

**ANNELERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ VE
DUYGU SOSYALLEŞTİRME STRATEJİLERİ İLE 48-72 AYLIK
ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

DİLARA GÜRSES

**IŞIK ÜNİVERSİTESİ
ŞUBAT, 2022**

ANNELERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ VE
DUYGU SOSYALLEŞTİRME STRATEJİLERİ İLE 48-72 AYLIK
ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİ

DİLARA GÜRSES

IŞık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı, 2022

Bu tez, IŞık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)
derecesi için sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ
ŞUBAT, 2022

İŞIK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ANNELERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ VE DUYGU
SOSYALLEŞTİRME STRATEJİLERİ İLE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

DİLARA GÜRSES

ONAYLAYANLAR:

Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan
(Tez Danışmanı)

Işık Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Buket Ünver

Işık Üniversitesi

Doç. Dr. Erhan Alabay

Sağlık Bilimleri Üniversitesi

ONAY TARİHİ: 04/02/2022

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTHERS'
PSYCHOLOGICAL RESILIENCE LEVELS AND EMOTION
SOCIALIZATION STRATEGIES AND THE EMOTION
REGULATION SKILLS OF 48-72 MONTHS OLD CHILDREN**

ABSTRACT

The main purpose of this study is to examine the predictive effects of maternal resilience and emotion socialization strategies on the emotion regulation skills of 48-72 months old children. The sample of the study consists of mothers with 48-72 months old children. 659 participants were included in the analysis process in line with the inclusion and exclusion criteria of the research. Data collection tools used in the research; Sociodemographic Information Form, Emotion Regulation Checklist (ERC), Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES) and Resilience Scale for Adults.

The predictive effect of independent variables on the dependent variable was performed with simple and multiple regression analyzes. As a result of the analyzes made, the emotional regulation skills of the parent's psychological resilience ($\beta=0,279$; $p<0.01$) and supportive emotion socialization strategies ($\beta=0,220$; $p<0.01$) were found to be positive; on the other hand, non-supportive emotion socialization strategies ($\beta=-0,260$; $p<0.01$) were found to negatively predict emotion regulation skills in children. Accordingly, as the parent's level of resilience and supportive reactions to the child's negative emotions increase, the child's emotion regulation skills increase; As the child's unsupportive reactions to negative emotions increase, the child's emotion regulation skills decrease. Since the results of the research reveal the effect of the parents on the emotional development of the child, it is thought that the findings will contribute to the program and psychoeducation by being carried out simultaneously with the parents in the programs to be prepared for the development of emotion regulation skills and in the clinical environment.

Key words: Resilience, Emotion Socialization, Emotion Regulation, Early Childhood

ANNELERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ VE DUYGU SOSYALLEŞTİRME STRATEJİLERİ İLE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı, 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde annenin psikolojik dayanıklılığının ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin yordayıcı etkisini incelemektir. Araştırma örneklemini 48-72 aylık çocuk sahibi anneler oluşturmaktadır. Bu doğrultuda 659 katılımcının araştırma verileri analiz sürecine dahil edilmiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; Sosyodemografik Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Ölçeği, Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği ve Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'dir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı etkisi basit ve çoklu regresyon analizleri ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, annenin psikolojik dayanıklılığının ($\beta=0,279$; $p<0.01$) ve destekleyici duygu sosyalleştirme stratejilerinin ($\beta=0,220$; $p<0.01$) çocuktaki duygu düzenleme becerisini pozitif yönde; destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme stratejilerinin ise çocuktaki duygu düzenleme becerisini negatif yönde ($\beta=-0,260$; $p<0.01$) anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur. Buna göre, annenin psikolojik dayanıklılık düzeyi ve çocuğun olumsuz duygularına karşı destekleyici tepkileri arttıkça çocuktaki duygu düzenleme becerisi artmakta; çocuğun olumsuz duyguları karşısında destekleyici olmayan tepkileri arttıkça çocuktaki duygu düzenleme becerisi azalmaktadır.

Araştırma sonuçları ebeveynin çocuğun duygusal gelişimine etkisini ortaya koyan nitelikte olduğundan bulguların duygu düzenleme becerilerinin gelişimine dair hazırlanacak programlar ve klinik ortamda eşzamanlı olarak ebeveynler ile gerçekleştirilecek psikoeğitimler için katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Dayanıklılık, Duygu Sosyalleştirme, Duygu Düzenleme, Erken Çocukluk

TEŞEKKÜR

Öncelikle gerek yüksek lisans eğitim sürecim boyunca gerek tez dönemimde ilgisi, mesleki donanımı ve kapsayıcılığı ile her zaman yol göstererek yolculuğumu anlamlı kılmama büyük katkı sağlayan değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan'a çok teşekkür ederim. İyi ki karşılaştık dediğim ve bana olduğum yeri daha çok sevdiren kıymetli süpervizörlerim Aslı Candan Kodalak ve Dr. Damla Til hocalarıma da emekleri için, bu yolculukta bana eşlik ettikleri için çok teşekkür ederim.

Sevgili Nihan Kaya'ya, araştırma verilerimde yaşadığım bir talihsizlik sonucu kısıtlı zamanda birçok katılımcıya ulaşmam için verdiği unutulmaz destek adına çok teşekkür ederim. Pandemi döneminde tez yazmanın zorlayıcılığını hissettiğim anlarda ihtiyacımı fark edip gerektiğinde temas etme hâllerini yeniden düzenleyerek bana destek veren aileme; annem Şengül Gürses'e, babam Necati Gürses'e ve kardeşim Emirhan Gürses'e çok teşekkür ederim. Sizi çok seviyorum.

Ve son olarak omzuma dokunuyorum.

“Bir an bile vazgeçmedin, kendi yolundan.”

Dilara GÜRSES

*Sevgili hocam Doğan Cüceloğlu'ya, sohbetimiz anısına...
Öğretileriniz yoluma ışık, şefkatli duruşunuz yaşamıma miras olsun.*

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI.....	i
ABSTRACT	ii
ÖZET.....	iii
TEŞEKKÜR	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
BÖLÜM 1.....	1
1. GİRİŞ	1
BÖLÜM 2.....	6
2. LİTERATÜR	6
2.1 Duygu Düzenleme.....	6
2.1.1 Erken Çocuklukta Duygu Düzenleme Becerisinin Gelişimi.....	7
2.1.2 Duygu Düzenleme Stratejileri	10
2.1.2.1 Süreç Modeli (Process Model)	10
2.1.3 Duygu Düzenlemede Ailenin Önemi	12
2.2 Duygu Sosyalleştirme	14
2.2.1 Duygu Sosyalleştirme Modelleri.....	15
2.2.2 Duygu Sosyalleştirme Davranışları.....	16
2.2.3 Ebeveynin Duygu Sosyalleştirme Davranışlarınınin Çocuğa Etkileri	18
2.3 Psikolojik Dayanıklılık	19
2.3.1 Psikolojik Dayanıklılık Boyutları.....	19
2.3.2 Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler.....	21
2.3.2.1 Risk Faktörleri	21
2.3.2.2 Koruyucu Faktörler	22
2.3.2.3 Ebeveyn Psikolojik Dayanıklılığı ile İlişkili Faktörler	23
BÖLÜM 3.....	24

3. AMAÇ VE HİPOTEZLER	24
3.1 Araştırmanın Amacı	24
3.2 Araştırma Hipotezleri	24
BÖLÜM 4.....	27
4. YÖNTEM.....	27
4.1 Örneklem.....	27
4.2 Veri Toplama Araçları	29
4.2.1 Sosyodemografik Bilgi Formu	29
4.2.2 Duygu Düzenleme Ölçeği	30
4.2.3 Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği	30
4.2.4 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	31
4.3 İşlem.....	32
4.4 Veri Analizi	32
BÖLÜM 5.....	34
5. BULGULAR.....	34
5.1 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Analizler	34
5.2 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Analizler	36
5.3 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi	38
5.4 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi	41
5.5 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi	48
5.6 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerini Yordamasına İlişkin Analizler	51
BÖLÜM 6.....	54
6. TARTIŞMA VE SONUÇ	54
KAYNAKÇA	63
EKLER.....	75
ÖZGEÇMİŞ.....	86

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1 Erken Çocukluk Döneminde Duygu Düzenlemenin Gelişimi (Whitebread ve Basillo, 2012).....	9
Tablo 4.1 Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri.....	28
Tablo 4.2 Normal Dağılım Varsayımları için Betimsel İstatistikler	33
Tablo 5.1 Ebeveynin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi	34
Tablo 5.2 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	35
Tablo 5.3 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin (Destekleyici Tepkiler ve Destekleyici Olmayan Tepkiler) Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	36
Tablo 5.4 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerine İlişkin Alt Ölçeklerin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi	37
Tablo 5.5 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Ebeveynin Yaşına, Eğitim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi.....	38
Tablo 5.6 Annelerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çalışma Durumuna Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları.....	39
Tablo 5.7 Annelerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları	40
Tablo 5.8 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunun Ebeveynin Yaşına, Eğitim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi	41
Tablo 5.9 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunun Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları	42

Tablo 5.10 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Annenin Yaşına, Öğrenim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi	43
Tablo 5.11 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Anne Öğrenim Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları.....	45
Tablo 5.12 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Games-Howell Post-Hoc Testi Sonuçları	46
Tablo 5.13 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Games-Howell Post-Hoc Testi Sonuçları.....	47
Tablo 5.14 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Anne Yaşına, Öğrenim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi.....	48
Tablo 5.15 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Anne Çalışma Durumuna Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları.....	49
Tablo 5.16 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları.....	50
Tablo 5.17 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Ailedeki Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları.....	51
Tablo 5.18 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi	52
Tablo 5.19 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi.....	52

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1 Duygu Düzenlemede Süreç Modeli	10
Şekil 2.2 Üçlü Beyin Modeli.....	13

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Duygu düzenleme becerisi, kişinin duygularını algılama ve ifade etme sürecindeki davranışlarını değerlendirme ve yönetme becerisidir (Gross ve Thompson, 2007). Dodge ve Garber (1991), duygu düzenlemenin doğuştan gelen bir özellik olmadığını; bireyin bu beceriyi erken dönemde geliştirdiğini belirtmiştir. Çocuklar, ebeveynlerinin bir duygusal uyaran karşısında verdiği sözel ve davranışsal tepkileri gözlemleyerek benzer bir uyaran karşısında ebeveyni ile benzer bir strateji kullanma eğiliminde olabilir (Morris, Silk, Steinberg, Myers ve Robinson, 2007). Etkili duygu düzenleme stratejileri kullanan ebeveynlerin çocuklarının da duygu düzenleme konusunda başarılı olma olasılığı yüksek iken, etkisiz duygu düzenleme stratejisi kullanan ebeveynlerin çocukları kendi duygularını düzenleme noktasında daha çok mücadele etmektedir (Bariola, Gullone ve Hughes, 2011;2012). Bu nedenle, ebeveynlerin erken çocukluk döneminde çocukları ile nasıl bir ilişki geliştirdiğinin duygu düzenleme becerisinin gelişimi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ülkemizde birincil bakımveren ebeveyn yaygın olarak annelerdir. Bu noktada, annenin çocuğa karşı bir ayna rolü üstlenmesi ve çocuğun duygu düzenleme becerisinin gelişmesini desteklemesi, çocuğun ileri dönemdeki kendilik algısının sağlıklı gelişebilmesi açısından da büyük önem taşımaktadır (Çuhadaroğlu Çetin, 2001).

Duygu düzenleme becerisi ile ilgili son yıllarda ülkemizde yapılan çalışmalar incelenmiştir. Tulpar, Aktan ve Yardımcı (2020), 4-6 yaşındaki çocukların bağlanma stili ile duygu düzenleme becerilerini karşılaştırmalı olarak inceledikleri araştırmada, çocuk ile bakımveren arasındaki bağlanma stiline, çocuğun duygu düzenleme becerisi üzerinde önemli bir etkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bilge ve Sezgin (2020), annenin ve çocuğun duygu düzenlemesi arasındaki ilişkide annenin sahip olduğu kişilik özellikleri ve bağlanma stillerinin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda annenin duygu düzenleme güçlüğü çocuğun duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkili bulunmuştur. Öte yandan 66-77 aylık çocuklar ile yapılan bir çalışmada, çocukların duyguları tanıma ve düzenleme becerilerinde ebeveyn eğitim seviyesinin ve cinsiyetin etkisine bakılmıştır. Araştırma sonucunda, çocuklardaki duygu düzenleme becerilerinin ebeveynin eğitim durumuna göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür (Liman, 2019).

Örnekleme beş ve altı yaşındaki çocuklardan oluşan bir başka çalışmada ise, çocukların duygu düzenleme becerileri farklı değişkenler açısından ele alınmıştır (İlgar ve Akbaba, 2017). Yapılan araştırmanın sonucunda çocukların duygu düzenleme becerilerinin; çocuğun cinsiyeti, ailedeki çocuk sayısı, ailenin tipi, annenin yaşı, annenin evlendiği yaş ve annenin eğitim seviyesi gibi değişkenler açısından farklılık gösterdiği ancak çocuğun yaşı, çocuğun kardeşleri arasındaki doğum sırası ve annenin çalışma durumu gibi değişkenlerde anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde okul öncesi dönemde olan çocukların duygu düzenleme becerilerini çeşitli değişkenler açısından inceleyen bir başka çalışmada da çocukların duygu düzenleme becerilerinin annenin eğitim seviyesi, yaşı ve algılanan gelir düzeyine göre farklılık gösterdiği; çocuğun yaşı, ailedeki çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti, annenin çalışma durumu, babanın eğitim seviyesi ve babanın yaşına göre ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (Bozkurt Yükçü ve Demircioğlu, 2017).

Anne çocuk ikilisi ile gerçekleştirilen bir diğer araştırmada ise okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma biçimlerinin çocuktaki duygu düzenleme becerilerini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, güvenli bağlanmanın gerçekleştiği ilişkilerdeki çocukların duygu düzenleme becerilerinin annelerine güvenli bağlanamamış olan çocuklara kıyasla daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Ural, Güven, Sezer, Azkeskin ve Yılmaz 2015).

Duygu düzenleme becerisi son yıllarda sıklıkla çalışılan bir konu olmasına karşın, araştırma örnekleminin erken çocukluk döneminde olduğu çalışmalar oldukça sınırlıdır (Ahi ve Kıldan, 2013). Bu açıdan, yapılacak araştırmada bu değişkenin ele alınmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Psikolojik dayanıklılık; olumsuz bir durum karşısında mevcut risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimiyle eşzamanlı olarak, kişinin var olan değişime uyumlanma hâlidir (Kararımak, 2006). Psikolojik dayanıklılığı yüksek kişilerin, stres yaratan

durumlar karşısında daha başarılı ve etkin bir şekilde mücadele ettiği; kişilerarası iletişim kurma ve sorun çözme becerilerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Bu açıdan bakıldığında, psikolojik dayanıklılığın sağlıklı bir ebeveynlik için gerekliliği ön plana çıkmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili ebeveynlerle yapılan ulusal çalışmalara bakıldığında, Kındıroğlu ve Yaşar Ekici (2019), yapmış oldukları çalışmada ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile 3-6 yaş çocukların davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları arttıkça çocukların sosyal açıdan yetkinliklerinin de arttığı, kaygı-geri çekilme davranışlarının ise azaldığı görülmüştür. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça öfke-agresyon düzeylerinin azaldığı görüşünü destekler niteliktedir. Özel gereksinimli çocuk sahibi olan ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları üzerine gerçekleştirilen bir başka araştırmada ebeveynlerin ebeveynlik rollerinden memnun olmalarının ve aile içindeki rolleri dengelemelerinin kendi psikolojik dayanıklılıkları üzerinde olumlu bir etkisi olduğu yönünde bir sonuca ulaşılmıştır (Aydın, 2019).

Aydın ve Arslantürk Egin (2018), zihin engelli, serebral palsili ve otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocuk sahibi kişilerin psikolojik dayanıklılıkları ile kendilik algılarının karşılaştırıldığı bir çalışma yapmıştır. Araştırma sonucunda, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin çocuklarının engel türüne göre farklılaşmadığı ancak ebeveyn türüne göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı bir farklılık meydana geldiği görülmüştür. Bu fark, annelerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğu yönündedir. Eroğlu, Arıcı-Özcan ve Peker (2015) ise tipik gelişim gösteren çocuğa sahip anneler ve özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile gerçekleştirdikleri çalışmada ebeveyn psikolojik dayanıklılığını incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, tipik gelişim gösteren çocuğu olan annelerin özel gereksinimli çocuğu olan annelere kıyasla psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tüm bu çalışmalar, psikolojik dayanıklılık kavramının ebeveyn çocuk ilişkisinde incelenmesinin gerekliliğini vurgulamaktadır. Öte yandan, erken çocukluk dönemindeki duygu düzenleme becerisine ilişkin yapılan çalışmalar, ebeveyn ile ilişkili farklı boyutları ele almasına karşın psikolojik dayanıklılık açısından incelenmiş herhangi bir ulusal çalışmaya rastlanmamıştır.

Duygu sosyalleştirme; çocuğun olumlu ya da olumsuz bir duygu yaşadığında ebeveynin çocuğun duygusuna verdiği tepki ve çocukla iletişim kurma şekli olarak ele alınmaktadır (Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Olumsuz duygu sosyalleştirme stratejileri çocukta duygularını bastırmaya neden olmakta; duygularını kontrol etmesini zorlaştırmaktadır (Garner, Dansmore ve Southam-Gerrow, 2007). Bu açıdan bakıldığında duygu düzenleme becerisinin gelişimi açısından duygu sosyalleştirme stratejilerinin önemi ortaya çıkmaktadır.

Duygu sosyalleştirme ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, çocukların duygu düzenleme becerilerinin yordayıcısı olarak annelerin duygu sosyalleştirme stratejilerinin bulunduğu mevcut çalışmaların olduğu görülmüştür. Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme ve duyguları anlama becerileri ile annelerin duygu sosyalleştirme davranışlarının incelendiği bir çalışmada, duygu sosyalleştirme davranışlarının okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme becerilerini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Özen Uyar, Yılmaz Genç ve Aktaş Arnas 2018).

İlhan-Ildız, Ahmetoğlu ve Acar (2017), yaptıkları çalışmada annelerin sıkıntılı tepkilerinin çocukların duygu düzenleme becerisini etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Sıkıntılı tepki düzeyi yüksek annelerin çocuklarının tepkisel mizaç seviyesi daha yüksek; duygu düzenleme becerisi ise daha düşük bulunmuştur. Ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışlarının çocuklardaki davranış sorunları ile ilişkisini inceleyen bir başka çalışmada ise, annelerin olumsuz duygu sosyalleştirme stratejilerinin annenin eğitim düzeyi ile çocukta görülen davranış sorunları arasındaki ilişkide tam aracı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (Güven ve Erder, 2017).

Yağmurlu ve Altan (2010), annelerin destekleyici duygu sosyalleştirme davranışlarının çocuktaki duygu düzenleme durumuna etkilerini ve Türkiye'deki okul öncesi dönem çocuklarının duygularının düzenlenmesinde sosyalleşme ve mizacın rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, annenin çocuğun olumsuz duygularına verdiği olumlu cevapların çocuktaki duygu düzenlemeyi olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Okul öncesi çocuklar ve anneleri ile gerçekleştirilen bir başka çalışmada ise annelerin duygu sosyalleştirme stratejilerinin, çocuklarının üzüntü ve öfke duygularının dışavurumlarının ortaya çıkmasındaki etkisi incelenmiş; bu çalışmanın sonucunda üzüntü duygusunu tecrübe eden çocukların annelerinin, çocuklarının yaşadığı duyguyu daha kolay isimlendirebildiği ve çocuklarına karşı problem odaklı tepkiler göstererek çok daha destekleyici oldukları görülmüştür (Çorapçı, Aksan ve Yağmurlu, 2012).

Bahsedilen bütün veriler ışığında, ebeveynin psikolojik dayanıklılığı ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin çocuğun duygu düzenleme becerisi üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünüldüğünden yapılacak çalışma ile literatüre katkı sağlanması hedeflenmiştir. Literatürde bu üç değişkenin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamış olup, bu durumun çalışmayı özgün kılacağı düşünülmüştür. Bir sonraki bölümde araştırma değişkenlerine dair literatür bilgileri aktarılacaktır.

BÖLÜM 2

2. LİTERATÜR

2.1 Duygu Düzenleme

Duygular, bireyin yaşam boyunca karşılaştığı durumları anlamlandırmasını sağlar (Cole, Martin ve Dennis, 2004). Ancak duyguları sağlıklı bir şekilde deneyimlemek için durumları anlamlandırmak kadar duyguyu doğru şekilde ifade edebilmek ve tepki verebilmek de büyük önem taşımaktadır.

Duygu düzenleme becerisi, kişinin duygularını algılama ve ifade etme sürecindeki davranışlarını değerlendirme ve yönetme becerisidir (Gross ve Thompson, 2007). Dodge ve Garber (1991), duygu düzenlemenin doğuştan gelen bir özellik olmadığını; bireyin bu beceriyi erken dönemde geliştirdiğini belirtmişlerdir. Bu nedenle erken çocukluk döneminin, duygu düzenleme becerisinin gelişimi açısından kritik bir önem taşıdığı düşünülmektedir.

Çocuk, içine doğup büyüdüğü çevrede sosyalleşmeye başlar. Bu süreçte başta ebeveynler ve birincil bakım verenler olmak üzere çevresini gözlemler. Bu gözlemler neticesinde kabul gören ve görmeyen davranışları fark ederek bulunduğu çevrenin normlarını öğrenir. Bu normlar, çocuğun davranışlarını şekillendirmeye başlar (Hops, 1983; Thompson, 1994). Benzer bir uyarana karşısında çocuk, ebeveyni ile benzer bir strateji kullanma eğiliminde olabilir (Morris, Silk, Steinberg, Myers ve Robinson, 2007). Eisenberg ve Fabes (1992), erken çocukluk döneminde duygu düzenleme becerisi doğru veya yeterli gelişmemiş çocuklarda davranış problemlerinin ortaya çıkabileceğini belirtmişlerdir. Bu nedenle, ebeveynlerin erken çocukluk döneminde çocukları ile nasıl bir ilişki geliştirdiğinin duygu düzenleme becerisinin gelişiminde belirleyici bir rol üstlendiğini söylemek mümkündür.

2.1.1 Erken Çocuklukta Duygu Düzenleme Becerisinin Gelişimi

Duygu düzenleme davranışları doğum ile başlamakta; bebeklik döneminde ise sınırlı Şekilde gelişim göstermektedir. Bu dönemde, duygu düzenleme stratejileri planlı değildir ve bebek bunları bilinçli bir Şekilde kullanmaz (Rothbart ve Rueda, 2005). Buna  rnek olarak parmak emme davranışı verilebilir. Bu davranış bebeğin kendisini yatıştırması için kullandığı bir stratejidir (Eisenberg ve Spinrad, 2004). Öte yandan, bu stratejilerin sınırlı olması çoğu zaman bakım verenin aktif rol oynamasını gerektirmektedir (Karraker ve Lake, 1991; Brownell ve Kopp 2007). Sakinleştirilmeye ihtiyaç duyan bir bebek, bakım verenin ilgisini kendisine yöneltmesini sağlayabilmek için ağlama, bağırma gibi bazı tepkiler gösterir. İhtiyacı karşılanan bebek gülümser ve bu davranış zaman içinde pekişir (Şahin-Demirkapı, 2013). Bebek bu süreç içerisinde ihtiyaçlarının karşılandığını deneyimledikçe beklemeyi öğrenmekte, tepkilerinin Őiddetinde ise azalmalar meydana gelmektedir (Y r koğlu, 1996). Süreç içerisindeki tüm bu gelişmeler duygu düzenlemenin önemli bir parçası olarak görülür.

İlk ocukluk döneminin başlamasıyla birlikte duygu düzenlemeye yönelik stratejilerin çeşitliliği ve çocuğun bu alandaki becerileri artmakta (Hortaçsu, 2003); ocuk, duygularını düzenlemede aktif konumda yer almaya başlamaktadır (Kopp, 1989). Ancak bu aktif konum, bakım verenden tamamen bağımsız bir duygu düzenleme süreci olduğu anlamına gelmez (Calkins ve Dedmon, 2000). ocuk, bakım verenin yönlendirmelerine (Kopp, 1989); onunla göz teması kurmaya ve zaman zaman ona sarılmaya ihtiyaç duyar (Premo ve Kiel, 2014). Bu dönem, çocuğun bakım verenden ayrışması ve kendi kimliğini kazanması açısından önemli bir basamaktır (Calkins ve Fox, 2002).

Sosyal etkileşimin belirgin bir artış gösterdiği okul öncesi dönem, içinde bulunduğu grubun normlarına uygun davranmayı gerektirdiğinden duygu düzenlemenin önemini ön plana çıkarmaktadır (Hyson, 2004). Bu dönemde bakım veren rehberliğinin yanı sıra çocuğun kendi başına gerçekleştirdiği duygu düzenlemeler de görülmektedir (Cole, Michel ve Teti, 1994). Öte yandan aktif dil kullanımı, çocuğun yaşadığı yoğun duyguları s ze dökmesine ve olumsuz bir durum karşısında kendisini telkin etmesine olanak sağlamaktadır (Thompson, 1990).

Okul  ncesi dönemde çocuğun sosyal ortamı daha çok akran katılımı ile birlikte genişlemektedir. Bu durum, çocuğun kendi duygularını fark etmesinin yanı sıra

karşısındaki kişinin duygularını anlamaya yönelik becerisinin de hızlı bir şekilde gelişim göstermesine alan açmaktadır (Boone ve Cunningham, 1998). Ancak çocuğun temel duygu düzenleme becerilerinde bazı eksiklerin olması akran ilişkilerini olumsuz yönde etkilemekte; okul sürecine adaptasyonda zorlanmalara neden olabilmektedir (Bozkurt Yükçü ve Demircioğlu, 2017).

Ülkemizde birincil bakımveren ebeveyn yaygın olarak annelerdir. Bu noktada, annenin çocuğa karşı bir ayna rolü üstlenmesi ve çocuğun duygu düzenleme becerisinin gelişmesini desteklemesi ileri dönemdeki kendilik algısının sağlıklı şekilde oluşması açısından da büyük önem taşımaktadır (Çuhadaroğlu Çetin, 2001). Buradan yola çıkarak, çocuğun ilerleyen dönemlerde daha sağlıklı sosyo-duygusal gelişim gösterebilmesinde ebeveyn tutumunun yadsınamayacak bir etkisi olduğunu söylemek mümkündür (Yağmurlu ve Altan, 2010).

Whitebread ve Basillo (2012) oluşturdukları tablo ile duygu düzenlemenin erken çocukluktaki gelişimine dair bir çerçeve sunmaktadırlar (Tablo 2.1).

Tablo 2.1 Erken Çocukluk Döneminde Duygu Düzenlemenin Gelişimi (Whitebread ve Basillo, 2012)

0-12 ay	<ul style="list-style-type: none">• Uyarılmanın ve uyku/uyanıklık döngülerinin düzenlenmesi• Öteki ile duyarlı etkileşim hâli• Ötekini etkileme girişimlerinde bulunma• Basit rutinleri öngörme ve bu rutinlere katılma• Ötekinin duygusal ifadelerine karşı duyarlılık
12-36 ay	<ul style="list-style-type: none">• İstemli kontrol ve öz-düzenlemede artış• Dışarıdan gelen isteklere uyum sağlama ve durumsal gerekliliklerinin farkında olma becerisinde gelişim• Girişkenlikte ve bağımsız hareket etme arzusunda artış• Ötekinin varlığına ve duygularına dair farkındalık (empati)• Kendiliğinden gelişen bazı yardım etme, paylaşma ve teselli etme davranışları• Toplumsal kurallar ve yaptırımlar konusunda farkındalığın artması• Yasaklanan aktivitelere karşı kendini tutma ve rica edildiğinde ertelemeyebilme becerisinde artış
3-6 yaş	<ul style="list-style-type: none">• Duygularını kontrol etme, kurallara uyma ve yasak davranışlardan kaçınma konularında daha yetkin olma• Davranışlarını düzenleme ve ötekini etkilemede daha etkin dil kullanımı• Akran ilgisinde artış ve akran kabulünü daha fazla önemseme; akranlarla ilgili durumlarda kendini düzenlemeye daha eğilimi olma• Daha etkili iletişim stratejilerini öğrenebilme• Rollerin ve kuralların olduğu oyunlara katılabilme• Kendisinin ve ötekinin mental durumu hakkında konuşabilmenin başlaması• Ötekinin nasıl hissedeceğini daha iyi anlama• Bilinçli olarak yardım etme, paylaşma ve teselli etme davranışları sergileme• Davranış standartlarını içselleştirme• Daha istikrarlı prososyal (veya antisosyal) tutum ve davranışların gelişimi

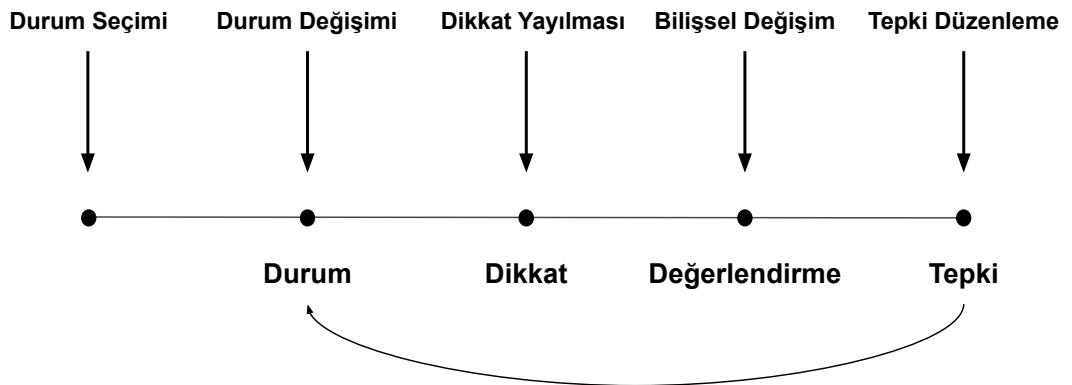
2.1.2 Duygu Düzenleme Stratejileri

Duygu düzenleme stratejileri, çocuğun duyguları üzerinde kontrol sahibi olmaya başlaması ile ortaya çıkan; dil gelişimi, bilişsel ve fiziksel gelişim alanlarındaki ilerlemeler eşliğinde gelişmeye devam eden stratejilerdir (Izard, Woodburn, Fınlan, Kraut-Ewig, Grossman ve Seinfeld, 2011). Duyguların içinde bulunulan duruma göre düzenlenebilmesi duygu düzenleme stratejilerinin etkin kullanımı ile mümkündür. Ancak bu noktada duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı kadar kişinin bu stratejileri ne zaman kullandığı da önem kazanmaktadır.

Gross (1998) duyguların sürekli olarak yaşandığını, dolayısıyla kişinin duygu düzenleme stratejilerini bu sürecin hangi noktasında kullandığını duygusal tepkiyi etkilediğini  ne sürmüş; buradan yola çıkararak Süreç Modeli'ni geliştirmiştir. Bir sonraki bölümde Süreç Modeli detaylı bir şekilde ele alınarak incelenecektir.

2.1.2.1 Süreç Modeli (Process Model)

Süreç Modeli, duygunun ortaya çıkma sürecinde duygu düzenleme stratejilerinin temel bir etkiye sahip olduğu fikri ile Gross (1998) tarafından geliştirilmiştir. Bu modelde beş farklı duygu düzenleme yaklaşımı ele alınmaktadır. Bunlar; durum seçimi, durum değişimi, dikkat yayılması, bilişsel değişim ve tepki düzenlemedir (Werner ve Gross, 2009).



şekil 2.1 Duygu Düzenlemede Süreç Modeli (Gross, 2014)

Durum seçimi, kişiyi içinde bulunmak istediği duyguları deneyimleme ihtimalini artırmaya veya olumsuz olarak nitelendirdiği duyguları deneyimleme ihtimalini azaltmaya yönelik harekete geçiren duygu düzenleme stratejisidir (Gross ve Thompson, 2007). Ev ortamında sıkılan bir çocuğun eve gelmek yerine dışarıda vakit geçirmeyi tercih etmesi buna örnek olarak gösterilebilir. Bu noktada, anlık rahatlama hissinin uzun vadede yaratabileceği olumsuz etkiler göz önünde bulundurulmalıdır (Gross ve Thompson, 2007). Verilen örnek doğrultusunda; aile ortamında vakit geçirmeyen çocuğun aile üyeleri ile bağlarında zayıflık ve iletişimde yaşanabilecek kopmalar bahsedilen olumsuz etkilere örnek olarak gösterilebilir.

Durum değişimi, içinde bulunulan durumun duygusal etkisini değiştirmek adına doğrudan o duruma yönelik yapılan düzenlemelerdir (Saraiya ve Walsh, 2015). Örneğin, önemli bir sınavdan bir gece önce arkadaşıyla telefonda konuşan bir çocuk, arkadaşı sınav hakkında bir şey sorduğunda başka bir şey konuşmak istediğini söyleyebilir (Gross, 2002). Bu noktada, telefonda konuşmaya devam etmesi mevcut durumda kaldığına; konuşacağı konuyu değiştirmesi ise durum içerisinde düzenleme yaptığına işaret etmektedir.

Dikkat yayılması, kişinin hissettiği duyguyu mevcut durum içerisindeki odağını değiştirerek yeniden düzenlemesidir (Gross, 2002). Mecklem (2008) ise bu durumu, kişinin dikkatini farklı bir yöreğe taşıma becerisi olarak belirtmiştir. Dikkat yayılması, gelişim sürecinde ortaya çıkan ilk stratejilerden biri olarak kabul edilmekte; bebeklikten itibaren kullanıldığı öne sürülmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Olumsuz konuşmaların yapıldığı bir ortamda bulunan bir çocuğun yerdeki halının desenlerine veya duvardaki çerçevelere odaklanması buna örnek olarak gösterilebilir. Verilen örnekten yola çıkarak bu stratejinin genellikle durum seçimi ve durum değişiminin mümkün olmadığı anlarda kullanıldığını söylemek mümkündür (Gem, 2018).

Bilişsel değişim, kişinin bir duruma atfettiği anlam yerine olası diğer anlamlardan birini seçerek içinde bulunduğu duygunun yoğunluğunu ya da duygunun kendisini değiştirmesidir (Gross ve Thompson, 2007). Evers, Marjin Stok ve de Ridder (2010), bu stratejinin daha çok kaygılı anlarda olumlu duygular hissetme ihtiyacı ile kullanıldığından bahsetmektedir. Bir çocuğun sınav konusunda yaşadığı yoğun kaygıyı yatıştırmak adına kendisine bunun sadece bir test olduğu konusunda telkinde bulunması, sınavın onun değerini belirleyeceği düşüncesinden uzaklaşmaya çalışması bilişsel değişim sürecine bir örnek olarak verilebilir (Gross, 2002).

Tepki düzenleme, bir durum karşısında hissedilen duyguya verilen tepkinin değiştirilmesidir. Diğer dört stratejiden farkı, duygu oluştuktan sonra kullanılan bir duygu düzenleme yöntemi olmasıdır (Vitulic ve Prosen, 2015). Buna örnek olarak, annenin isteğine direnen veya kardeşinin saldırgan tutumuna dikkat çekmek isteyen bir çocuğun ağlaması verilebilir. Örneklerden ilki uyumsuz bir tepki düzenleme stratejisi iken ikinci örnekte ağlama davranışı bir amaç taşımakta olduğundan daha işlevsel bir strateji olarak görülmektedir (Gross ve Thompson, 2007).

Bahsedilen tüm bu duygu düzenleme stratejilerinin çocuk tarafından etkin bir şekilde kullanılabilmesi duygu düzenleme becerisinin gelişimi açısından oldukça önemlidir. Verilen örnekler doğrultusunda, çocuğa duyguları ile ilgili doğrudan olumlu / olumsuz etki yaratabilecek birincil çevrenin önemi ön plana çıkmaktadır. Bu nedenle sonraki bölümde aile faktörü ele alınacak, ailenin duygu düzenleme becerisinin gelişimindeki kritik rolünden bahsedilecektir.

2.1.3 Duygu Düzenlemede Ailenin Önemi

Duygu düzenleme becerisinin gelişimsel açıdan sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi genetik ve çevresel birçok etmene bağlıdır.

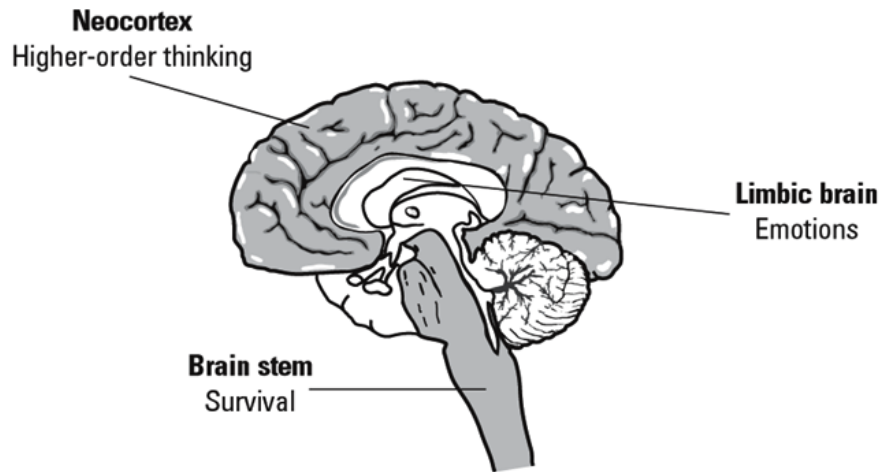
Morris vd. (2007), ailenin duygusal ikliminin ve aile içi dinamiklerin çocuktaki duygu düzenleme becerisinin gelişiminde önemli bir rol üstlendiğini belirtmiş; bu bağlamda dört bileşenden bahsetmişlerdir. Bunlar; *öngörülebilir bir çevre ve duygusal istikrar, ebeveynin beklentileri ve çocuğun gelişimine uygun talepleri, aile içerisinde olumlu duyguların ifade edilme derecesi ve aile içerisinde olumsuz duyguların ifade edilme derecesidir.*

Çocuğun duygularına duyarlı ve duygusal deneyimlerini desteklemeye açık olan ebeveynler bu tutumları ile duygu düzenleme becerilerinin kazanımı için gerekli besleyici ortamı çocuğa sunmuş olurlar (Grusec, 2011). Uyumlu bir ortam, olumlu aile iklimini beraberinde getirdiğinden çocuk duygularının kabul edileceğini bilir ve deneyimlemeye karşı daha girişken ve aktif bir rol üstlenir. Ancak eleştirel bir aile ortamının varlığında çocuk deneyimini paylaşmak ve ebeveynin rehberliğini istemek gibi konularda rahat hissetmeyeceğinden yeni deneyimler edinme noktasında çekingen ve pasif bir duruş sergiler (Fosco ve Grych, 2007).

Erken çocukluk döneminde maruz kalınan tutarsız ebeveynliğin ebeveyn- çocuk ilişkisini zedelediği; çocukta duygu düzenleme yetersizliğine sebep olduğu

düşünülmektedir (Shipman ve Zeman, 1999, 2001). Bu durum, çocuğun kendi duygularını fark etmesi, anlaması ve doğru tepkiyi verebilmesi için güvende hissetmeye duyduğu ihtiyacı gözler önüne sermektedir. Paul MacLean'ın geliştirmiş olduğu “Üçlü Beyin Teorisi” ile bu görüşü desteklemek mümkündür.

Beyin gelişimi, merkezden dışa doğru olmaktadır. MacLean, evrimsel gelişimin üç aşamasını beyinde bulunan ilkel beyin, limbik sistem ve neokorteks katmanlarının temsil ettiğini öne sürmüştür. İlkel beyin, fiziksel olarak yaşamı devam ettirme ve beden bütünlüğünü korumak adına hayatta kalmaya yönelik davranışlar ile ilgili olan kısımdır. Limbik sistem ise beyin duyu merkezi olarak bilinen bölümdür. Üçüncü katman olan neokorteks, ileri düzey düşünmeye yönelik düzenlemelerden sorumlu olan beyin en gelişmiş bölümü olarak kabul edilir (Eagleman, 2014).



Şekil 2.2 Üçlü Beyin Modeli

Bu katmanlar arasında hiyerarşik bir düzen olduğundan üst katmanın görevini yerine getirebilmesi alt katmandaki işleyişe bağlıdır (Panksepp, 2017). Bu açıdan bakıldığında, limbik sistemin sağlıklı bir şekilde çalışabilmesi için hayatta kalmaya yönelik tehdit edici unsurlardan arınmış bir ortamın gerekliliği ön plana çıkmaktadır. Bu bağlamda, bireyin duygularını fark edebilmesi ve buna yönelik bir tepki oluşturabilmesi için öncelikle güvende hissetmeye ihtiyaç duyduğunu söylemek mümkündür. Bir çocuk için ise güven hissi, öngörülebilir bir çevreye ve duygusal açıdan istikrarlı ebeveynlere sahip olmaya bağlıdır.

Ailenin duygusal iklimini etkileyen unsurlardan bir diğeri ise ebeveynler arası ilişkilerdir. Lemerise ve Dodge (1993), doğrudan çocuğa yönelik olmayan arka plan öfkesine maruz kalan çocukların da sosyal ve duygusal gelişim açısından risk altında olduğunu belirtmişlerdir. Öte yandan Gottman, Katz ve Hooven (1997), yaptıkları çalışmada evlilik çatışmasının olduğu bir aile ikliminde; ebeveynlerin çocuklarının duygularına yönelik farkındalığının yüksek olmasının ve olumlu ebeveynlik tutumlarının çocuk ile çatışma arasında bir tampon görevi gördüğü sonucuna ulaşmışlardır.

Aile içi olumsuz duygusal iklim, çocuğun gelişimi için kullanılan ebeveynlik stratejilerini ya etkisiz hâle getirmekte ya da zarar veren bir konuma sürüklemekte ve çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir (Darling ve Steinberg, 1993). Bahsedilen tüm bu bilgiler ışığında, sağlıklı bir duygusal gelişim için aile içi dinamiklerin büyük bir önem taşıdığı görülmekte; gerekli duygusal iklimin sağlanmasının ebeveynlerin üstlenmesi gereken kritik bir sorumluluk olduğu düşünülmektedir.

2.2 Duygu Sosyalleştirme

Her çocuk duygularını ifade etme ve düzenleyebilme kapasitesi ile doğar (Cole ve Tan, 2007). Aynı zamanda bu kapasitenin doğru şekilde değerlendirilmesi için bir rehberliğe ihtiyaç duyar. Bu noktada birincil bakım veren ile aktif bir duygusal iletişim önem kazanır. Duygu sosyalleştirme; çocuk olumlu ya da olumsuz bir duygu yaşadığında ebeveynin çocuğun duygusuna verdiği tepki ve çocukla iletişim kurma şekli olarak ele alınmaktadır (Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Buradan yola çıkarak, ebeveynin çocuğun duygusal gelişimi üzerinde kolaylaştırıcı veya engelleyici bir etkiye sahip olduğunu söylemek mümkündür (Shewark ve Balondon, 2015).

Denham (1998), okul öncesi dönemin çocuğun duygusal gelişimi açısından kritik bir öneme sahip olduğunu belirtmiştir. Okul öncesi dönem, genişleyen çevre ve akran ilişkileri ile birlikte duyguya yönelik becerilerin aktif olarak kullanımını ve eşzamanlı olarak gelişimini gerektirmektedir. Bu nedenle duygusal gelişimde çocuğun olumsuz duygularına ebeveynin nasıl yaklaştığı kritik bir önem kazanmaktadır. Eisenberg, Cumberland ve Spinrad (1998), çocuğun olumsuz duygularını kabul eden ebeveynin bunu yaparak bu duyguların da günlük hayatın bir parçası olduğunu gösterdiğini; çocuğun hissettiği olumsuz duyguların uygunsuz olmadığını anlamasına

yardımcı olduğunu belirtmiştir. Öte yandan, olumsuz duyguyu kabul etmeyen ebeveyn çocukta duyguların önemsiz olduğuna dair bir izlenim bıraktığından, çocuğun kullandığı duygu düzenleme stratejilerinin gelişimi sekteye uğramaktadır (Eisenberg, Fabes ve Murphy, 1996).

2.2.1 Duygu Sosyalleştirme Modelleri

Literatürde duygu sosyalleştirmenin gelişimine dair birçok model bulunmaktadır (Saarni, 1990; Gottman vd., 1996; Dunsmore ve Halberstadt, 1997; Denham, 1998; Eisenberg vd., 1998). Tüm bu modeller ebeveyn-çocuk ilişkisi odaklı oluşturulmuş ve ebeveyn tutumunun kritik önemini vurgulayan bir rol üstlenmiştir. Çalışmalarda sıklıkla yer alan ve literatürde ön plana çıkmış olan iki model bu bölümde açıklanmıştır.

1. Meta-Duygu Felsefesi

Gottman vd. (1996), geliştirdikleri modelde “meta-duygu felsefesi” kavramına odaklanmışlardır. Bu kavram duyguları anlamak, onları yorumlamak ve tepki vermek gibi anlarda bireyin duygulara dair repertuarının önemli olduğunu; bir ebeveynin çocuğun duygularını fark edip uygun tepkileri verebilmesinin kendi repertuarı doğrultusunda gelişen meta-duygu felsefesine bağlı olduğunu anlatmaktadır. Çocuğun duygusu karşısında ebeveynin verdiği tepkilerin aslında ebeveynin o duygu hakkındaki kendi düşüncelerini içerdiğini vurgulayan bu modelde *duygu koçluğu felsefesi* kavramı da dikkat çekmektedir. Gottman vd. (1996) bu felsefeye sahip ebeveynlerin, tüm duygulara değer verdiğini ve olumsuz duyguları da olumlu duygular gibi kabul edebildiğini söylemişlerdir.

2. Keşifsel (Heuristic) Model

Eisenberg vd. (1998), duygu sosyalleştirme üzerinde etkili olan birçok faktörü bir araya getirerek kapsamlı bir çalışma ortaya koymuşlardır. Bu modele göre, ebeveynin duygu sosyalleştirme davranışları *çocuğa ait özelliklere* (yaş, cinsiyet, mizaç), *ebeveyne ait özelliklere* (cinsiyet, karakter, ebeveynlik stili, duygulara ilişkin inançlar), *kültüre ait özelliklere* (duygulara ilişkin norm ve değerler; cinsiyet stereotipleri) ve *içinde bulunulan bağlama* (duygunun derecesi, birine zarar verme potansiyeli) göre şekillenmektedir. Model tüm bu faktörlerin; ebeveynin çocuğun duygularına verdiği tepkiler, duygular hakkında çocuk ile yapılan tartışmalar ve

duyguların ifade edilme şekli konusunda belirleyici olduğunu göstermektedir (Eisenberg vd., 1998). Bahsedilen her iki model ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarının önemine dikkat çekmektedir.

2.2.2 Duygu Sosyalleştirme Davranışları

Literatür incelendiğinde, duygu sosyalleştirme davranışlarının üç temel başlıkta ele alındığı görülmektedir (Denham; 1998; Denham, 2007; Eisenberg vd., 1998; Gottman vd., 1997). Bunlar; ebeveynin kendi duygularını ifade etme biçimi (model olma), ebeveynin çocuğa duyguları ile ilgili rehberlik etmesi (duygu koçluğu) ve ebeveynin çocuğun duygusuna karşı gösterdiği tepkiler (durumsallık) olarak karşımıza çıkmaktadır.

Model Olma

Ebeveynler kendi deneyimledikleri duygular karşısında verdikleri tepkiler ile çocuklarına model olurlar. Denham (1998) model olmanın kasıtlı veya kasıtsız şekilde olduğundan bahsetmiş; bazı durumlarda çocuğun ebeveynin gerçek tepkilerini görüp model aldığını, bazı durumlarda ise ebeveynin çocuğa model olma amacı ile kendi tepkilerini düzenlediğini belirtmiştir. Her iki durumun sonucu olarak çocuk duygulara dair bir şema geliştirmekte ve kendi duygularına dair genel bir kaniya varmaktadır. Öte yandan ebeveyninin duygulara bakış açısını keşfeden çocuk, ailede olumsuz duyguların kabul edilebilirliği konusunda bir fikir edinir. Eisenberg vd. (2001) çocuğun ebeveyni gözlemleyerek edindiği bu fikirlerin duygularını düzenleme becerisinin gelişimi için kritik bir önem taşıdığını; ebeveynin önemli bir yol gösterici olduğunu belirtmiştir.

Duygu Koçluğu

Çocuklar duyguları isimlendirmek kadar onları anlamlandırmaya da ihtiyaç duyarlar. Ebeveynin duygular üzerine konuşabilmek için çocuğa bir alan açması, çocuğun kendi duygularını değerlendirebilmesi ve yaşadığı deneyimler arasında ilişki kurabilmesi adına oldukça önemlidir (Denham ve Kochanoff, 2002). Fabes, Eisenberg, Hanish ve Spinrad (2001) bu alana sahip olan çocukların arkadaş ilişkilerini başlatma ve sürdürme noktasında çok daha iyi olduklarını belirtmişlerdir. Tam tersi bir durumda ise duyguların konuşulmadığı bir ebeveyn-çocuk ilişkisi çocukta duyguların konuşulmaması gerektiğine dair bir yanılsama yaratabilir. Böyle çocukların duygusal

gelişimlerinde ebeveynlerinden kaynaklı bir yetersizlik söz konusu olmaktadır (Dunn ve Brown, 1994). Ancak duyguların konuşulduğu bir alanın varlığı kadar yapılan konuşmaların niteliği de belirleyici bir etki taşımaktadır. Ebeveynin çocuğun paylaştıklarını vurgulayan, gerektiğinde kendi duygularını da paylaşan ve zaman zaman açıklama yapan aktif bir konumda olması duygu koçluğunu daha nitelikli hâle getirmektedir (Denham, Zoller ve Couchoud, 1994; Denham ve Kochanoff, 2002). Gottman vd. (1996) yaptığı boylamsal çalışmada ebeveynin duygu koçluğu ile çocuğun duygu düzenlemesi arasında ilişki olduğu görülmüştür.

Durumsallık

Ebeveynler çocuğun dışavurduğu duygular karşısında çeşitli tepkiler verirler. Bu tepkiler, çocuğun duygularını düzenlemesi ve benzer bir durum karşısında kullanacağı kaynakları belirlemesi açısından önemlidir. Ebeveynin destekleyici olmayan tepkiler vermesinin çocukta duygularını kontrol etme ve ifade etme noktasında zorlanmalar yarattığına dair araştırmalar mevcuttur (Eisenberg, Fabes, Schaller, Carlo ve Miller, 1991). Literatüre bakıldığında ebeveynlerin verdiği tepkilerin ikiye ayrıldığı görülmektedir. Duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler ve duygu ifadesini kolaylaştırıcı tepkiler *destekleyici tepkiler* olarak görülürken; küçümseyici tepkiler, cezalandırıcı tepkiler ve ebeveynde sıkıntı oluşturan durumlar *destekleyici olmayan tepkiler* olarak ele alınmaktadır (Eisenberg vd., 1998). Ebeveynin destekleyici tepkilerin çocukların duyguya yönelik becerilerini olumlu yönde etkilediği görülürken destekleyici olmayan tepkilerin çocuklarda duyguyu deneyimlemeye dair destekleyici bir etki yarattığını ve deneyimden uzaklaşan çocukların duygular ile ilgili ipuçlarını yakalamakta zorluk çektiğini gösteren çalışmalar mevcuttur (McElwain, Halberstadt ve Volling, 2007). Bu nedenle çocuğun özellikle olumsuz duygularına verilen ebeveyn tepkileri duygu sosyalleştirmenin temelini oluşturan önemli bir kriter olarak düşünülmektedir.

Çocuğun kendisini ve dünyayı anlamlandırmasında duyguların rolü ve önemi düşünüldüğünde, ebeveynin duygu sosyalleştirme davranışlarının çocuğun yaşamının ilerleyen dönemleri için de kritik bir etkiye sahip olduğunu söylemek mümkün olacaktır.

2.2.3 Ebeveynin Duygu Sosyalleştirme Davranışlarının Çocuğa Etkileri

Yapılan birçok çalışma çocuğun duygusal gelişimi açısından ebeveynin duygu sosyalleştirmesinin etkisini vurgulayan niteliktedir. Gerçekleştirilen çalışmada ebeveyn örneklemine yalnızca anneler dahil edildiğinden bu bölümde anne-çocuk arasında duygu odaklı ilişkinin önemine dikkat çekmek amaçlanmıştır.

Bir çocuğun her açıdan sağlıklı gelişebilmesi ebeveynleri tarafından koşulsuz kabul gördüğü bir ortamı deneyimlemesi ile mümkündür. İhtiyaçları görülen, zorluk yaşadığında destek bulabilen ve ebeveynleri tarafından tutarlı ve kapsayıcı sevgiyi deneyimleyen bir çocuğun gelişimsel mücadeleler karşısında daha girişken bir rol üstleneceği düşünülmektedir. Gottman vd. (1996) çocuğun duygusunu eleştiren, deneyimlerini küçümseyen ebeveyn tepkilerinin çocuğun duygu düzenleme becerisini olumsuz yönde etkilediğini öne sürmüştür. McElwain vd. (2007) ise yaptıkları çalışmada annenin çocuğun olumsuz duygusuna verdiği cezalandırıcı tepkiler ile çocuğun problem davranışı arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Çocuğun mizacının ebeveynin duygu sosyalleştirme davranışlarını etkilediği bilinmektedir (Eisenberg vd., 1998). Yağmurlu ve Altan (2010) yaptıkları çalışmada içe dönük mizaca sahip çocuklardan pozitif ebeveynliği yoğun şekilde deneyimleyenlerin duygu düzenleme becerisi açısından belirgin ölçüde daha iyi olduklarını bulmuşlardır. Bu sonuç, çekingen ve temkinli çocukların da gelişmiş duygu düzenleme becerisine sahip olabileceklerini ancak daha yoğun bir ebeveyn desteğinin gerekli olduğunun fark edilmesi açısından önemlidir.

Ebeveynin duygu sosyalleştirme davranışlarını etkin bir şekilde kullanabilmesi için kendi içsel kaynaklarının iyi durumda olması gerekir. Depresif ebeveynlerin kendi duygularını düzenlemede yetersiz olduğuna dair bulgular mevcuttur (Bradley, 2000). Böyle bir durumda ebeveynin çocuğu desteklemesi zorlaşmakta ve beklenen duygu sosyalleştirmenin gerçekleşmesi mümkün olmamaktadır. Benzer bir sonuç ebeveynin stres düzeyi incelendiğinde de karşımıza çıkmaktadır. Nelson, O'Brien, Blankson, Calkins ve Keane (2009) ebeveynin stres düzeyinde meydana gelen artışın çocuğun olumsuz duygularına verdiği tepkiyi etkilediğini, ebeveynin destekleyici olmayan tepkiler verme olasılığını arttırdığını söylemiştir. Bu durum duygu sosyalleştirme sürecinde ebeveynin mevcut psikolojik durumunun kritik bir etkiye sahip olduğuna işaret etmektedir. Bir sonraki bölümde psikolojik dayanıklılık kavramı bu bağlamda ele alınacaktır.

2.3 Psikolojik Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık kavramı, esneyebilme ve bir etki sonrasında eski hâline dönebilme kapasitesi anlamına gelen Latince resiliens kelimesinden türetilmiştir (Greene, 2002). Kararırmak (2006), bu kavramı olumsuz bir durum karşısında mevcut risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimiyle eşzamanlı olarak, kişinin var olan değişime uyumlanma hâli olarak açıklamıştır. Ulusal literatürde psikolojik dayanıklılığın yanı sıra “psikolojik sağlamlık”, “yılmazlık” ve “kendini toparlama gücü” kavramları kullanılmaktadır (Işık, 2016; Terzi, 2008).

Psikolojik dayanıklılığı yüksek kişilerin, stres yaratan durumlar karşısında daha başarılı ve etkin bir şekilde mücadele ettiği; kişilerarası iletişim kurma ve sorun çözme becerilerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Bu açıdan bakıldığında, psikolojik dayanıklılığın sağlıklı bir ebeveynlik için gerekliliği ön plana çıkmaktadır.

2.3.1 Psikolojik Dayanıklılık Boyutları

Kobasa (1979), dayanıklılık kavramını bağlılık (commitment), kontrol (control) ve meydan okuma (challenge) olmak üzere üç alt boyutta ele almış; bu boyutların stresli olaylar karşısında davranışsal ve bilişsel açıdan kişiyi dayanıklı kılma noktasında önemli etkilere sahip olduğunu belirtmiştir. Öte yandan, psikolojik olarak dayanıklı bireylerin kendilerini ve dünyayı algılamada farklı bir bakış açısı geliştirdikleri söylenmektedir (Maddi ve Kobasa, 1984). Maddi (2006), bireyin gerçek anlamda dayanıklı olabilmesinin bu üç boyutun tamamı ile mümkün olabileceğinden, bir ya da iki boyuta sahip olmanın yetersiz kalacağından bahsetmiştir.

Bağlılık (Commitment)

Stresli bir durumda hayata karşı yabancılaşan ve izolasyon sürecine giren kişilere kıyasla kendisini pek çok yönden yaşama bağlı hisseden kişilerin psikolojik sağlıklarını çok daha iyi koruyabildiği düşünülmektedir (Kobasa, 1979). Algılanan tehdit düzeyi açısından bakıldığında da benzer bir sonuç görülmekte; kişinin ait olduğu sosyal bağlamda kalmak gibi bir amaca sahip olması mevcut durum ile baş etmesini kolaylaştırmaktadır. Crowley, Hayslip ve Hobdy (2003), bu kişilerin stresli durumları kim olduklarını göstermeye dair bir fırsat olarak gördüklerini söylemiştir.

Maddi (2006), bu boyuttan bahsederken güçlü bir bağılık hissini yaşayan durumdaki stresin boyutu ne olursa olsun hayata dahil olmanın ve insanlarla ilişki kurmanın daha önemli olduğuna dair inancı beslediğini; böyle bir durumda izole olmanın kişi için hiçbir anlam taşımadığını belirtmiştir.

Kontrol (Control)

Psikolojik dayanıklılığı etkileyen bir diğer etmen ise, kişinin yaşadığı stresli durum karşısında hissettiği kontrol derecesidir. Yaşananlar karşısında kendisini güçsüz ve edilgen hisseden kişiler, sürece müdahale edebilecekleri ve bir şeyleri değiştirebilecekleri inancından ve dolayısıyla kontrol hissinden oldukça uzaktadırlar. Bu kişiler durum karşısında hiçbir şekilde harekete geçmeyen, başarı motivasyonu düşük kişiler olarak tanımlanmışlardır (Kobasa, 1979).

Kontrol boyutu güçlü kişilerin ise yaşanan olumsuzluk karşısında harekete geçerek gidişatı değiştirebileceklerine inandıkları ve bu inancın onları daha özgür tercihler yapma noktasında cesaretlendirdiği görülmektedir (Kamya, 2000). Böyle kişilerin güçsüzlüğü ve pasifliği bir hata olarak değerlendirilmektedir (Maddi, 2006).

Meydan Okuma (Challenge)

Bu bağlamda bahsedilen son boyut *meşdan okuma*dır. Kişinin psikolojik dayanıklılığını koruyabilmesi yaşadığı olumsuz deneyimi algılama şekli ile ilişkilendirilmiştir. Stresli bir durumu tehdit olarak görmek yerine gelişim için bir fırsat olarak değerlendirmek meydan okuma boyutunu ön plana çıkarmaktadır. Crowley vd. (2003), bu kişilerin yaşamı şekillendiren ve özgün kılan şeyin rutin bir süreklilikten ziyade değişimler olduğunu düşündüklerini ileri sürmüşlerdir.

Olumsuz değişimleri deneyim edinme ve meydan okuma şansı olarak değerlendiren kişiler, olası bir stres durumunda hangi kaynakları kullanacaklarını önceden belirlediklerinden beklenmedik olaylar karşısında daha hazırlıklıdır (Kobasa, 1979). Maddi (2006), bu kişilerin rahatlık ve güvenliğin doğuştan geldiğine inanmadıklarını; bunların mücadele ederek kazanılması gerektiğini düşündüklerini söylemiştir.

2.3.2 Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

Yaşamın pek çok alanında karşılaşılan zorluklar zaman zaman stresli olumsuz deneyimleri beraberinde getirmekte; bu zorluklar karşısındaki bireysel tepkilerin oldukça çeşitli olduğu bilinmektedir. Bir kişi yaşadığı durumu travmatik bir deneyim olarak nitelendirip uzun süre etkisinden çıkamazken; aynı olayı deneyimleyen bir başka kişinin bu durumdan pek etkilenmediği ve kısa sürede toparlanabildiği görülmektedir. Bu noktada ayırıcı unsurlar psikolojik dayanıklılığı etkilemekte, risk oluşturan veya koruyucu görev üstlenen bir konumda yer almaktadır.

Wexler, DiFluvio ve Burke (2009), psikolojik dayanıklılığın risk ve koruyucu faktörlerin oluşturduğu dinamik ilişki ile ortaya çıktığını söylemiş; Luthar, Cichetti ve Becker (2000), ise kişinin psikolojik dayanıklılık düzeyinin yaşamındaki risk ve koruyucu faktörlerin dengelenmesiyle ortaya çıkacağını belirtmiştir. Öte yandan Garnezy (1993) ve Masten (2001), ortada risk taşıyan olumsuz bir durum yoksa kişinin psikolojik açıdan dayanıklı olduğunu söylemenin mümkün olmayacağını, bu tanımın eksik ve hatalı olacağını belirtmişlerdir.

Söz konusu psikolojik dayanıklılık olduğunda süreç kişiye özgü ve dinamik şekilde ilerlediğinden risk ve koruyucu faktörleri net bir şekilde belirlemek ve birbirlerinden ayırmak zorlaşmaktadır. Luthar, Sawyer ve Brown (2006) yaptıkları çalışmada düşük sosyoekonomik düzeyin kişinin dayanıklılığını olumsuz yönde etiklediği; ancak yüksek sosyoekonomik düzeyin de her zaman koruyucu bir durum olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Aynı şekilde bir risk faktörünün bireyleri benzer şekilde etkilemesini beklemek, diğer birçok dinamiği görmezden gelmek anlamını taşıyacağından psikolojik dayanıklılık için doğru bir varsayım olmayacaktır.

2.3.2.1 Risk Faktörleri

Yapılan çalışmalarda psikolojik dayanıklılığı etkileyen risk faktörleri bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır (Gizir, 2007; Öz ve Bahadır, 2009).

Bireysel risk faktörleri; fetüsün yoğun alkol ve ilaca maruz kalması, erken doğum, uyumsuz mizaç özellikleri, ciddi tıbbi rahatsızlıklar, madde kullanımı, stresli yaşam olayları.

Ailesel risk faktörleri; ebeveynlerin kronik hastalığa ve/veya depresyon, madde bağımlılığı gibi bir psikopatolojiye sahip olması; ebeveynin ölümü, ebeveynin evi terk

etmesi veya ebeveynlerin boşanması gibi durumların sonucu olarak tek ebeveyn ile yaşamak; aile içi şiddet öyküsünün olması.

Çevresel risk faktörleri; düşük sosyoekonomik düzey, ihmal ve istismar, beslenmede yetersizlik, uygun olmayan arkadaş grupları, toplumsal travmalar, yetersiz sosyal destek ve şiddet barındıran çevre.

Alanyazın incelendiğinde, çalışmalarda ele alınan risk faktörlerinin çok çeşitli olmasının sonuçlar arasında karşılaştırma yapmayı ve yorumlamayı zorlaştırdığı görülmektedir (Luthar, 1999; Luthar vd., 2000). Buna ek olarak, çoğu araştırma örnekleminin spesifik gruplardan oluşması da bulguların genellenebilirliği olumsuz yönde etkilemektedir.

2.3.2.2 Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler, kişinin içinde bulunduğu mevcut olumsuz durumun beraberinde gelen riskin etkisini azaltmaya ya da riski tamamen ortadan kaldırmaya yönelik kaynaklar olarak tanımlanmıştır (Masten, 1994; Luthar ve Brown, 2007; Bonanno, Westphal ve Mancini, 2011). Greene ve Conrad (2002), koruyucu unsurların incelenmesinin önemli olduğunu söylemiş; bu unsurların riski ne şekilde ve hangi düzeyde etkilediğinin araştırılmasının literatüre büyük bir katkı sağlayacağından söz etmiştir.

Koruyucu faktörlerin risk faktörlerinde olduğu gibi üç kategoride ele alınmasını destekleyen görüşler bulunmaktadır (Rutter, 1985; Werner, 1995). Kararımak (2006) ve Gizir (2007) yapmış oldukları derleme çalışmalarında psikolojik dayanıklılığı etkileyen koruyucu faktörleri bu üç başlıkta ele almıştır. Bunlar;

Bireysel koruyucu faktörler; yumuşak mizaç, özgüven, özyeterlilik, özerklik, benlik saygısı, zekâ, iyimserlik, sosyal açıdan yetkinlik, problem çözme becerisi, özdenetim, iyimserlik, geleceğe dair umut ve mizah anlayışı.

Ailesel koruyucu faktörler; ebeveynlerle yakın ilişki, etkili ve kapsayıcı ebeveynlik, destekleyici ve güvenli aile ortamı.

Çevresel koruyucu faktörler; destekleyici bir yetişkinin varlığı, akran desteği ve olumlu bir rol model.

Bu çalışmada annenin psikolojik dayanıklılığı inceleneceğinden, ilişkili olduğu düşünülen kavramlar ele alınarak açıklanmaya çalışılacaktır.

2.3.2.3 Ebeveyn Psikolojik Dayanıklılığı ile İlişkili Faktörler

Kişinin içinde büyüdüğü aile ortamının psikolojik gelişimi etkilediği kaçınılmaz bir gerçektir. Olumlu bir aile ikliminde ebeveynlerin duyarlılığı ön plana çıkmakta, bu ortamda büyüyen çocukların benlik gelişimleri olumlu yönde olmaktadır. İleride yetişkin olan bu çocuklar, ailelerinden aldığı temellerin üzerine ebeveynliklerini inşa etmektedirler. Hess, Papas ve Black (2002), yaptıkları çalışmada ebeveynin olumlu benlik algısı, olgunluk düzeyi ve kendi ebeveyni ile olan olumlu ilişkilerinin ebeveyn dayanıklılığı ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Hawley ve DeHaan (1996), en az bir bakımveren ile iyi ilişkiye sahip olunmasının psikolojik dayanıklılığı olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Aile içi yakın ilişkilerin, güvenli aile ortamının ve kuvvetli aile bağlarının da dayanıklılık üzerinde benzer bir olumlu etkiye sahip olduğunu söylemek mümkündür (Haase, 2004; Friesen, 2007).

Ebeveynin psikolojik iyi oluşu ve mental sağlığının da dayanıklılığı etkileyen önemli unsurlar olduğu bilinmektedir (Armstrong, Birnie-Lefcovitch ve Ungar, 2005). Depresif ebeveynlerin algıladığı düşük öz-yeterlilik nedeniyle yaşanan olumsuzluğun içinden çıkmak için gereken kaynakları kullanmakta zorlanması buna örnek olarak gösterilebilir. Algılanan ebeveynlik yeterliliğinin de psikolojik dayanıklılığı yordadığı görülmüştür (Conger ve Conger, 2002).

Kişinin içinde büyüdüğü aile ortamı kadar önemli olan bir diğer unsur kişinin ebeveyn olduğu ailede sahip olduğu mevcut kaynaklardır. Her iki ebeveynin de olduğu bir aile sisteminde eşler arası iletişim ve destek ön plana çıkmakta; birbirlerini tamamlama ve beraber hareket etme noktasındaki sorumluluk paylaşımı, zor durumları kolaylaştırıcı bir etki yaratmaktadır. Reis ve Gable (2003), eşlerin birbirine gösterdiği ilgi ve empatinin psikolojik dayanıklılığı olumlu yönde etkilediğini ve bu bağlamda eşlerin birbirini destekleyip zor zamanları paylaşmasının kritik bir öneme sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Tüm bunların yanı sıra, farklı hobilere sahip olmanın ve aile dışındaki bireylerden oluşan sosyal çevreden alınan desteğin de kişinin psikolojik açıdan dayanıklılığını olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür (Smith ve Prior, 1995). Kişinin zaman zaman içinde bulunduğu rutinden uzaklaşma ihtiyacının bu kaynaklar yoluyla sağlanmasının, rutini sürdürme noktasında ona destek olduğu düşünülmektedir.

BÖLÜM 3

3. AMAÇ VE HİPOTEZLER

3.1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırma 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde annenin psikolojik dayanıklılığının ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin yordayıcı etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bağımsız değişkenlerin etki düzeyinin daha iyi anlaşılabilmesi adına kullanılan ölçekler ana ölçek ve alt ölçekler bazında iki şekilde ele alınmıştır. Öte yandan psikolojik dayanıklılık, duygu sosyalleştirme stratejileri ve duygu düzenleme becerilerinin belirlenen sosyodemografik değişkenler bakımından incelenmesi hedeflenmiştir. Yapılan bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı ve ebeveynlere yönelik hazırlanan programlara yol gösterici bir nitelik taşıyacağı düşünülmektedir.

3.2 Araştırma Hipotezleri

H1: Annenin psikolojik dayanıklılık düzeyi çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır. Bu bağlamda geliştirilen işlemsel hipotezler şu şekildedir:

- A. Annenin psikolojik dayanıklılık düzeyi çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- B. Annenin kendilik algısı çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- C. Annenin gelecek algısı çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.

- D. Annenin yapısal stili çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- E. Annenin sosyal yeterliliği çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- F. Annenin aile uyumu çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- G. Annenin sosyal kaynakları çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.

H2: Annenin duygu sosyalleştirme stratejileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır. Bu bağlamda geliştirilen işlemsel hipotezler şu şekildedir:

- A. Annenin destekleyici tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- B. Annenin destekleyici olmayan tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- C. Annenin sıkıntı-endişe tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- D. Annenin cezalandırıcı tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- E. Annenin küçümseyici tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- F. Annenin duygu ifadesini teşvik etmesi çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- G. Annenin duygu odaklı tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.
- H. Annenin problem odaklı tepkileri çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordamaktadır.

H3: Annenin psikolojik dayanıklılığı, duygu sosyalleştirme stratejileri ve çocuktaki duygu düzenleme becerisi düzeyleri sosyodemografik özelliklere göre anlamlı düzeyde farklılık gösterecektir.

- A. Annenin psikolojik dayanıklılık düzeyi; annenin yaşına, öğrenim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına, ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterecektir.
- B. Annenin duygu sosyalleştirme stratejileri; annenin yaşına, öğrenim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına, ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterecektir.
- C. Çocuğun duygu düzenleme becerisi annenin yaşına, öğrenim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına, ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterecektir.

BÖLÜM 4

4. YÖNTEM

4.1 Örneklem

Araştırma örneklemini, 48-72 aylık çocuk sahibi anne katılımcılardan oluşmaktadır. Comrey ve Lee (1992), örneklem büyüklüğünün, n=100 olduğunda “yetersiz”, n=200 olduğunda “orta”, n=300 olduğunda “iyi” ve n=500 olduğunda “çok iyi” ve n=1000’den fazla olduğunda ise “mükemmel” olduğunu söylemiştir. Buradan yola çıkılarak örneklem büyüklüğü en az 300 olarak belirlenmiştir. Katılımcılara kolay örnekleme ve kartopu yöntemleri kullanılarak erişilmiştir. Çevrimiçi ortamda oluşturulan form aracılığıyla anket ve ölçekler katılımcıya ulaştırılmış olup gerçekleştirilen çalışmada gönüllülük esas alınmıştır. Araştırmanın işleme kriterleri “48-72 aylık çocuk sahibi olmak” ve “biyolojik anne olmak”; dışlama kriterleri ise “ebeveynin mevcut zamanda ya da geçmişte psikiyatrik tanı almış olması” ve “çocuğun mevcut zamanda ya da geçmişte psikiyatrik tanı almış olması” şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan kişi sayısı 915’tir. “48-72 aylık çocuk sahibi” olmayan 145 katılımcı, kendi doğum yılı bilgisini yanlış giren 10 katılımcı, mevcut zamanda veya geçmişte psikiyatrik tanı almış olan 91 katılımcı, çocuğu mevcut zamanda veya geçmişte psikiyatrik tanı almış olan 9 katılımcı ve koruyucu anne olduğunu belirten 1 katılımcı olmak üzere toplam 256 katılımcı araştırma verilerinden çıkarılmış; yalnızca tüm kriterleri karşılayan 659 katılımcı analiz sürecine dahil edilmiştir. Tablo 4.1’de katılımcılara ait sosyodemografik bilgiler gösterilmiştir

Tablo 4.1 Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Değişkenler	n	%
Annenin Yaşı		
30 ve Altı	65	9,9
31-35	271	41,1
36-40	227	34,4
41 ve Üstü	96	14,6
Anne Öğrenim Durumu		
İlköğretim	4	0,6
Lise	50	7,6
Yüksekokul	75	11,4
Lisans	358	54,3
Yüksek Lisans	141	21,4
Doktora	31	4,7
Anne Çalışma Durumu		
Çalışmıyor	232	35,2
Yarı Zamanlı	58	8,8
Tam Zamanlı	369	56,0
Algılanan Gelir Düzeyi		
Düşük	20	3,0
Düşük-Orta	60	9,1
Orta	312	47,3
Orta-Yüksek	234	35,5
Yüksek	33	5,0
Çocuğun Cinsiyeti		
Oğlan	328	49,8
Kız	330	50,1
Diğer	1	0,2
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu		
Evli	600	91,0
Boşanmış	37	5,6
Evli, ayrı yaşıyor	12	1,8
Evli değil, birlikte yaşıyor	6	0,9
Diğer	4	0,6

Tablo 4.1 incelendiğinde araştırmaya katılan annelerin %9,9'unun (n=65) 30 yaş ve altında, %41,1'inin (n=271) 31 ile 35 yaş arasında, %34,4'ünün (n=227) 36 ile 40 yaş arasında, %14,6'sının (n=96) ise 41 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir. Annelerin öğrenim düzeylerinin dağılımı incelendiğinde %0,6 (n=4) oranında ilköğretim, %7,6 (n=50) oranında lise, %11,4 (n=75) oranında yüksekokul, %54,3 (n=358) oranında lisans, %21,4 (n=141) oranında yüksek lisans ve %4,7 (n=31) oranında doktora mezunu ebeveynin çalışmaya katıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan annelerin %35,2'si (n=232) çalışmadığını, %8,8'i (n=58) yarı zamanlı çalıştığını, %56'sı (n=369) ise tam zamanlı olarak çalıştığını belirtmiştir. Algılanan gelir düzeyleri dağılımı incelendiğinde katılımcıların %3'ü (n=20) düşük, %9,1'i (n=60) düşük-orta, %47,3'ü (n=312) orta, %35,5'i (n=234) orta-yüksek, %5'i (n=33) ise yüksek gelir düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Araştırmaya dahil edilecek çocukların cinsiyet dağılımları incelendiğinde %50,1'inin (n=330) kız, %49,8'inin (n=328) oğlan, %0,2'sinin (n=1) ise diğer olarak belirtildiği görülmüştür. Son olarak ebeveynlerin birliktelik durumları incelenmiş olup katılımcıların %91'inin (n=600) evli, %5,6'sının (n=37) boşanmış, %1,8'inin (n=12) evli olup ayrı yaşadığı, %0,9'unun (n=6) evli olmayıp birlikte yaşadığı görülmüştür. Diğer seçeneğini oluşturan katılımcılar tüm örneklemin %0,6'sını (n=4) oluşturmaktadır. Boşanma sürecinde olan 2 katılımcı, eşi vefat eden 1 katılımcı ve eşi ile ayrı illerde çalışan 1 katılımcı bu seçeneğe dahil edilmiştir.

4.2 Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları sırasıyla aşağıda belirtilmiştir.

1. Sosyodemografik Bilgi Formu
2. Duygu Düzenleme Ölçeği
3. Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği
4. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

4.2.1 Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik bilgi formu, gerçekleştirilen çalışmanın amacına uygun olarak araştırmacı tarafından hazırlanmış olup 12 sorudan oluşmaktadır. Formda *annenin yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu; ailedeki çocuk sayısı, algılanan gelir düzeyi ve ebeveynlerin birliktelik durumu* gibi sosyodemografik özelliklere yönelik sorular yer almaktadır. Öte yandan içleme ve dışlama kriterlerinin kontrolünü sağlamak amacıyla

araştırmaya dahil edilecek çocuğun doğum tarihi ve hem ebeveynin hem de çocuğun psikiyatrik tanı geçmişiine yönelik sorulara formda yer verilmiştir.

4.2.2 Duygu Düzenleme Ölçeği

Duygu Düzenleme Ölçeği, Shields ve Cicchetti (1997) tarafından geliştirilmiş; Batum ve Yağmurlu (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, okul öncesi ve okul çağındaki çocukların duygu düzenleme becerilerini değerlendiren 24 maddeden oluşmaktadır. “Duygu Düzenleme” ve “Değişkenlik/Olumsuzluk” olmak üzere iki alt boyuttan oluşan ölçek, 4’lü likert tiptedir.

Ölçeğin orijinal versiyonunda iç tutarlılık katsayıları iki alt boyut için ayrı hesaplanmış; Cronbach Alfa katsayıları “Duygu Düzenleme” alt boyutu için .83, “Değişkenlik/Olumsuzluk” boyutu için ise .96 olarak bulunmuştur. Öte yandan, ölçekte yer alan olumsuz maddeler tersten puanlanarak 24 maddenin ortalaması alınmış ve bileşik duygu düzenleme puanı elde edilmiştir. Elde edilen bu puanın Cronbach Alfa katsayısı .89’dur. Batum ve Yağmurlu (2007) yaptıkları uyarlama çalışmasında ölçeğin hem anne hem de öğretmen tarafından doldurmaya uygun olduğunu belirtmiş; ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarını anne tarafından doldurulan form için .73, öğretmen tarafından doldurulan form için ise .75 olarak bulmuşlardır.

Bu çalışmada ölçek için anne değerlendirmesine başvurulmuş olup; Cronbach Alfa katsayısı “Duygu Düzenleme” alt boyutu için .67, “Değişkenlik/Olumsuzluk” alt boyutu için .79, bileşik duygu düzenleme puanının Cronbach Alfa katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur.

4.2.3 Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği

Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını ölçmek amacıyla Fabes, Eisenberg ve Bernzweig (1990) tarafından geliştirilmiş olup Yağmurlu, Yavuz ve Altan (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Çocukların deneyimlediği olumsuz duyguları içeren 12 senaryo ve her senaryo için 6 farklı tepkiden oluşan ölçek 5’li likert tiptedir. “Sıkıntı-Endişe Tepkileri”, “Cezalandırıcı Tepkiler”, “Küçümseyici Tepkiler”, “Duygu İfadesini Teşvik Etme”, “Duygu Odaklı Tepkiler”, “Problem Odaklı Tepkiler” olmak üzere 6 alt ölçekten oluşan ölçek “Destekleyici Tepkiler” ve “Destekleyici Olmayan Tepkiler”

olarak iki boyutta da ele alınabilmektedir. Ölçek doğası gereği toplam puan hesaplanmasına uygun değildir.

Orijinal ölçekte alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları .69 ile .85 arasında değişmektedir (Fabes vd., 1990). Yapılan uyarılama çalışmasında Yağmurlu vd. (2012) alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarının .54 ile .88 arasında değiştiği sonucuna ulaşmışlardır.

Bu çalışmada alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları “sıkıntı-endişe tepkileri” alt boyutu için .70, “cezalandırıcı tepkiler” alt boyutu için .79, “küçümseyici tepkiler” alt boyutu için .79, “duygu ifadesini teşvik etme” alt boyutu için .92, “duygu odaklı tepkiler” alt boyutu için .89 ve “problem odaklı tepkiler” alt boyutu için .86 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık katsayıları .70 ile .92 arasında değiştiğinden ölçeğin güvenilirlik puanının oldukça yüksek olduğunu söylemek mümkündür.

4.2.4 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friborg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen (2003) tarafından geliştirilmiştir. Başlangıçta 5 alt boyutu olan ölçek “Kişisel Güç” boyutunun “Kendilik Algısı” ve “Gelecek Algısı” olarak iki alt boyuta ayrılması sonucu 6 alt boyutlu olacak şekilde revize edilmiştir (Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal, 2005). 33 maddeden oluşan ölçek 5’li likert tiptedir. Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek “Kendilik Algısı”, “Gelecek Algısı”, “Yapısal Stil”, “Sosyal Yeterlilik”, “Aile Uyumu” ve “Sosyal Kaynaklar” alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Yapılan uyarılama çalışmasında ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayılarının .66 ile .81 arasında değiştiği bulunmuştur (Basım ve Çetin, 2011).

Bu çalışmada alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları .59 ile .77 arasında değişmekte olup; “kendilik algısı” alt boyutu için .71, “gelecek algısı” alt boyutu için .71, “yapısal stil” alt boyutu için .59, “sosyal yeterlilik” alt boyutu için .70, “aile uyumu” alt boyutu için .77 ve “sosyal kaynaklar” alt boyutu için .71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin genel güvenilirlik puanı incelendiğinde .88 ile yüksek derecede güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapısal stil alt boyutunda güvenilirlik puanının düşmesine etki eden üçüncü soru anketten çıkarılmış, böylelikle gerek alt boyut gerek genel ölçek bazından güvenilirlik puanının artırılması sağlanmıştır.

4.3 İşlem

Veri toplama sürecine başlamadan önce araştırmada kullanılacak ölçekler için Türkçe uyarlama çalışmalarını yapmış olan araştırmacılardan gerekli ölçek kullanım izinleri alınmıştır. Araştırma için hazırlanan Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu ve Sosyodemografik Bilgi Formu, alınan ölçek izinleri ile birlikte Etik Kurul dosyasına eklenerek FMV Işık Üniversitesi Etik Kurul Komisyonu'na sunulmuş, Etik Kurul onayı alınmıştır. Kullanılacak form ve ölçekler Google Form üzerinden oluşturulan araştırma anketine eklenerek online kullanıma hazır hâle getirilmiştir. Araştırma anketi linki sosyal medya uygulamaları üzerinden katılımcıların erişimine sunulmuştur. Tamamlanması ortalama 15 dakika süren anket 915 katılımcıya ulaştıktan sonra yanıtlanmaya kapatılmış, veri analizi sürecine başlanmıştır.

4.4 Veri Analizi

Araştırmaya katılan 915 katılımcıdan araştırma koşullarına uygun olan 659 katılımcının verisi analiz sürecine dahil edilmiştir. Toplanan tüm bu veriler IBM SPSS 28.0 Programı ile analiz edilmiştir. Verilen cevapların rassallıklarının ve analiz çıktılarının tutarlılıklarının kontrol edilmesi için güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Analizlere geçilmeden önce çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri bazında normallik dağılım durumu kontrol edilmiştir (Tablo 4.2). Her bir ölçek bazında verilerin normallik koşullarına uyumu kontrol edildiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüş, bu nedenle parametrik testler kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki yordayıcı ilişkiler basit ve çoklu regresyon analizleri ile; gruplar arası farklılıklar ise bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Varyans analizinde gruplar arasındaki farkın anlamlı çıkması durumunda varyans homojenliği kontrol edilerek uygulanacak post-hoc testine karar verilmiştir. Varyans homojenliğinin sağlandığı durumlarda LSD post-hoc; homojenlik varsayımının sağlanmadığı durumlarda ise Games-Howell post-hoc testi ile analizler yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

4.1 Duygu Düzenleme  leği,  ocukların Olumsuz Duygularıyla Başa  ıkma  leği Alt Boyutları ve Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık  leği Puanlarının Normallik Analizleri

Araştırma verilerinin normal dağılım durumunu kontrol etmek adına arpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.2’de gösterilmektedir.

Tablo 4.2 Normal Dağılım Varsayımları için Betimsel İstatistikler

Ölçek Puanları	arpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Duygu Düzenleme �leği	-0,452	0,064
Çocukların Olumsuz Duygularıyla Başa �ıkma �leği		
Destekleyici Tepkiler	-1,145	1,901
Destekleyici Olmayan Tepkiler	1,237	2,468
Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık �leği	-0,217	-0,089

Tablo 4.2 incelendiğinde ölçek puanlarının normal dağıldığı görülmektedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -3 ile +3 arasında olmasının normallik varsayımı için geçerli olma koŐulunu sağlamaktadır (Kalaycı, 2010). Araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin arpıklık ve basıklık değerleri belirtilen aralık içinde kaldığından normallik varsayımının sağlandığını söylemek mümkündür. Verilerin tüm ölçekler özeline normal dağılım gösterdiği görülmektedir.

BÖLÜM 5

5. BULGULAR

5.1 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Analizler

Tablo 5.1 Ebeveynin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

Yordayıcı değişken	Yordanan değişken	B	SE	β	t	p	R ²
Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisi	,125	,017	,279	7,456	,000	0,078

Yukarıdaki Tablo 5.1’de bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi basit regresyon analizi ile test edilmiştir. Modelde, psikolojik dayanıklılık bağımsız değişken olup bağımlı değişken olan duygu düzenleme becerisini yordama durumu incelenmiştir. Bağımsız değişkenin modelin %8’ini açıkladığı görülmektedir ($R^2=0,078$). Psikolojik dayanıklılık ($\beta=0,279$; $p<0.01$) bağımsız değişkeninin duygu düzenleme becerisini istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Bu durumda bağımsız değişkende meydana gelen bir birimlik değişimin, çocuğun duygu düzenleme becerisi üzerinde pozitif yönlü bir etki yarattığı görülmektedir. Başka bir deyişle, ebeveynin psikolojik dayanıklılığı arttıkça çocuğun duygu düzenleme becerisinde de artış meydana geldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 5.2 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

	B	SE	β	t	p
Kendilik Algısı	,201	,089	,114	2,264	,024
Gelecek Algısı	,316	,115	,134	2,733	,006
Yapısal Stil	,124	,115	,044	1,078	,281
Sosyal Yeterlilik	,275	,079	,161	3,462	,001
Aile Uyumu	,018	,065	,012	,273	,785
Sosyal Kaynaklar	-,087	,082	-,053	-1,053	,293

$F=12,355$ $R^2 = ,102$ $p<0.05$

Tablo 5.2'teki modelde yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda bağımsız değişkenlerin modelin %10'unu açıkladığı görülmektedir ($R^2=0.102$). Araştırmaya konu edilen kendilik algısı ($\beta=0,114$; $p<0.05$), gelecek algısı ($\beta=0,134$; $p<0.01$) ve sosyal yeterlilik ($\beta=0,161$; $p<0.01$) durumlarının çocuğun duygu düzenleme becerisini açıklamada istatistiksel olarak anlamlı değişkenler olduğu gözlemlenmiştir. Annenin kendilik algısı, gelecek algısı ve sosyal yeterliliğinde görülen artış çocuğun duygu düzenleme becerisini pozitif yönlü yordamaktadır. Diğer yandan yapısal stil, aile uyumu ve sosyal kaynaklar bağımsız değişkenlerinin çocuğun duygu düzenleme becerisini yordamada istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkileri standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) incelendiğinde ise görece önem sırası; sosyal yeterlilik, gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal kaynaklar, yapısal stil ve aile uyumu şeklindedir.

5.2 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Analizler

Tablo 5.3 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin (Destekleyici Tepkiler ve Destekleyici Olmayan Tepkiler) Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

	B	SE	β	t	p
Destekleyici Tepkiler	,083	,014	,220	5,988	,000
Destekleyici Olmayan Tepkiler	-,156	,022	-,260	-7,097	,000

F=48,741 R² = ,127 p<0.01

Tablo 5.3'teki modelde yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda bağımsız değişkenlerin modelin %13'ünü açıkladığı görülmektedir ($R^2=0.127$). Araştırmaya konu edilen destekleyici tepkiler ($\beta=0,220$; $p<0.01$) ve destekleyici olmayan tepkiler ($\beta=-0,260$; $p<0.01$) alt boyutlarının çocuğun duygu düzenleme becerisini açıklamada istatistiksel olarak anlamlı bağımsız değişkenler olduğu gözlemlenmiştir. Annenin çocuk üzerindeki destekleyici tepkileri arttıkça çocuktaki duygu düzenleme becerisinde artış olduğu; destekleyici olmayan tepkilerinin artması durumunda ise çocuğun duygu düzenleme becerisinin negatif yönlü etkilendiği bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkileri standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) incelendiğinde ise görece önem sırası; destekleyici olmayan tepkiler ve destekleyici olan tepkiler şeklindedir.

Tablo 5.4 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerine İlişkin Alt Ölçeklerin Çocukta Duygu Düzenleme Becerisini Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Sıkıntı - Endişe Tepkiler	-,260	,059	-,185	-4,398	,000
Cezalandırıcı Tepkiler	-,244	,084	-,144	-2,894	,004
Küçümseyici Tepkiler	,021	,058	,017	,357	,721
Duygu İfadesini Teşvik Etme	,057	,047	,066	1,198	,231
Duygu Odaklı Tepkiler	-,051	,046	-,057	-1,097	,273
Problem Odaklı Tepkiler	,202	,071	,185	2,824	,005

F=19,523 R² = ,144 p<0.01

Tablo 5.4'teki modelde yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda bağımsız değişkenlerin modelin %14'ünü açıkladığı görülmektedir ($R^2=0.144$). Araştırmaya konu edilen sıkıntı-endişe tepkileri ($\beta=-0,185$; $p<0.01$), cezalandırıcı tepkiler ($\beta=-0,144$; $p<0.01$) ve problem odaklı tepkiler ($\beta=0,185$; $p<0.01$) alt boyutlarının çocuğun duygu düzenleme becerisini açıklamada istatistiksel olarak anlamlı bağımsız değişkenler olduğu gözlemlenmiştir. Annenin çocuğa yönelik sıkıntı-endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkileri arttıkça çocukta duygu düzenleme becerisinin negatif yönde etkilendiği görülürken problem odaklı yaklaşımların artması duygu düzenleme becerilerinde pozitif yönlü bir etki göstermektedir. Diğer yandan küçümseyici tepkiler, duygu ifadesi teşvik etme ve duygu odaklı tepkilerin çocuğun duygu düzenleme durumunu anlamlı olarak yordayan değişkenler olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkileri standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) incelendiğinde sıkıntı-endişe tepkileri ve problem odaklı tepkiler en kuvvetli bağımsız değişkenler olarak görülmektedir. Bu değişkenleri görece önem sırasına göre; cezalandırıcı tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve küçümseyici tepkiler takip etmektedir.

5.3 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi

Tablo 5.5 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Ebeveynin Yaşına, Eğitim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi

		Psikolojik Dayanıklılık				
		<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>t/F</i>	<i>p</i>
Anne Yaşı	30 ve Altı	65	121,76	15,75	.820	.483
	31-35	271	122,48	17,27		
	36-40	227	121,53	16,02		
	41 ve Üzeri	96	119,38	17,05		
Anne Öğrenim Durumu	Lise	54	120,87	16,50	.742	.564
	Yüksekokul	75	121,68	15,89		
	Lisans	358	121,79	16,67		
	Yüksek Lisans	141	122,51	16,87		
	Doktora	31	116,96	18,01		
Anne Çalışma Durumu	Çalışmıyor	232	119,46	16,93	3.064	.047*
	Yarı Zamanlı	58	123,17	14,43		
	Tam Zamanlı	369	122,75	16,73		
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük-Orta	80	116,05	16,88	6.223	.000**
	Orta	312	120,87	16,29		
	Orta-Yüksek	234	124,77	16,59		
	Yüksek	33	120,06	16,39		
Ailedeki Çocuk Sayısı	1	346	122,17	16,19	.632	.532
	2	275	121,27	17,37		
	3 ve üzeri	38	119,26	15,89		
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu	Evli ve Birlikte	600	121,59	16,68	1.058	.290
	Diğer	59	122,03	16,71		

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Annenin psikolojik dayanıklılık düzeyinin annenin yaşına, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına ve ebeveynlerin birliktelik durumuna göre incelenmesi tek yönlü varyans ve bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir.

Annelerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin çalışma durumuna ($F_{(3,655)}=3.064$; $p<0.05$) ve algılanan gelir düzeyine ($F_{(3,655)}=6.223$; $p<0.01$) göre gruplar bazında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu farklılığın nedeninin hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak amacıyla çalışma durumu ve algılanan gelir düzeyi bazında psikolojik dayanıklılık ölçeğinde varyansların homojenlik varsayımına bakılmıştır. Çalışma durumu ($p=0.247>0.05$) ve algılanan gelir düzeyi ($p=0.847>0.05$) değişkenlerine ilişkin Levene istatistik değerinin 0.05'ten büyük olması nedeniyle varyansların homojen dağıldığı kabul edilmiş olup gruplar arasındaki farklılık LSD post hoc testi ile incelenmiştir.

Farklılık çalışma durumu bazında incelendiğinde, grup içinde yarı zamanlı çalışan kişilerin psikolojik dayanıklılığın en yüksek ve çalışmayan kişilerin en düşük seviyede olduğu görülmektedir. Bununla birlikte yarı zamanlı ve tam zamanlı çalışan kişilerin psikolojik dayanıklılığının birbirine benzer düzeyde olduğu ve çalışmayan bireylerden ayrıştığı görülmektedir (Tablo 5.6).

Tablo 5.6 Annelerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Çalışma Durumuna Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Çalışma Durumu</i>	<i>Çalışma Durumu</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Tam Zamanlı	Yarı Zamanlı	-0.41	2.34	.983
	Çalışmıyor	3.29	1.39	.048*
Yarı Zamanlı	Tam Zamanlı	0.41	2.34	.983
	Çalışmıyor	3.70	2.43	.282
Çalışmıyor	Tam Zamanlı	-3.29	1.39	.048*
	Yarı Zamanlı	-3.70	2.43	.282

* $p<0.05$ önem düzeyinde anlamlı

Farklılık kişilerin algılanan gelir düzeylerine göre incelendiğinde ise, düşük-orta, orta ve orta-yüksek gruplarında algılanan gelir düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığı gözlemlenmiştir. (Tablo 5.7).

Tablo 5.7 Annelerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Düşük-Orta	Orta	-4.82	2.06	.020*
	Orta-Yüksek	-8.72	2.13	.000**
	Yüksek	-4.01	3.40	.240
Orta	Düşük-Orta	4.82	2.06	.020*
	Orta-Yüksek	-3.90	1.42	.006**
	Yüksek	0.81	3.01	.787
Orta-Yüksek	Düşük-Orta	8.72	2.13	.000**
	Orta	3.90	1.42	.006**
	Yüksek	4.71	3.06	.124
Yüksek	Düşük-Orta	4.01	3.40	.240
	Orta	-0.81	3.01	.787
	Orta-Yüksek	-4.71	3.06	.124

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Diğer yandan annenin yaşı, öğrenim durumu, ailedeki çocuk sayısı ve ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre kişilerin psikolojik dayanıklılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$).

5.4 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi

Tablo 5.8 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunun Ebeveynin Yaşına, Eğitim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi

		<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>t/F</i>	<i>p</i>
Duygu Sosyalleştirme Stratejileri - Destekleyici Tepkiler						
Anne Yaşı	30 ve Altı	65	152,32	20,13	.919	.431
	31-35	271	147,93	19,18		
	36-40	227	148,88	21,20		
	41 ve Üzeri	96	147,83	18,51		
Anne Öğrenim Durumu	Lise	54	148,55	22,30	.547	.702
	Yüksekokul	75	147,58	24,75		
	Lisans	358	149,16	18,37		
	Yüksek Lisans	141	149,08	18,86		
	Doktora	31	144,03	24,27		
Anne Çalışma Durumu	Çalışmıyor	232	149,09	19,98	.088	.915
	Yarı Zamanlı	58	148,82	18,42		
	Tam Zamanlı	369	148,39	20,11		
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük-Orta	80	149,93	19,49	.780	.505
	Orta	312	148,70	20,36		
	Orta-Yüksek	234	148,70	19,59		
	Yüksek	33	143,78	18,68		
Ailedeki Çocuk Sayısı	1	346	150,68	18,85	3.814	.023*
	2	275	146,61	21,09		
	3 ve üzeri	38	145,34	18,78		
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu	Evli ve Birlikte	600	149,12	19,38	1.546	.127
	Diğer	59	144,10	24,22		

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı

Annenin duygu sosyalleştirme stratejilerinde destekleyici tepkiler alt boyutunun annenin yaşına, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına ve ebeveynlerin birliktelik durumuna göre incelenmesi tek yönlü varyans ve bağımsız örneklem t testi ile gerçekleştirilmiştir.

Annelerin duygu sosyalleştirme stratejilerinde destekleyici tepkiler gösterme durumunun ailedeki çocuk sayısına ($F_{(3,655)}=3.814$; $p<0.05$) göre gruplar bazında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu farklılığın nedeninin hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak amacıyla ailedeki çocuk sayısı değişkeni bazında duygu sosyalleştirme stratejilerinde destekleyici tepkiler alt boyutuna ilişkin varyansların homojenlik varsayımına bakılmıştır. Ailedeki çocuk sayısı ($p=0.090>0.05$) değişkenine ilişkin Levene istatistik değerinin 0.05'ten büyük olması nedeniyle varyansların homojen dağıldığı kabul edilmiş olup gruplar arasındaki farklılık LSD post hoc testi ile incelenmiştir.

Farklılık çocuk sayısı bazında incelendiğinde, ailedeki çocuk sayısı arttıkça annelerin çocuklarına karşı gösterdiği destekleyici tepkilerin azaldığı bulunmuştur. Bu nedenle tek çocuk sahibi olan bireylerin destekleyici tepki puanı grup içinde en yüksek seviye iken, 2 ve üzeri olma durumunda destekleyici tepki puanlarında azalış olduğu görülmektedir (Tablo 5.9).

Tablo 5.9 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunun Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Çocuk Sayısı</i>	<i>Çocuk Sayısı</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
1	2	4.07	1.60	.030*
	3 ve üzeri	5.34	3.38	.256
2	1	-4.07	1.60	.030*
	3 ve üzeri	1.26	3.42	.927
3 ve üzeri	1	-5.34	3.38	.256
	2	-1.26	3.42	.927

* $p<0.05$ önem düzeyinde anlamlı

Diğer yandan anne yaşı, öğrenim durumu, çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi ve ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre kişilerin destekleyici tepki gösterme durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, gruplar

arasında verilen puanların birbirine oldukça yakın olması nedeniyle ayrışmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 5.10 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Annenin Yaşına, Öğrenim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi

		<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>t/F</i>	<i>p</i>
Anne Yaşı	30 ve Altı	65	58,49	14,15	1.189	.313
	31-35	271	55,56	12,20		
	36-40	227	55,77	12,26		
	41 ve Üzeri	96	57,03	12,58		
Anne Öğrenim Durumu	Lise	54	61,48	13,48	3.704	.005**
	Yüksekokul	75	55,85	12,62		
	Lisans	358	55,68	12,52		
	Yüksek Lisans	141	54,66	11,01		
	Doktora	31	59,48	14,13		
Anne Çalışma Durumu	Çalışmıyor	232	57,44	13,01	2.528	.081
	Yarı Zamanlı	58	53,82	11,83		
	Tam Zamanlı	369	55,68	12,19		
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük-Orta	80	60,05	15,64	5.453	.001**
	Orta	312	56,87	11,90		
	Orta-Yüksek	234	54,06	11,72		
	Yüksek	33	54,36	12,17		
Ailedeki Çocuk Sayısı	1	346	54,27	10,94	9.382	.000**
	2	275	57,83	13,62		
	3 ve üzeri	38	60,89	14,30		
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu	Evli ve Birlikte	600	56,14	11,94	.026	.979
	Diğer	59	56,08	17,18		

** $p<0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Annenin duygu sosyalleştirme stratejilerinde destekleyici olmayan tepkiler alt boyutunun annenin yaşına, öğrenim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına ve ebeveynlerin birliktelik durumuna göre incelenmesi tek yönlü varyans ve bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir.

Annelerin destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme stratejilerinin annenin öğrenim durumu ($F_{(4,654)}=3.704$; $p<0.05$), algılanan gelir düzeyi ($F_{(3,655)}=5.453$; $p<0.01$) ve ailedeki çocuk sayısına ($F_{(3,655)}=9.382$; $p<0.01$) göre gruplar bazında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu farklılığın nedeninin hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak amacıyla öğrenim durumu, algılanan gelir düzeyi ve ailedeki çocuk sayısı bazında destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme stratejileri alt boyutunda varyansların homojenlik varsayımına bakılmıştır. Öğrenim durumuna ($p=0.278>0.05$) ilişkin Levene istatistik değerinin 0.05'ten büyük olması nedeniyle varyansların homojen dağıldığı kabul edilmiş olup gruplar arasındaki farklılık LSD post hoc testiyle incelenmiştir. Bunun yanında algılanan gelir düzeyi ($p=0.004<0.05$) ve ailedeki çocuk sayısı ($p=0.012<0.05$) değişkenlerine ilişkin Levene istatistik değerinin 0.05'ten küçük olması nedeniyle varyansların homojen dağılmadığı kabul edilmiş olup gruplar arasındaki farklılık Games-Howell post hoc testi ile incelenmiştir.

Farklılık anne öğrenim durumu bazında incelendiğinde, lise, yüksekokul, lisans ve yüksek lisans grupları arasında annenin öğrenim düzeyi arttıkça çocuğa yönelik destekleyici olmayan tepkilerinde azalma olduğu gözlemlenmiştir. Dikkat çeken diğer bir durum ise lise ve doktora mezuniyet seviyesine sahip olan annelerin destekleyici olmayan yaklaşım düzeylerinin birbirine yakın ve grup içinde yüksek bir puana sahip olma durumudur (Tablo 5.11).

Tablo 5.11 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Anne Öğrenim Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Anne Öğrenim Düzeyi</i>	<i>Anne Öğrenim Düzeyi</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Lise	Yüksekokul	5.62	2.21	.011*
	Lisans	5.79	1.80	.001**
	Yüksek Lisans	6.81	1.98	.001**
	Doktora	1.99	2.79	.475
Yüksekokul	Lise	-5.62	2.21	.011*
	Lisans	.16	1.57	.915
	Yüksek Lisans	1.18	1.77	.503
	Doktora	-3.63	2.64	.170
Lisans	Lise	-5.79	1.80	.001**
	Yüksekokul	-.16	1.57	.915
	Yüksek Lisans	1.01	1.23	.409
	Doktora	-3.79	2.31	.102
Yüksek Lisans	Lise	-6.81	1.98	.001**
	Yüksekokul	-1.18	1.77	.503
	Lisans	-1.017	1.23	.409
	Doktora	-4.81	2.45	.050*
Doktora	Lise	-1.99	2.79	.475
	Yüksekokul	3.63	2.64	.170
	Lisans	3.79	2.31	.102
	Yüksek Lisans	4.81	2.45	.050*

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Farklılık kişilerin algılanan gelir düzeylerine göre incelendiğinde düşük-orta, orta ve orta-yüksek grupları arasında algılanan gelir düzeyi arttıkça annelerin destekleyici olmayan tutumlarında azalma olduğu gözlemlenmektedir. Özellikle düşük-orta gelir düzeyine sahip bireylerin grup içinde en yüksek puana sahip olduğu görülmektedir (Tablo 5.12).

Tablo 5.12 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Games-Howell Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Düşük-Orta	Orta	3.17	1.87	.333
	Orta-Yüksek	5.98	1.90	.012*
	Yüksek	5.68	2.74	.172
Orta	Düşük-Orta	-3.17	1.87	.333
	Orta-Yüksek	2.80	1.02	.031*
	Yüksek	2.51	2.22	.673
Orta-Yüksek	Düşük-Orta	-5.98	1.90	.012*
	Orta	-2.80	1.02	.031*
	Yüksek	-0.29	2.25	.999
Yüksek	Düşük-Orta	-5.68	2.74	.172
	Orta	-2.51	2.22	.673
	Orta-Yüksek	0.29	2.25	.999

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı

Ailedeki çocuk sayısı incelendiğinde, çocuk sayısı arttıkça annelerin çocuklarına karşı gösterdiği destekleyici olmayan tepkilerin arttığı görülmektedir. Bu nedenle tek çocuk sahibi olan bireylerin destekleyici olmayan tepki puanı grup içinde en düşük seviye iken, 2 ve üzeri olma durumunda destekleyici olmayan tepki puanlarında ciddi bir artış yaşandığı görülmüştür (Tablo 5.13).

Tablo 5.13 Annenin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinde Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunun Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan Games-Howell Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Çocuk Sayısı</i>	<i>Çocuk Sayısı</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
1	2	-3.56	1.01	.001**
	3 ve üzeri	-6.62	2.39	.022*
2	1	3.56	1.01	.001**
	3 ve üzeri	-3.06	2.46	.434
3 ve üzeri	1	6.62	2.39	.022*
	2	3.06	2.46	.434

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Diğer yandan anne yaşı, çalışma durumu ve ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre destekleyici olmayan tepkiler gösterme noktasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$).

5.5 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Sosyodemografik Verilere Göre İncelenmesi

Tablo 5.14 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Anne Yaşına, Öğrenim Düzeyine, Çalışma Durumuna, Algılanan Gelir Düzeyine, Ailedeki Çocuk Sayısına, Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bağımsız Örneklem T Testi ile İncelenmesi

		Duygu Düzenleme Becerisi				
		<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>t/F</i>	<i>p</i>
Anne Yaşı	30 ve Altı	65	70,98	6,63	2.372	.069
	31-35	271	72,60	7,97		
	36-40	227	72,86	7,37		
	41 ve Üzeri	96	70,90	6,55		
Anne Öğrenim Durumu	Lise	54	70,31	8,68	1.127	.342
	Yüksekokul	75	72,70	6,39		
	Lisans	358	72,38	7,03		
	Yüksek Lisans Doktora	141 31	72,65 71,83	8,34 8,41		
Anne Çalışma Durumu	Çalışmıyor	232	71,40	7,60	5.492	.004**
	Yarı Zamanlı	58	74,98	6,51		
	Tam Zamanlı	369	72,41	7,44		
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük-Orta	80	70,05	8,00	4.460	.004**
	Orta	312	72,19	7,09		
	Orta-Yüksek	234	73,36	7,45		
	Yüksek	33	70,90	8,67		
Ailedeki Çocuk Sayısı	1	346	73,30	7,06	7.009	.001**
	2	275	71,10	7,54		
	3 ve üzeri	38	71,52	9,29		
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu	Evli ve Birlikte	600	72,41	7,52	1.421	.156
	Diğer	59	70,96	6,93		

****** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Çocuğun duygu düzenleme becerisinin annenin yaşına, öğrenim düzeyine, çalışma durumuna, algılanan gelir düzeyine, ailedeki çocuk sayısına ve ebeveynlerin birliktelik durumuna göre incelenmesi tek yönlü varyans ve bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir. Çocuğun duygu düzenleme becerisinin; annenin çalışma durumu ($F_{(3,655)}=5.492$; $p<0.01$), algılanan gelir düzeyi ($F_{(3,655)}=4.460$; $p<0.01$) ve ailedeki çocuk sayısına ($F_{(3,655)}=7.009$; $p<0.01$) göre gruplar bazında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu farklılığın nedeninin hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak amacıyla annenin çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi ve ailedeki çocuk sayısı bazında duygu düzenleme becerisi ölçeğinde varyansların homojenlik varsayımına bakılmıştır. Annenin çalışma durumu ($p=0.155>0.05$), algılanan gelir düzeyi ($p=0.131>0.05$) ve ailedeki çocuk sayısı ($p=0.108>0.05$) ilişkin Levene istatistik değerinin 0.05'ten büyük olması nedeniyle varyansların homojen dağıldığı kabul edilmiş olup gruplar arasındaki farklılık LSD post hoc testiyle incelenmiştir.

Farklılık çalışma durumu bazında incelendiğinde, yarı zamanlı çalışan annelerin çocuklarının duygu düzenleme becerisinin en yüksek olduğu, bunu tam zamanlı çalışan annelerin takip ettiği görülmüştür. Grup içinde diğer bir farklılık ise çalışmayan annelerin çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin en düşük düzeyde ve ayırt edici puanda gruptan ayrışmasıdır (Tablo 5.15).

Tablo 5.15 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Anne Çalışma Durumuna Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Çalışma Durumu</i>	<i>Çalışma Durumu</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Tam Zamanlı	Yarı Zamanlı	-2.57	1.04	.015*
	Çalışmıyor	1.00	0.62	.108
Yarı Zamanlı	Tam Zamanlı	2.57	1.04	.015
	Çalışmıyor	3.57	1.09	.001**
Çalışmıyor	Tam Zamanlı	-1.00	0.62	.108
	Yarı Zamanlı	-3.57	1.09	.001**

* $p<0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p<0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Farklılık kişilerin algılanan gelir düzeylerine göre incelendiğinde ise, düşük-orta, orta ve orta-yüksek gruplarında algılanan gelir düzeyi arttıkça çocuktaki duygu düzenleme becerisinin arttığı gözlemlenmiştir.

Tablo 5.16 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Algılanan Gelir Düzeyi</i>	<i>Ortalamaların Farkı</i>	<i>SS</i>	<i>p</i>
Düşük-Orta	Orta	-2.14	0.92	.021*
	Orta-Yüksek	-3.31	0.96	.001**
	Yüksek	-0.85	1.53	.576
Orta	Düşük-Orta	2.14	0.92	.021*
	Orta-Yüksek	-1.16	0.64	.069
	Yüksek	1.28	1.35	.344
Orta-Yüksek	Düşük-Orta	3.31	0.96	.001**
	Orta	1.16	0.64	.069
	Yüksek	2.45	1.37	.076
Yüksek	Düşük-Orta	0.85	1.53	.576
	Orta	-1.28	1.35	.344
	Orta-Yüksek	-2.45	1.37	.076

* $p < 0.05$ önem düzeyinde anlamlı ** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Ailedeki çocuk sayısı bazında incelendiğinde, tek çocuğa sahip olan annelerin çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin grup içinde en yüksek puana sahip olduğu ve 2 ve üzeri çocuk sahibi olma durumlarında çocukların duygu düzenleme becerilerinin birbirine benzediği ve bu yetkinliklerinin tek çocuk olma durumuna kıyasla azaldığı bulunmuştur (Tablo 5.17).

Tablo 5.17 Çocuktaki Duygu Düzenleme Becerisinin Ailedeki Çocuk Sayısına Göre Hangi Alt Gruplar Arasında Farklılaştığını Belirlemek Üzere Yapılan LSD Post-Hoc Testi Sonuçları

Çocuk Sayısı	Çocuk Sayısı	Ortalamaların Farkı	SS	p
1	2	2.20	0.59	.000**
	3 ve üzeri	1.78	1.26	.160
2	1	-2.20	0.59	.000**
	3 ve üzeri	-0.42	1.28	.741
3 ve üzeri	1	-1.78	1.26	.160
	2	0.42	1.28	.741

** $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı

Diğer yandan annenin yaşı, öğrenim durumu ve ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre çocukların duygu düzenleme becerilerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > 0.05$).

5.6 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerini Yordamasına İlişkin Analizler

Gelecek çalışmalarda ebeveynin psikolojik dayanıklılığının çocuktaki duygu düzenleme becerisine etkisinde duygu sosyalleştirme stratejilerinin aracı rolünün incelenebilmesi adına psikolojik dayanıklılık düzeyinin duygu sosyalleştirme stratejilerine etkisine bakılmıştır. Bu analizler araştırmanın temel hipotezleri dışında olup yalnızca literatüre katkı sağlamak adına çalışmaya eklenmiştir.

Tablo 5.18 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Destekleyici Tepkiler Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

Yordayıcı değişken	Yordanan değişken	B	SE	β	t	p	R ²
Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	Duygu Sosyalleştirme Stratejileri - Destekleyici Tepkiler	,312	,045	,262	6,949	,000**	0,068

***p<0.01 önem düzeyinde anlamlı*

Yukarıdaki Tablo 5.18’de psikolojik dayanıklılık bağımsız değişken olup duygu sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici tepkiler alt boyutunu yordama durumu incelenmiştir. Bağımsız değişkenin modelin %7’sini açıkladığı görülmektedir (R²=0,068). Psikolojik dayanıklılık ($\beta=0,262$; $p<0.01$) bağımsız değişkeninin, duygu sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici tepkiler alt boyutunu istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Bağımsız değişkende meydana gelen bir birimlik değişimin, annenin destekleyici tepkileri üzerinde pozitif yönlü bir etki yarattığı görülmektedir. Annenin psikolojik dayanıklılığı arttıkça çocuğun duygularına karşı gösterdiği destekleyici tepkileri de artmaktadır.

Tablo 5.19 Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyinin Duygu Sosyalleştirme Stratejilerinin Destekleyici Olmayan Tepkiler Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

Yordayıcı değişken	Yordanan değişken	B	SE	β	t	p	R ²
Annenin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	Duygu Sosyalleştirme Stratejileri - Destekleyici Olmayan Tepkiler	-,158	,029	-,211	-5,546	,000**	0,045

***p<0.01 önem düzeyinde anlamlı*

Yukarıdaki Tablo 5.19’da psikolojik dayanıklılık bağımsız değişken olup duygu

sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici olmayan tepkiler alt boyutunu yordama durumu incelenmiştir. Bağımsız değişkenin modelin %5'ini açıkladığı görülmektedir ($R^2=0,045$). Psikolojik dayanıklılık ($\beta=-0,211$; $p<0.01$) bağımsız değişkeninin duygu sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici olmayan tepkiler alt boyutunu istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Bağımsız değişkende meydana gelen bir birimlik değişimin, annenin destekleyici olmayan tepkileri üzerinde negatif yönlü bir etki yarattığı görülmektedir. Annenin psikolojik dayanıklılığı arttıkça çocuğun duygularına karşı gösterdiği destekleyici olmayan tepkileri azalmaktadır.

Yapılan analizler doğrultusunda psikolojik dayanıklılığın duygu sosyalleştirme stratejilerinin her iki boyutunu da anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun aracı etkinin incelenmesi adına alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM 6

6. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın temel amacı, 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde annenin psikolojik dayanıklılığının ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin etkisini incelemektir. Bu bağlamda gerçekleştirilen analizlerde annenin psikolojik dayanıklılığının ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin çocuktaki duygu düzenleme becerisini yordayıcı rolü incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılık, duygu sosyalleştirme stratejileri ve duygu düzenleme literatürde son 10 yılda daha çok ele alınmış değişkenler olmakla birlikte ebeveyn örnekleminde yapılan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Öte yandan bu üç değişkenin birlikte ele alınarak incelendiği mevcut bir çalışmaya rastlanmamış olması bu araştırmanın gerçekleştirilmesinde etkili olmuştur.

Duygu düzenleme erken çocuklukta gelişen, duyguları anlama ve ilişki kurma açısından büyük önem taşıyan bir beceridir. Özellikle okul öncesi dönem, çocukların çevre ile etkileşiminin arttığı bir dönemdir. Bu dönemde çocuk, fark ettiği duygular eşliğinde bir duruma karşı yaklaşma, uzaklaşma ya da durumu değiştirme seçeneklerinin olabildiğini fark eder. Böylelikle duygu düzenleme becerisi zaman içerisinde gelişir (Demirkapı, 2014). Bu beceri, çocuğun gelişimi açısından kazanması gereken kritik bir görevdir (Macklem, 2007). Yaşamın her döneminde gerekli olan bu becerinin okul öncesi dönemde şekillenip gelişmeye başlaması nedeniyle bu çalışmada ele alınan örneklem 48-72 aylık çocuklar olarak belirlenmiştir.

Erken çocukluk dönemi göz önünde bulundurulduğunda, çocuğun birincil bakımvereni olan ebeveynlerin önemi karşımıza çıkmaktadır. Birçok araştırma duygu düzenleme becerilerinde ebeveynin önemini vurgulayan niteliktedir (Kılıç & Aytar, 2016; Seçer, 2017; Özmert, 2006). Çocuğun yaşadığı duyguyu anlama ve anlaşılma ihtiyacında ebeveynlerin yaklaşımı büyük bir önem taşımaktadır (Onat & Otrar, 2010).

Öte yandan Türkiye’de çocuklarla ilgilenmek büyük oranda annenin sorumluluğunda olan bir durumdur (Pehlivan, 2015). Çocukla geçirilen süre göz önünde bulundurulduğunda gerçekleştirilen bu araştırma annelere odaklanmış; ebeveyn örnekleme yalnızca anneleri kapsayacak şekilde düzenlenmiştir. Tüm bu bilgilerden yola çıkıldığında, annenin bu dönemde çocukla sağlıklı bir ilişki kurması ve gelişimsel olarak çocuğu destekleyebilmesi için kendi psikolojik dayanıklılık düzeyinin ve duygu sosyalleştirme stratejilerinin önemli olduğu düşünülmüştür.

Gerçekleştirilen araştırmada veri analizi yapılırken öncelikle temel hipotezler ele alınmıştır. Bu doğrultuda önce birinci hipotez olan annenin psikolojik dayanıklılık düzeyinin çocuktaki duygu düzenleme becerisini yordayıcı etkisi toplam puan üzerinden incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılık bağımsız değişkeninin duygu düzenleme becerisini istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ardından bu iki değişken arasındaki ilişki psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt ölçekleri bazında çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılığın kendilik algısı, gelecek algısı ve sosyal yeterlilik alt boyutlarının çocuktaki duygu düzenlemeyi pozitif yönde anlamlı şekilde yordadığı ancak yapısal stil, aile uyumu ve sosyal kaynaklar alt boyutlarının çocuktaki duygu düzenlemeyi anlamlı şekilde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Doğrulanmış hipotez ile mevcut literatür karşılaştırıldığında, ebeveynin psikolojik dayanıklılığı ile çocuktaki duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişkiye dair gerçekleştirilmiş doğrudan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak ebeveynlerin psikolojik kontrolünün, hoşgörülü olmalarının, ifade ettikleri öfke ve eleştirinin çocuktaki duygu düzenleme zorluğu ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Morris, Criss, Silk ve Houlberg, 2017). Öte yandan Collins (2007), olumlu duyguların deneyimlenme ihtiyacına dikkat çekmiş ve bu deneyimlerin başa çıkma ve psikolojik dayanıklılık için bir kaynak oluşturduğunu; bu kaynağa sahip kişilerin olumsuz anlarda duygularını daha iyi kontrol ettiğini belirtmiştir. Buradan yola çıkarak ebeveynin psikolojik dayanıklılığının kendi duygu düzenleme becerisi üzerinde etkili olduğunu söylemek mümkün olacaktır. Buna ek olarak Morris vd. (2007), yaptıkları çalışmada ebeveynin öz düzenleme becerisinin çocuktaki duygu düzenlemeyi yordadığını belirtmişlerdir. Bu iki sonuç birlikte ele alındığında araştırma hipotezini destekleyen bir sonuç olarak düşünülebilir. Martins vd. (2020), yaptıkları çalışmada ebeveynin kaygı düzeyi arttıkça çocuktaki duygu düzenlemenin negatif yönde etkilendiği sonucuna ulaşmıştır. Kaygı düzeyi ile gelecek algısı arasında bir ilişki

olduğu düşünülüyor bu sonucun da gerçekleştirmiş olduğumuz araştırma ile uyumlu olduğunu söylemek mümkündür.

Ulusal literatürde yakın zamanda Kındıroğlu ve Yaşar-Ekici (2019), 300 ebeveyn-çocuk ikilisi ile gerçekleştirdikleri çalışmada ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile 3-6 yaş çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda psikolojik dayanıklılığın tüm alt ölçekleri ile çocuktaki sosyal yeterlilik arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğu; ebeveynin psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça çocukların sosyal yetkinlik düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Öte yandan ebeveynin psikolojik dayanıklılığı ile çocukların kaygı-geri çekilme düzeyleri arasında tüm alt ölçekler bazında anlamlı bir negatif ilişki bulunmuştur. Çocuktaki öfke-agresyon düzeyleri ile ebeveynin psikolojik dayanıklılığı arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ebeveynlerin kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil, aile uyumu ve sosyal kaynaklar bazında psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça çocuklardaki öfke-agresyon düzeylerinin azaldığı; sosyal yeterlilik alt boyutu için ise anlamlı bir ilişki saptanmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırma sonuçları, ebeveynin psikolojik dayanıklılığının okul öncesi dönemdeki çocukların sosyal ve duygusal gelişim süreci üzerinde etkili olduğunun görülmesi açısından önem taşımakta olup ebeveyn psikolojik dayanıklılığı ile okul öncesi çocuk grubu örnekleminin bir arada ele alınacağı çalışmaların yapılması için örnek teşkil etmektedir. Klinik ortamda duygularını düzenlemede zorluk yaşayan okul öncesi çocuklar için eşzamanlı olarak ebeveyn odaklı görüşmeler yapılmasının süreci daha etkin kılacağı ve bir yandan ebeveyn ile çalışmanın mevcut zorlanmanın ortadan kalkmasına veya azalmasına doğrudan bir etki yaratabileceği düşünülmüştür.

Öte yandan Bowen (1978) aileyi oluşturan tüm bireylerin duyguları, düşünceleri ve davranışlarında içinde buldukları aile sisteminden parçalar olduğunu belirtmiştir. Bowen, aile bireylerinin yaşadıkları problemlerin ailenin diğer üyeleriyle olan ilişkilerini etkilediğini ve aile içi dinamiklerin bireyin psikolojik zorlanmalarında etkili olduğunu gözlemlemiştir (Corsini ve Wedding, 2012). Buradan yola çıkarak annenin psikolojik dayanıklılığında eşler arası duygusal iletişimin önemi, ortak ebeveynlik anlayışının gelişmiş olması ve pozitif bir aile iklimi gibi etmenlerin önemli olduğunu söylemek mümkün olacaktır. Bu nedenle, çocuğun duygu düzenleme becerisi üzerinde çalışan bir klinisyenin sürece aile perspektifinden bakmasının terapide bütüncül bir etki yaratacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın ikinci hipotezi ise ebeveynin duygu sosyalleştirme stratejilerinin çocuktaki duygu düzenleme becerisini anlamlı olarak yordadığı yönündedir. Bağımsız değişken için kullanılan ölçek doğası gereği toplam puan hesaplanmasına uygun olmadığından, ölçek önce iki alt boyut üzerinden analiz edilmiş; ardından altı alt ölçek bazında çoklu regresyon analizi ile ele alınarak tekrar incelenmiştir. Duygu sosyalleştirme stratejilerinin iki alt boyutu olan destekleyici tepkiler ve destekleyici olmayan tepkilerin çocuktaki duygu düzenleme üzerine etkisi incelendiğinde, destekleyici tepkilerin çocuktaki duygu düzenleme üzerinde anlamlı bir pozitif yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmüş; destekleyici olmayan tepkilerin ise duygu düzenlemeyi anlamlı olarak negatif şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ardından alt ölçekler bazında çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Alt ölçeklerden sıkıntı-endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkilerin çocuktaki duygu düzenleme üzerinde negatif bir yordayıcı etkiye sahip olduğu; problem odaklı tepkiler alt ölçeğinin ise duygu düzenlemeyi pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Öte yandan küçümseyici tepkiler, duygu odaklı tepkiler ve duygu ifadesini teşvik etme alt ölçeklerinin bu ilişkide herhangi anlamlı bir etkiye sahip olmadığı bulunmuştur.

Ulusal literatürde bu iki değişken arasındaki ilişkinin yaptığımız çalışmada kullanılan ölçekler ile gerçekleştirildiği çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmaların araştırmamızın bulguları ile uyumlu olduğu görülmektedir (Kılıç ve Aytar, 2016; Kurbet, 2010; Özkan, 2019; Seçer, 2017; Sille, 2016). Buradan yola çıkarak, annelerin duygu sosyalleştirme davranışlarının duygu düzenlemenin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu söylemek mümkün olacaktır. Öte yandan Yağmurlu ve Altan (2010), okul öncesi dönemde olan 145 çocuk ve anneleri ile yaptıkları çalışmada annelerin olumlu duygu sosyalleştirme davranışlarının, çocuktaki duygu düzenleme becerilerine etkisini ve Türkiye'deki okul öncesi dönem çocuklarının duygularının düzenlenmesinde sosyalleşme ve mizacın rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, annenin çocuğun olumsuz duygularına verdiği olumlu tepkilerin duygu düzenlemeyi pozitif yönde etkilediği bulunmuştur.

Annelerin duygulara ilişkin inançları ile çocuğun duygu düzenleme becerileri arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğunu gösteren araştırma gibi (Işık Uslu ve Turan, 2021) bu ve birçok çalışma ebeveynin duygu sosyalleştirme stratejilerinin çocuk üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu destekleyen niteliktedir (Dunsmore ve Karn, 2001; Fabes vd., 2006; Fivush, Marin, McWilliams ve Bohanek, 2009; Gottman vd., 1996; Güven, 2013; Thommassin ve Suveg, 2014).

Bu doğrultuda çocuklarda duygu düzenleme konusunda çalışan klinisyenlerin ebeveynlerin mevcut psikolojik durumlarının sürecin önemli bir parçası olduğunu hatırlamaları; psikoterapi sürecinde çocukla gerçekleştirilen çalışmaların yansırı duygu sosyalleştirme konusunda rehberliğe ihtiyacı olduğu düşünülen ebeveynlere konu ile ilgili psikoeğitim vermeleri önerilmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar mizacın duygu düzenleme becerilerini anlamlı şekilde etkilediği yönündedir (Rubin, Coplan, Fox ve Calkins, 1995). Bu nedenle çocuktaki duygu düzenleme becerileri ile çalışırken çocuğun mizacının da göz önünde bulundurulmasının süreci olumlu açıdan destekleyeceği düşünülmektedir.

Araştırmanın üçüncü hipotezi annenin psikolojik dayanıklılığı, duygu sosyalleştirme stratejileri ve çocuktaki duygu düzenleme becerisi düzeylerinin sosyodemografik özelliklere göre karşılaştırılmasını kapsamaktadır. Bu hipotezler tek yönlü varyans analizi ve bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir.

İlk olarak annenin psikolojik dayanıklılığı anne yaş, anne öğrenim düzeyi, anne çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi, çocuk sayısı ve ebeveyn birliktelik durumuna göre karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda anne çalışma durumu ve algılanan gelir düzeyinin annenin psikolojik dayanıklılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu, diğer değişkenler için benzer bir durumun söz konusu olmadığı görülmüştür.

Çalışma durumundaki farklılık incelendiğinde, grup içinde yarı zamanlı çalışan annelerin psikolojik dayanıklılığın en yüksek, çalışmayan annelerin ise en düşük seviyede olduğu; yarı zamanlı ve tam zamanlı çalışan annelerin psikolojik dayanıklılığının benzer düzeyde olduğu görülmüştür. Bu durum çalışma hayatının kişiye sosyal açıdan destek olması ve yaşamın farklı alanlarında var olmanın kişinin dayanıklılığını arttıran nitelikte bir etkiye neden olması ile açıklanabilir. Ancak bu sonucun literatürdeki çalışmalarla uyumlu olmadığı görülmektedir. Yapılan birçok çalışmada çalışma durumunun dayanıklılık üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür (Bektaş ve Özben, 2016; Kırdıroğlu, 2018; Özyedek, 2020; Yılmaz, 2017). Bahsedilen çalışmalarda örneklem sayılarının yaptığımız araştırmaya kıyasla düşük olması bu farklılığın bir nedeni olabilir gibi görüldüğünden gelecek araştırmaların yüksek örneklem sayılarıyla bu ilişkiyi incelemesi önerilmektedir.

Algılanan gelir düzeyindeki farklılık incelendiğinde, gelir düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum, gelir düzeyinin artmasıyla birlikte geçim endişesinin ortadan kalkması ve ihtiyaç duyulan kaynakların

daha ulaşılabilir olması ile açıklanabilir. Literatürdeki birçok çalışma bu sonucu doğrular niteliktedir (Abacı, 2018; Bektaş ve Özben, 2016; Kındıroğlu, 2018; Kurt ve Aslan, 2020; Özyedek, 2020).

Araştırmamızın sosyodemografik değişkenlerinden anne yaşının psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görölmüştür. Bu sonuç, literatürde rastlanan diğer çalışma sonuçlarıyla uyumludur (Bektaş ve Özben, 2016; Bildirici 2014; Özyedek, 2020). Bu durum yaşam kalitesinin ön plana çıkması ile birlikte yaşlar arasında kaynaklara erişim açısından benzer avantaja sahip olabilmenin bir sonucu olarak düşünölebilir. Benzer şekilde annenin öğrenim durumunun da psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında araştırma sonucumuzla uyumlu olan çalışmalar olduğu gibi (Özyedek, 2020); öğrenim durumunun dayanıklılık üzerinde anlamlı farklılıklar gösterdiğini belirten çalışmaların da mevcut olduğu görölmüştür (Bektaş ve Özben, 2016). Bu ikircikli durumun araştırma örneklemlerinden kaynaklı olabileceği düşünöldüğünden, örneklemi annelerden oluşan çalışmalarda bu sosyodemografik değişkenin ele alınmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

İkinci olarak annenin duygu sosyalleştirme stratejileri anne yaş, anne öğrenim düzeyi, anne çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi, ocuk sayısı ve ebeveyn birliktelik durumuna göre karşılaştırılmıştır. Duygu sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici tepkiler alt boyutu üzerinde sosyodemografik değişkenlerden yalnızca ailedeki ocuk sayısının anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre ailedeki ocuk sayısı arttıka annenin duygu sosyalleştirmede kullandığı destekleyici tepkilerin azaldığını söylemek mümkündür. Bu sonuç Mutlu (2020) ve Büyükbiçer'in (2019) araştırma sonuçları ile uyumludur. Mutlu (2020), ocuk sayısı arttıka annelerin daha az duygu odaklı ve problem odaklı tepkiler sergilediği sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Büyükbiçer (2019) yaptığı çalışmada tek çocuklu annelerin çocuğun olumsuz duygularıyla baş etme düzeylerinin iki ve daha çok çocuğu olan annelerin düzeylerinden daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Araştırmamızda anne öğrenim durumunun destekleyici duygu sosyalleştirme stratejileri üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı görölmüştür. Literatüre bakıldığında bu sonucun diğer çalışmalarla uyumlu olduğu görölmektedir (Fabes vd., 2006; Kılıç, 2012). Günümüzde ebeveynlik becerileri öğrenim düzeyinden bağımsız bir şekilde çeşitli eğitimler, kitaplar ve destek grupları ile desteklenebilir niteliktedir.

Bu durumun getirisi olarak annelerin öğrenim düzeyinden ziyade kendilerini geliştirmek adına bulunduğu girişimlerin önem kazandığını söylemek mümkündür.

Yapılan analizler sonucunda algılanan gelir düzeyinin de destekleyici duygu sosyalleştirme stratejileri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Literatüre bakıldığında bu sonuçla ilgili ikircikli bir durumun söz konusu olduğu görülmektedir. Benzer şekilde farklılığın görülmediğini gösteren çalışmalar olduğu gibi (Bennett, Bendersky ve Lewis, 2005; Fabes vd., 2006; Kılıç, 2012); algılanan gelir düzeyinin daha az destekleyici tepkiler ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur (Shaffer, Suveg, Thomassin ve Bradbury, 2012).

Duygu sosyalleştirme stratejilerinin destekleyici olmayan tepkiler alt boyutu üzerinde ise sosyodemografik değişkenlerden anne öğrenim durumu, algılanan gelir düzeyi ve ailedeki çocuk sayısının anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre öğrenim durumu ve algılanan gelir düzeyi arttıkça annenin destekleyici olmayan tepkileri azalmakta olup çocuk sayısının artması destekleyici olmayan tepkilerin artmasına yol açmaktadır.

Araştırmadaki çocuk sayısına dair mevcut bulguya benzer şekilde O'Neil Woods (2012) yaptığı çalışmada, ailedeki çocuk sayısı arttıkça annelerin cezalandırıcı ve küçümseyici tepkilerinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. İlhan (2017) ise annelerin duygu sosyalleştirme stratejilerinin çocuk sayısına göre değişmediğini belirtmiştir. Bu sosyodemografik değişken ile ilgili çok fazla çalışma bulunamamakla birlikte mevcut durumda bir ikirciklik söz konusu olduğu söylenebilir. Bu nedenle gelecek araştırmaların duygu sosyalleştirme çalışmalarında çocuk sayısı değişkenini ele almaları önerilmektedir.

Literatürde destekleyici olmayan tepkiler ve algılanan gelir düzeyi arasındaki ilişkiye dair çalışmalar mevcuttur. Büyükbıçer (2019), yaptığı çalışmada aylık hane geliri yüksek olan annelerin cezalandırıcı tepkileri ve küçümseme tepkilerini daha az kullandıklarını bulmuştur. Benzer şekilde Altıntop (2019), gelirin artmasıyla ebeveynlerin destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme davranışlarının azaldığını; düşük gelir grubundaki ebeveynlerin destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme davranışlarını daha fazla kullandığı sonucuna ulaşmıştır. Her iki çalışma da araştırma bulgularımızla uyumludur.

Araştırmanın bulgularından bir diğeri ise öğrenim düzeyi arttıkça annenin destekleyici olmayan tepkilerinin azaldığı yönündedir. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde birçok çalışmanın bu bulguyu destekleyen nitelikte olduğu

görülmüştür. Mutlu (2020), annenin eğitim düzeyi azaldıkça küçümseyici tepkilerin arttığını; eğitim düzeyi arttığında ise duygu odaklı tepkilerin, problem odaklı tepkilerin ve duygu ifadesini teşvik etmenin arttığını bulmuştur. Altıntop (2019), annenin eğitim seviyesi arttığında destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme puanının azaldığını belirtmiştir. Büyükbiçer (2019), çalışmasında annelerin eğitim düzeyi arttığında destekleyici olmayan tepkilerin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Daha birçok çalışma benzer sonuçları göstermektedir (Aydın, 2010; Güven ve Erden, 2017; Hasçuhadar, 2015; İlhan, 2017; Kaya, 2016; Seçer ve Karabulut, 2016; Sille, 2016; Yağmurlu ve Altan, 2010).

Son olarak çocuktaki duygu düzenleme becerileri anne yaş, anne öğrenim düzeyi, anne çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi, çocuk sayısı ve ebeveyn birliktelik durumuna göre karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda algılanan gelir düzeyinin ve çocuk sayısının çocuktaki duygu düzenleme becerisi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu, diğer değişkenler için benzer bir durumun söz konusu olmadığı görülmüştür. Buna göre, algılanan gelir düzeyi arttıkça çocuktaki duygu düzenleme becerisi artmakta ancak çocuk sayısı arttıkça duygu düzenleme becerisi olumsuz yönde etkilenmektedir.

Algılanan gelir düzeyindeki farklılık incelendiğinde, literatürde bu bulguyu doğrular nitelikte çalışmalar olduğu gibi (Altan, 2006; Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu, 2017; Cabrera, Shannon ve Tamis-LeMonda, 2007; Mansfield, Dealy ve Keitner, 2013; Raver, 2004) desteklemeyen nitelikte çalışmalar da mevcuttur (Garner ve Spears, 2000; Gelgör, 2016; Gökşen 2019).

Çocuk sayısındaki farklılık literatürdeki çalışmalar bazında incelendiğinde de benzer ikircikli durum söz konusudur. Birçok çalışma çocuk sayısının duygu düzenleme becerisini etkilediği görüşünü desteklemekte olup (Dağlı ve Dağlıoğlu, 2021; İlgar ve Akbaba, 2017; Ertürk, 2013) anlamlı bir farklılık oluşturmadığına dair de çalışma sonuçları olduğu görülmüştür (Özkan, 2019; Bozkurt-Yükçü ve Demircioğlu, 2017; Karayılmaz, 2008). Her iki sosyodemografik değişken için de bulgular arasındaki farklılığın araştırma deseni ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu noktada değişkenlerin ele alındığı boylamsal çalışmalar yapılarak literatüre katkı sağlamak mümkün olacaktır.

Araştırmamızda anne yaşının çocuktaki duygu düzenleme becerisi üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde bu sonucu destekler nitelikte çalışmalar olduğu gibi (Gökşen, 2019); desteklemeyen çalışmalar da

mevcuttur (Fırat, 2020; İlgar ve Akbaba, 2017). Mevcut ikircikli durum göz önünde bulundurulduğunda ebeveyn çocuk örneklemini ile gerçekleştirilecek gelecek çalışmaların bu değişkeni ele alarak literatüre katkı sağlaması önerilmektedir.

Öte yandan, araştırma sonucumuzda annenin öğrenim düzeyinin duygu düzenleme üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülürken literatürdeki çalışmalar (Akbaş, 2016; Arı ve Yaban, 2016; Dereli, 2016; Gökşen, 2019) öğrenim düzeyinin duygu düzenlemeyi anlamlı şekilde etkilediği yönündedir. Bu farklılığın araştırmamıza katılan annelerin öğrenim düzeyleri bakımından eşit bir dağılım göstermemesi ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Gelecek araştırmaların örneklemin gruplar içerisindeki dağılımını göz önünde bulundurarak değişkeni tekrar ele almaları önerilmektedir.

Gerçekleştirilen araştırmada hipotezlerin çoğu doğrulanmış olsa da, yapılan çalışmanın güçlü yanları kadar sınırlılıkları da mevcuttur. Bunlar; katılımcılardan elde edilen verilerin yalnızca özbildirime dayalı olması, araştırma deseninin kesitsel olması, araştırmaya katılan annelerin yaş, öğrenim durumu, algılanan gelir düzeyi ve birliktelik durumu gibi sosyodemografik özellikler bakımından eşitlenememesi olarak öne çıkmaktadır. Gelecek araştırmalarda her iki ebeveynin de çalışmaya dahil edilmesi, çocuk ile ilgili değişkenlerde yalnızca ebeveyn bildirimine değil gözleme dayalı ölçeklerin kullanılması ve boylamsal araştırma deseninden yararlanılması önerilmektedir.

Ek olarak, araştırma hipotezlerinden biri olmamakla birlikte literatüre katkı sağlamak adına annenin psikolojik dayanıklılığının duygu sosyalleştirme stratejileri üzerindeki yordayıcı etkisine bakılmıştır. Analiz sonuçlarında annenin psikolojik dayanıklılığı arttıkça destekleyici tepkilerinin arttığı ve destekleyici olmayan tepkilerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmadaki değişkenlerin birbiri üzerindeki yordayıcı etkileri göz önünde bulundurularak olası medyatör ilişki hipotezlerinin geliştirilebileceği düşünülmüş olup yapılan ek analiz ile birlikte ulaşılan bu sonucun, gelecek çalışmalarda ebeveynin psikolojik dayanıklılığının çocuktaki duygu düzenleme becerisine etkisinde duygu sosyalleştirme stratejilerinin aracı rolünün incelenmesi adına alanyazına önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ahi, B. ve Kıldan, A., O. (2013). Türkiye’de okul öncesi eğitimi alanında yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi (2002-2011). *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(27).
- Armstrong, M. I., Birnie Lefcovitch, S. ve Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well being, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of Child and Family Studies*, 14(2), 269–281.
- Aydın, A. (2019). Özel gereksinimli çocuk ebeveynlerinin yaşamda anlam ve kendilik algılarının psikolojik dayanıklılıklarına etkisi. *Trakya Eğitim Dergisi*, 9(3), 487-505.
- Aydın, A. ve Arslantürk Egin, C. (2018). Zihin engelli, serebral palsili ve otizmlili çocuk ebeveynlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile ebeveynlik algılarının karşılaştırılması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37(1), 171-188.
- Bariola, E. Gullone, E. ve Hughes, E. K. (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14, 198–212.
- Bariola, E., Hughes, E. K. ve Gullone, E. (2012). Relationships between parent and child emotion regulation strategy use: A brief report. *Journal of Child and Family Studies*, 21(3), 443–448.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104–114.
- Batum, P. ve Yagmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contributions of emotion and behavior regulation. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 25(4), 272–294.
- Bektaş, M. ve Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215-240.
- Bennett, D. S., Bendersky, M., ve Lewis, M. (2005). Antecedents of emotion knowledge: Predictors of individual differences in young children. *Cognition and Emotion*, 19(3), 375-396.

- Bildirici, F. (2014). *Özel eğitime gereksinimi olan çocuğa sahip ailelerde aile yükü ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Bilge, Y. ve Sezgin, E. (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3), 310-318.
- Bonanno, G.A., Westphal, M., ve Mancini, A.D. (2011). Resilience to loss and potential trauma. *The Annual Review of Clinical Psychology*, 7(1), 1-25.
- Boone, R. T. ve Cunningham, J. G. (1998). Children's decoding of emotion in expressive body movement: The development of cue attunement. *Developmental Psychology*, 34(5), 1007–1016.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
- Bozkurt Yükçü, Ş. ve Demircioğlu, H. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(44), 442-466.
- Bradley, S., J. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. New York: The Guilford Press.
- Brownell, C. A. ve Kopp, C. B. (2007). Transitions in toddler socioemotional development: Behavior, understanding, relationships. In C. A. Brownell ve C. B. Kopp (Eds.), *Socioemotional Development in the Toddler Years: Transitions and Transformations* (pp. 1–39). Newyork: The Guilford Press.
- Büyükbiçer, E. (2019). *Okul öncesi dönem çocukların duygusal zekâ düzeyleri ile annelerinin duygu sosyalleştirme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Cabrera, N. J., Shannon, J. D., ve Tamis-LeMonda, C. (2007). Fathers' influence on their children's cognitive and emotional development: From toddlers to pre-K. *Applied Developmental Science*, 11(4), 208–213.
- Calkins, S. D. ve Dedmon, S. A. (2000). Physiological and behavioral regulation in two-year-old children with aggressive/destructive behavior problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28, 103-118.
- Calkins, S. D. ve 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.
- Cole, P. M. ve Tan, P. Z. (2007). Emotion socialization from a cultural perspective. In J. E. Grusec ve P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of Socialization: Theory and Research* (pp. 516–542). Newyork NY: The Guilford Press.
- Cole, P. M., Martin, S. E. ve Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.

- Cole, P. M., Michel, M. K. ve 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, 250–283.
- Collins, S. (2007). Social workers, resilience, positive emotion and optimism. *Practice: Social Work in Action*, 19(4), 255-269.
- Comrey, A. L. ve Lee, H. B. (1992). *A First course in factor analysis*. (2th Edition), New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Conger, R. D. ve Conger, K. J. (2002). Resilience in Midwestern families: Selected findings from the first decade of a prospective, longitudinal study. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 361–373.
- Corsini, J. R., Wedding, D. (2012). *Modern Psikoterapiler* (Birinci basım). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Crowley, B. J., Hayslip, B., Jr. ve Hobdy, J. (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. *Journal of Adult Development*, 10(4), 237–248.
- Çorapci, F., Aksan, N., ve Yagmurlu, B. (2012). Socialization of Turkish children's emotions: Do different emotions elicit different responses? *Global Studies of Childhood*, 2, 106-116.
- Çuhadaroğlu Çetin, F. (2001). Kendilik patolojisi belirtisi olarak kimlik kargaşası. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12, 309-14.
- Dağlı, H. ve Dağlıoğlu, H. E. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 10(3), 1020-1046.
- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496.
- Demirkapı, E. Ş. (2014). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. New York NY: The Guilford Press.
- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Cognition, Brain, Behavior*, 11 (1), 1-48.
- Denham, S. A., Zoller, D., ve Couchoud, E. A. (1994). Socialization of preschoolers' emotion understanding. *Developmental Psychology*, 30(6), 928–936.
- Denham, S. ve Kochanoff, A. T. (2002). Parental contributions to preschoolers' understanding of emotion. *Marriage & Family Review*, 34(3-4), 311–343.

- Dereli, E. (2016). Prediction of Emotional Understanding and Emotion Regulation Skills of 4-5 Age Group Children with Parent-Child Relations. *Journal of Education and Practice*, 7(21), 42-54.
- Dodge, K. A., ve Garber, J. (1991). Domains of emotion regulation. J. Garber and ve K. A. Dodge (Ed.). *In The Development of Emotion Regulation and Dysregulation*, (pp. 3-14). England: Cambridge University Press.
- Dunn, J. ve Brown, J. (1994). Affect expression in the family, children's understanding of emotions, and their interactions with others. *Merrill-Palmer Quarterly*, 40(1), 120-137.
- Dunsmore, J. C., ve Halberstadt, A. G. (1997). How does family emotional expressiveness affect children's schemas? In K. C. Barrett (Ed.), *The Communication of Emotion: Current Research From Diverse Perspectives* (pp. 45-68). Jossey-Bass.
- Dunsmore, J. C., ve Karn, M. A. (2001). Mothers' beliefs about feelings and children's emotional understanding. *Early Education and Development*, 12(1), 117-138.
- Eagleman, D. (2014). *Incognito. Beynin gizli hayatı*. Z.A. Tozar (çev.), 9.baskı. İstanbul: Domingo.
- Eisenberg, N. ve Spinrad, T. L. (2004). Emotion related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334-339.
- Eisenberg, N., ve Fabes, R. A. (1992). Emotion, regulation, and the development of social competence. In M. S. Clark (Ed.), *Emotion and Social Behavior* (pp. 119-150). Sage Publications, Inc.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., ve Spinrad T. L. (1998) Parental socialization of emotion, *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., ve Murphy, B. C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67(5), 2227-2247.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Schaller, M., Carlo, G., ve Miller, P. A. (1991). The relations of parental characteristics and practices to children's vicarious emotional responding. *Child Development*, 62(6), 1393-1408.
- Eisenberg, N., Losoya, S., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., Reiser, M., Murphy, B., ... Padgett, S. J. (2001). Parental socialization of children's dysregulated expression of emotion and externalizing problems. *Journal of Family Psychology*, 15(2), 183-205.
- Eroğlu, Y., Arıcı Özcan, N., ve Peker, A. (2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler ile sağlıklı çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik sağlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 142-150.

- Evers, C., Stok, M., Denise, T. ve Ridder, D. (2010). Feeding your feelings: emotion regulation strategies and emotional eating. *Personality and Social Psychology Bulletin.*, 36, 792-804.
- Fabes, R. A., Eisenberg, N. ve Bernzweig, J. (1990). *Coping with children's negative emotions scale (CCNES): Description and scoring*. Tempe, AZ: Arizona State University. Unpublished Manuscript.
- Fabes, R. A., Eisenberg, N., Hanish, L. D., ve Spinrad, T. L. (2001). Preschoolers' spontaneous emotion vocabulary: Relations to likability. *Early Education and Development*, 12(1), 11–27.
- Fabes R. A., Gaertner, B. M. Ve Popp, T. K. (2006). Getting Along With Others: Social Competence in Early Childhood. In K. McCartney ve D. Philips (Eds.), *Blackwell Handbook of early childhood development* (pp. 297-316). Blackwell Publishing.
- Fivush, R., Marin, K., McWilliams, K., ve Bohanek, J. G. (2009). Family reminiscing style: Parent gender and emotional focus in relation to child well-being. *Journal of Cognition and Development*, 10(3), 210–235.
- Fosco, G. M., ve Grych, J. H. (2007). Emotional expression in the family as a context for children's appraisals of interparental conflict. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 248–258.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14, 29–40.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., ve Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12, 65–76.
- Friesen, B. J. (2007). Recovery and resilience in children's mental health: Views from the field. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 31(1), 38-48.
- Garmezy, N. (1993). Vulnerability and resilience. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, ve K. Widaman (Eds.), *Studying Lives Through Time: Personality and Development* (pp. 377–398). American Psychological Association.
- Garner, P. W., ve Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development*, 9, 246–264.
- Garner, P. W., Dansmore, J. C. ve Southam-Gerrow, M. (2007). Mother-child conversations about emotions: Linkages to child aggression and prosocial behavior. *Social Development*, 17(2), 259–277.
- Gelgör, F. Z. (2016). *Anne, baba ve çocuk tarafından algılanan ebeveyn kabul-red ve kontrolünün çocuğun duygu düzenleme becerisi ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

- Gem, Z. (2018). *Duygu farkındalığı ve duygu mitlerine yönelik ölçüm araçlarının ve duygu düzenlemeye yönelik bütünsel bir müdahale programının geliştirilmesi: Bir ön değerlendirme*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28(3), 113-128.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., ve Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3), 243–268.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., ve Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How families communicate emotionally*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Greene, R. R. (2002). Human behavior theory: A resilience orientation. R. R. Greene (Ed.) *Resiliency: An Integrated Approach to Practice, Policy and Research*. (pp. 1-28), Washington DC: NASW Press.
- Greene, R. R., ve Conrad, A. P. (2002). Basic assumptions and terms. R. R. Greene (Ed.) *Resiliency: An Integrated Approach to Practice, Policy and Research*. (pp. 29-62) Washington DC: NASW Press.
- Gross J. J., ve Thompson R. A. (2007) Emotion regulation: Conceptual foundations. J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3–27) New York NY: The Guilford Press.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Grusec, J. E. (2011). Socialization processes in the family: Social and emotional development. *Annual Review of Psychology*, 62, 243–269.
- Güven, E. (2013). *Çocuğun davranış sorunları ile algıladığı anne baba çatışması arasındaki ilişkiler: Duygu sosyalleştirmenin aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Haase, J. E. (2004). The adolescent resilience model as a guide to interventions. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 21(5), 289-299.
- Hasçuhadar, B. (2015). *Okul öncesi dönemdeki çocuklarda ebeveynlik davranışları, duygu sosyalleştirme, hazzı geciktirme, sosyal yeterlilik ve yaratıcılık arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Hawley, D. R., ve DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family Process*, 35(3), 283–298.

- Hess, C. R., Papas, M. A., ve Black, M. M. (2002). Resilience among African American adolescent mothers: Predictors of positive parenting in early infancy. *Journal of Pediatric Psychology*, 27(7), 619–629.
- Hops, H. (1983). Children's social competence and skill: Current research practices and future directions. *Behavior Therapy*, 14(1), 3–18.
- Hortaçsu, N. (2003). *Çocuklukta ilişkiler: Ana, baba, kardeş ve arkadaş*. Ankara: İmge.
- Hyson, M. (2004). *The emotional development of young children: building an emotion centered curriculum*. New York: Teachers College Press.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de kendini toplarlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- Izard, C. E., Woodburn, E. M., Finlon, K. J., Krauthamer Ewing, E. S., Grossman, S. R., ve Seidenfeld, A. (2011). Emotion knowledge, emotion utilization, and emotion regulation. *Emotion Review*, 3(1), 44–52.
- İlgar, L., ve Akbaba, G. (2017). Beş ve altı yaş çocuklarının duygu düzenlemelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, (9), 491-520.
- İlhan, T. (2017). *Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme stratejileri ile çocukların sosyal yetkinlik düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kalaycı, Ş. (2010). *Spss uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. 5. Baskı. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kamya, H. A. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students: Implications for social work education. *Journal of Social Work Education*, 36(2), 231-240.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Karraker, K. H., ve Lake, M. A. (1991). Normative stress and coping processes in infancy. *Life-Span Developmental Psychology: Life-Span Perspectives on Stress and Coping*, 85-108.
- Kılıç, Ş., ve Aytar, A.G. (2016). Emotion understanding of Turkish preschoolers and maternal emotional socialization. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 466-478.
- Kındıroğlu, Z., ve Yaşar Ekici, F. (2019). Ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişki. *Adıyaman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 138-157.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.

- Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology*, 25(3), 343–354.
- Kurbet, H. (2010). *Anaokuluna devam eden 5-6 yaş çocuklarının duygusal düzenleme becerileri ile annelerinin empatik eğilim ve tutumlarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kurt, H., ve Aslan, D. (2020). Okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin öz-yeterlik, psikolojik sağlamlık ve ebeveyn tutumlarının incelenmesi. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 211-240.
- Lemerise, E. A., ve Dodge, K. A. (1993). The development of anger and hostile interactions. In M. Lewis ve J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp. 537–546). New York NY: The Guilford Press.
- Liman, B. (2020). Cinsiyet ve anne-baba eğitim düzeyinin 66-77 aylık okul öncesi çocukların duyguları tanıma ve duygu düzenleme becerilerine etkisinin incelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 24(1), 209-222.
- Luthar, S. S. (1999). *Poverty and children's adjustment*. Sage Publications, Inc.
- Luthar, S. S., ve Brown, P. J. (2007). Maximizing resilience through diverse levels of inquiry: Prevailing paradigms, possibilities, and priorities for the future. *Development and Psychopathology*, 19(3), 931–955.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562.
- Luthar, S. S., Sawyer, J. A. ve Brown, P. J. (2006). Conceptual issues in studies of resilience: Past, present and future research. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 105-115.
- Macklem, G. L. (2007). *Practitioner's guide of emotion regulation in school-aged children*. USA: Springer Science & Business Media.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. doi:10.1080/17439760600619609
- Maddi, S. R., ve Kobasa, S. C. (1984). *The hardy executive: Health under stress*. Homewood ILL: Dow Jones-Irwin.
- Mansfield, A. K., Dealy, J. A., ve Keitner, G. I. (2013). Family functioning and income: Does low-income status impact family functioning? *The Family Journal*, 21(3), 297–305.
- Martins, C. R., Neiva, A. C. L., Bahia, A. F., Oliveira, C. X., Cardoso, M. I. S., ve Abreu, J. N. S. (2021). Parents' mental health and children's emotional regulation during the COVID-19 pandemic. *Psicologia: Teoria e Prática*, 23(1), 1–19.

- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds.), *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects* (pp. 3–25). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- McElwain, N. L., Halberstadt, A. G., ve Volling, B. L. (2007). Mother and father reported reactions to children's negative emotions: Relations to young children's emotional understanding and friendship quality. *Child Development*, 78(5), 1407–1425.
- Mecklem, G. L. (2008). *Practitioner's guide to emotion regulation in school-aged children's*. New York, USA: Springer.
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., ve Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233–238.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., ve Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16, 361–388. doi:
- Mutlu, Ö. (2020). *Okul öncesi çocukların duygu düzenleme stratejileri ile anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımları arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Nelson, J. A., O'Brien, M., Blankson, A. N., Calkins, S. D., ve Keane, S. P. (2009). Family stress and parental responses to children's negative emotions: Tests of the spillover, crossover, and compensatory hypotheses. *Journal of Family Psychology*, 23(5), 671–679.
- O'Neil Woods, S. E. (2012). Links among maternal emotion socialization and children's emotional competence and social behaviour (Unpublished doctoral dissertation). University of Windsor, Ontario, Canada.
- Onat, O., Otrar, M. (2010). Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin türkçeye uyarlanması: g-Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (31), 123-143.
- Öz, F., ve Bahadır Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82- 89.
- Özmert, E. N. (2006). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-III: Aile. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 49(3), 256-273.
- Panksepp, J. (2017). *Afektif nörobilim* (çev. Ünal, S. & Ölmeztoprak V.) İstanbul: Melisa Matbaacılık.

- Pehlivan, H. (2015). Kadınların benlik saygısını ve yaşam doyumunu artırma: Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı bir grup müdahalesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(2).
- Premo, J. E., ve Kiel, E. J. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: Moderation by toddler gender. *Emotion*, 14(4), 782–793.
- Reis, H. T., ve Gable, S. L. (2003). Toward a positive psychology of relationships. In C. L. M. Keyes ve J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive Psychology and the Life Well-Lived* (pp. 129–159). American Psychological Association.
- Rothbart, M. K., ve Rueda, M. R. (2005). The Development of Effortful Control. In U. Mayr, E. Awh, ve S. W. Keele (Eds.), *Developing Individuality in the Human Brain: A Tribute to Michael I. Posner* (pp. 167–188). American Psychological Association.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., Fox, N. A., ve Calkins, S. D. (1995). Emotionality, emotion regulation and preschoolers' social adaptation. *Development and Psychopathology*, 7(1), 49-62.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 147, 598–611.
- Saarni, C. (1990). Emotional competence: How emotions and relationships become integrated. In R. A. Thompson (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1988: Socioemotional Development* (pp. 115–182). University of Nebraska Press.
- Saraiya T., ve Walsh K. (2015). A review of laboratory-based emotion regulation tasks. *Handbook on Emotion Regulation: Processes, Cognitive Effects and Social Consequences*. 1-35.
- Seçer, Z. (2017). Sosyal olarak yetkin okul öncesi çocukların duygu düzenlemeleri ile annelerinin duygu sosyalleştirme davranışları arasındaki ilişkiler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(4), 1435-1452.
- Shaffer, A., Suveg, C., Thomassin, K., ve Bradbury, L. L. (2012). Emotion socialization in the context of family risks: Links to child emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 21(6), 917-924.
- Shewark, E. A., ve Blandon, A. Y. (2015). Mothers and fathers emotion socialization and children's emotion regulation: A within-family model. *Social Development*, 24, 266-284.
- Shields, A., ve 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.
- Shipman, K. L., ve Zeman, J. (1999). Emotional understanding: A comparison of physically maltreating and nonmaltreating mother–child dyads. *Journal of Clinical Child Psychology*, 28(3), 407–417.

- Shipman, K. L., ve Zeman, J. (2001). Socialization of children's emotion regulation in mother-child dyads: A developmental psychopathology perspective. *Development and Psychopathology*, 13(2), 317-336.
- Sille, A. (2016). *Annenin duygusal sosyalizasyonu ile 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Smith, J., ve Prior, M. (1995). Temperament and stress resilience in school-age children: A within-families study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34(2), 168-179.
- Şahin Demirkapı, E. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toparlama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 297-306.
- Thomassin, K., ve Suveg, C. (2014). Reciprocal positive affect and well-regulated, adjusted children: A unique contribution of fathers. *Parenting: Science and Practice*, 14, 28-46.
- Thompson, R. A. (1990). Emotion and self-regulation. In R. A. Thompson (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1988: Socioemotional Development* (pp. 367-467). University of Nebraska Press.
- 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
- Tulpar, L. B., Aktan, Z. D., ve Yardımcı, E. (2020). 4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stillerinin ve duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 57-73.
- 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.
- Vitulic, H., S., ve Prosen, S. (2015). Coping and emotion regulation strategies in adulthood: Specificities regarding age, gender and level of education. *Journal for General Social Issues*, 25(1), 43-62.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81-85.
- Werner, K., ve Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. M. Kring ve D. M. Sloan (Eds.), *Emotion Regulation and Psychopathology: A Transdiagnostic Approach to Etiology and Treatment* (pp. 13-37). New York NY: The Guilford Press.

- Wexler, L. M., DiFluvio, G., ve Burke, T. K. (2009). Resilience and marginalized youth: Making a case for personal and collective meaning-making as part of resilience research in public health. *Social Science & Medicine*, 69, 565–570.
- Whitebread, D., ve Basilio, M. (2012). The emergence and early development of self-regulation in young children. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 16(1), 15-34.
- Yağmurlu, B., ve Altan, Ö. (2010). Maternal socialization and child temperament as predictors of emotion regulation in Turkish preschoolers. *Infant and Child Development*, 19(3), 275-296.
- Yağmurlu, B., Yavuz, M., ve Altan, Ö. (2012). Turkish mothers coping with children's negative emotions: A brief report. *Journal of Child and Family Studies*.
- Yılmaz, D. (2017). Yalnızlık duygusu, psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeyleri açısından ev hanımlarıyla çalışan kadınların karşılaştırılması. (Yüksek lisans tezi) Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (1996). *Çocuk Ruh Sağlığı*.(21. baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.

EKLER

EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Değerli katılımcı,

Sizi, FMV Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında Dr. Z. Deniz AKTAN danışmanlığında Psikolog Dilara Gürses tarafından yürütülen “*Ebeveynlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Duygu Sosyalleştirme Stratejileri ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki*” başlıklı ankete dayalı tez araştırmasına davet ediyoruz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük esasına dayanmaktadır**. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen; bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları verecek şekilde cevaplamanızdır.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkınız da bulunmaktadır. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya e-posta adresinden ulaşabilirsiniz.

Koşulları okudum, söz konusu araştırmaya katılmayı kendi rızamla kabul ediyorum.

EK B SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1) Araştırmaya Katılım Tarihi:

2) Annenin Yaşı:

3) Annenin Eğitim Durumu:

İlköğretim

Lise

Yüksekokul

Lisans

Yüksek lisans

Doktora

4) Annenin Çalışma Durumu:

Çalışmıyor

Yarı zamanlı

Tam zamanlı

5) Algılanan Gelir Düzeyi:

Düşük

Düşük - Orta

Orta

Orta - Yüksek

Yüksek

6) Yaşanan İl:

7) Ailedeki Çocuk Sayısı:

8) Araştırmaya Dahil Edilecek Çocuğun Cinsiyeti:

Kız

Erkek

Diğer

9) Araştırmaya Dahil Edilecek Çocuğun Doğum Tarihi:

10) Anne / Baba Birliktelik Durumu:

Evli

Evli değil, birlikte yaşıyor

Evli, ayrı yaşıyor

Boşanmış

Diğer:

11) Araştırmaya katılan ebeveynin mevcut ya da geçmiş zamanda almış olduğu herhangi bir psikiyatrik tanısı var mı?

Evet

Hayır

12) Araştırmaya dahil edilecek çocuğun mevcut ya da geçmiş zamanda almış olduğu herhangi bir psikiyatrik tanısı var mı?

Evet

Hayır

EK C YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...	Her zaman bir çözüm bulurum	-----	Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...	Başarılması zordur	-----	Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...	Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda	-----	Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum	Diğer kişilerle birlikte	-----	Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...	Benimkinden farklıdır	-----	Benimkiyle aynıdır

EK D ÇOCUKLARIN OLUMSUZ DUYGULARIYLA BAŞ ETME ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

1) Eğer çocuğum hastalandığı ya da bir yerini incittiği için arkadaşının doğum günü partisine veya oyun davetine gidemiyorsa ve bundan dolayı öfkeli olursa, ben;

	Hiç böyle yapmam	Nadiren böyle yaparım	Belki böyle yaparım	Büyük olasılıkla böyle yaparım	Kesinlikle böyle yaparım
a) Çocuğumu sakinleşmesi için odasına gönderirim.	1	2	3	4	5
b) Çocuğuma kızarım.	1	2	3	4	5
c) Çocuğuma arkadaşları ile birlikte olabileceği başka yollar düşünmesi için yardımcı olurum (örneğin, bazı arkadaşlarını partiden sonra davet edebilir).	1	2	3	4	5
d) Çocuğuma partiyi kaçırmayı büyütmemesini söylerim.	1	2	3	4	5
e) Çocuğumu, öfkesini ve hayal kırıklığını ifade etmesi için cesaretlendiririm.	1	2	3	4	5
f) Çocuğumu yatıştırırım ve kendini daha iyi hissetmesi için eğlenceli bir şeyler yaparım.	1	2	3	4	5

EK E DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

	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. Üzütüsünü veya sıkıntısını kolayca atlatabilir (örneğin, canını sıkan bir olay sonrasında uzun süre surat asmaz, endişeli veya üzgün durmaz).	1	2	3	4

EK F YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ

Dilara Gürses

Gönd...n - Hotmail 17:12

DG

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Kullanım İzni

Kime:

Merhaba,

İsmim Dilara Gürses. FMV Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda tez dönemindeyim.

Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürüttüğüm "Ebeveynlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin 48-72 Aylık Çocuklardaki Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisi" adlı tez için Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'ni kullanmak adına izninizi istemekteyim.

İyi günler ve iyi çalışmalar dilerim.
Saygılarımla,

Dilara Gürses

Nejat Basım

17:17

NB

yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği

Kime: Dilara

Merhaba. Mesajınızı bu adresimden yanıtlıyorum. Ölçeği çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ölçeğin yer aldığı makaleyi, makalenin sonunda yer alan ölçeğin word ortamındaki halini ve değerlendirme esaslarını içeren bilgi notunu ekte gönderiyorum. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

EK G ÇOCUKLARIN OLUMSUZ DUYGULARIYLA BAŞ ETME ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ



Dilara Gürses

13 Nisan 2021 16:47

Ynt: Duygu Düzenleme Ölçeği Kullanım İzni
Kime: Bilge Selçuk

Bilge hocam tekrardan merhaba,

Umarım iyisinizdir ve her şey yolundadır.

İsmim Dilara Gürses. FMV Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda tez dönemindeyim. Geçtiğimiz ocak ayında Duygu Düzenleme Ölçeği'nin kullanım iznini almak adına sizinle iletişime geçmiştim.

Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürütmüş olduğum tez için duygu sosyalleştirme davranışlarını da araştırmama dahil etme kararı aldım. Bu noktada Çocuğun Olumsuz Duygusuyla Başa Çıkma Ölçeği'ni de kullanmak adına izninizi istemekteyim.

Saygılarımla,

Dilara Gürses



Bilge Selçuk

14 Nisan 2021 00:36

Ynt: Duygu Düzenleme Ölçeği Kullanım İzni
Kime: Dilara Gürses, Başak Karslıgil

Dilara merhaba,
Kullanabilirsin tabii, yollayalım emaille...
Başarılar diliyorum...
Ayşe Bilge

EK H DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNI

Dilara Gürses

Gönd...n - Hotmail 17:20

DG

Duygu Düzenleme Ölçeği Kullanım İzni

Kime:

Merhaba Bilge hocam,

İsmim Dilara Gürses. FMV Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda tez dönemindeyim.

Dr. Z. Deniz Aktan danışmanlığında yürüttüğüm "Ebeveynlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin 48-72 Aylık Çocuklardaki Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisi" adlı tezim için Duygu Düzenleme Ölçeği'ni kullanmak adına izninizi istemekteyim.

Sağlıklı günler ve iyi çalışmalar dilerim.
Saygılarımla,

Dilara Gürses

Bilge Selçuk

19:32

BS

Ynt: Duygu Düzenleme Ölçeği Kullanım İzni

Kime: Dilara Gürses, Başak Karslıgil

Merhaba Dilara,
Tabii yollayalım size emaille. Başarılar diliyorum çalışmalarınızda.
Sağlıklı günler... sevgiler...
Ayşe Bilge Selçuk

EK I IŞIK ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL ONAYI

FMV IŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
ETİK KURUL ALT KOMİSYON RAPORU

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrenci no'lu, Dilara Gürses tarafından yürütülecek olan “Ebeveynlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Duygu Sosyalleştirme Stratejileri ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki” başlıklı tez araştırma protokolüne ait dosyanın incelenmesi sonucunda; tez araştırmasında katılımcıların risklerinin bulunmadığı, katılımcı/örneklem seçimin yeterli olduğu, savunmasız herhangi bir katılımcının bulunmadığı, katılımcıların gönüllü olarak katıldığını belgeleyen bilgilendirilmiş onay formunun düzenlendiği, katılımcıların gizlilik ilkesine uygun olarak bilgi ve verilerinin korunduğu, kimlik bilgilerinin saklı tutularak bulguların sadece bilimsel amaçla ve toplum yararı için kullanılacağına açıklandığı belirlenmiş ve etik yönden uygun bulunmuştur. 06.05.2021

Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Deveci

FMV IŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS
TEZ/PROJE/ARAŞTIRMA ÇALIŞMALARI İÇİN
ETİK ALT KURUL DEĞERLENDİRME FORMU

Tez/Proje/AraştırmaAdı	:	Ebeveynlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Duygu Sosyalleştirme Stratejileri ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki
Yürütücü	:	Dilara Gürses
Danışman	:	Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan
Başvuru Tarihi	:	22.04.2021
1. Niteliği gereği çalışma için Etik Kurulu onayı gerekli midir?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
2. Katılımcıların uğrayabileceği riskler beklenen yararlarla uyumlu mu?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(a) Risk var mı? <input type="checkbox"/> Evet <input checked="" type="checkbox"/> Hayır		
(b) Yarar var mı? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(c) Bu yararlar göre riskler değer mi? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
3. Riskler minimize edilmiş mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
4. Yararlar maksimize edilmiş mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
5. Katılımcı seçimi dengeli mi?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
6. Savunmasız katılımcılar için ek önlemler alınmış mı?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
7. Katılımcıların özgür ve bilgilendirilmiş bir şekilde araştırmada rol almaları sağlanmış mı?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(a) Katılım onay formu var mı? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
(b) Form anlaşılabilir bir nitelikte mi? <input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
8. Özel yaşam ve katılımcı güvenliği korunuyor mu?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
9. Verilerin korunması için gerekli tedbirler alınmış mıdır?		
<input checked="" type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır		
SONUÇ :		
<input checked="" type="checkbox"/> Etik açıdan uygundur		
<input type="checkbox"/> Etik açıdan düzeltmeler gereklidir.*		
<input type="checkbox"/> Etik açıdan uygun değildir*		
*Nedenlerini ek bir rapor halinde açıklayınız.		
TARİH	6.05.2021	
	Dr. Öğr. Üyesi Selin Karaköse	Dr. Öğr. Üyesi Z. Deniz Aktan
		Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Deveci

ÖZGEÇMİŞ