16,98	4,40		
	41 yaş ve üzeri	27	15,85	3,28		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	25-32 yaş	56	46,34	10,76	0,193	0,825
	33-40 yaş	123	46,65	9,97		
	41 yaş ve üzeri	27	45,33	8,48		

Tablo 23 incelendiğinde çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveyn yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveyn yaşlarına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görüşmüştür (p>0.05).

Tablo 24. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Yaşı	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	4 yaş	49	30,63	7,70	0,744	0,476
	5 yaş	74	29,22	6,05		
	6 yaş	83	29,35	6,81		
Duygu Düzenleme/Kontrol	4 yaş	49	17,08	3,97	1,564	0,212
	5 yaş	74	16,09	4,02		
	6 yaş	83	17,23	4,54		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	4 yaş	49	47,71	10,79	0,879	0,417
	5 yaş	74	45,31	8,74		
	6 yaş	83	46,58	10,50		

Tablo 24 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuk yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocukların yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 25. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	İlkokul/Ortaokul	22	31,32	7,01	1,275	0,284
	Lise	56	30,29	5,81		
	Üniversite	107	29,26	7,36		
	Yüksek Lisans/Doktora	21	27,76	5,39		
Duygu Düzenleme/Kontrol	İlkokul/Ortaokul	22	17,77	5,16	2,148	0,095
	Lise	56	17,68	4,10		
	Üniversite	107	16,34	4,25		
	Yüksek Lisans/Doktora	21	15,67	2,96		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	İlkokul/Ortaokul	22	49,09	11,01	1,868	0,136
	Lise	56	47,96	8,65		
	Üniversite	107	45,60	10,73		
	Yüksek Lisans/Doktora	21	43,43	6,98		

Tablo 25 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin annelerinin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin annelerinin eğitim durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 26. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	İlkokul/Ortaokul	19	30,21	6,14	0,989	0,399
	Lise	58	30,78	7,20		

	Üniversite	100	29,04	6,73		
	Yüksek Lisans/Doktora	29	28,83	6,38		
	İlkokul/Ortaokul	19	18,00	2,87		
Duygu Düzenleme/Kontrol	Lise	58	17,66	5,18	2,140	0,096
	Üniversite	100	16,22	3,93		
	Yüksek Lisans/Doktora	29	16,21	3,63		
	İlkokul/Ortaokul	19	48,21	7,86		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Lise	58	48,43	11,31	1,642	0,181
	Üniversite	100	45,26	9,68		
	Yüksek Lisans/Doktora	29	45,03	8,93		

Tablo 26 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin baba eğitim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin babalarının eğitim durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 27. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Gebeliğin Planlı Olması	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	Evet	177	29,96	6,92	1,864	204	0,064
	Hayır	29	27,45	5,36			
Duygu Düzenleme/Kontrol	Evet	177	16,97	4,33	1,507	204	0,133
	Hayır	29	15,69	3,54			
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Evet	177	46,93	10,19	1,908	204	0,058
	Hayır	29	43,14	7,95			

Tablo 27 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin gebeliğin planlı olup olmamasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin gebeliğin planlı olup olması açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 28. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Şekline Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Doğum Şekli	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	Normal Doğrum	53	29,40	6,97	1,054	0,350
	Sezaryen Doğrum	136	29,96	6,73		
	Epidural Doğum	17	27,47	6,43		
Duygu Düzenleme/Kontrol	Normal Doğrum	53	16,89	4,79	0,813	0,445
	Sezaryen Doğrum	136	16,90	3,94		
	Epidural Doğum	17	15,53	4,78		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Normal Doğrum	53	46,28	10,90	1,138	0,323
	Sezaryen Doğrum	136	46,86	9,54		
	Epidural Doğum	17	43,00	10,30		

Tablo 28 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun doğum şekline göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun doğum şekline göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 29. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Evdeki Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Sayısı	*n*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Değişkenlik/Olumsuzluk	1 çocuk(1)	64	27,78	6,18	3,921	**0,021***	(1-3)
	2 çocuk(2)	102	30,10	6,68			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	31,28	7,38			
Duygu Düzenleme/Kontrol	1 çocuk(1)	64	15,45	3,67	5,292	**0,006***	(1-3)
	2 çocuk(2)	102	17,17	4,42			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	17,95	4,18			
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	1 çocuk(1)	64	43,23	8,80	5,438	**0,005***	(1-2) (1-3)
	2 çocuk(2)	102	47,26	10,12			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	49,23	10,28			

*p<0,05

Tablo 29 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuk sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi

sonucunda, ebeveyn algısına göre çocukların genel duygu düzenleme becerilerinin, evdeki çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır (F=5.438; p=0.005; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının ($\bar{X}$=43,23) genel duygu düzenleme becerisi puan ortalamaları, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlerin çocuklarına ($\bar{X}$=49,23) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Değişkenlik/olumsuzluk becerisi alt boyutunun da çocuk sayısına göre anlamlı olarak farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F=3.921; p=0.021; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının ($\bar{X}$=27,78) değişkenlik/olumsuzluk becerisi alt boyutu puan ortalamaları, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlerin çocuklarına ($\bar{X}$=31,28) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Duygu düzenleme/kontrol becerisi alt boyutu da aynı şekilde çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (F=5.292; p=0.006; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının ($\bar{X}$=15,45) duygu düzenleme/kontrol becerisi alt boyutu puan ortalamaları, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlerin çocuklarına ($\bar{X}$=17,95) göre daha düşük seviyede bulunmuştur.

Tablo 30. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Kaçıncı Çocuk	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Değişkenlik/Olumsuzluk	İlk çocuk	108	28,82	6,16	1,910	0,151
	2. çocuk	79	30,76	7,26		
	3. çocuk ve üzeri	19	29,26	7,63		
Duygu Düzenleme/Kontrol	İlk çocuk	108	16,44	4,35	1,154	0,317
	2. çocuk	79	17,35	4,27		
	3. çocuk ve üzeri	19	16,37	3,27		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	İlk çocuk	108	45,27	9,49	1,935	0,147
	2. çocuk	79	48,11	10,59		
	3. çocuk ve üzeri	19	45,63	9,50		

Tablo 30 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin, çocuğun doğum sırasına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (p>0.05).

Tablo 31. Çocukların Duygu Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Okul Öncesi Eğitim Süresi	N	$\bar{X}$	$s.s$	F	p
Değişkenlik/Olumsuzluk	Hiç eğitim almadı	16	30,81	7,32	0,416	0,742
	1 yıl	123	29,64	6,62		
	2 yıl	38	28,71	7,20		
	3 yıl ve üzeri	29	29,97	6,69		
Duygu Düzenleme/Kontrol	Hiç eğitim almadı	16	16,44	3,01	0,064	0,979
	1 yıl	123	16,84	4,22		
	2 yıl	38	16,89	5,20		
	3 yıl ve üzeri	29	16,62	3,68		
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	Hiç eğitim almadı	16	47,25	9,29	0,124	0,946
	1 yıl	123	46,48	9,69		
	2 yıl	38	45,61	11,82		
	3 yıl ve üzeri	29	46,59	9,33		

Tablo 31 incelendiğinde, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun okul öncesi eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin çocuğun okul öncesi eğitim alma süresine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ($p>0.05$).

4.1.5 Beşinci araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, beşinci araştırma sorusuyla ilgili olarak çocukların öz düzenleme düzeylerine dair betimsel istatistikler incelenmiştir.

Tablo 32. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerine Ait Bulgular

Alt Boyutlar	N	$\bar{X}$	Sonuç
Dikkat	206	23,85	Yüksek
Çalışma Belleği	206	22,69	Çok Yüksek

Engelleyici Kontrol/Duygu	206	20,54	Yüksek
Engelleyici Kontrol/Davranış	206	13,35	Orta
Genel Öz Düzenleme Becerisi	206	80,45	Yüksek

Tablo 32'de çocukların öz düzenleme düzeylerine ait betimsel bulgular incelendiğinde, çocukların genel öz düzenleme becerisi toplam puan ortalamalarının ($\bar{x}$=80,45) ve yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Alt boyutlara dair toplam puan ortalamaları incelendiğinde, dikkat becerisi ($\bar{x}$=23,85) ve yüksek düzeyde; çalışma belleği becerisi ($\bar{x}$=22,69) ve çok yüksek düzeyde; engelleyici kontrol/duygu becerisi ($\bar{x}$=20,54) ve yüksek düzeyde; engelleyici kontrol/davranış becerisi ise ($\bar{x}$=13,35) ve orta düzeyde bulunmuştur.

4.1.6 Altıncı araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, altıncı araştırma sorusuyla ilgili olarak ebeveynlere göre 48-72 aylık çocukların sahip oldukları öz düzenleme becerilerinin; ebeveyn cinsiyeti, çocuk cinsiyeti, ebeveyn yaşı, çocuk yaşı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, doğum şekli, gebelik şekli, çocuk sayısı, doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam süresi bakımından farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 33. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*sd*	*p*
Dikkat	Kadın	183	23,93	3,90	0,800	204	0,424
	Erkek	23	23,26	2,94			
Çalışma Belleği	Kadın	183	22,78	2,67	1,345	204	0,180
	Erkek	23	22,00	2,28			
Engelleyici Kontrol/Duygu	Kadın	183	20,58	3,22	0,460	204	0,646
	Erkek	23	20,26	2,20			
Engelleyici Kontrol/Davranış	Kadın	183	13,35	3,32	0,003	204	0,998
	Erkek	23	13,35	2,81			

Genel Öz Düzenleme Becerisi	Kadın	183	80,64	9,93	0,825	204	0,411
	Erkek	23	78,87	7,86			

Tablo 33 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn cinsiyetine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 34. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuk Cinsiyetine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Cinsiyeti	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*Sd*	*p*
Dikkat	Kız	103	24,27	3,87	1,584	204	0,119
	Erkek	103	23,45	3,71			
Çalışma Belleği	Kız	103	22,80	2,78	0,555	204	0,579
	Erkek	103	22,59	2,48			
Engelleyici Kontrol/Duygu	Kız	103	20,79	3,31	1,117	204	0,265
	Erkek	103	20,30	2,91			
Engelleyici Kontrol/Davranış	Kız	103	13,81	3,18	2,024	204	**0,044***
	Erkek	103	12,89	3,29			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	Kız	103	81,66	10,45	1,801	204	0,073
	Erkek	103	79,23	8,82			

*p<0,05

Tablo 34 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin çocuk cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların engelleyici kontrol/davranış becerisine ait puan ortalamalarının, cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=2.024; p=0.044; p<0.05). Kız çocuklarının ($\bar{X}$=13,81) engelleyici kontrol/davranış becerisi puan ortalamalarının, erkek çocuklarına ($\bar{X}$=12,89) göre daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte genel öz düzenleme becerisi ile dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol/duygu becerisi alt boyutlarından alınan ortalama puanların çocuk cinsiyetine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (p>0.05).

Tablo 35. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Çalışma Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*Sd*	*p*
Dikkat	Çalışıyor	117	24,33	3,56	2,069	204	**0,040***
	Çalışmıyor	89	23,24	4,03			
Çalışma Belleği	Çalışıyor	117	22,68	2,62	-0,118	204	0,906
	Çalışmıyor	89	22,72	2,66			
Engelleyici Kontrol/Duygu	Çalışıyor	117	20,84	2,97	1,556	204	0,121
	Çalışmıyor	89	20,16	3,28			
Engelleyici Kontrol/Davranış	Çalışıyor	117	13,38	3,33	0,134	204	0,894
	Çalışmıyor	89	13,31	3,19			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	Çalışıyor	117	81,22	9,28	1,315	204	0,190
	Çalışmıyor	89	79,43	10,24			

*p<0,05

Tablo 35 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin annelerinin çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların dikkat becerisi alt boyutunun, anne çalışma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği saptanmıştır (t=2.069; p=0.040; p<0.05). Annesi çalışan çocukların ($\bar{X}$=24,33) dikkat becerisi puan ortalamalarının, annesi çalışmayan çocuklara ($\bar{X}$=23,24) göre daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte genel öz düzenleme becerisi ile çalışma belleği, engelleyici kontrol/davranış ve engelleyici kontrol/duygu becerisi alt boyutlarından alınan ortalama puanların anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur (p>0.05).

Tablo 36. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Ebeveyn Yaşlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş	*n*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Dikkat	25-32 yaş	56	23,91	4,34	0,282	0,754
	33-40 yaş	123	23,73	3,74		
	41 yaş ve üzeri	27	24,33	2,87		
Çalışma Belleği	25-32 yaş	56	23,41	2,27	2,912	0,057
	33-40 yaş	123	22,44	2,76		
	41 yaş ve üzeri	27	22,37	2,51		
Engelleyici Kontrol/Duygu	25-32 yaş	56	21,29	2,88	2,432	0,090
	33-40 yaş	123	20,19	3,31		

	41 yaş ve üzeri	27	20,63	2,47		
Engelleyici Kontrol/Davranış	25-32 yaş	56	13,11	3,47		
	33-40 yaş	123	13,36	3,28	0,428	0,653
	41 yaş ve üzeri	27	13,81	2,72		
	25-32 yaş	56	81,71	9,81		
Genel Öz Düzenleme Becerisi	33-40 yaş	123	79,72	10,08	0,893	0,411
	41 yaş ve üzeri	27	81,15	7,62		

Tablo 36 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn yaşlarına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (p>0.05).

Tablo 37. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Yaşlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Yaşı	*n*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*	*Scheffe*
Dikkat	4 yaş(1)	49	22,43	4,11	4,868	**0,009***	(1-2) (1-3)
	5 yaş(2)	74	24,47	3,62			
	6 yaş(3)	83	24,16	3,60			
Çalışma Belleği	4 yaş	49	22,29	2,89	1,049	0,352	
	5 yaş	74	22,99	2,21			
	6 yaş	83	22,67	2,81			
Engelleyici Kontrol/Duygu	4 yaş(1)	49	19,43	3,16	6,546	**0,002***	(1-2)
	5 yaş(2)	74	21,43	2,77			
	6 yaş(3)	83	20,41	3,19			
Engelleyici Kontrol/Davranış	4 yaş(1)	49	11,84	2,90	7,739	**0,001***	(1-2) (1-3)
	5 yaş(2)	74	13,59	3,37			
	6 yaş(3)	83	14,02	3,10			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	4 yaş(1)	49	75,98	9,49	7,546	**0,001***	(1-2) (1-3)
	5 yaş(2)	74	82,49	8,86			

	6 yaş[3]	83	81,27	9,87		

*p<0,05

Tablo 37 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşamadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların genel öz düzenleme becerilerinin yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı belirlenmiştir (F=7.546; p=0.001; p<0.05). 4 yaşındaki çocukların ($\bar{X}$=75,98) genel öz düzenleme becerisi puan ortalamalarının, 5 yaşında ($\bar{X}$=83,59) ve 6 yaşında olan çocuklara ($\bar{X}$=81,27) göre daha düşük seviyede olduğu bulunmuştur. Dikkat becerisi alt boyutu puan ortalamalarının da çocuk yaşına göre anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir (F=4.868; p=0.009; p<0.05). 4 yaşındaki çocukların ($\bar{X}$=22,43) dikkat becerisi puan ortalamalarının, 5 yaşında ($\bar{X}$=24,47) ve 6 yaşında olan çocuklara ($\bar{X}$=24,16) göre daha düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Engelleyici kontrol/duygu becerisi puan ortalamalarının da aynı şekilde çocuk yaşına göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (F=6.546; p=0.002; p<0.05). 4 yaşındaki çocukların ($\bar{X}$=19,43) engelleyici kontrol/duygu becerisi puan ortalamaları, 5 yaşındaki çocuklara ($\bar{X}$=21,43) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Engelleyici kontrol/davranış becerisi puan ortalamaları da çocuğun yaşına göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır (F=7.739; p=0.001; p<0.05). 4 yaşındaki çocukların ($\bar{X}$=11,84) engelleyici kontrol/davranış becerisi puan ortalamaları, 5 yaşında ($\bar{X}$=13,59) ve 6 yaşında olan çocuklara ($\bar{X}$=14,02) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Bununla birlikte çalışma belleği becerisi alt boyutunda, çocuk yaşına göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05).

Tablo 38. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Anne Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Durumu	*n*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Dikkat	İlkokul/Ortaokul[1]	22	21,59	5,05	5,941	**0,001***	(1-3) (1-4)
	Lise[2]	56	23,04	3,98			
	Üniversite[3]	107	24,45	3,39			
	Yüksek Lisans/Doktora[4]	21	25,43	2,23			
Çalışma Belleği	İlkokul/Ortaokul	22	21,36	3,72	2,238	0,085	
	Lise	56	22,91	2,61			

	Üniversite	107	22,78	2,43			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	23,10	2,02			
Engelleyici Kontrol/Duygu	İlkokul/Ortaokul(1)	22	18,82	4,20	3,071	**0,029***	(1-3)
	Lise(2)	56	20,91	2,94			
	Üniversite(3)	107	20,81	2,95			
	Yüksek Lisans/Doktora(4)	21	20,00	2,61			
	İlkokul/Ortaokul	22	12,64	3,35			
Engelleyici Kontrol/Davranış	Lise	56	13,64	3,37	0,972	0,407	
	Üniversite	107	13,50	3,18			
	Yüksek Lisans/Doktora	21	12,57	3,30			
	İlkokul/Ortaokul(1)	22	74,41	13,60			
	Lise(2)	56	80,50	9,62			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	Üniversite(3)	107	81,53	9,06	3,421	**0,018***	(1-3)
	Yüksek Lisans/Doktora(4)	21	81,10	6,20			

*p<0,05

Tablo 38 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin annelerinin eğitim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların genel öz düzenleme becerilerinin, annelerin eğitim durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği belirlenmiştir (F=3.421; p=0.018; p<0.05). Anneleri üniversite mezunu olan çocukların ($\bar{X}$=81,53) genel öz düzenleme becerisi toplam puan ortalamalarının, annesi ilkokul/ortaokul mezunu olan çocuklara ($\bar{X}$=74,41) göre daha yüksek seviyede olduğu saptanmıştır. Dikkat becerisi alt boyutu puan ortalamalarının da anne eğitim durumlarına göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (F=5.941; p=0.001; p<0.05). Anneleri ilkokul/ortaokul mezunu olan çocukların ($\bar{X}$=21,59) dikkat becerisi puan ortalamaları, annesi üniversite mezunu ($\bar{X}$=24,45) ve yüksek lisans/doktora mezunu olan çocuklara ($\bar{X}$=22,43) göre daha yüksek seviyede bulunmuştur. Engelleyici kontrol/duygu becerisi alt boyutu puan ortalamalarının da anne eğitim durumlarıyla anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (F=3.071; p=0.029; p<0.05). Anneleri ilkokul/ortaokul mezunu olan çocukların ($\bar{X}$=18,82) engelleyici kontrol/duygu becerisi puan ortalamaları, annesi üniversite mezunu olan çocuklara ($\bar{X}$=20,81) göre daha yüksek seviyede bulunmuştur. Bununla

birlikte çalışma belleği ve engelleyici kontrol/davranış becerisi alt boyutlarının, annelerin eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 39. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Baba Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Durumu	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*	Scheffe
Dikkat	İlkokul/Ortaokul(1)	19	75,63	7,62	3,612	**0,014***	(1-4)
	Lise(2)	58	77,28	5,56			
	Üniversite(3)	100	77,95	5,50			
	Yüksek Lisans/Doktora(4)	29	76,62	7,03			
Çalışma Belleği	İlkokul/Ortaokul	19	21,16	7,57	1,704	0,167	
	Lise	58	19,76	6,38			
	Üniversite	100	20,65	6,28			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	22,21	6,73			
Engelleyici Kontrol/Duygu	İlkokul/Ortaokul	19	36,95	4,90	0,948	0,418	
	Lise	58	33,86	5,41			
	Üniversite	100	30,42	5,59			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	29,38	5,41			
Engelleyici Kontrol/Davranış	İlkokul/Ortaokul	19	19,63	5,59	0,508	0,677	
	Lise	58	20,22	5,26			
	Üniversite	100	21,48	5,40			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	21,41	5,36			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	İlkokul/Ortaokul	19	153,37	13,82	1,873	0,135	
	Lise	58	151,12	13,99			
	Üniversite	100	150,50	14,41			
	Yüksek Lisans/Doktora	29	149,62	12,17			

*p<0,05

Tablo 39 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin babalarının eğitim durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların dikkat becerisi alt boyutu puan ortalamalarının, babalarının eğitim durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı belirlenmiştir (F=3.612; p=0.014; p<0.05). Babaları yüksek lisans/doktora mezunu olan çocukların ($\bar{X}$=76,62) dikkat becerisi puan ortalamaları, babası ilkokul/ortaokul mezunu ($\bar{X}$=75,63) olan çocuklara göre daha yüksek seviyede bulunmuştur. Bununla birlikte,

genel öz düzenleme becerisi puan ortalamaları ile çalışma belleği, engelleyici kontrol/duygu ve engelleyici kontrol/davranış becerisi alt boyutları puan ortalamalarının, babalarının eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir (p>0.05).

Tablo 40. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Gebeliğin Planlı Olması Bakımından Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Gebeliğin Planlı Olması	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*T*	*Sd*	*p*
Dikkat	Evet	177	23,80	3,83	-0,583	204	0,560
	Hayır	29	24,24	3,63			
Çalışma Belleği	Evet	177	22,59	2,73	-1,363	204	0,174
	Hayır	29	23,31	1,87			
Engelleyici Kontrol/Duygu	Evet	177	20,43	3,18	-1,301	204	0,195
	Hayır	29	21,24	2,69			
Engelleyici Kontrol/Davranış	Evet	177	13,31	3,39	-0,482	204	0,630
	Hayır	29	13,62	2,34			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	Evet	177	80,12	9,99	-1,176	204	0,241
	Hayır	29	82,41	7,77			

Tablo 40 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin gebeliğin planlı olup olmaması bakımından farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek için t-testi yapılmıştır. Yapılan t-testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin gebeliğin planlı olup olmamasına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür (p>0.05).

Tablo 41. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Doğum Şekillerine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Doğum Şekli	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*P*
Dikkat	Normal Doğrum	53	22,98	3,76	2,470	0,087
	Sezaryen Doğrum	136	24,05	3,84		
	Epidural Doğum	17	25,06	3,23		
Çalışma Belleği	Normal Doğrum	53	22,43	2,47	0,794	0,454
	Sezaryen Doğrum	136	22,71	2,72		
	Epidural Doğum	17	23,35	2,45		

Engelleyici Kontrol/Duygu	Normal Doğrum	53	20,19	3,19		
	Sezaryen Doğrum	136	20,57	3,08	1,098	0,335
	Epidural Doğum	17	21,47	3,18		
Engelleyici Kontrol/Davranış	Normal Doğrum	53	12,55	3,09		
	Sezaryen Doğrum	136	13,57	3,26	2,410	0,092
	Epidural Doğum	17	14,12	3,53		
Genel Öz Düzenleme Becerisi	Normal Doğrum	53	78,15	9,32		
	Sezaryen Doğrum	136	80,90	9,88	2,807	0,063
	Epidural Doğum	17	84,00	8,57		

Tablo 41 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin doğum şekillerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin, doğum şekillerine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir (p>0.05).

Tablo 42. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Evdeki Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Çocuk Sayısı	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*	Scheffe
Dikkat	1 çocuk(1)	64	24,67	3,42	6,945	**0,001***	(1-3)
	2 çocuk(2)	102	24,09	3,71			
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	21,98	4,06			
Çalışma Belleği	1 çocuk	64	22,98	2,17	1,856	0,159	
	2 çocuk	102	22,78	2,66			
	3 çocuk ve üzeri	40	22,00	3,14			
Engelleyici Kontrol/Duygu	1 çocuk	64	21,08	2,87	2,932	0,056	
	2 çocuk	102	20,59	3,13			

	3 çocuk ve üzeri	40	19,58	3,32			
Engelleyici Kontrol/Davranış	1 çocuk	64	13,67	3,02			
	2 çocuk	102	13,24	3,39	0,468	0,627	
	3 çocuk ve üzeri	40	13,13	3,33			
Genel Öz Düzenleme Becerisi	1 çocuk(1)	64	82,41	7,81			
	2 çocuk(2)	102	80,70	9,82	4,490	**0,012***	(1-3)
	3 çocuk ve üzeri(3)	40	76,68	11,29			

*p<0,05

Tablo 42 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin çocuk sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların genel öz düzenleme becerilerinin, çocuk sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (F=4.489; p=0.012; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının ($\bar{X}$=82,41) genel öz düzenleme becerisi puan ortalamaları, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlerin çocuklarına ($\bar{X}$=76,68) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Dikkat becerisi alt boyutu puan ortalamaları da çocuk sayısına göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır (F=6.945; p=0.001; p<0.05). Tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının ($\bar{X}$=24,67) dikkat becerisi puan ortalamaları, 3 çocuk ve üzerine sahip olan ebeveynlerin çocuklarına ($\bar{X}$=21,98) göre daha düşük seviyede bulunmuştur. Bunula birlikte çalışma belleği, engelleyici kontrol/duygu ve engelleyici kontrol/davranış becerisi alt boyutu puan ortalamalarının ise çocuk sayısına göre anlamlı olarak farklılık göstermediği görülmüştür (p>0.05).

Tablo 43. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Doğum Sırasına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Kaçıncı Çocuk	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Dikkat	İlk çocuk	108	23,93	3,69	0,536	0,586
	2. çocuk	79	23,97	3,94		
	3. çocuk ve üzeri	19	23,00	3,92		

Çalışma Belleği	İlk çocuk	108	22,60	2,56	0,300	0,741
	2. çocuk	79	22,72	2,67		
	3. çocuk ve üzeri	19	23,11	2,96		
Engelleyici Kontrol/Duygu	İlk çocuk	108	20,37	3,27	0,681	0,507
	2. çocuk	79	20,86	2,80		
	3. çocuk ve üzeri	19	20,21	3,54		
Engelleyici Kontrol/Davranış	İlk çocuk	108	13,29	3,13	0,736	0,481
	2. çocuk	79	13,23	3,54		
	3. çocuk ve üzeri	19	14,21	2,76		
Genel Öz Düzenleme Becerisi	İlk çocuk	108	80,19	9,32	0,087	0,917
	2. çocuk	79	80,78	10,19		
	3. çocuk ve üzeri	19	80,53	10,48		

Tablo 43 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin doğum sırasına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (p>0.05).

Tablo 44. Çocukların Öz Düzenleme Düzeylerinin Çocuğun Okul Öncesi Eğitim Alma Süresine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Okul Öncesi Eğitim Süresi	*N*	$\bar{X}$	*s.s*	*F*	*p*
Dikkat	Hiç eğitim almadı	16	22,06	5,11	1,879	0,134
	1 yıl	123	23,75	3,72		
	2 yıl	38	24,55	4,01		
	3 yıl ve üzeri	29	24,41	2,72		
Çalışma Belleği	Hiç eğitim almadı	16	22,31	3,84	0,395	0,7

	1 yıl	123	22,70	2,34		57
	2 yıl	38	23,03	2,92		
	3 yıl ve üzeri	29	22,45	2,73		
	Hiç eğitim almadı	16	19,44	4,27		
Engelleyici Kontrol/Duygu	1 yıl	123	20,41	2,94	1,324	0,268
	2 yıl	38	21,03	3,36		
	3 yıl ve üzeri	29	21,07	2,74		
	Hiç eğitim almadı	16	12,38	2,73		
Engelleyici Kontrol/Davranış	1 yıl	123	13,34	3,18	0,747	0,525
	2 yıl	38	13,37	4,00		
	3 yıl ve üzeri	29	13,90	2,79		
	Hiç eğitim almadı	16	76,19	13,56		
Genel Öz Düzenleme Becerisi	1 yıl	123	80,20	8,76	1,569	0,198
	2 yıl	38	81,97	11,93		
	3 yıl ve üzeri	29	81,83	7,47		

Tablo 44 incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin okul öncesi eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için anova testi yapılmıştır. Yapılan anova testi sonucunda, çocukların öz düzenleme düzeylerinin, okul öncesi eğitim alma süresine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

4.1.7 Yedinci araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, yedinci araştırma sorusuyla ilgili olarak ebeveyn tutum ölçeğinden elde edilen puanlara göre ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının sahip olduğunu düşündükleri duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilere dair korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 45. Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları

Alt Boyutlar	Demokratik	Otoriter	Aşırı Koruyucu	İzin Verici
Değişkenlik/Olumsuzluk	-0,203*	0.306*	0.170*	0.164*
Duygu Düzenleme/Kontrol	-0,256*	0.133	0.190*	0.136
Genel Duygu Düzenleme Becerisi	-0.247*	0.264*	0.196*	0.169

N=206 *p<0.01

#Tablodaki değerler korelasyon katsayılarını temsil etmektedir.

Tablo 45'e göre istatistiksel olarak anlamlı olan ilişkiler incelendiğinde, duygu düzenleme ölçeğinin değişkenlik/olumsuzluk becerisi alt boyutu ile demokratik tutum arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,203; p<0.01); otoriter tutumla pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=0,306; p<0.01); aşırı koruyucu tutumla pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=-0,170; p<0.01); izin verici tutumla pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=-0,164; p<0.01) ilişkiler bulunmuştur. Duygu düzenleme ölçeğinin duygu düzenleme/kontrol becerisi alt boyutu ile demokratik tutum arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,256; p<0.01) bir ilişki bulunmuştur. Genel duygu düzenleme becerisi ile demokratik tutum arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,247; p<0.01); otoriter tutumla pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=0,264; p<0.01); aşırı koruyucu tutumla pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=0,196; p<0.01); izin verici tutumla pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=0,169; p<0.01) ilişkiler bulunmuştur.

4.1.8 Sekizinci araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, çalışmanın sekizinci araştırma sorusuyla ilgili olarak, ebeveyn tutum ölçeğinden elde edilen puanlara göre ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının sahip olduğunu düşündükleri öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkilere dair korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 46. Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Öz Düzenleme Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları

Alt Boyutlar	Demokratik	Otoriter	Aşırı Koruyucu	İzin Verici
Dikkat	0.395*	-0.250*	-0.049	-0.087
Çalışma Belleği	0.391*	-0.253*	-0.032	-0.158*
Engelleyici Kontrol/Duygu	0.332*	-0.147*	0.023	-0.110
Engelleyici Kontrol/Davranış	0.193*	-0.330*	0.054	-0.070
Genel Öz Düzenleme Becerisi	0.431*	-0.324*	-0.002	-0.135

N=206 *p<0.01

#Tablodaki değerler korelasyon katsayılarını temsil etmektedir.

Tablo 46'ya göre istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler incelendiğinde, öz düzenleme ölçeğinin dikkat becerisi alt boyutu ile demokratik tutum arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=0,395; p<0.01); otoriter tutumla ise negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,250; p<0.01) ilişkiler bulunmuştur. Çalışma belleği becerisi ile demokratik tutum arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=0,391; p<0.01); otoriter tutumla negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,253; p<0.01) ve izin verici tutumla negatif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=-0,158; p<0.01) ilişkiler bulunmuştur. Engelleyici kontrol/duygu becerisi ile demokratik tutum arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=0,332; p<0.01); otoriter tutumla ise negatif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=-0,147; p<0.01) bir ilişki bulunmuştur. Engelleyici kontrol/davranış becerisi ile demokratik tutum arasında pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=0,193; p<0.01); otoriter tutumla ise negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,330; p<0.01) bir ilişki bulunmuştur. Genel öz düzenleme becerisi ile demokratik tutum arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı (r=0,431; p<0.01); otoriter tutumla ise negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,324; p<0.01) bir ilişki bulunmuştur.

4.1.9 Dokuzuncu araştırma sorusuna ilişkin bulgular

Bu bölümde, çalışmanın dokuzuncu araştırma sorusuyla ilgili olarak, ebeveynlere göre 48-72 aylık çocuklarının sahip olduklarını düşündükleri duygu düzenleme becerileri ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkilere ait korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 47. Duygu Düzenleme Ölçeği ve Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Dair Pearson Korelasyon Katsayıları

Alt Boyutlar	Değişkenlik/ Olumsuzluk	Duygu Düzenleme/ Kontrol	Genel Duygu Düzenleme Becerisi
Dikkat	-0,356*	-0,379*	-0,402*
Çalışma Belleği	-0,273*	-0,293*	-0,310*
Engelleyici Kontrol/Duygu	-0,196*	-0,272*	-0,249*
Engelleyici Kontrol/Davranış	-0,410*	-0,210*	-0,367*
Genel Öz Düzenleme Becerisi	-0,413*	-0,385*	-0,444*

N=206 *p<0.01

#Tablodaki değerler korelasyon katsayılarını temsil etmektedir.

Tablo 47'ye göre istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler incelendiğinde, duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkide, dikkat becerisi; değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,356; p<0.01); duygu düzenleme/kontrol becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde (r=-0,379; p<0.01) ve genel duygu düzenleme becerisiyle de negatif yönlü orda düzeyde anlamlı (r=-0,402; p<0.01) ilişkili bulunmuştur. Çalışma belleği becerisi; değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,273; p<0.01); duygu düzenleme/kontrol becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde (r=-0,293; p<0.01) ve genel duygu düzenleme becerisiyle de negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,310; p<0.01) ilişkili bulunmuştur. Engelleyici kontrol/davranış becerisi; değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile negatif yönlü orta düzeyde anlamlı (r=-0,410; p<0.01); duygu düzenleme/kontrol becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde (r=-0,367; p<0.01) ilişkili bulunmuştur. Engelleyici kontrol/duygu becerisi; değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile negatif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı (r=-0,196; p<0.01); duygu düzenleme/kontrol becerisi ile negatif yönlü düşük düzeyde (r=-0,272; p<0.01) ve genel duygu düzenleme becerisiyle de negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı (r=-0,249; p<0.01) ilişkili bulunmuştur. Genel öz düzenleme becerisi; değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile negatif yönlü orta düzeyde anlamlı (r=-0,413; p<0.01); duygu düzenleme/kontrol becerisi ile negatif yönlü orta düzeyde (r=-0,385; p<0.01) ve genel duygu düzenleme becerisiyle de negatif yönlü orta düzeyde anlamlı (r=-0,444; p<0.01) ilişkili bulunmuştur.

4.2 Tartışma

Yapılan bu çalışma, 48-72 aylık çocukların ebeveynlerinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada ilk olarak, ebeveyn tutumları, duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri ölçeklerinden elde edilen puanlara ilişkin betimsel analizler yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların ebeveynlik tutumları düzeyi ile çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri düzeyleri belirlenmiştir. Daha sonra, ebeveyn tutumları ile çocukların duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinden elde edilen toplam puanlara ve bu puanların demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmış ve karşılaştırmalar yapılmıştır. Yapılan karşılaştırmalarda ebeveynlerin ve çocukların cinsiyeti, anne ve babaların eğitim durumu, annelerin çalışma durumu, ebeveynlerin ve çocukların yaşı, gebeliğin planlı olup olmaması, doğum şekli, kardeş sayısı, çocuğun doğum sırası ve okul öncesi eğitime devam etme süresi gibi değişkenler incelenmiştir. Ayrıca ebeveyn tutumları, duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerilerinin birbiriyle olan ilişkisi de incelenmiştir.

4.2.1 Birinci araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre ebeveynlerin sahip oldukları ebeveynlik stillerine bakıldığında, ebeveynlerin en çok demokratik stilden puan aldıkları; daha sonra sırasıyla aşırı koruyucu, izin verici ve otoriter ebeveynlik stillerinden puan aldıkları görülmüştür. Bu çalışmayla paralel şekilde ebeveynlerin en fazla demokratik stilden, ardından aşırı koruyucu ve izin verici stilden ve en az olarak da otoriter ebeveynlik stilinden puan aldıklarını gösteren çalışmalar mevcuttur (Alabay 2017; Uygun ve Kozikoğlu, 2020). Aynı şekilde Güner-Algan ve Şendil (2013) de yapmış oldukları çalışmada ebeveynlerin en çok demokratik stilden ve ardından aşırı koruyucu stilden puan aldıkları sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgular araştırmayı destekler niteliktedir. Uykan ve Akkaynak (2019) ise bu bulgulardan farklı olarak ebeveynlerin en çok otoriter stilden puan aldıklarını bulmuştur. Ebeveynlik stilleri üzerinde eğitim ve çalışma durumu, çocuk sayısı, kültür gibi birçok faktörün etkisi olduğu bilinmektedir (Vafaeenejad vd., 2022). Bu bakımdan çeşitli demografik özelliklerin, ebeveynlerin sahip oldukları ebeveynlik stillerini etkilediği düşünülebilir.

4.2.2 İkinci araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmada ulaşılan bulgulardan biri, ebeveynlik stillerinin ebeveyn cinsiyetine göre farklılaşmamasıdır. Alabay (2017), 48-72 aylık çocuğa sahip ebeveynlerin tutumlarını cinsiyetlerine göre karşılaştırdıkları çalışmasında, elde edilen bu bulguyla paralel şekilde anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Bu bulgu, yapılan çalışmayı destekler niteliktedir. Karabulut-Demir ve Şendil (2008) ise yapmış oldukları çalışmada, benzer şekilde otoriter, izin verici ve aşırı koruyucu stillerin ebeveyn cinsiyetine göre farklılaşmadığını bulmuştur. Bu bulgular araştırmayı destekler nitelikte olsa da yine aynı çalışmanın bir diğer bulgusu demokratik stilin ebeveyn cinsiyetine göre farklılaşıyor olmasıdır. Aydoğdu ve Dilekmen (2016) de yaptıkları çalışmada otoriter, izin verici ve aşırı koruyucu stilin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirlemiştir. Bu bulgu, yapılan bu çalışmanın bulgusuna benzerdir. Fakat aynı çalışmanın bir diğer bulgusu ise demokratik stilin ebeveyn cinsiyetiyle farklılaşıyor olmasıdır. Görüldüğü üzere ebeveynlik stillerinin ebeveyn cinsiyetine göre farklılaştığı ve farklılaşmadığını gösteren farklı çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmada, araştırmaya katılan katılımcıların %88,8 gibi büyük bir çoğunluğunu annelerin, %11,2 gibi çok az bir kısmını ise babaların oluşturuyor olması cinsiyetin anlamlı bir fark yaratmamasına sebebiyet vermiş olabilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu, ebeveynlik stillerinin çocuğun cinsiyetine göre sadece otoriter tutum alt boyutunda farklılaşıyor olmasıdır. Çalışmada ebeveynlerin erkek çocuklara, kız çocuklara nazaran daha fazla otoriter tutum sergiledikleri bulunmuştur. Demokratik, izin verici ya da aşırı koruyucu tutumda ise çocuk cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu bulguyla paralel şekilde Alabay (2017) ile Bülbül ve Akkaynak (2020) da yapmış olduğu çalışmada, otoriter stil ile çocuğun cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiş ve erkek çocuklara daha fazla otoriter davranıldığını bulmuştur. Aynı şekilde diğer ebeveynlik stillerinde ise bir farklılığa rastlamamıştır. Russel ve diğerleri (1998) da elde edilen bulguya paralel olarak, ebeveynlerin otoriter stilde çocuk cinsiyetine göre farklılık gösterdiğini ve erkek çocuklara kızlardan daha fazla otoriter tutum sergilediklerini bulmuştur. Bu bulgular yapılan çalışmayı desteklemektedir. Erkek çocukların, kız çocuklara göre daha fazla saldırganlık ve duygu düzenlemede güçlük gösterdiğini belirten çalışmalar vardır (Chang vd., 2003; Durmuşoğlu-Saltalı ve İmir, 2018). Aynı şekilde otoriter tutumun saldırganlık gibi

davranış problemleri ile ilişkili bulunduğu çalışmalar da mevcuttur (Haslam vd., 2020). Araştırmada elde edilen bulgu düşünüldüğünde, erkek çocuklara daha fazla otoriter ebeveynlik uygulanması, erkeklerin kızlara göre daha fazla davranış problemi gösterme eğiliminde olması ve duygu düzenlemede daha çok zorluk çekmesinden kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmada elde edilen bir başka bulgu, annelerin çalışma durumlarına göre aşırı koruyucu tutumlarının anlamlı olarak farklılaşmasıdır. Çalışmayan annelerin, çalışanlara göre aşırı koruyucu tutumdan daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Kişisel Bilgi Formu üzerinden babaların hepsi çalışıyor seçeneğini işaretlediği için babalar arasında farklılık incelemek mümkün olmamıştır. Aydoğdu ve Dilekmen (2016) de araştırmasında, çalışmayan annelerin daha fazla koruyucu tutum içinde olduğunu bulmuştur. Bu durumun sebebi, çalışmayan annelerin çocuklarıyla daha fazla vakit geçirmesinden dolayı daha bağımlı bir ilişki kurmaları olabilir. Aynı zamanda aşırı koruyucu tutumda ebeveynlerin çocuklarının çevresini kontrol etme isteklerinin yüksek olduğu bilinmektedir (Taylor ve Alden, 2006). Çalışmayan anneler çocuklarıyla daha fazla ortak çevreye sahiptir ve kontrol edecekleri alanlar çoğaldıkça koruyucu tutumlarının da arttığı düşünülebilir.

Elde edilen bir diğer bulgu, ebeveynlik stillerinin ebeveyn yaşına göre anlamlı olarak farklılaşmamasıdır. Literatür incelendiğinde ulaşılan bulguyu destekler nitelikte olan çalışmalar dikkat çekmektedir (Arabacıoğlu, 2019; Aydoğdu ve Dilekmen, 2016; Tezel-Şahin ve Özyürek, 2008). Bu çalışmada yaşa bağlı olarak ebeveynlik stillerinin farklılaşmaması, katılımcıların %59,7 gibi büyük bir kısmını 33-40 yaş aralığındaki ebeveynlerin oluşturmasından kaynaklanıyor olabilir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise ebeveynlik stillerinin çocuk yaşına göre aşırı koruyucu tutumda farklılaşıyor olmasıdır. 6 yaşında çocuğu olan ebeveynler, 4 yaşında çocuğu olanlara göre daha fazla aşırı koruyucu tutum sergilemektedir. Literatüre bakıldığında, ebeveynlik stillerinin çocuğun yaşına göre farklılaştığını (Bülbül ve Akkaynak, 2020) ve farklılaşmadığını (İnci ve Deniz, 2015; Taner-Derman vd., 2020) gösteren çalışmalar vardır. Her yaş döneminin farklı gereklilikleri ve ihtiyaçları olduğu düşünülürse, yaşa göre ebeveynlerin tutumlarının farklılaşması olası bir sonuçtur. 6 yaşında çocuğu olan ebeveynler, çocuklarının yaşı itibariyle okul eğitimi ve oyun çağı sürecindedirler. Bu da çocukların vakitlerini ev

dışında geçirip ailelerinin gözünün önünde olmadığında, ebeveynlerin daha fazla meraklı ve korumacı olmalarına neden oluyor olabilir.

Araştırmada ulaşılan bir başka bulgu, ebeveynlik stillerinin anne ve baba eğitim durumuna göre aşırı koruyucu tutumda anlamlı düzeyde farklılaşıyor olmasıdır. İlkokul/ortaokul ve lise mezunu olan anneler; lisans ve lisansüstü mezunu annelere göre aşırı koruyucu tutumdan daha fazla puan almıştır. Bu durumda eğitim seviyesi azaldıkça annelerin aşırı koruyucu tutumlarının arttığı yorumu yapılabilir. Literatür incelendiğinde bu bulguyla paralel şekilde ebeveynlik stillerinin aşırı koruyucu tutumda farklılaştığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Bülbül ve Akkaynak; Uygun ve Kozikoğlu, 2020; Taner-Derman vd., 2020). Bu bulgular çalışmayı destekler niteliktedir. Aşırı koruyucu tutum, Türk toplumunda en sık rastlanan ve sürdürülen ebeveynlik stillerindendir (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008). Eğitim seviyesinin azaldıkça aşırı koruyucu tutumun daha fazla gösterilmesi; yeterli eğitim alınamadığı için çocuk yetiştirmeye dair yeni bilgilere ulaşamama ve bu nedenle mevcut olan geleneksel yapıyı devam ettirmeyle açıklanabilir. Babalar ile ilgili verilere bakıldığında ise, lisans ve lisansüstü mezunu babaların, ilkokul/ortaokul mezunlarına göre aşırı koruyucu tutumu daha fazla uyguladıkları; lise mezunu olanların da lisans ve lisansüstüne göre aşırı koruyucu tutumu daha çok uyguladıkları görülmüştür. Literatürde baba eğitim seviyesi ile göstermiş oldukları tutum arasındaki ilişkileri raporlayan çalışmalar mevcuttur (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008). Eğitim seviyesi yükseldikçe babaların daha korumacı görünmesinin sebebi, çocuklarının karşılaşabilecekleri zorlukların ve ihtiyaçlarının daha fazla farkında olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Yeni ve gelişen çağın olumlu olumsuz getirilerinin farkında olmak, babaların çocuklarını bu duruma hazırlamasına ve bu nedenle hayatlarını kolaylaştırmak adına kontrol etmek istemesine sebep olabilir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu, gebeliğin planlı olup olmamasına göre ebeveynlerin tutumlarının otoriter ve aşırı koruyucu tutumda farklılık göstermesidir. Planlı bir şekilde gebelik yaşayan ebeveynlerin, plansız bir şekilde gebe kalanlara göre çocuklarına daha fazla otoriter ve aşırı koruyucu tutumda davrandığı görülmektedir. Otoriter ve aşırı koruyucu tutumda, ebeveynlerin çocuklar üzerinde kontrole sahip olma istekleri bilinmektedir (Baumrind, 1967). Bu durum, beklenen ve organize edilen bir gebelikle paralel olarak, ebeveynlerin gebelik durumunu kontrol etmeleri gibi

çocuklarının davranışlarını ve çevresini kontrol etmek istemeleriyle açıklanabilir. Literatürde, ebeveynlik tutumlarını gebeliğin planlı olup olmamasına göre inceleyen bir çalışmaya rastlanmaması sebebiyle, elde etmiş olduğumuz bu bulgunun alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, ebeveynlik stillerinin çocuk sayısına göre otoriter ve aşırı koruyucu tutumda farklılık göstermesidir. İki ve daha fazla çocuğu olan ebeveynlerin, tek çocuğu olanlara göre daha otoriter oldukları; üç ve daha fazla çocuğu olanların ise tek çocuğu olanlara göre aşırı koruyucu tutumu daha fazla sergiledikleri bulunmuştur. Bu durumda çocuk sayısı arttıkça otoriter ve aşırı koruyucu tutumun arttığı söylenebilir. Yapılan literatür taramasında, ebeveynlerin göstermiş oldukları tutumların çocuk sayısına göre farklılaştığını (Sak vd., 2015) ve farklılaşmadığını (İnci ve Deniz, 2015; Taner-Derman vd., 2020) rapor eden çalışmaların varlığı dikkat çekmektedir. Ebeveynlerin çocuk sayısıyla birlikte otoriter tutumlarının artmasına, evde ilgilenilmesi ve kontrol edilmesi gereken çocuk sayısının artması ve ebeveynlerin sözlerini dinletebilmek adına daha sert uygulamalara başvurmak durumunda kalması neden olabilir. Çocuk sayısıyla birlikte aşırı koruyucu tutumun artması ise ebeveynlerin dikkatlerini birden fazla çocuğa ve alana vermesi gerekmesinden kaynaklanıyor olabilir. Ebeveyn, gözetmesi gereken durumlar arttıkça temkinli olmak adına çocuklarını daha fazla kontrol etmek isteyecektir. Bu durumda daha korumacı davranabilirler. Ayrıca çocuk sayısıyla birlikte evde kardeşlerin birbiriyle olan çatışmaları da artacaktır. Bu da ebeveynlerin çocuklarına daha otoriter ve korumacı davranmalarına sebebiyet verebilir.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulgu, ebeveynlik stillerinin doğum sırasına ve şekline göre farklılık göstermiyor oluşudur. Ebeveynlerin, göstermiş oldukları tutumları doğum sırası ve şekli fark etmeksizin benzer düzeyde sergiledikleri görülmektedir. Alan yazına bakıldığında bu bulguyla paralel şekilde ebeveynlik stillerinin doğum sırasına göre farklılaşmadığını rapor eden çalışmalara rastlanmıştır (Atabey 2017; Bedge, 2015; Tezel-Şahin ve Özyürek, 2008). Ebeveynlerin ilk ya da son çocuk şeklinde bir ayrım yapmamaları ve çocuklarına benzer tutumları sergilemeleri, ebeveynlerin çoğunun yüksek eğitim seviyesine sahip olmasından ve genel olarak demokratik ve aşırı koruyucu tutumlar gibi sevgi, ilgi ve eşitliğin hakim olduğu tutumları benimsemelerinden kaynaklanıyor olabilir. Doğum şekline göre ebeveynlik stillerini araştıran bir araştırmaya

ise incelendiği kadarıyla rastlanmamıştır. O nedenle bu bulgunun, alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın bir başka bulgusu ise ebeveynlik stillerinin, çocuğun okul öncesi eğitim alma süresine göre farklılık göstermemesidir. Uykan ve Akkaynak (2019) yapmış oldukları çalışmada, bu bulguya benzer şekilde ebeveynlik stillerinden otoriter, aşırı koruyucu ve izin verici tutumda, okul öncesi eğitim alma süresi açısından anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Fakat demokratik tutumda anlamlı bir farklılık saptamıştır. Eğitim süresi arttıkça ebeveynlerin demokratik tutumdan daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Atabey (2017) de yapmış olduğu çalışmada demokratik, otoriter ve izin verici tutumda farklılık bulmazken; aşırı koruyucu tutumda okul öncesi eğitim alma süresine göre anlamlı bir farklılığa rastlamıştır. Çocukların okul öncesi eğitime devam etme süresi arttıkça, ebeveynlerinin aşırı koruyucu tutumlarının azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmada da anlamlı bir farklılık çıkmasa da ebeveynlerin, çocukların eğitim alma süresi azaldıkça aşırı koruyucu tutumdan daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Bu durum düşünüldüğünde okul ortamındaki işleyiş, veli-öğretmen iletişimi, ailenin toplantılar aracılığıyla bilgilendirilmesi gibi durumlar ebeveynlerin okula güven duymasını sağlayarak daha az korumacı olmalarına neden oluyor olabilir.

4.2.3 Üçüncü araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre çocukların duygu düzenleme becerileri düzeylerine bakıldığında duygu düzenleme/kontrol becerilerinin orta düzeyde, değişkenlik/olumsuzluk becerileri ile genel duygu düzenleme becerilerinin ise düşük düzeyde olduğu görülmüştür. İlgar ve Akbaba (2017) yapmış oldukları çalışmada, çocukların duygu düzenleme/kontrol becerilerini yüksek düzeyde; değişkenlik/olumsuzluk becerilerini ise orta düzeyde bulmuştur. Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu (2017) ise, çocukların genel duygu düzenleme becerileriyle değişkenlik/olumsuzluk becerilerini çok yüksek düzeyde bulurken; duygu düzenleme/kontrol becerilerini orta düzeyde bulmuştur. Erçakallı (2022) ise hem genel duygu düzenleme becerilerini hem de değişkenlik/olumsuzluk ile duygu düzenleme/kontrol becerilerini düşük düzeyde bulmuştur. Şahin (2019) ise çalışmasında çocukların genel duygu düzenlemeleri ile değişkenlik/olumsuzluk ve duygu düzenleme/kontrol becerilerini yüksek düzeyde bulmuştur. Görüldüğü üzere çocukların

duygu düzenleme düzeyleri, her çalışmada farklı düzeylerde çıkabilmektedir. Araştırmanın yapıldığı dönem, koşullar, örneklemlerin farklılığı, yaşanılan yer, ebeveynlerin algısı gibi birçok faktörün buna neden olduğu düşünülebilir.

4.2.4 Dördüncü araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, ebeveyn algısına göre çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveyn ve çocuk cinsiyeti açısından farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu (2017), bu bulguya paralel şekilde çocuk cinsiyetine göre duygu düzenlemede anlamlı bir farklılık bulmamıştır. İlgar ve Akbaba (2017) ise yapmış oldukları çalışmada çocukların cinsiyetine göre değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunda kızlar lehine anlamlı bir farklılık bulurken, duygu düzenleme alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlamamıştır. Aynı şekilde Ural ve diğerleri (2015) da erkek çocukların, kızlara göre duygu düzenlemede daha çok güçlük yaşadığını gösteren sonuçlara ulaşmıştır. Genel olarak çalışmalara bakıldığında, erkeklerin duygu düzenleme düzeylerinin, kız çocuklarına göre daha düşük olduğu kanısı yaygındır (Chang vd., 2003). Bu çalışmada ise, çocuklar %50 kız %50 erkek olmak üzere eşit sayıda olmalarına rağmen cinsiyete bağlı herhangi bir farklılık görülmemiştir. Kültürün, toplumsal cinsiyet rolleri üzerindeki etkisi düşünüldüğünde, kız çocuklarının duygularını daha açık bir şekilde yaşayıp ifade etmesi daha fazla kabul görürken, erkek çocuklarının duygularını saklaması gerektiğinin dikte edildiği gözlenmektedir. Bu nedenle yapılan çalışmalarda erkeklerin kızlara göre duygu düzenlemede daha az beceri sergilediği düşünülebilir. Fakat değişen ve gelişen toplumla birlikte cinsiyet rolleri de değişime uğramaktadır. Artık cinsiyete atfedilen rollerin değişmeye başlaması, bu konudaki bilincin giderek artması ve çevre tarafından daha eşitlikçi tutumların benimsenmesiyle birlikte erkek ve kız çocuklarının benzer düzeyde duygularını ifade edip düzenleyebildiği düşünülebilir. Ebeveynlerin cinsiyeti açısından çocukların duygu düzenleme düzeylerinin farklılaşmamış çıkması da aynı bağlam üzerinden düşünülebilir.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulgu, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin anne çalışma durumuna göre farklılaşmamasıdır. Bu durumda, çalışan ve çalışmayan annelerin çocuklarının duygu düzenleme düzeylerinin benzer düzeyde olduğu söylenebilir. Literatüre bakıldığında, bu bulguyla paralel şekilde anne çalışma durumuna göre

çocukların duygu düzenlemelerinin anlamlı bir farklılık göstermediğini raporlayan çalışmalar (Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu, 2017; İlgar ve Akbaba, 2017) ve anne çalışma durumu ile çocukların duygu düzenlemesi arasında ilişki tespit eden çalışmalar vardır (Vardi, 2021). Araştırmadan elde edilen bulgu düşünüldüğünde, annelerin çalışıp çalışmamasının çocukların duygu düzenlemeleri üzerinde anlamlı bir fark yaratmıyor oluşu, çocukların %92,2 gibi büyük bir çoğunluğunun okul öncesi eğitim kurumlarına gitmesinden kaynaklanıyor olabilir. Çocukların, anneleri çalışsa da çalışmasa da günlerinin büyük bir kısmını eğitim kurumlarında geçirmeleri, annelerinin evde olup olmamalarını fark etmemelerine ve yalnızlık yaşamayarak duygusal anlamda etkilenmemelerine neden oluyor olabilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin ebeveyn ve çocuk yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermemesidir. Bu bakımdan, çocuğun yaşının duygu düzenleme becerilerinde manidar bir etkiye sahip olmadığı düşünülebilir. Alan yazında, bu bulguyla paralel şekilde, çocuk yaşına göre çocuğun duygu düzenlemesinin anlamlı olarak farklılaşmadığını belirten çalışmalar (Erçakallı, 2022; İnce, 2020) bulunurken; çocuk yaşına göre farklılaştığını gösteren herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durumun, yaş aralıklarının birbirine yakın olmasından ve bu dönemde 48-72 aylık çocukların benzer duygu düzenleme kapasitelerine sahip olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Ebeveyn yaşı ile çocuğun duygu düzenlemesi arasındaki farklar incelendiğinde ise, anlamlı bir fark bulmayan (Kurbet, 2010; Şahin, 2019) ve farklılık olduğunu belirten çalışmalara (Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu, 2017; İlgar ve Akbaba, 2017) rastlanılmıştır. Bu çalışmada, ebeveynlerin yaş aralıkları değişse de çocukların duygu düzenleme düzeylerinin bu duruma bağlı olarak farklılaşmaması, ebeveynlerin bu çalışmanın bir diğer bulgusundan olan yaşa bağlı olarak tutumlarının da farklılık göstermemesiyle açıklanabilir. Ebeveynin tutumlarının yani çocuğa olan davranışlarının çocukların duygularını düzenlemelerine etki edeceği düşünülürse ve ebeveyn tutumu ile çocuk duygu düzenlemesi arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmalar da göz önüne alınırsa (Chang vd., 2003; Haslam vd., 2020) bu çalışmadaki iki bulgu birbirini destekler niteliktedir.

Araştırmanın bir başka bulgusu, anne-baba eğitim durumlarına göre çocukların duygu düzenleme düzeylerinde anlamlı olarak farklılık görülmemesidir. Bu durumda,

ebeveynlerin eğitim düzeyleri değişiklik gösterse de çocukların duygu düzenleme düzeylerinin benzer düzeyde olduğu ve bu duruma bağlı olarak değişmediği söylenebilir. Alan yazında, bu bulguyu destekleyen (Fırat, 2020; Omrak, 2019) ve desteklemeyen (Özcan, 2017; Üredi ve Ulum, 2017; Vardi ve Demiriz, 2011) çalışmalara rastlanmıştır. Araştırmanın bu bulgusunun literatürle uyumlu olduğu görülmektedir. Bu çalışmada, anne ve baba eğitim durumuna göre çocukların duygu düzenlemelerinin farklılık göstermemesi çocukların bireysel özellikleri gibi birçok farklı nedenden dolayı olabileceği gibi ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenlemelerini kendi algılarına göre değerlendirmelerinden kaynaklı da olabilir. Çalışan ve çalışmayan ebeveynler çocuklarının duygu düzenleme becerilerini kendi olmasını istedikleri şekilde görüyor da olabilir. O nedenle çocukların duygu düzenleme düzeyleri farklı ellerden de değerlendirilirse, literatür için daha besleyici olabilir.

Araştırmanın bir başka bulgusu, gebeliğin planlı olup olmamasına göre ve doğum şekline göre, çocukların duygu düzenleme düzeylerinde bir farklılık görülmemesidir. Planlı bir gebelik yaşayan ebeveynlerle, planlı olmadan gebelik yaşayan ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenleme düzeylerinin benzer düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Aynı şekilde, normal, sezaryen ya da epidural doğumun da çocukların duygu düzenlemesinde bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, gebelik ve doğum şekline göre çocuk duygu düzenlemesini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. O nedenle bu bulgunun, literatüre yeni bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin, doğum sırasına göre farklılaşmazken; çocuk sayısına bir başka ifadeyle kardeş sayısına göre hem alt boyutlarda hem de genel duygu düzenleme becerisinde farklılık göstermesidir. Tek çocuk olanların, değişkenlik/olumsuzluk becerilerinden aldıkları puanların, üç ve daha fazla çocuk olanlara göre daha düşük seviyede olduğu bulunmuştur. Bu alt boyuttan alınan yüksek puanların duygu düzenlemede güçlüklere işaret ettiği bilinmektedir (Batum ve Yağmurlu, 2007). O nedenle kardeş sayısı azaldıkça, çocukların değişkenlik/olumsuzluk becerilerinin arttığı söylenebilir. Bu ifadenin tam tersini belirtmek de mümkündür. Duygu düzenleme/kontrol becerisi içinse tek çocuk olanların, üç ve daha fazla çocuk olanlara göre aldıkları puanlar düşük bulunmuştur. Bu durumda, kardeş sayısı arttıkça duygu düzenleme/kontrol becerisinin azaldığı söylenebilir. Genel

duygu düzenleme becerisi içinse, tek çocuk olanların genel duygu düzenleme becerileri, üç ve daha fazla çocuk olanlara göre daha düşük çıkmıştır. Tüm bu bulgular incelendiğinde, kardeş sayısı arttıkça çocukların duygu düzenleme becerilerinin azaldığı yorumu yapılabilir. Literatür incelendiğinde kardeş sayısına göre çocukların duygu düzenleme becerilerinin farklılaştığını bildiren çalışmalar (Apaydın-Demirci vd., 2020; Vardi, 2021) ile farklılaşmadığını (Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu, 2017; İnce, 2020) bildiren çalışmalara rastlamak mümkündür. İlgar ve Akbaba (2017) da çalışmanın bu iki bulgusuyla paralel şekilde çocuk duygu düzenlemesinin doğum sırasına göre farklılaşmadığını ve kardeş sayısının artmasıyla da duygu düzenleme becerilerinin azaldığını bulmuştur. Araştırma bulguları incelendiğinde, kardeş sayısının artmasının, çocuğun duygu düzenlemesi için olumlu olmadığı yorumu yapılabilir. Yapılan bu çalışmada, ebeveynlerin çocuk sayısına göre tutumlarının da farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Evde ilgilenilmesi gereken çocuk sayısı arttıkça, ebeveynlerin daha otoriter ve koruyucu olduğu görülmüştür. Ebeveyn tutumu ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar düşünüldüğünde (Chang vd., 2003; Haslam vd., 2020) bu durumun çocukların duygularını yaşamalarına ve ifade etmelerine daha az olanak sağladığı düşünülebilir. Bununla birlikte, kardeş sayısı arttıkça yaşanabilecek kardeş çatışmaları da artacaktır. Bu da çocukların duygusal stratejilerini ve deneyimlerini etkileyebilir.

Araştırmanın diğer bulgusu ise, çocukların duygu düzenleme düzeylerinin okul öncesi eğitim alma sürelerine göre bir farklılık göstermemesidir. Bu bulgu, çocuğun hiç eğitim almamasının ya da bir veya daha fazla yıl eğitim almasının duygu düzenlemesi üzerinde bir etkiye sahip olmadığı göstermektedir. Alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde, okul öncesi eğitim alma süresi bakımından çocukların duygu düzenleme becerilerinin farklılaştığını (Vardi ve Demiriz, 2021) ve farklılaşmadığını (Kayhan-Aktürk, 2015; Şahin, 2019) gösteren çalışmalara rastlamak mümkündür. Okul öncesi eğitimin çocuğun psikososyal, bilişsel ve davranışsal becerileri için önemi bilinmektedir (Önder, 2014). Bu nedenle, okul öncesi eğitim almanın ve bunun süresinin çocuğun duygu düzenlemesi üzerinde olumlu çıktıları olması beklenir. Bu çalışmada anlamlı bir fark bulunmamasının sebebi, Covid-19 nedeniyle çocukların okul öncesi eğitimden tam anlamıyla faydalanamamaları olabilir.

4.2.5 Beşinci araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre çocukların öz düzenleme becerileri düzeylerine bakıldığında, çalışma belleği becerisinin çok yüksek; dikkat, engelleyici kontrol /duygu ve genel öz düzenleme becerisinin yüksek; engelleyici kontrol/davranış becerisinin ise orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bunlara bakarak genel olarak çocukların öz düzenleme becerilerinin yüksek seviyede olduğu söylenebilir. Literatür incelendiğinde araştırmanın bulgusuyla benzer şekilde çocukların öz düzenleme düzeylerinin yüksek olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Işıksolu-Aysel, 2020; Uykan, 2019). Araştırmanın bu bulgusuyla paralel şekilde en yüksek puanı çalışma belleği becerisinden, en düşük puan ise engelleyici kontrol/davranış becerisinden elde eden çalışmaların varlığı da dikkat çekmiştir (Hoçur, 2021; Yılmaz, 2021). Çocukların genel olarak yüksek öz düzenleme becerilerine sahip olması kişisel özelliklerinden, yaşadıkları çevrede bu becerilerini geliştirebilecekleri imkanlara ulaşabilirliklerinden, destekleyici tutumlar gibi faktörlerden kaynaklı olabilir. Bununla birlikte okul öncesi dönemi çocuklarının çalışma belleği becerileriyle akademik ve dil becerileri arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların varlığı bilinmektedir (Chrysochoou vd., 2013; Hong Ching, 2017). Bu araştırmada çocukların %92,2 gibi büyük bir çoğunluğunun okul öncesi eğitim kurumlarına gidiyor ve akademik eğitim alıyor olmasının, çalışma belleklerinin gelişimine katkı sağladığı düşünülebilir.

4.2.6 Altıncı araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn cinsiyetine göre farklılık göstermediği; çocuk cinsiyetine göreyse sadece engelleyici kontrol/davranış becerisi alt boyutunda farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılık kız çocuklarının lehinedir. Kız çocuklarının engelleyici kontrol/davranış becerileri, erkek çocuklarından daha yüksek seviyededir. Literatürde kız çocuklarının erkeklere nazaran öz düzenleme becerilerinden daha yüksek puanlar aldığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Aksoy ve Tozduman-Yaralı, 2017; Dağgül ve Işık-Gürşimşek, 2019; Öztabak ve Özyürek, 2018; Saraç vd., 2021). Elde edilen bu bulgu, literatürle uyumlu görünmektedir. Kız çocuklarının engelleyici kontrol/davranış becerisinden erkeklere göre daha fazla puan almalarının sebebi, kültürle ve kültürün cinsiyetlere atadığı rollerle açıklanabilir. Türk kültüründe genelde erkeklere dair beklentiler onların

okula ya da işe gitmesi, çalışması şeklindeyken kızlardan beklenenlerse yemek yapması, temizlik yapması, kardeşe ya da çocuğa bakması gibi öz düzenlemenin gelişimine daha fazla hizmet eden eylemlerdir. Kız çocuklarının hareketlerine daha fazla çeki düzen vermesi gerektiği dikte edilirken, erkek çocuklarına tanınan sınırlar ise daha esnektir. O nedenle kızların genel olarak erkeklerden daha yüksek öz düzenleme becerilerine sahip olması, kültür ve cinsiyet rollerinin etkisinden kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmanın bulgularından bir diğeri, çocukların öz düzenleme düzeylerinin anne çalışma durumuna göre sadece dikkat becerisi alt boyutunda farklılık göstermesidir. Annesi çalışan çocukların dikkat düzeyleri, çalışmayan annelerin çocuklarına göre daha yüksek bulunmuştur. Alan yazında, çalışan annelerin çocuklarının öz düzenleme becerilerinin, çalışmayanlara göre yüksek olduğunu gösteren çalışmalara rastlamak mümkündür (Eke, 2017; Temiz, 2019). Hoçur (2021) araştırmanın bu bulgusuyla paralel şekilde, annesi çalışan çocukların dikkat düzeylerinin çalışmayanlara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Özbey (2018) ise yapmış olduğu çalışmada, anne çalışma durumuna göre çocukların öz düzenleme becerilerinin farklılaşmadığını bulmuştur. Bu araştırmada dikkat becerisinin anne çalışma durumuna göre farklılaşıyor olmasının sebebi, çalışan annelerin çalışmayanlara göre evde daha az bulunması ve bu nedenle çocuklarına daha fazla görev ve sorumluluk veriyor olmasından kaynaklanıyor olabilir. Çocuklar, otorite yokluğunda dahi kendilerinden beklenen görevleri hatırlayıp farkında olarak dikkatlerini bu şekilde geliştirmiş olabilir.

Araştırmanın bir başka bulgusu, çocukların öz düzenleme düzeylerinin ebeveyn yaşına göre farklılık göstermezken; çocuk yaşına göre dikkat, engelleyici kontrol/duygu, engelleyici kontrol/davranış ve genel öz düzenleme becerilerinde farklılık göstermesidir. Yılmaz (2020) ve Yeğenoğlu (2019) da ebeveyn yaşının çocuğun öz düzenleme becerilerine sahip olmada bir farklılığa yol açmadığını bulmuştur. Bu bulgular, çalışmanın bulgusunu destekler niteliktedir. Çocuk yaşına göreyse, 4 yaşındaki çocukların 5 ve 6 yaşındakilere göre dikkat ve engelleyici kontrol/davranış becerilerinden daha az puan aldıkları görülmüştür. Öyleyse artan yaşla birlikte dikkat ve engelleyici kontrol/davranış becerilerinin arttığı söylenebilir. Engelleyici kontrol/duygu boyutunda ise 4 yaşındakilerin 5 yaşa göre daha az beceriye sahip oldukları görülmektedir. Genel öz düzenleme düzeylerinde de 4 yaşındakilerin 5 ve 6 yaşa göre daha düşük beceri

gösterdikleri tespit edilmiştir. Genel olarak en iyi ortalamaların 5 yaşa, en düşük ortalamaların ise 4 yaş çocuklarına ait olduğu söylenebilir. Alan yazına bakıldığında, araştırmanın bulgusunu destekler nitelikte yaşla birlikte öz düzenleme becerilerinin arttığını raporlayan çalışmaların varlığı dikkat çekmektedir (Özbey, 2018; Yeğenoğlu, 2019; Şepitçi, 2018; Tozduman-Yaralı ve Güngör-Aytar, 2017). Arslan ve diğerleri (2021) ise bu bulgunun aksine dört yaş çocuklarının, kontrol becerilerinin beş yaştakilerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Gelişimin yaşla birlikte ilerleme gösterdiği bilinmektedir (Santrock, 2015). Bronson (2000) da öz düzenleme kapasitelerinin yaşla birlikte genişlediğini belirtmektedir. O nedenle araştırmanın bulgusuna göre, öz düzenleme becerilerinde yaşla birlikte bir artış görülmesi, beklenen ve literatürle uyumlu bir sonuçtur.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulgu, çocukların öz düzenleme düzeylerinin anne eğitim durumuna göre dikkat, engelleyici kontrol/duygu ve genel öz düzenleme becerisinde; baba eğitim durumuna göreyse dikkat becerisinde farklılık göstermesidir. Anneleri ilkokul/ortaokul mezunu olan çocukların bu becerileri, annesi üniversite mezunu olanlara göre daha düşük bulunmuştur. Babaları ilkokul/ortaokul mezunu olan çocukların dikkat becerileri de lisansüstü mezunu olan babaların çocuklarından düşük bulunmuştur. Öyleyse bu bulgulara bakarak ebeveynlerin eğitim seviyesi arttıkça çocukların öz düzenlemeye dair becerilerinin arttığını söyleyebiliriz. Literatür incelemesi yapıldığında, araştırmanın bu bulgusunu destekleyen çalışmalar dikkat çekmektedir (Işıksolu-Aysel, 2020; Saraç vd., 2021; Ural vd., 2020). Aynı şekilde Dağgül ve Işık-Gürşimşek (2019) de anne-babaların eğitim seviyesi arttıkça çocukların öz düzenleme becerilerinin arttığını gözlemlemiştir ancak anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Tuzcuoğlu ve diğerleri (2019) da çocukların öz düzenleme becerilerinin ebeveyn eğitim durumuna göre arttığı fakat farkın anlamlı olmadığını belirtmiştir. Bu çalışmada anne-babaların eğitim durumunun yükseldikçe çocukların öz düzenleme düzeylerinin artması, ebeveynlerin bilinç düzeyleriyle ilgili olabilir. Eğitim seviyesi arttıkça bilinç düzeyinin arttığı bilinmektedir (Çağlar ve Güler, 2017). Bu nedenle daha yüksek seviyede eğitim almış olan ebeveynlerin çocuklarına daha bilinçli davrandığı ve kendilerini gerçekleştirmek adına onlara daha fazla sorumluluk ve görev verdiği düşünülebilir. Bu durum çocukların öz düzenlemelerini desteklemiş olabilir.

Araştırmanın bir başka bulgusu, gebeliğin planlı olup olmamasına göre ve doğum şekline göre, çocukların öz düzenleme düzeylerinde bir farklılık görülmemesidir. Planlı bir gebelik yaşayan ebeveynlerle, planlı olmadan gebelik yaşayan ebeveynlerin çocuklarının öz düzenleme düzeylerinin benzer olduğu anlaşılmaktadır. Aynı şekilde, normal, sezaryen ya da epidural doğumun da çocukların öz düzenlemesi üzerinde bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, gebelik ve doğum şekline göre çocuk öz düzenlemesini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. O nedenle bu bulgunun, literatüre yeni bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulgu, çocukların öz düzenleme düzeylerinin doğum sırasına göre farklılık göstermezken; evdeki çocuk sayısına bir başka deyişle kardeş sayısına göre dikkat ve genel öz düzenleme becerisinde farklılık göstermesidir. Literatürde doğum sırasına göre çocuğun öz düzenleme becerilerinin farklılık gösterdiğini (Yeğenoğlu, 2019) ve göstermediğini (Eke, 2017; Fındık-Tanrıbuyurdu, 2012; Ural vd., 2020; Temiz, 2019) rapor eden çalışmalar bulunmaktadır. O nedenle araştırmanın bu bulgusu literatür ile uyumlu görünmektedir. Evdeki çocuk sayısına göreyse, tek çocuğa sahip olan ailelerin çocuklarının dikkat ve genel öz düzenleme becerilerinin üç ve üzeri çocuğa sahip ailelerin çocuklarından yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgulardan hareketle, kardeş sayısı azaldıkça çocukların öz düzenleme becerilerinin arttığı yorumu yapılabilir. Literatür incelendiğinde evdeki çocuk sayısına göre çocuk öz düzenlemesini inceleyen yeterli sayıda çalışmaya rastlanmasa da araştırmanın bu bulgusuna paralel olarak Ural ve diğerleri (2020) da evdeki çocuk sayısı azalıkça çocukların öz düzenleme becerilerinin anlamlı olarak farklılaştığını bulmuştur. Dağgül ve Işık-Gürşimşek (2019) ile Tuzcuoğlu ve diğerleri (2019) da yapmış oldukları çalışmada, kardeş sayısı arttıkça çocukların öz düzenleme düzeylerinin düştüğünü bulmuştur; fakat onların çalışmasında bu fark anlamlı çıkmamıştır. Eke (2017) ise bu bulgulardan farklı olarak kardeş sayısı arttıkça çocukların öz düzenleme düzeylerinin arttığına dair bir sonuç elde etmiştir. Aile, çocuğun birincil çevresi olarak görülebilir. Evde ilgilenilmesi gereken çocuk sayısı azaldıkça, ebeveynlerin çocuklarına gösterecekleri ilgi ve zamanın artacağı ve bu şekilde çocuklarının gelişimleri için daha fazla fırsat sunabilecekleri düşünülebilir. Bu da çocukların öz düzenleme becerileri gibi gelişim alanlarının kapasitelerinin artmasını sağlayabilir.

Araştırmanın bir başka bulgusu, çocukların öz düzenleme düzeylerinin okul öncesi eğitim alma süresine göre anlamlı bir farklılık göstermemesidir. Bu durumda, çocukların okul öncesi eğitim alma sürelerinin öz düzenlemeleri üzerinde bir etkiye sahip olmadığı düşünülebilir. Alan yazındaki çalışmalara bakıldığında, okul öncesi eğitim alma süresine göre çocukların öz düzenlemelerinin farklılaştığını belirten çalışmalara ulaşmak mümkündür (Arslan vd., 2021; Işıksolu-Aysel, 2020; McClelland vd., 2007; Uykan, 2019). Araştırmanın bu bulgusuyla paralel olarak farklılık bulmayan çalışmalar da bulunmaktadır (Hoçur, 2021; Skibbe vd., 2011). Eğitim ortamının çocukların gelişimlerine katkı sağlaması beklenir (Önder, 2017). Araştırmada, çocukların öz düzenlemelerinin okul öncesi eğitim alma sürelerine göre farklılaşmaması, pandemi koşullarından dolayı çocukların eğitimlerinin bazı dönemlerde sekteye uğramasından kaynaklanmış olabilir. Ayrıca genel olarak araştırmada çocukların mevcut öz düzenleme düzeylerinin yüksek bulunduğu düşünülürse, okul öncesi eğitim süresi belirleyici bir faktör olmamış olabilir.

4.2.7 Yedinci araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, ebeveynlik stilleri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre, ebeveynlerin göstermiş oldukları demokratik tutum ile çocuklarının değişkenlik/olumsuzluk becerisi, duygu düzenleme/kontrol becerisi ve genel duygu düzenleme becerisi arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Yani ebeveynlerin göstermiş oldukları demokratik tutumlar arttıkça çocukların duygu düzenleme becerilerinden aldıkları puanlar azalmaktadır. Duygu düzenleme/kontrol becerisi ve genel duygu düzenleme becerisi ile çocukların daha olumlu ruh haline sahip olması, daha olumlu duygusal tepkiler vermesi, empati yapabilmesi, kendisinin ve başkalarının duygularının farkında olması, duygularını kontrol edebilmesi gibi durumlar ifade edilmektedir (Batum ve Yağmurlu, 2007). Demokratik tutum ise ebeveynlerin çocuklarına karşı duyarlı olduğu, onları bir birey olarak gördüğü, düşünce ve duyguları karşılıklı olarak ifade etmeyi teşvik eden çocuk merkezli bir stildir (Baumrind, 1967). Öyleyse ebeveynlerin ilgi, sıcaklık, kabul, hoşgörü gibi olumlu olgularla bezeli demokratik tutumları arttıkça, çocukların duygu düzenleme becerilerinin de artması beklenir. Çünkü çocuklar duygularını yaşamak, ifade etmek ve düzenlemek için daha çok

fırsat verilen bir ebeveynlik stili içinde yetişmektedir. Fakat araştırmada bu beklentinin tersi olarak demokratik tutum arttıkça olumlu görülen duygu düzenleme becerilerinin azaldığı görülmektedir. Bununla birlikte duygusal anlamda stabil kalamama, ruh halinde gelgitler yaşama, dürtüsel olma ve duyguları kontrol edememe gibi olumsuz duygu düzenleme becerilerini temsil eden değişkenlik/olumsuzluk becerisi ise, demokratik tutum arttıkça azalmaktadır. Bu alt boyuttan alınan düşük puanlar, duygu düzenlemenin bu kısmında daha az güçlük yaşandığını işaret etmektedir (Batum ve Yağmurlu, 2007). Bu durum, çocukların ebeveynleri tarafından desteklendiği ve duygularının kabul gördüğü bir ortamda yetiştikleri düşünülürse, olası bir sonuçtur. Ebeveynleri tarafından duyguları kabul edilen, desteklenen ve ifade edilmesine fırsat verilen yani demokratik tutum içerisinde yetişen çocukların olumsuz duygu düzenleme becerilerinin azalacağı ve duygu düzenlemede iyileşme yaşayacağı literatür tarafından da desteklenmektedir (Cantekin ve Gültekin-Akduman, 2018; Gözün-Kahraman ve Gökşen, 2021; Haslam vd., 2020).

Otoriter tutum ise değişkenlik/olumsuzluk becerisi ve genel duygu düzenleme beceri ile pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Bu durumda, otoriter tutum arttıkça çocukların değişkenlik/olumsuzluk düzeylerinin arttığı söylenebilir. Demokratik tutumda çocukların değişkenlik/olumsuzluk becerilerinin iyileşme göstermesinin beklenmesi gibi, ceza ve baskının hakim olduğu tutumlar içinde büyüyen çocukların da duygu düzenlemede güçlük yaşamaları beklenen bir durumdur. Çünkü otoriter tutumda ebeveynler açık iletişime kapalıdır, çocuklarına baskı kurup seçim şansı vermeyerek onlar adına kararlar almaktadır ve çocuklarının da buna itaat etmesini beklemektedir. İtaat etmedikleri noktalarda fiziksel ceza dahi uygulayabilmektedir. Bu da çocukların olumsuz duygu durumları içinde olmasına zemin hazırlayarak duygu düzenlemede zorluklar yaşamalarına neden olacaktır. Bu tutum içinde yaşayan çocuklar duygu ve düşüncelerini ifade etmekten çekinebilir, duygularını gizlemeyi seçerek işlevsiz duygu düzenleme stratejilerini benimseyebilir. Yapılan çalışmalarda bu tutum içinde yetişen çocukların olumsuz ruh halinde olmaya daha meyilli oldukları bulunmuştur (Baumrind, 1967; Joseph ve John, 2008). Aynı zamanda ebeveynlerin otoriter tutumu benimsemesiyle çocukların duygu düzenlemede daha çok zorlandığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Gözün-Kahraman ve Gökşen, 2021; Haslam vd., 2020; Meyer, 2014; Yaman, 2018). Araştırmanın bu bulgusunu tersten ifade etmek de

mümkündür. Yani çocukların değişkenlik/olumsuzluk düzeyleri arttıkça ebeveynlerin otoriter tutumlarının arttığı yorumu da yapılabilir. Çocuklar değişken ruh halleri içinde olup dürtüsel davrandıkça, aşırı hareketli olup otoriteye sürekli olarak karşı geldikçe ebeveynler katı uygulamalara gitmek zorunda kalıyor da olabilir. Bununla birlikte araştırmada otoriter tutum arttıkça genel duygu düzenleme becerilerinin arttığı sonucuna da ulaşılmıştır. Araştırmanın bir önceki bulgusunda da demokratik tutum arttıkça çocukların genel duygu düzenleme becerilerinin azaldığı bulunmuştu. Öyleyse bu bulgulara bakarak, çocukların kurallara dayalı, davranışlarının kontrol edildiği, onlar adına kararlar alındığı ebeveyn merkezli bir tutum içinde daha iyi duygu düzenlemeler yapabildiği düşünülebilir. Bu çalışma grubu için, sıkı denetlemelerin ve yönlendirmelerin çocukların duygularını daha iyi düzenlemesine katkı sağladığı söylenebilir. Bununla birlikte çocuklar otoriteden korktukları için de duygu ve davranışlarını kontrol altına alıyor olabilir. Ceza alacağını bilen çocuk, cezadan kaçınmak için daha uyumlu tepkiler gösterecektir. Veyahut otoriter tutuma sahip ebeveynler, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini olmasını istedikleri şekilde değerlendirmiş de olabilir. Katı kuralları, kontrolü ve baskıcı bir tavrı olan bir ebeveyn, çocuğunun duygularını düzenlemede başarılı olduğunu düşünmeye meyilli olabilir. Çünkü çocuklarından genelde başarılı sonuçlar talep etmektedir.

Aşırı koruyucu tutum ile çocuklarının duygu düzenleme/kontrol becerisi ve genel duygu düzenleme becerisi arasında ise pozitif yönlü çok düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu durumda ebeveynlerin göstermiş oldukları aşırı koruyucu tutumlar arttıkça çocukların duygu düzenleme becerilerden aldıkları puanların arttığı söylenebilir. Aşırı koruyucu tutum, ebeveynlerin çocuklarının çevresini sürekli olarak kontrol etmek istedikleri, çocuklarına ilgi ve sıcaklık gösterirken bir yandan da onların kendilerine bağımlı hale gelmesine neden oldukları bir ebeveynlik stilidir (Karabulut-Demir ve Şendil, 2008; Taylor ve Alden, 2006). Bu durum bireyselliğe önem veren batı toplumlarında yaygın olan bir tutum olmasa da Türk kültüründe sık rastlanan ve olumlu görülen bir tutumdur (Batum ve Yağmurlu, 2007). Literatür incelendiğinde, aşırı koruyucu tutumla çocuk duygu düzenlemesi arasındaki ilişkiyi inceleyen yeterli sayıda çalışma bulunamamıştır. Ulaşılan çalışmalar incelendiğinde ise, aşırı koruyucu tutum ile çocuk duygu düzenlemesi arasında anlamlı bir ilişki bulmayan çalışmalara rastlanmıştır (Erçakallı, 2022; Gözün-Kahraman, 2019; Yaman, 2018). Bununla birlikte aşırı koruyucu

tutum, değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile de pozitif yönlü çok düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Ebeveynlerin korumacı tavırları arttıkça çocukların keyifli ruh halinde olmaları, olumlu tepkiler vermesi, duygularını daha olumlu yollardan ifade etmeleriyle ilişkili duygu düzenleme becerilerinin artması gibi; dürtüsel olup duyguları kontrol edememe, değişen ruh halleri içine girme gibi durumlarının arttığı da görülmektedir. Öyleyse aşırı koruyucu ebeveynlik, çocukların duygularını yaşamasına müsaade eden ve olumlu duyguların pekiştirilmesine destek olan bir ebeveynlik olduğu kadar dürtülerin engellenemediği, olumsuz duygulanımların aşılmasında başarı olunamayan bir ebeveynlik olarak da görülebilir. Belki de çocuklar duygularını yaşayıp ifade etmede desteklense de duygusal olarak gelgitler yaşadıklarında bu durumla nasıl baş edeceklerini bu ebeveynlik stili içinde öğrenememiş olabilir. Çünkü, bu stilde genelde kendileri adına kararlar alınan ve çevrenin çocuğa göre kontrol altına alındığı bir durum söz konusudur. Çocuk, çevresi tarafından zorlanmayacak şekilde yetiştirilmektedir. Ebeveynler olası tehditleri önleyip çocuğunu rahatlatmak adına eylemler sergilemektedir. Bu da çocukların ebeveynleri olmadan olumsuz yaşantıları ve duyguları nasıl düzenleyebileceklerini öğrenememiş olmalarına sebebiyet vermiş olabilir.

İzin verici tutum ise sadece değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkide bulunmuştur. Bu durumda, ebeveynlerin izin verici tutumları arttıkça, duygu düzenlemenin değişkenlik/olumsuzluk alt boyutunda çocukların daha fazla güçlük yaşadığı söylenebilir. İzin verici tutum, ebeveynlerin çocuklarına ilgi ve sıcaklık gösterdikleri ancak kontrol uygulamaktan kaçındıkları bir stildir. Çocuklarına sonsuz müsadede bulunarak davranışları üzerinde herhangi bir denetleme uygulamazlar. Bu özgür ortam, çocuğun özgüveni için olumlu görünse de sorumluluk duygusu ve çocuğun kendini yönetebilmesi için olumsuz çıktılara neden olacaktır. Nitekim, bazı çalışmalar bu stil içinde yetişen çocukların sorumluluk duygularının gelişmediği, daha dürtüsel ve saldırgan olduklarını, öz denetim konusunda başarısız olduklarını bulmuştur (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008). İzin verici tutum içinde yetişen çocukların davranışlarını, dürtülerini ve duygularını düzenlemede güçlük yaşaması beklenen bir sonuçtur. Sınırların olmadığı bir ortamda büyüyen çocuk, hareketlerini nerede ne zaman dizginlemesi gerektiğini öğrenememiş olabilir. Aynı zamanda ailesi tarafından her istediğine ulaşabildiği bir sistemde yetişen çocuk, başka şartlar altında bu durumu yaşayamayınca daha dürtüsel ve değişken ruh

hallerine sahip de olabilir. Öyleyse araştırmanın bu bulgusunun literatürle uyumlu olduğu söylenebilir.

4.2.8 Sekizinci araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, ebeveynlik stilleri ile çocukların öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Demokratik tutumla genel öz düzenleme becerisi orta düzeyde; dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol/duygu becerisi düşük düzeyde; engelleyici kontrol/davranış becerisi ise çok düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkide bulunmuştur. Otoriter tutumla ise genel öz düzenleme becerisi, dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol/davranış becerisi düşük düzeyde; engelleyici kontrol/duygu becerisi ise çok düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Bu durumda ebeveynlerin demokratik tutumları arttıkça çocukların öz düzenleme becerilerinin arttığı; ebeveynlerin otoriter tutumları arttıkça ise çocukların öz düzenleme becerilerinin azaldığı söylenebilir. Literatür incelendiğinde, araştırmanın bu bulgusunu destekleyen çalışmalar dikkat çekmektedir (Eisenberg vd., 2009; Eroğlu, 2018; Keller vd., 2004). Uykan ve Akkaynak (2019) ebeveyn tutumlarıyla çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, araştırmanın bulgusuyla paralel şekilde demokratik tutum arttıkça çocukların öz düzenlemelerinin arttığını, otoriter tutum arttıkça da azaldığını bulmuştur. Newman (2017) da aynı şekilde demokratik tutum ile öz düzenleme arasında pozitif; otoriter tutumla öz düzenleme arasında ise negatif ilişki tespit etmiştir. Temiz (2019) ise yapmış olduğu çalışmada otoriter tutumla çocukların öz düzenleme becerileri arasında negatif bir ilişki bulsa da demokratik tutuma dair anlamlı bir ilişki saptamamıştır. Bu bulguların aksine, Öztabak ve Özyürek (2018) ise ebeveyn tutumlarıyla çocukların öz düzenlemesi arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Ebeveynlerin çocuk yetiştirirken uyguladıkları yöntemlerin, kullandıkları stratejilerin, gösterdikleri sıcaklıkların çocuğun gelişimi üzerindeki etkisi bilinmektedir (Joseph ve John, 2008). Çocuğun içinde bulunduğu aile ortamı çocuğun hangi özelliklere sahip olacağını ve kapasitelerini belirleyecektir. Yapılan çalışmalar demokratik stil içinde yetişen çocukların daha uyumlu, kendine güvenen, sorumluluk alan ve iş birliği içinde hareket etmeye meyilli olduklarını göstermiştir. Otoriter stil içinde yetişen çocukların ise daha itaatkâr ve sosyal yeterlilikte güçlük yaşadıklarını, başkalarının kendileri adına kararlar almasından mütevellit kendileriyle ilgili durumları

çözmede başarısız olduklarını bildirmiştir (Baumrind, 1967; Baumrind, 1991; Darling ve Steinberg, 1993). Tüm bunlar göz önüne alındığında, demokratik stile sahip ebeveynlerin çocuklarının öz düzenleme becerilerinin artması; otoriter stile sahip ebeveynlerin çocuklarının ise bu becerilerinin düşmesi beklenen bir sonuçtur. Ailedeki demokratik ortam çocuğun otoriteden çekinmemesini sağlayarak kendine olan güvenlerini pekiştirecektir. Bu nedenle çocuk hata yapmaktan korkmayarak kendiyle ilgili daha fazla girişimde bulunabilir. Ayrıca sorumluluk duygularının daha gelişmiş olması da otorite yokluğunda dahi davranışlarını ayarlamasını sağlayacaktır. Otoriter tutumda ise çocuk hata yaptığında ceza alacağını düşüneceği için kendine dair kararlar almaktansa, bu kararları otoriteye bırakabilir. Fakat bu durum çocuğun becerilerini pekiştirememesine neden olacaktır. Bu durumun çocukların öz düzenleme düzeylerinin azalmasına sebep olduğu düşünülebilir. Demokratik tutum içerisinde büyüyen çocukların öz düzenleme becerileri ise sunulan fırsatlar çerçevesinde pekiştiği için daha başarılı olmuş olabilir.

İzin verici tutumla çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, izin verici tutum sadece çalışma belleği becerisi ile negatif yönlü çok düşük düzeyde ilişkili bulunmuş; aşırı koruyucu tutumlaysa anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bu durumda, ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumlarının çocukların öz düzenlemeleri üzerinde bir farklılık yaratmadığı söylenebilir. Bununla birlikte ebeveynlerin izin verici tutumları arttıkça da çocukların çalışma belleği becerilerinin düştüğü yorumu yapılabilir. Literatürdeki sınırlı çalışmalara bakıldığında, Temiz (2019) aşırı koruyucu tutumla çocukların öz düzenlemesi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulurken izin verici tutuma dair anlamlı bir ilişkiye rastlamamıştır. Varlı (2020) ise yapmış olduğu çalışmada aşırı koruyucu tutum ile izin verici tutumun çocukların öz düzenleme becerileriyle negatif yönde ilişkisi olduğunu bulmuştur. Uykan (2019) aşırı koruyucu tutum arttıkça çocukların çalışma belleği becerilerinin arttığı sonucuna ulaşsa da izin verici tutuma dair bir ilişki bulmamıştır. İzin verici tutum, ebeveynlerin talepte bulunma ve kontrol etme boyutlarının düşük olduğu bir ebeveynlikle karakterizedir. Bu tutumda, ebeveynler çocuklarının davranışlarını izlemeyerek istedikleri gibi davranmalarına izin vermektedir. Aynı zamanda disiplin uygulamaları konusunda sınır belirlemede başarısız davranışlar göstermektedir (Baumrind,1967; Baumrind, 1991). O nedenle izin verici stil içinde yetişen çocukların sorumluluk duyguları gelişmiş değildir. Denetlenmedikleri ve uyarılmadıkları için kendilerini düzenleme konusunda zayıflardır. Yapılan çalışmalar da

bu durumu desteklemektedir (Darling ve Steinberg, 1993; Joseph ve John, 2008). Öyleyse izin verici tutum arttıkça çocukların öz düzenleme becerilerinin düşmesi olası bir sonuçtur. Anlamlı bir ilişki bulunmamış olsa da öz düzenlemenin çalışma belleği dışındaki diğer alt boyutlarında da negatif bir ilişki gözlenmiştir. Çalışma belleği, kısa süreli bellekle ilişkili olarak bilginin saklanıp işlenmesini ifade etmektedir (Adams vd., 1999). Kişi, çalışma belleği sayesinde bilgileri hatırlayarak gerekli durumlarda bu bilgileri kullanır. Bir durumla karşılaştığında nasıl davranması gerektiğiyle ilgili ipuçlarını çalışma belleğinden alır ve bu da öz düzenlemeye olumlu bir katkı sağlar (McClelland ve Cameron, 2011). İzin verici tutumda ebeveynler çocuklarını neler yapıp yapmamaları gerektiğiyle ilgili uyarmadıkları ve kontrol etmedikleri için çocukların kuralları hatırlamaya yönelik ihtiyaçları olmamış olabilir. Bu durumun çocukların çalışma belleklerinin kapasitesinin artmamasına neden olarak, öz düzenleme açısından başarısız sonuçlar almalarına sebebiyet verdiği düşünülebilir.

4.2.9 Dokuzuncu araştırma sorusuna ilişkin bulgularının tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre, çocukların duygu düzenleme becerileri ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde bu ilişkinin negatif yönde ve anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre duygu düzenlemeye dair değişkenlik/olumsuzluk becerisi; genel öz düzenleme becerisi ve engelleyici/kontrol davranış becerisiyle orta; dikkat ve çalışma belleği becerisiyle düşük; engelleyici kontrol/duygu becerisiyle ise çok düşük düzeyde anlamlı negatif yönde ilişkiye sahip bulunmuştur. Duygu düzenlemeye dair duygu düzenleme/kontrol becerisi ise dikkat, çalışma belleği, engelleyici/kontrol davranış, engelleyici kontrol/duygu ve genel öz düzenleme becerisiyle düşük düzeyde anlamlı negatif yönde ilişkiye sahip bulunmuştur. Son olarak genel duygu düzenleme becerisine dair düzeylerine bakıldığında ise, genel öz düzenleme becerisi ve dikkat becerisiyle orta; çalışma belleği, engelleyici/kontrol davranış ve engelleyici kontrol/duygu becerisiyle düşük düzeyde anlamlı negatif yönde bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme ve öz düzenlemeye dair ölçek toplam puanlarının arasında negatif bir ilişki bulunması, çocukların duygu düzenleme becerileri arttıkça öz düzenleme becerilerinin azaldığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde duygu düzenleme ve öz düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışmaya ulaşılmıştır (Gagne, Liew ve Nwadinobi, 2021; Vardi, 2021). Vardi (2021), çalışmasında 5-6 yaş çocuklarının duygu düzenleme

ve davranışsal öz düzenleme becerilerini incelemiş ve çocukların duygu düzenleme becerileri arttıkça öz düzenleme becerilerinin de arttığını bulmuştur. Duygu düzenlemenin değişkenlik/olumsuzluk becerisi ile öz düzenleme becerisi arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Bu bulgu çocukların dürtüsel olma, fazla hareketli olup otoriteye uymada güçlük yaşama, değişken ruh halleri içine girme anlamına gelen değişkenlik/olumsuzluk becerisi arttıkça, öz düzenleme becerilerinin azaldığı anlamına gelmektedir. Yapılan bu çalışmada da duygu düzenlemenin değişkenlik/olumsuzluk becerisi alt boyutu, öz düzenlemenin geneliyle ve tüm alt boyutlarıyla negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Öyleyse iki çalışma arasındaki bu bulgunun birbiriyle paralellik gösterdiği söylenebilir. Çocukların ruh hallerini ve dürtülerini düzenlemede güçlük yaşaması, davranışlarını düzenlemede de güçlük yaşamalarına neden olabilir. Çünkü duygu düzenleme ve öz düzenleme bir noktada aynı amaca hizmet etmektedir. İkisinde de kişi dürtülerini, duygularını ve davranışlarını düzenleme çabasındadır. Gagne, Liew ve Nwadinobi (2021), yapmış oldukları çalışmada küçük çocuklarda öz düzenlemenin duygu düzenlemeyle nasıl bir ilişkisi olduğunu ele almıştır. Öz düzenleme ve duygu düzenlemeyi iç içe geçmiş yapılar olarak tanımlamışlardır. Onlara göre öz düzenleme; bireyin duygu, dikkat, biliş ve davranışını yönetme yeteneğidir. Duygu düzenleme ise bireyin kendi duygu deneyimlerini, bu duyguların davranışsal ifadesini yönetip değiştirmek için yararlandığı içsel süreçlerden ve başkalarının duygularını düzenlemeyi ifade eden dışsal süreçlerden oluşmaktadır. Onlar duygu düzenlemenin içsel süreçlerinden yola çıkarak, öz düzenlemeyi duygu düzenlemenin içsel süreçlerinin dahil edildiği daha geniş bir yapı olarak görmektedir. Alan yazında duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin ortak yapıları temsil ettiğini ya da bir noktada kesiştiğini gösteren başka çalışmalar da bulunmaktadır (Bronson, 2000; Calkins ve Fox, 2002; Eisenberg ve Spinrad, 2004). Bazı çalışmalarda duygu düzenleme, duygusal öz düzenleme olarak dahi ifade edilmektedir (Cole ve Martin, 2004; Raver, 2004). Hatta geliştirilen envanterlerde duygu düzenleme ve öz düzenleme birbirlerinin alt boyutları olarak yer alarak, ilgili alanları ölçebilmektedir (Smith-Donald vd., 2007). Tüm bunlardan hareketle duygu düzenleme becerileri arttıkça öz düzenleme becerilerinin de artacağı düşünülebilir. Fakat bu çalışmada literatürde sunulan kanının aksine çocukların duygu düzenleme becerileri arttıkça öz düzenleme becerilerinin düştüğü bulunmuştur. Sadece duygu düzenleme ölçeğinin

değişkenlik/olumsuzluk becerisi alt boyutu, öz düzenleme becerileriyle paralellik göstermiştir. Bu çalışmada kullanılan duygu düzenleme ölçeğinin duygu düzenleme/kontrol alt boyutunun maddeleri incelendiğinde; empati gösterme, keyifli ya da keyifsiz ruh haline sahip olma, duygusunu ifade edebilme gibi yapıları ölçtüğü görülmektedir. Değişkenlik/olumsuzluk alt boyutunun maddeleri incelendiğinde ise duygu halinin değişkenlik göstermesi, kolay sinirlenmesi gibi durumların yanı sıra ilgisini çeken bir şey olduğunda sırasını bekleyebilmesi gibi durumların ölçüldüğü görülmektedir. Fakat bu sırasını beklemeye dair olan durumun ölçülmesi, ölçek puanlamasında ters olarak maddelenmiştir. Öz düzenleme ölçeğinin maddelerine bakıldığında ise yönerge takip etme, dikkati vererek sorun çözme, izin almadan başkalarının eşyalarını kullanmama, kurallara uyma gibi durumların ölçüldüğü görülmektedir. Buradan hareketle, aslında iki ölçeğin farklı alanları ölçmesinden mütevellit bu ilişkinin paralellik göstermemesi şaşırtıcı olmayabilir. Ebeveynlerin bildirimlerine göre çalışmada 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme düzeyleri düşük, öz düzenleme düzeyleri ise yüksek bulunmuştur. Maddelerin ölçtükleri alanlar da düşünüldüğünde, bu dönem çocukları için duyguları anlamada, empati yapmada daha az başarılı olunması; fakat kurallara uyup, yönerge takip edebilme gibi alanlarda daha fazla başarılı olunması doğal bir sonuç olarak görülebilir. Çünkü işlem öncesi dönemde olan çocuklar dünyayı daha sınırlı olarak algılamakta ve daha ben merkezci olmaktadır (Piaget, 1964). Buradan hareketle empati yapamamaları normaldir. Öz düzenleme davranışları ise, dikkati verip hatırlama, eylem başlatıp sürdürme, bekleyebilme gibi bu dönemin bilişsel ve fiziksel yeterliliklerinin karşılayabileceği davranışları kapsamaktadır. Okul öncesi dönemde bu tür becerilerin, soyut anlamlar barındıran duygusal becerilerden daha başarılı bir şekilde gelişmesinin mantıklı olduğu düşünülebilir.

BÖLÜM 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada ebeveynlerin çocuk yetiştirme stilleriyle 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu doğrultuda, bu bölümde araştırmanın içeriği ve sonuçlarına dair özet, yargı ve öneriler kısmı bulunmaktadır.

5.1 Özet

Bu araştırmada, ebeveynlerin ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 48-72 aylık çocuğa sahip 183'ü anne 23'ü baba olmak üzere 206 ebeveyn katılmıştır. Araştırmada yer alan katılımcılara, demografik özellikleriyle ilgili bilgi almak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Ayrıca katılımcıların ebeveynlik stillerini ölçmek için Ebeveyn Tutum Ölçeği, çocukların duygu düzenleme becerisi düzeylerini ölçmek için Duygu Düzenleme Ölçeği ve çocukların öz düzenleme becerisi düzeylerini ölçmek için 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Ölçeği (Anne Formu) kullanılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler frekans, yüzde, ortalama ve standart sapmalar ile hesaplanmış olup ebeveynlik stilleri, çocukların duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler ise Pearson Korelasyon Analizi yapılarak incelenmiştir. Ebeveynlik stilleri ile çocukların duygu düzenleme ve öz düzenleme becerilerinin demografik özelliklere göre incelenmesinde ise Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü Anova Testi kullanılmıştır. Anova testi sonuçlarında gruplar arasındaki farkların belirlenmesi için ise Post-Hoc testlerinden olan Scheffe Testi uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda, ebeveynlik stillerinin çocuk cinsiyeti, anne çalışma durumu, çocuk yaşı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, gebeliğin planlı olup olmaması ve çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği; çocukların duygu düzenleme becerilerinin çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği; çocukların öz düzenleme becerilerinin ise çocuk cinsiyeti, anne çalışma durumu, çocuk yaşı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca ebeveynlerin demokratik tutumları ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında

negatif; ebeveynlerin otoriter ve aşırı koruyucu tutumları ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ebeveynlik stilleri ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkide ise ebeveynlerin demokratik tutumları ile çocukların öz düzenleme becerileri pozitif; ebeveynlerin otoriter tutumlarıyla çocukların öz düzenleme becerileri ise negatif yönde anlamlı ilişkiye sahip bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileri arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. ($p<0,05$).

5.2 Yargı

Bu araştırmada, ebeveynlik stilleri ile 48-72 aylık çocuklarının duygu ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin en çok demokratik stili, ardından sırasıyla aşırı koruyucu, izin verici ve en az olarak da otoriter stili benimsediği belirlenmiştir. Ebeveynlerin algısına göre çocukların duygu düzenleme düzeyleri ise duygu düzenleme/kontrol becerisi boyutu için orta, değişkenlik/olumsuzluk becerisi boyutu ile genel duygu düzenleme becerileri içinse düşük düzeyde bulunmuştur. Yine ebeveynlerin algısına göre çocukların öz düzenleme düzeylerine bakıldığında çalışma belleği becerisinin çok yüksek; dikkat, engelleyici kontrol/duygu ve genel öz düzenleme becerisinin yüksek; engelleyici kontrol/davranış becerisinin ise orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bu durumda çocukların öz düzenleme becerilerinin, duygu düzenleme becerilerinden daha gelişmiş olduğu yargısına varılmıştır. Araştırmanın bir başka bulgusuna göre, ebeveynlerin demokratik stilleriyle çocukların genel duygu düzenleme becerileri ve alt boyutları arasında negatif anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Ebeveynlerin aşırı koruyucu stilleriyle çocukların genel duygu düzenleme becerileri ve alt boyutları arasında ise pozitif anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Bu bulgulardan hareketle, ebeveynlerin demokratik tutumları arttıkça çocukların duygu düzenleme becerilerinin düştüğü; aşırı koruyucu tutumları arttıkça da çocukların duygu düzenlemeye dair becerilerinin arttığı yargısına ulaşılmıştır. Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre, ebeveynlerin göstermiş oldukları demokratik stille çocukların genel öz düzenleme becerileri ve alt boyutları arasında pozitif anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Otoriter stille ise genel öz düzenleme becerisi ve alt boyutları negatif anlamlı ilişkide bulunmuştur. Bu bulgulardan hareketle, ebeveynlerin demokratik tutumları artınca çocukların öz düzenleme becerilerinin arttığı; otoriter

tutumları artınca ise çocukların öz düzenleme becerilerinin düştüğü yargısına varılmıştır. Araştırmanın bir başka bulgusunda ise, duygu düzenleme ölçeğinin genelinden ve alt boyutların elde edilen puanlarla öz düzenleme ölçeğinin genelinden ve alt boyutlarından elde edilen puanlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu neticesinde, çocukların duygu düzenleme becerileri arttıkça öz düzenleme becerilerinin düştüğü yargısına varılmıştır.

5.3 Öneriler

5.3.1 Araştırma önerileri

1. Araştırma grubundaki katılımcıların sayısının artması, sonuçların daha belirleyici olması açısından katkı sağlayabilir. O nedenle daha fazla katılımcı ile benzer çalışmaların yapılması önerilmektedir.

2. Ebeveynlik stilleri, çocukların duygu düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerileriyle ilgili benzer çalışmalar bulgulara zenginlik katması açısından farklı soskültürel konumdaki katılımcılarla tekrar yapılabilir.

3. Okul öncesi dönemi çocuklarının duygu ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların yeterli olmaması sebebiyle, bu alanda yapılacak çalışmalar literatüre daha fazla katkı sağlayacaktır.

4. Ebeveynlik stillerini ve duygu düzenleme ile öz düzenleme becerilerini etkileyebilecek farklı değişkenler de olabileceğinden, yeni çalışmalarda farklı değişkenlerle olan ilişkilerin incelenmesi önerilmektedir.

5.3.2 Uygulama önerileri

1. Araştırmada 48-72 aylık okul öncesi dönemi çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin düşük ve orta düzeyde çıkması nedeniyle, okul öncesi eğitim uygulamalarında öğretmenlerin ve de psikolojik danışmanlık ve rehberlik birimlerinin çocuklar için duygu odaklı çalışmalar yapmaları önerilmektedir.

2. Ebeveynlerin çocuklarına yönelik iletişimlerinin arttırılmasına, duyguların karşılıklı olarak ifade edilip kabul edilmesine ve düzenlenmesine yönelik becerilerinin

geliştirilmesi için okul ya da toplumsal kurumlar tarafından eğitimler verilmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Adam, E. K., Gunnar, M. R., & Tanaka, A. (2004). Adult attachment, parent emotion, and observed parenting behavior: Mediator and moderator models. *Child Development, 75*(1), 110-122. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00657.x

Adams, A.-M., Bourke, L., & Willis, C. (1999). Working memory and spoken language comprehension in young children. *International Journal of Psychology, 34*(5-6), 364-373. doi:10.1080/002075999399701

Agbaria, Q., Mahamid, F., & Veronese, G. (2021). The association between attachment patterns and parenting styles with emotion regulation among palestinian preschoolers. *SAGE Open, 11*(1), 1-11. doi:10.1177/2158244021989624

Ahmed, S. P., Bittencourt-Hewitt, A., & Sebastian, C. L. (2015). Neurocognitive bases of emotion regulation development in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience, 15*, 11-25. doi:10.1016/j.dcn.2015.07.006

Aksoy, A. B., & Tozduman-Yaralı, K. (2017). Çocukların Öz Düzenleme Becerileri İle Oyun Becerilerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7*(2), 442-455. doi:10.24315/trkefd.304124

Alabay, E. (2017). Okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarının incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 1*(2), 156-174. doi:10.24130/eccd-jecs.196720171234

Alpsoy, S. (2021). *Helikopter ebeveyn tutumunun lise öğrencilerinin öz düzenleme becerileri üzerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi.

Arabacıoğlu, B. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının okula uyum düzeyleri ile ebeveyn tutumları ve çocuğun mizaç özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Arslan, Ö., Çavunt, F., Çoban, A., Dinç, E., Erkoç, A., Karan, S. Ş., . . . Akşin-Yavuz, E. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin incelenmesi. *International Primary Educational Research Journal, 5*(2), 180-199.

Atabey, D. (2017). Anasınıfına devam eden çocukların annelerinin anne tutumlarının incelenmesi (Çorum ili örneği). *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10*(1), 145-168. doi:10.17218/hititsosbil.296516

Atalay, D., & Özyürek, A. (2021). Ergenlerde duygu düzenleme stratejileri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim, 50*(230), 815-834. doi:10.37669/milliegitim.707741

Aydoğdu, F., & Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*(2), 570-585.

Bandura, A. (1976). *Social learning theory*. New Jersey: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.

Barber, B. K. (2012). Feeling disrespected by parents: Refining the measurement and understanding of psychological control. *Journal of Adolescence, 35*(2), 273-287. doi:10.1016/j.adolescence.2011.10.010

Batum, P., & Yağmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contributions of emotion and behavior regulation. *Current Psychology: Developmental Learning Personality Social,, 25*, 272-294.

Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2012). Self-regulation and the executive function of the self. M. R. Leary, & J. P. Tangney içinde, *Handbook of self and identity* (s. 180-197). New York: The Guilford Press.

Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J., & D.Vohs, K. (2007). Self-regulation and the executive function: The self as controlling agent. P. A. Lange, E. T. Higgins, & A. W. Kruglanski içinde, *Social psychology: Handbook of basic principles* (s. 516-539). New York: The Guilford Press.

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development, 37*(4), 887-907. doi:10.2307/1126611

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs, 75*(1), 43-88.

Baumrind, D. (1968). Authoritarian vs. authoritative parental control. *Adolescence, 3*(11), 255–272.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph, 4*(1), 1-103. doi:10.1037/h0030372

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56-95. doi:10.1177/0272431691111004

Baumrind, D. (2005). Patterns of parental authority and adolescent autonomy. *New Directions for Child and Adolescent Development*(108), 61-69. doi:10.1002/cd.128

Berg, D. H. (2008). Working memory and arithmetic calculation in children: The contributory roles of processing speed, short-term memory, and reading. *Journal of Experimental Child Psychology, 99*(4), 288-308. doi:10.1016/j.jecp.2007.12.002

Birtürk, E. (2021). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejileri ve aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Blair, C., & Razza, R. P. (2007). Relating effortful control, executive function, and false belief understanding to emerging math and literacy ability in kindergarten. *Child Development, 78*(2), 647-663. doi:10.1111/j.1467-8624.2007.01019.x

Blaustein, M. E., & Kinniburgh, K. M. (2010). *Treating traumatic stress in children and adolescent: How to foster resilience through attachment, self-regulation, and competency.* New York : The Guilford Press.

Boediman, L. M., & Desnawati, S. (2019). The relationship between parenting style and children's emotional development among Indonesian population. *Mind Set, 10*(1), 17-24. doi:10.35814/mindset.v10i01.735

Bridges, L. J., Denham, S. A., & Ganiban, J. M. (2004). Definitional issues in emotion regulation research. *Child Development, 75*(2), 340-345. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00675.x

Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology, 22*(6), 723-742. doi:10.1037/0012-1649.22.6.723

Bronson, M. B. (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture.* New York: The Guilford Press.

Bülbül, N., & Akkaynak, M. (2021). Okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocukların rekabet stilleri ile çocuklara yönelik ebeveyn tutumları arasındaki ilişki düzeyi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi, 8*(1), 32-66.

Bzokurt-Yükçü, Ş., & Demircioğlu, H. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(44), 442-466.

Calkins, S. D., & Fox, N. A. (2002). Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology, 14*(3), 477-498. doi:10.1017/s095457940200305x

Campos, J. J., Campos, R. G., & Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology, 25*(3), 394-402. doi:10.1037/0012-1649.25.3.394

Camras, L. A., Oster, H., Bakeman, R., Meng, Z., Ujiie, T., & Campos, J. J. (2007). Do infants show distinct negative facial expressions for fear and anger? Emotional expression in 11-months-old European American, Chinese and Japanese infants. *Infancy, 11*(2), 131-155. doi:10.1111/j.1532-7078.2007.tb00219.x

Cantekin, D., & Gültekin-Akduman, G. (2018). Duyguları yönetme becerileri eğitim programının çocukların duyguları yönetme ve bakış açısı alma becerilerine etkisinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 18*(2), 777-798.

Carlson, S. M., Moses, L. J., & Breton, C. (2002). How specific is the relation between executive function and theory of mind? Contributions of inhibitory control and working memory. *Infant and Child Development, 11*(2), 73-92. doi:10.1002/icd.298

Carstensen, L. L., & Charles, S. T. (1998). Emotion in the second half of life. *Current Directions in Psychological Science, 7*(5), 144-149. doi:10.1111/1467-8721.ep10836825

Chang, L., Lansford, J. E., Schwartz, D., & Farver, J. M. (2004). Marital quality, maternal depressed affect, harsh parenting, and child externalising in Hong Kong Chinese families. *International Journal of Behavioral Development, 28*(4), 311-318. doi:10.1080/01650250344000523

Chang, L., Schwartz, D., Dodge, K. A., & McBride-Chang, C. (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of Family Psychology, 17*(4), 598-606. doi:10.1037/0893-3200.17.4.598

Chen, X., Wu, X., & Wang, Y. (2018). Mothers'eEmotional expression and discipline and preschoolers' emotional regulation strategies: Gender differences. *Journal of Child and Family Studies, 27*(11), 3709-3716. doi:10.1007/s10826-018-1199-9

Ching, B. H.-H. (2017). Mathematics anxiety and working memory: Longitudinal associations with mathematical performance in Chinese children. *Contemporary Educational Psychology*, 99-113. doi:10.1016/J.CEDPSYCH.2017.06.006

Chrysochoou, E., Bablekou, Z., Masoura, E., & Tsigili, N. (2013). Working memory and vocabulary development in Greek preschool and primary school children. *European Journal of Developmental Psychology, 10*(4), 417-432. doi:10.1080/17405629.2012.686656.

Cole, D. A., Ciesla, J. A., Dallaire, D. H., Jacquez, F. M., Pineda, A. Q., LaGrange, B., . . . Felton, J. W. (2008). Emergence of attributional style and its relation to depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psycholohy, 117*(1), 16-31. doi:10.1037/0021-843X.117.1.16

Cole, P. M., Dennis, T. A., Smith-Simon, K. E., & Cohen, L. H. (2019). . Preschoolers' emotion regulation strategy understanding: Relations with emotion socialization and child self-regulation. *Social Development, 18*(2), 324-352. doi:10.1111/j.1467-9507.2008.00503.x

Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development, 75*(2), 317-333. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x

Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2/3), 73-100. doi:10.2307/1166139

Çağlar, A., & Gülel, F. E. (2017). Eğitim toplumsal faydalar üzerinde etkisi. *The Journal of Academic Social Science, 5*(52), 317-339. doi:10.16992/ASOS.12642

Çocukların öz düzenleme becerileri ile oyun becerilerinin cinsiyete göre incelenmesi. (2017). *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7*(2), 442-455. doi:10.24315/trkefd.304124

Dağgül, H. C., & Işık-Gürşimşek, A. (2019). Investigating pre-school children's self-regulation skills in terms of various variables in Northern Cyprus. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 9*(2), 491-522. doi:10.14527/pegegog.2019.016

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin, 113*(3), 487-496. doi:10.1037/0033-2909.113.3.487

Durmuşoğlu-Saltalı, N., & İmir, H. M. (2018). Parenting styles as a predictor of the preschool childrens social behaviours. *Participatory Educational Research (PER), 5*(2), 18-37.

Eisenberg, N. (2001). The core and correlates of affective social competence. *Social Development, 10*(1), 120-124. doi:10.1111/1467-9507.00151

Eisenberg, N., & Okun, M. A. (1996). The relations of dispositional regulation and emotionality to elders' empathy-related responding and affect while volunteering. *Journal of Personality, 64*(1), 157-183. doi:10.1111/j.1467-6494.1996.tb00818.x

Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development, 75*(2), 334-339. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x

Eisenberg, N., & Sulik, M. J. (2011). Emotion-related self-regulation in children. *Teaching of Psychology, 39*(1), 77-83. doi:10.1177/0098628311430172

Eisenberg, N., Chang, L., Ma, Y., & Huang, X. (2009). Relations of parenting style to Chinese children's effortful control, ego resilience, and maladjustment. *Development and Psychopathology, 21*(02), 455-477. doi:10.1017/s095457940900025x

Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry, 9*(4), 241-273. doi:10.1207/s15327965pli0904_1

Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(1), 136–157. doi:10.1037/0022-3514.78.1.136

Eke, K. (2017). Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences, 8*(28), 274-288.

Erçakallı, H. H. (2022). *48-66 Aylık okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile davranış sorunları ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin: Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erhan, A. (2017). Okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarının incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 1*(2), 156-174. doi:10.24130/eccd-jecs.196720171234

Eroğlu, E. (2018). *Çocukların öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin olumsuz disiplin uygulamaları arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erol, A., & İvrendi, A. (2018). 4-6 yaş çocuklarına yönelik öz-düzenleme becerileri ölçeğinin geliştirilmesi (anne formu). *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 44*, 178-195. doi:10.9779/PUJE.2018.213

Feldman, D. H. (2004). Piaget's stages: the unfinished symphony of cognitive development. *New Ideas in Psychology, 22*(3), 175-231. doi:10.1016/j.newideapsych.2004.11.005

Fındık-Tanrıbuyurdu, E., & Yıldız, T. G. (2014). Okul öncesi öz düzenleme ölçeği (OÖDÖ): Türkiye uyarlama çalışması. *Eğitim ve Bilim, 39*(176), 317-328. doi:10.15390/EB.2014.3647

Fırat, B. (2020). *Annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve erişkin bağlanma stillerine göre 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Fisher, A. H., & Manstead, A. S. (2008). Social functions of emotion. J. M.-J. Michael Lewis, & L. F. Barrett içinde, *Handbook of emotion* (s. 424-434). New York : The Guilford Press.

Fisher, K. (1980). A theory of cognitive development: The control and construction of hierarchies of skills. *Psychological Review, 87*(6), 477-531. doi:10.1037/0033-295x.87.6.477

Friedlmeier, W., Corapci, F., & Cole, P. M. (2011). Emotion socialization in cross-cultural perspective. *Social and Personality Psychology Compass, 5*(7), 410-427. doi:10.1111/j.1751-9004.2011.00362.x

Gagne, J. R., Liew, J., & Nwadinobi, O. K. (2021). "How does the broader construct of self-regulation relate to emotion regulation in young children?". *Developmental Review, 60*, 1-7. doi:10.1016/j.dr.2021.100965

George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference.* Boston: Allyn and Bacon.

Gerring, R. J., & Zimbardo, P. G. (2014). *Psikolojiye giriş: psikoloji ve yaşam.* (G. Sart, & A. A. Özdoğru, Dü) Ankara: Nobel Yayın.

Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-Emotion: How families communicate emotionally* . New York: Routledge.

Gözüm, A. İ. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarında çalışma belleği ve engelleyici kontrol: Dikkatin aracı rolü. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 4*(3), 609-638. doi:10.24130/eccd-jecs.1967202043270

Gözün-Kahraman, Ö., & Gökşen, E. (2021). Okul öncesi dönemdeki çocukların duygu düzenleme becerileri ile mizaç özellikleri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. . *Gelişim ve Psikoloji Dergisi, 2*(3), 13-23. doi:10.51503/gpd.850931

Grolnick, W. S., Bridges, L. J., & Connell, J. P. (1996). Emotion regulation in ywo-Year-olds: Strategies and emotional expression in four contexts. *Child Development, 67*(3), 928–941. doi:10.1111/j.1467-8624.1996.tb01774.x

Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology. *Clinical Psychological Science, 2*(4), 387–401. doi:10.1177/2167702614536164

Gross, J. J., & Munoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. clinical psychology. *Science and Practice, 2*(2), 151-164. doi:10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations.* New York: The Guilford Press.

Guyer, A. E., Monk, C. S., McClure-Tone, E. B., Nelson, E. E., Roberson-Nay, R., Adler, A. D., . . . Ernst, M. (2008). A developmental examination of amygdala response to facial expressions. *Journal of Cognitive Neuroscience, 20*(9), 1565–1582. doi:10.1162/jocn.2008.20114

Gümrükçü-Bilgici, B., & Deniz, Ü. (2020). 60-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri ve öğrenme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Field Education, 7*(1), 25-39. doi:10.32570/ijofe.847079

Güner-Algan, A., & Şendil, G. (2013). Okul öncesi çocuklar ve ebeveynlerin bağlanma güvenlikleri ile çocuk yetiştirme tutumları arasındaki ilişkiler. *Psikoloji Çalışmaları, 33*(1), 55-68.

Hann, M. d., & Gunnar, M. R. (2009). *Handbook of developmental social neuroscience.* New York: The Guilford Press.

Happaney, K., Zelazo, *. P., & Stuss, D. T. (2004). Development of orbitofrontal function: Current themes and future directions. *Brain and Cognition, 55*(1), 1-10. doi:10.1016/j.bandc.2004.01.001

Haslam, D., Poniman, C., Ania Filus, A. S., & Boediman, L. (2020). Parenting style, child emotion regulation and behavioral problems: The moderating role of cultural calues in Australia and Indonesia. *Marriage & Family Review, 56*(1), 1-23. doi:10.1080/01494929.2020.1712573

Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1996). Self-regulation failure: Past, present, and future. *Psychological Inquiry, 7*(1), 90-98. doi:10.1207/s15327965pli0701_20

Hoçur, İ. B. (2021). *48-72 Aylık çocukların öz düzenleme becerileri ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Hofmann, W., Schmeichel, B. J., & Baddeley, A. D. (tarih yok). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences, 16*(3), 174-180. doi:10.1016/j.tics.2012.01.006

Huver, R. M., Otten, R., Vries, H. d., & Engels, R. C. (2010). Personality and parenting style in parents of adolescents. *Journal of Adolescence, 33*(3), 395-402. doi:10.1016/j.adolescence.2009.07.012

İlgar, L., & Akbaba, G. (2017). Beş ve altı yaş çocuklarının duygu düzenlemelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 5*(9), 2148-2314.

İnce, S. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile anne, baba ve öğretmenlerinin duygu sosyalleştirme davranışlarının incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

İnci, M. A., & Deniz, Ü. (2015). Baba tutumları ile çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğum sırası ve kardeş sayısı değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi, 7*(2), 57-68.

Işık, A., & Turan, F. (2015). Normal gelişim gösteren ve otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda duygu düzenleme. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal, 1*(2), 709-716.

Işıksolu-Aysel, Y. (2020). *60-72 Aylık çocukların öz düzenleme becerileri, sosyal yetkinlik davranışları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Denizli: Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Joseph, M. V., & John, J. (2008). Impact of parenting styles on child development. *Global Academic Society Journal: Social Science Insight, 1*(5), 16-25.

Karabulut-Demir, E., & Şendil, G. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları, 11*(21), 15-25.

Karadeniz, G. (2020). *Kendini seven çocuk yetiştirmek.* İstanbul: Maltepe Üniversitesi Kitapları.

Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri.* Ankara: Nobel Yayınları.

Keller, H., Yovsi, R., Borke, J., Joscha Kartner, H. J., & Papaligoura, Z. (2004). Developmental consequences of early parenting experiences: Self-recognition and self-regulation in three cultural communities. *Child Development, 75*(6), 1745–1760. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00814.x

Kesek, A., Zelazo, P. D., & Lewis, M. D. (2009). The development of executive cognitive function and emotion regulation in adolescence. *Adolescent Emotional Development and the Emergence of Depressive Disorders*, 135-155. doi:10.1017/cbo9780511551963.008

Kiel, E. J., & Buss, K. A. (2011). Prospective relations among fearful temperament, protective parenting, and social withdrawal: The role of maternal accuracy in a moderated mediation framework. *Journal of Abnormal Child Psychology, 39*(7), 953–966. doi:10.1007/s10802-011-9516-4

Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., & Fleming, W. S. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development, 64*(1), 231-245. doi:10.2307/1131448

Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion, 23*(1), 4-41. doi:10.1080/02699930802619031

Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology, 18*(2), 199-214. doi:10.1037/0012-1649.18.2.199

Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology, 25*(3), 343-354. doi:10.1037/0012-1649.25.3.343

Kurbet, H. (2010). *naokuluna devam eden çocukların duygusal düzenleme becerileri ile annelerin empatik eğilim ve tutumlarının incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist, 46*(8), 819 834. doi:10.1037/0003-066X.46.8.819

Lewis, :. M., Sullivan, M. W., Stanger, C., & Weiss, M. (1989). Self development and self-conscious emotions. *Child Development, 60*(1), 146-156. doi:10.2307/1131080

Lewis, M. (2008). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett içinde, *Handbook of emotions* (s. 742–756). New York: The Guilford Press.

Liu, L., & Wang, M. (2015). Parenting stress and harsh discipline in China: The moderating roles of marital satisfaction and parent gender. *Child Abuse & Neglect, 43*(10), 73-82. doi:10.1016/j.chiabu.2015.01.014

Maes, S., & Gebhardt, W. (2000). Self-regulation and health behavior. M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner içinde, *Handbook of Self-Regulation* (s. 343–368). Cambridge: Academic Press. doi:10.1016/b978-012109890-2/50040-8

McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2011). Self-regulation in earlyc childhood: Improving conceptual clarity and developing ecologically valid measures. *Child Development Perspectives, 6*(2), 136-142. doi:10.1111/j.1750-8606.2011.00191.x

McClelland, M. M., Cameron, C. E., Connor, C. M., Farris, C. L., Jewkes, A. M., & Morrison, F. J. (2007). Links between behavioral regulation and preschoolers' literacy, vocabulary, and math skills. *Developmental Psychology,, 43*(4), 947–959. doi:10.1037/0012-1649.43.4.947

Mccrae, R. R., & Costa, P. T. (2008). The five-factor theory of personality. L. A. Pervin, & O. P. John içinde, *Handbook of personality: Theory and research* (s. 159-181). New York: The Guilford Press.

Meyer, S., Raikes, H. A., Virmani, E. A., Waters, S., & Thompson, R. A. (2014). Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. *International Journal of Behavioral Development, 38*(2), 164-173. doi:10.1177/0165025413519014

Montroy, J. J., Bowles, R. P., Skibbe, L. E., McClelland, M. M., & Morrison, F. J. (2016). The development of self-regulation across early childhood. *Developmental Psychology, 52*(11), 1744–1762. doi:10.1037/dev0000159

Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development, 16*(2), 361-388. doi:10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x

Mulyati, H., LN, S. Y., & Supriatna, M. (2020). Emotion regulation in adolescents. *Proceedings of the International Conference on Educational Psychology and Pedagogy - "Diversity in Education"* (s. 129-132). Cambridge: Atlantis Press.

Omrak, C. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının bağlanma örüntüleri ve duygu düzenleme becerilerinin teknoloji kullanımıyla ilişkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Önder, A. (2017). *Okul öncesi çocukları için eğitici drama uygulamaları.* Ankara: Eğiten Kitap Yayıncılık.

Özbey, S. (2018). Okul öncesi dönem çocuklarında motivasyon ve öz düzenleme becerileri üzerine bir inceleme. *The Journal of Akademic Social Science, 6*(65), 26-47. doi:10.16992/ASOS.13361

Özcan, A. (2017). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 60-72 aylık çocukların ahlaki ve sosyal kural algıları, prososyal davranışları ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Öztabak, M. E., & Özyürek, A. (2018). Okul öncesi çocuklarda öz düzenleme becerileri ile anna-baba tutumları arasındaki ilişki üzerine bir inceleme. *Journal of History Culture and Art Research, 7*(5), 385-395. doi:10.7596/taksad.v7i5.1544

Parent, J., & Forehand, R. (2017). The multidimensional assessment of parenting scale (MAPS): Development and Psychometric Properties. *Journal of Child and Family Studies, 26*(8), 2136–2151. doi:10.1007/s10826-017-0741-5

Pekşen-Akça, R. (2012). Ana-babaların çocuk yetiştirmede aşırı koruyucu olmaları. *Akademik Bakış Dergisi*(29), 1-13.

Piaget, J. (1964). Part I: Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal of Research in Science Teaching, 2*(3), 176-186. doi:10.1002/tea.3660020306

Ponnet, K., Mortelmans, D., Wouters, E., Leeuwen, K. V., Bastaits, K., & Pasteels, I. (2012). Parenting stress and marital relationship as determinants of mothers' and fathers' parenting. *Personal Relationships, 20*(2), 259-276. doi:10.1111/j.1475-6811.2012.01404.x

Ramsden, S. R., & Hubbard, J. A. (2002). Family expressiveness and parental emotion coaching: Their role in children's emotion regulation and aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology, 30*(6), 657-667. doi:10.1023/a:1020819915881

Raver, C. C. (2004). Placing emotional self-regulation in sociocultural and socioeconomic contexts. *Child Development, 75*(2), 346-353. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00676.x

Riediger, M., & Rauers, A. (2014). Do everyday affective experiences differ throughout adulthood?:A review of ambulatory-assessment evidence. P. Verhaeghen, & C. Hertzog içinde, *The Oxford handbook of emotion, social cognition, and problem solving in adulthood* (s. 61-79). Oxford: Oxford University Press.

Riva, S. D., & Ryan, T. G. (2015). Effect of self-regulating behaviour on young children's academic success. *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE), 7*(1), 69-96.

Rueda, M. R., Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2005). The development of executive attention: Contributions to the emergence of self-regulation. *Developmental Neuropsychology, 28*(2), 573-594. doi:10.1207/s15326942dn2802_2

Russell, A., Aloa, V., Feder, T., Glover, A., Miller, H., & Palmer, G. (1998). Sex-based differences in parenting styles in a sample with preschool children. *Australian Journal of Psychology, 50*(2), 89-99. doi:10.1080/00049539808257539

Sansone, C., & Thoman, D. B. (2005). Interest as the missing motivator in self-regulation. *European Psychologist, 10*(3), 175-186. doi:10.1027/1016-9040.10.3.175

Santrock, J. W. (2015). *Yaşam boyu gelişim: gelişim psikolojisi.* (G. Yüksel, Dü.) Ankara: Nobel Akdemik Yayıncılık.

Saraç, S., Abanoz, T., & Gülay-Ogelman, H. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının çz düzenleme becerilerinin bazı demografik değişken açısından incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi, 2*(3), 1-11. doi:10.51503/gpd.847786

Schaefer, E. S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 59*(2), 226-235. doi:10.1037/h0041114

Schaefer, E. S. (1965). A configurational analysis of children's reports of parent behavior. *Journal of Consulting Psychology, 29*(6), 552-557. doi:10.1037/h0022702

Schaie, K. W., & Carstensen, L. L. (2006). *Social structures, ages, and self-regulation in the elderly.* New York: Springer Publishing Company.

Shields, A., & Cicchetti, D. (1997). Emotion regulation among school-age children: The development and validation of a new criterion Q-sort scale. *Developmental Psychology, 33*(6), 906-916. doi:10.1037/0012-1649.33.6.906

Shushakova, A., Ohrmann, P., & Pedersen, A. (2017). Exploring deficient emotion regulation in adult ADHD: Electrophysiological evidence. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience, 268*(4), 359–371. doi:10.1007/s00406-017-0826-6

Sille, A. (2016). *Annenin duygusal sosyalizasyonu ile 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Simons, R. L., Whitbeck, L. B., Conger, R. D., & Chyi-In, W. (1991). Intergenerational transmission of harsh parenting. *Developmental Psychology , 27*(1), 159-171. doi:10.1037/0012-1649.27.1.159

Smetana, J. G. (2017). Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. *Current Opinion in Psychology, 15*, 19-25. doi:10.1016/j.copsyc.2017.02.012

Smith-Donald, R., Raver, C. C., Hayes, T., & Richardson, B. (2007). Preliminary construct and concurrent validity of the Preschool Self-regulation Assessment (PSRA) for field-based research. *Early Childhood Research Quarterly, 22*(2), 173-187. doi:10.1016/j.ecresq.2007.01.002

Southam-Gerow, M. A. (2020). *Çocuklarda ve ergenlerde duygusal düzenleme: Uygulayıcının rehberi.* (M. Şahin, & M. Artıran, Dü) Ankara: Nobel Yayın.

Southam-Gerow, M. A., & Kendall, P. C. (2002). Emotion regulation and understanding: implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review, 22*(2), 189-222. doi:10.1016/s0272-7358(01)00087-3

Şahin, K. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile davranış sorunları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şahinkaya, R. (1975). *Psiko-sosyal yönleriyle aile.* Kardeş Basımevi.

Şeğitçi, M. (2018). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin okul uyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şirvanlı-özen, D. (2004). Effects of marital conflict on adolescent Children. *Journal of Divorce and Remarriage, 41*(1-2), 137-157.

Taner-Derman, M., Türen, Ş., & Buntürk, T. (2020). Okul öncesi çocukların empati bölümleri ile annelerinin ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 4*(3), 336-368. doi:10.24130/eccd-jecs.1967202042188

Tanrıbuyurdu, E. F. (2012). *Okul öncesi öz düzenleme ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Taylor, C. T., & Alden, L. E. (2006). Parental overprotection and interpersonal behavior in generalized social phobia. *Behavior Therapy, 37*(1), 14-24. doi:10.1016/j.beth.2005.03.001

Tekin, H., & Koçyiğit, S. (2020). Öz düzenleme becerilerinin ilkokula hazırbulunuşluk üzerindeki etkisi. *Kastamonu Educational Journal, 28*(5), 1932-1945. doi:10.24106/kefdergi.3928

Temiz, A. (2019). *Okul öncesi dönemde davranışsal öz düzenleme becerilerinin çocuğa ve aileye ilişkin değişkenler ile ebeveyn tutumları açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara : Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Tezel-Şahin, F., & Özyürek, A. (2008). 5-6 yaş grubu çocuğa sahip ebeveynlerin demografik özelliklerinin çocuk yetiştirme tutumlarına etkisinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6*(3), 394-414.

Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review, 3*(4), 269-307. doi:10.1007/bf01319934

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2/3), 25-52. doi:10.2307/1166137

Thompson, R. A. (2010). Feeling and understanding through the prism of relationships. S. D. Calkins, & M. A. Bell içinde, *Child development at the intersection of emotion and cognition* (s. 79-95). Washington: American Psychological Association.

Thompson, R. A., & Lagattuta, K. H. (2006). Feeling and understanding: Early emotional development. K. McCartney, & D. Phillips içinde, *Blackwell Handbook of Early Childhood Development* (s. 317-337). New Jersey: Blackwell Publishing. doi:10.1002/9780470757703.ch16

Tozduman-Yaralı, K., & Güngör-Aytar, F. A. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının davranışlarının öz düzenleme becerileri yönünden incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13*(3), 856-870.

Tuzcuoğlu, N., Efe-Azkeskin, K., İlçi-Küsmüs, G., & Cengiz, Ö. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 607-623. doi:10.21733/ibad.613920

Ural, G., Gültekin-Akduman, G., & Şepitçi-Sarıbaş, M. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi, 24*(83), 323-342.

Ural, O., Güven, G., Sezer, T., Azkeskin, K., & Yılmaz, E. (2015). Okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma biçimleri ile sosyal yetkinlik ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1*, 589-598.

Uyanık-Balat, G. (2007). İlköğretime başlayan çocukların anne babalarının çocuk yetiştirme tutumlarının okul öncesi eğitimden yararlanma düzeylerine göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim, 32*(143), 90-99.

Uygun, N., & Kozikoğlu, İ. (2020). Çocukları okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden ebeveynlerin tutumlarının incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırma Dergisi, 9*(3), 1497-1507. doi:10.33206/mjss.639099

Uykan, E. (2019). *Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). İstanbul : İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Uykan, E., & Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi, 6*(3), 1620-1644.

Üredi, I., & Erden, M. (2009). Öz düzenleme stratejileri ve motivasyonel inançlarının yordayıcısı olarak algılanan anne baba tutumları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 7*(4), 781-811.

Üredi, L., & Ulum, H. (2017). Çocuklarda duygu ayarlayabilme yetisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Pegem Atıf İndeksi*, 463-472. doi:10.14527/9786053188407.30

Vafaeenejad, Z., Elyasi, F., Moosazadeh, M., & Shahhosseini, Z. (2022). Psychological factors contributing to parenting styles: A systematic review. *F1000Research, 7*, 1-23.

Vardi, Ö. (2021). *5-6 Yaş çocuklarının davranışsal öz düzenleme ve duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Vardi, Ö., & Demiriz, S. (2021). 5-6 Yaş çocuklarının davranışsal öz düzenleme ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 41*(3), 1993-2029. doi:10.17152/gefad.925176

Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and language.* Cambridge: The MIT Press.

Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion, 21*(1), 7-25.

Wenar, C., & Kerig, P. (2005). *Developmental psychopathology from infancy through adolescence.* Cambridge: Cambridge University Press.

Yaman, B. (2018). *Ebeveyn tutumlarının çocukların mizaç özellikleri ve duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yeğenoğlu, F. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveyn öz yeterlik ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Yerli, G. (2017). Yaşlılık dönemi özellikleri ve yaşlılara yönelik sosyal hizmetler. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 10*(52), 1278-1287.

Yılmaz, Ş. (2021). *COVİD-19 Pandemi sürecinde 60-72 aylık çocukların okula hazır bulunuşluk ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Zeidner, M., Boekaerts, M., & Pintrich, P. R. (2000). Self-regulation. M. Zeidner, M. Boekaerts, & P. R. Pintrich içinde, *Handbook of Self-Regulation* (s. 749–768). Cambridge: Academic Press. doi:10.1016/b978-012109890-2/50052-4

Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist, 25*(1), 3-17. doi:10.1207/s15326985ep2501_2

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation. M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner içinde, *Handbook of Self-Regulation* (s. 1

3-39). Cambridge: Academic Press. doi:10.1016/b978-012109890-2/50031-7

Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. *American Educational Research Journal, 23*(4), 614-628.

EKLER

Ek-1. Ölçeklerin Kullanımına Dair İzinler

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-2. Etik Kurul İzni

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-3. Kişisel Bilgi Formu

Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sayın katılımcı,

Bu araştırma Maltepe Üniversitesi Gelişim Psikolojisi yüksek lisans tezi kapsamında Doç. Dr. Yelkin Diker Coşkun danışmanlığında, Psikolojik Danışman Selvi Simge Tekin tarafından yürütülmektedir. Çalışmada "Ebeveynlik Stilleri ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme ve Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki"nin incelemesi amaçlanmaktadır. Bu araştırmada yer almak tümüyle sizin isteğinize bağlıdır. Dilerseniz araştırmaya katılabilir ya da katılmayabilirsiniz. Katılım için sizden herhangi bir kimlik bilgisi istenmemektedir ve araştırmadan elde edilen tüm bilgilerin gizliliği korunacaktır. Araştırmadan elde edilen veriler istatistiksel olarak bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Çalışmaya, 48-72 aylık okul öncesi dönem çocuğuna sahip ebeveynlerden biri (anne ya da baba) katılabilir. Çalışma kapsamında sizden çevrimiçi ortamda anket ve ölçek soruları yanıtlamanız istenecektir. Tüm soruların cevaplanması en fazla 10-15 dakika sürecektir. Çalışmanın objektif olması ve elde edilecek sonuçların güvenirliği bakımından soruların içtenlikle yanıtlanması önemlidir. Yarım bırakılan anketler değerlendirilmeye alınmayacaktır.

Katılım ve ilginiz için teşekkür ederim.

1. **Ebeveynin Cinsiyeti:** Kadın/Erkek
2. **Ebeveynin Yaşı:**
3. **Çocuğun Cinsiyeti:** Kız/Erkek
4. **Çocuğun Yaşı:**
5. **Annenin Eğitim Öğretim Durumu:** İlkokul mezunu/Ortaokul mezunu/Lise Mezunu/Üniversitesi mezunu/Yüksek lisans-Doktora mezunu/Tahsili yok
6. **Babanın Eğitim Öğretim Durumu:** İlkokul mezunu/Ortaokul mezunu/Lise Mezunu/Üniversitesi mezunu/Yüksek lisans-Doktora mezunu/Tahsili yok
7. **Annenin Çalışma Durumu:** Çalışıyor/Çalışmıyor
8. **Babanın Çalışma Durumu:** Çalışıyor/Çalışmıyor
9. **Çocuğun Doğum Şekli:** Normal Doğum/Sezaryen Doğum/Epidural Doğum/Diğer

10. Planlı bir gebelik miydi? Evet/Hayır

11. Kaç çocuğunuz var?

12. Adına anket doldurduğunuz okul öncesi çocuğunuz kaçıncı çocuğunuzdur? Çocuklarınız içindeki sırasını belirtiniz.

13. Çocuğunuz okul öncesi eğitim kurumlarına kaç yıldır devam etmektedir?

Ek-4. Ebeveyn Tutum Ölçeği

	CÜMLELER	Her zaman böyledir	Çoğu zaman böyledir	Bazen böyledir	Nadiren böyledir	Hiçbir zaman böyle değildir
1	Ben bir başkasıyla konuşurken çocuğumun araya girmesine izin veririm.					
2	Çocuğumun kendine özgü bir bakış açısı olduğunu kabul ederim.					
3	Çocuğumla aynı fikirde olmadığımız zaman, benim fikirlerimi kabul etmesi için onu zorlarım.					
4	Çocuğumu, hayatın ufak tefek güçlüklerinden korurum.					
5	Çocuğuma bağımsız olmayı öğrenmesi konusunda yardımcı olurum.					
6	Çocuğuma, kurallara neden uyması gerektiğini açıklarım.					

7	Çocuğuma yaptığı şeyin önemli olduğunu hissettiririm.					
8	Çocuğumu, kendisi için yorucu olabilecek işlerden korurum.					
9	Çocuğum söz dinlemediğinde ona vururum.					
10	Çocuğumun iyi ve kötü davranışı karşısında neler hissettiğimi ona açıklarım.					
11	Çocuğumu yola getirmek için onu azarlarım.					
12	Çocuğuma karşı koruyucu davranırım.					
13	Çocuğum iyi davrandığında onu överim.					
14	Çocuğumun kişisel görüşlerine saygı gösteririm.					
15	Çocuğumu bir şeyleri kendi başına yapması konusunda cesaretlendiririm.					
16	Arkadaşları çocuğuma sataştığı zaman onu korurum.					

17	Çocuğumun başkaları konuşurken araya girmesine izin veririm.					
18	Çocuğumun cinsel konularda sorduğu soruları anlayacağı bir dilde doğru olarak cevaplarım.					
19	Çocuğum yanlış bir şekilde davrandığında ona bağırırım.					
20	Ebeveynlik konusunda bir yanlış yaptığımda çocuğumdan özür dilerim.					
21	Çocuğumu, kendisi için zor olabilecek işlerden korurum.					
22	Çocuğumun hastalanmasından endişe ederim.					
23	Çocuğumun duygularını serbestçe ifade etmesine izin veririm.					
24	Çocuğumun istediği saatte uyumasına izin veririm.					
25	Çocuğum yanlış davrandığında, bunun neden yanlış olduğunu ona açıklarım.					

26	Çocuğuma kızdığımda çocuğumu cezalandırırım.					
27	Fiziksel cezayı, çocuğumu disipline sokmanın bir yolu olarak kullanırım.					
28	Çocuğumun hayal kırıklığına uğramaması için elimden geleni yaparım.					
29	Çocuğumun büyüdükçe yeni şeyler denemeyi göze alması gerektiğine inanırım.					
30	Çocuğumun her şeyi yapmasına izin veririm.					
31	Çocuğumun yanlış davranışını görmezden gelirim.					
32	Çocuğumu başka çocuklarla kıyaslarım.					
33	Çocuğumun şımarıklıklarına göz yumarım.					
34	Çocuğumu şımartırım.					
35	Çocuğuma karşı çabuk öfkelenirim.					
36	Çocuğum bana bir şey anlatırken sözünü kesmeden dinlerim.					

37	Çocuğuma bir şey alırken onun da fikrini alırım.					
38	Çocuğumla her konuyu konuşabilirim.					
39	Çocuğuma karşı sabırsızım.					
40	En ufak bir hatasında, çocuğumu cezalandırırım.					
41	Çocuğum için hemen hemen bütün eğlencelerimden fedakarlık ederim.					
42	Çocuğumun kendi başına becerebileceği şeyleri denemesi için ona fırsat tanırım.					
43	Çocuğuma bana sormaksızın şahsi eşyalarımdan herhangi birini alıp kullanmasına izin veririm.					
44	Evimizde hangi televizyon programının izleneceği, çocuğumun isteğine göre belirlenir.					
45	Çocuğumu yapabileceğinden fazlasını yapması için zorlarım.					

46	Çocuğumu, onun cesaretini kırabilecek zor işlerden uzak tutarım.					

Ek-5. Duygu Düzenleme Ölçeği

DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki listede bir çocuğun duygusal durumu ile ilgili çeşitli ifadeler yer almaktadır.

Verilen numaralandırma sistemini kullanarak, aşağıdaki davranışları öğrencinizde ne sıklıkla gözlemlediğinizi lütfen işaretleyiniz:

Bu davranışı:

(1) HİÇBİR ZAMAN / NADİREN

(2) BAZEN

(3) SIK SIK

(4) NERDEYSE HER ZAMAN gözlemliyorum.

	HİÇBİR ZAMAN /NADİREN	**BAZEN**	**SIK SIK**	**NERDEYSE HER ZAMAN**
1. Neşeli bir çocuktur.	**1**	**2**	**3**	**4**
2. Duygu hali çok değişkendir (Çocuğun duygu durumunu tahmin etmek zordur çünkü neşeli ve mutluyken kolayca üzgünleşebilir).	**1**	**2**	**3**	**4**
3. Yetişkinlerin arkadaşça ya da sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumlu karşılık verir.	**1**	**2**	**3**	**4**
4. Bir faaliyetten diğerine kolayca geçer; kızıp sinirlenmez, endişelenmez (kaygılanmaz), sıkıntı duymaz veya aşırı derecede heyecanlanmaz.	**1**	**2**	**3**	**4**
5. Üzüntüsünü veya sıkıntısını kolayca atlatabilir (örneğin,	**1**	**2**	**3**	**4**

canını sıkan bir olay sonrasında uzun süre surat asmaz, endişeli veya üzgün durmaz).				
6. Kolaylıkla hayal kırıklığına uğrayıp sinirlenir (huysuzlaşır, öfkelenir).	**1**	**2**	**3**	**4**
7. Yaşıtlarının arkadaşça ya da sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumlu karşılık verir.	**1**	**2**	**3**	**4**
8. Öfke patlamalarına, huysuzluk nöbetlerine eğilimlidir.	**1**	**2**	**3**	**4**
9. Hoşuna giden bir şeye ulaşmak için bekleyebilir. (örneğin, şeker almak icin sırasını beklemesi gerektiğinde keyfi kaçmaz veya heyecanını kontrol edebilir).	**1**	**2**	**3**	**4**
	HİÇBİR ZAMAN /NADİREN	**BAZEN**	**SIK SIK**	**NERDEYSE HER ZAMAN**
10. Başkalarının sıkıntı hissetmesinden keyif duyar (örneğin, biri incindiğinde veya ceza aldığında güler; başkalarıyla alay etmekten zevk alır).	**1**	**2**	**3**	**4**
11. Heyecanını kontrol edebilir (örneğin, çok hareketli oyunlarda kontrolünü kaybetmez veya uygun olmayan ortamlarda aşırı derecede heyecanlanmaz).	**1**	**2**	**3**	**4**
12. Mızmızdır ve yetişkinlerin eteğinin dibinden ayrılmaz.	**1**	**2**	**3**	**4**
13. Ortalığı karıştırarak çevresine zarar verebilecek	**1**	**2**	**3**	**4**

enerji patlamaları ve taşkınlıklara eğilimlidir.				
14. Yetişkinlerin sınır nalarına sinirlenir.	**1**	**2**	**3**	**4**
15. Üzüldüğünü, kızıp öfkelendiğini, veya korktuğunu söyleyebilir.	**1**	**2**	**3**	**4**
16. Üzgün veya halsiz görünür.	**1**	**2**	**3**	**4**
17. Oyuna başkalarını katmaya çalışırken aşırı enerjik ve hareketlidir.	**1**	**2**	**3**	**4**
18. Yüzü ifadesizdir; yüz ifadesinden duyguları anlaşılmaz.	**1**	**2**	**3**	**4**
19. Yaşıtlarının arkadaşça ya da sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumsuz karşılık verir (örneğin, kızgın bir ses tonuyla konuşabilir ya da ürkek davranabilir).	**1**	**2**	**3**	**4**
20. Düşünmeden, ani tepkiler verir.	**1**	**2**	**3**	**4**
21. Kendini başkalarının yerine koyarak onların duygularını anlar; başkaları üzgün ya da sıkıntılı oldugunda onlara ilgi gösterir.	**1**	**2**	**3**	**4**
22. Başkalarını rahatsız edecek veya etrafa zarar verebilecek kadar aşırı enerjik, hareketli davranır.	**1**	**2**	**3**	**4**
23. Yaşıtları ona saldırgan davranır ya da zorla işine karışırsa, bu durumlarda hissedebileceği olumsuz duygularını (kızgınlık, korku, öfke, sıkıntı) uygun bir şekilde gösterir.	**1**	**2**	**3**	**4**
24. Oyuna başkalarını katmaya çalışırken olumsuz duygular	**1**	**2**	**3**	**4**

gösterir (örneğin, aşırı heyecan, kızgınlık,üzüntü).	

Ek-6. 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (A Formu)

		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her Zaman
1	Olayları önceliğine göre sıralar.	1	2	3	4	5
2	Hedefe ulaşmak için aşama aşama gerekli düzenlemeleri yapar.	1	2	3	4	5
3	Verilen yönergeleri takip eder.	1	2	3	4	5
4	Konsantrasyonu toplayarak bir sorunu çözer.	1	2	3	4	5
5	Bir aktiviteyi veya etkinliği sonuna kadar sürdürür.	1	2	3	4	5
6	Olaylar arasında neden sonuç ilişkisi kurar.	1	2	3	4	5
7	Yapılan planları hatırlar (“Yemekten sonra bahçeye çıkacağız” denildiğinde yemekten sonra bahçeye çıkılacağını hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
8	Eşyalarını koyması gereken yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
9	Eşyalarını koyduğu yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
10	Öğrendiklerini hatırlar (Öğrendiği bir şarkıyı hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
11	Bir görevi ya da etkinliği yapması için verilen yönergeleri hatırlar.	1	2	3	4	5
12	Duygu ve düşüncelerini rahatça ortaya koyar.	1	2	3	4	5
13	Kalabalık karşısında kendini ifade eder.	1	2	3	4	5
14	Başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını söyler.	1	2	3	4	5
15	Kendisiyle ilgili olumlu şeyler söyler (Çok güzel bir resim çizdim gibi).	1	2	3	4	5
16	Kendini ortaya koyması gerektiği yerde sağlıklı şekilde ortaya koyar.	1	2	3	4	5
17	Gerginlik yaratacak bir durumda kendini kontrol eder.	1	2	3	4	5

18	Kızgınlığını kontrol etmek için farklı yollar kullanır.	1	2	3	4	5
19	İstekleri ile kurallar çeliştiğinde bile kurallara uyar.	1	2	3	4	5
20	Çok sevdiği bir oyuncağı izin almadan oynamaz.	1	2	3	4	5

ÖZGEÇMİŞ

Selvi Simge TEKİN

Eğitim

Derece	Yıl	Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı
Yüksek Lisans	2022	Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
Lisans	2019	Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Lise	2014	Sakarya Anadolu Lisesi

İş/İstihdam

Yıl	Görev
2022	Psikolojik Danışman. Özel Efdal Okulları

Alınan Burs

Yıl	Burs/Ödül
2014	%50 Eğitim Bursu