

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARININ DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ: ÇOCUĞUN MIZACI İLE EBEVEYNİNİN DUYGUSAL ZEKÂSI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞUNUN ROLÜ NEDİR?

EMOTION REGULATION SKILLS OF PRE-SCHOOL CHILDREN: WHAT IS THE ROLE OF THE CHILD'S TEMPERATURE, THE EMOTIONAL INTELLIGENCE AND THE PSYCHOLOGICAL WELLNESS OF THE PARENTS?

Zeynep KARAŞ

Milli Eğitim Bakanlığı
zeynep_karas19@trabzon.edu.tr
ORCID No: 0000-0003-3234-330X

Fatma ALTUN

Trabzon Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü
faltun@trabzon.edu.tr
ORCID No: 0000-0001-8523-7768

ÖZ

ABSTRACT

Geliş Tarihi:

27.08.2021

Kabul Tarihi:

18.05.2022

Yayın Tarihi:

30.06.2022

Anahtar Kelimeler

Duygu Düzenleme,
Mizaç, Duygusal
Zekâ, Psikolojik İyi Oluş,
Okul Öncesi Dönem
Çocukları.

Keywords

Emotion Regulation,
Temperament, Emotional
Intelligence, Psychological
Well-Being,
Preschool Children.

Bu araştırmada 3-6 yaş aralığındaki okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin açıklanmasında çocukların mizaç özellikleri ile ebeveynlerinin duygusal zekâları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin yordayıcı rolü incelenmiştir. Araştırmanın örneklemi Türkiye genelinde 3-6 yaş aralığında çocuğa sahip olan 345 ebeveyn (anne:311, baba:34) oluşmaktadır. Çalışmanın verileri Demografik Bilgi Formu, Duygu Düzenleme, Psikolojik İyi Oluş, Çocuklar İçin Kısa Mizaç ve Schutte Duygusal Zekâ ölçeklerinin ebeveynlere uygulanmasıyla elde edilmiştir. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda çocuğun mizaç özelliklerinden sıcakkanlık-utangaçlık, sebatkarlık, tepkisellik ile; ebeveyn yaşı, duygusal zekâsı ve psikolojik iyi oluşunun çocukların duygu düzenleme becerilerinin anlamlı yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri, sıcakkanlık-utangaçlık mizaç özellikleri ile ebeveynlerinin yaşı, duygusal zekâsı ve psikolojik iyi oluşları arttıkça artmaktadır. Araştırmada çocukların tepkisellik mizaç özelliklerinin duygu düzenleme becerileri üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu ve tepkisellik mizaç özellikleri arttıkça duygu düzenleme problemlerinin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca araştırmada ebeveyn yaşı ve psikolojik iyi oluşu ile çocukların sebatkarlık mizaç özelliklerindeki artışın, duygu düzenleme problemlerinde azalmaya neden olduğu da ortaya konmuştur.

This study investigates the predictive role of children's temperament characteristics and their parents' emotional intelligence and psychological well-being levels in explaining the emotion regulation skills of 3-6-year-old preschool children. The sample of the study recruited from 345 parents (mother: 311, father: 34) who have children aged 3-6 years old across Turkey. The data of the study were obtained by the Demographic Information Form, Emotion Regulation, Psychological Well-Being, Short Temperament for Children and Schutte Emotional Intelligence Scales. The results of the hierarchical regression analysis revealed that temperament characteristics such as approach, persistence, reactivity as well as parental age, emotional intelligence and psychological well-being were significant predictors of children's emotion regulation skills. According to the results of the research, emotion regulation skills of preschool children increase as their approach temperament traits and their parents' age, emotional intelligence, and psychological well-being increase. Additionally, it was also found that as children's reactivity temperament characteristics increase, their emotion regulation problems also increase. In addition, findings also indicate that the increase in parental age and psychological well-being and the persistence temperament characteristics of children cause a decrease in emotion regulation problems.

DOI: <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.987751>

Atf/Cite as: Karaş, Z., Altun, F. (2022). Okul Öncesi Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri: Çocuğun Mizacı İle Ebeveyninin Duygusal Zekâsı Ve Psikolojik İyi Oluşunun Rolü Nedir? *Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 12(2), 1268-1283.

Giriş

İnsanların ruh halini dışı vuran duygular, insan yaşamının önemli ve hayati işlevlerinden biridir (Feldman, 2014). Haim Ginott (2003:117), “Balıklar yüzer, kuşlar uçar ve insanlar hisseder.” diyerek insanı yapan şeyin duyguları olduğunu altını çizmiştir. İnsanlar genel olarak sosyal istekler doğrultusunda duygularını ifade etmekte; olumlu duygularını abartarak, olumsuz duygularını ise bastırarak dışı yansıtmaktadırlar (Gross & Thompson, 2007). Yani duygular ifade edilirken birçok durumda o an gerçekten yaşanan duygu değil, sosyal duruma uygun olan ifade edilmektedir (Eisenberg & Spinrad, 2004). Duygu düzenleme, duygu, davranış ve fizyolojik tepkileri artırmak, sürdürmek veya azaltmak için kullanılan bilinçli veya bilinçsiz stratejileri içermektedir (Gross, 2014). Bireyin hem kendi hem de başkalarının duygularını tanıması, anlaması ve uygun duygusal tepkilerde bulunması gibi önemli öğeleri barındıran duygu düzenleme becerisi günlük yaşam için oldukça gereklidir (Southam-Gerow, 2013). Sosyal beceri gelişimi ve stres altında sağlıklı iletişim kurma bakımından önem arz eden duygu düzenleme becerisi, bireylerin psikolojik iyi olma durumlarını koruyan bir etmen olarak kabul görmektedir (John & Gross, 2004). Bu denli önemli olan duygu düzenleme becerisi ilk olarak aile içerisinde ve ebeveynlerin model alınması yoluyla kazanılmaktadır (Dodge & Garber, 1991).

Çocuklarının duygu düzenleme becerisi kazanmasında hissettikleri duyguları onlara ifade edip yansıtarak, duygu düzenlemede rol model olarak ve duygu içerikli konuşarak onları desteklemelerinde ebeveynlerin duygusal zekâ düzeyleri önemli rol oynamaktadır (Cole et.al., 2004; Goleman, 2011; Southam-Gerow, 2013). Duygusal zekâ insanların birbirlerini anlamasında, diğerleriyle sağlıklı ilişkiler kurmasında ve karşılaştıkları güçlüklerle mücadele etmelerinde daha başarılı olmalarına neden olan sosyal yetilerin tümü olarak tanımlanmaktadır (Bar-On, 2006). Davranışlarıyla çocukları üzerinde kalıcı izler bırakan ebeveynlerin, duygusal zekâ yönünden güçlü olmaları, çocuklarının duygusal yönden güçlü yetişebilmeleri için önemlidir. Çünkü çocuk, çevresindeki bireylerin toplumsal durum ve uyaranlara karşı neler hissettiklerini, nasıl düşündüklerini ve tepki verdiklerini izlemekte ve bu yolla duygu düzenleme stratejileri geliştirmektedir (Denham & Burton, 2003).

Sağlıklı bireyleri yetiştirecek olan ebeveynlerin psikolojik açıdan iyi olma durumları, yaşamın ilk yıllarındaki ebeveyn-çocuk ilişkileri göz önünde bulundurulduğunda, oldukça önem arz etmektedir (Fox & Calkins, 2003). Çünkü güçlüklerle karşılaşıldığında bireyin kendini gerçekleştirmesini ve anlamlı bir yaşam için gizil gücünü harekete geçirmesini içeren (Ryff & Singer, 2008) psikolojik iyi oluş düzeyi, anne-babalık becerilerinde rol üstlenmekte ve çocukların duygu düzenleme becerisinin gelişimine etki etmektedir (Berk & Meyers, 2015). Nitekim psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek ebeveynler çocuklarının başarılarını takdir etmekte, fikirlerine saygı duymakta, ihtiyaçlarını önemsemekte ve onlara söz hakkı vermektedirler (Gross, 2014). Böylece çocuklarıyla başarılı iletişim kurarak çocuklarının duygusal gelişimlerini olumlu etkilemektedirler.

Duygu düzenleme becerisi hem kalıtım hem çevresel unsurlarla ilişkilidir ve onların etkileşiminden etkilenmektedir (Rubin et.al., 1995). Dolayısıyla çocukların duygu düzenleme becerilerinde çevresel faktörlerin yanı sıra çocuğun doğuştan getirmiş olduğu mizacı da önemli bir faktördür (Fox & Calkins, 2003). Mizaç, çocukların psikolojik uyumlarının ve sosyal davranışlarının, aynı zamanda kişiliklerinin gelişimini etkileyen önemli bir bileşendir (Arı & Yaban, 2016). Rothbart'a (2011) göre mizaç, kişiliğin gelişiminde birincil önemi olan, sinirsel iletiler sebebiyle davranışlarda bireysel farklılıkları temin eden bir yapı olup çocukların doğduğu andan başlayarak çevreye verdikleri tepkilerindeki ve duygusal tepkilerindeki değişkenlerin önemli orandaki sebebidir (Eisenberg & Spinrad, 2004). Bireylerin dünyayı anlamlandırılmaları mizaçları ile bağlantılı olduğundan, olaylar karşısında hangi duyguları yaşayacakları ve bu duygulara nasıl tepki verecekleri kendi mizacına göre şekillenmektedir (Rothbart & Bates, 2006). Mizaç doğuştan geldiği ve yaşamın ilk yıllarında şekil aldığından çocukların mizaçları da duygu düzenleme becerileri üzerinde etkili olmaktadır (Yağmurlu & Altan, 2010). Alınan her yaşın çocuk gelişimindeki etkileri bilindiğinden (Southam-Gerow, 2013) duygu düzenleme becerisinde etkisi olduğu düşünülen bir kavram da çocukların yaşlarıdır.

Duygu düzenleme becerisi üzerinde yaş ve deneyimin etkisinin olduğu, çocukların duyguları tanıma ve ifade etme becerileri ilerledikçe duyguları düzenleme becerilerinde de ilerleme kaydedildiği belirtilmektedir (Bronson, 2000; Hyson, 2004). Aynı zamanda ebeveyn yaşının artmasının da çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde olumlu etkisinin olduğu ifade edilmektedir (Arslan-Özkılıç, 2021; Bozkurt- Yüksekü & Demircioğlu, 2017; Carlson & Wang, 2007; Gökşen, 2019). Bu nedenle yaş değişkeninin duygu düzenleme becerisi üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. İnsanlar ömür boyu gelişim gösterdiklerinden bu beceri de zamanla gelişen bir yapıya sahiptir.

Bebeklik döneminde kazanılmaya başlayan duygu düzenleme becerisi için kritik dönem, okul öncesi dönemdir (Dodge & Garber, 1991; Fox & Calkins, 2003). Çocuklar bu dönemde akran gruplarıyla daha çok zaman geçirdiğinden duygu düzenlemeye gereksinimleri artmaktadır (Cole et.al., 1994). Çağımızda yaşanan sosyal değişimler çocukların duygu düzenleme becerilerine olan gereksinimlerini fazlasıyla artırmaktadır. Tek çocuğa sahip olma oranının yükselmesi (Özsarı & Güngör-Aytar, 2018), boşanma oranların çoğalmasıyla tek ebeveynli ailelerin artışı (Kocatürk, 2021) ve teknolojik araçları daha çok kullanma (Omrak, 2019) gibi değişimler çocuklara sosyal ve duygusal olarak daha fazla destek olunmasını gerekli kılmaktadır. Dolayısıyla çocukların etkin duygu düzenleme becerilerine sahip olmaları öne çıkan bir değer olarak görülmektedir.

Duygu düzenleme becerisinin bireylerin sosyal çevresini şekillendirerek karşılaşılan güçlüklerle başa çıkmada, problem çözmede önemli rol oynadığı (Thompson, 1991) ve birçok psikopatolojik sorunun duygu düzenleme güçlüklerinden kaynaklandığı (Aldao et.al., 2010) ifade edilmektedir. Etkili duygu düzenleme stratejileri kullanamayan bireylerde kaygı, depresyon, dürtü kontrolü, dikkat, hafıza, uyku ve yeme problemleri görüldüğü (Marra, 2005), evlilikte ve romantik ilişkilerde de duygu düzenleme becerisinin önemli rol üstlendiği (Barnes et.al., 2007) ifade edilmektedir. İnsan yaşamının ileriki dönemleri için oldukça önemli bir beceri olan duygu düzenleme becerisinin temeli, yaşamın ilk yıllarında atılmaktadır (Dodge & Garber, 1991; Fox & Calkins, 2003). Dolayısıyla doğru şekilde inşa edilmiş duygu düzenleme becerileri, yaşamda muhtemel olumsuzlukları önleyecek bir kalkan görevi görecektir (Cole et.al., 2004). Alan yazın incelendiğinde duygu düzenleme becerisinin, çocukların sosyal yetkinliğine (Yağmurlu & Altan, 2010), olumlu akran ilişkileri geliştirmesine, yetişkinlerle iletişimde daha başarılı olmasına ve sınıf ortamına uyum sağlamasına (Denham & Burton, 2003) etki ettiği belirtilmektedir. Yapılan çalışmalarda okul öncesi dönemde duygusal becerileri düşük olan çocukların daha saldırgan davrandıkları ve davranış problemleri yaşadıkları (Arı & Yaban, 2016); duygusal becerileri yüksek olan çocukların ise akademik olarak daha başarılı, sınıfta daha üretken oldukları, erken okuryazarlık ve yüksek matematik becerilerine sahip oldukları (Graziano et.al., 2007) görülmüştür. Bu yönden bakıldığında okul öncesi dönem çocuklarının yani 3-6 yaş aralığındaki çocukların duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi ve bu konuda desteklenmeleri oldukça önemli hale gelmektedir. Konu ile ilgili ülkemizdeki çalışmalarda son zamanlarda artış görülmesine ve çocukların sosyal davranışları, annenin duygu sosyalleştirmesi, ego sağlamlığı vb. (Arı & Yaban, 2016; Bayındır vd., 2018; Seçer, 2017) ile ilgili çalışmalar yapılmasına rağmen şimdiye kadar yapılan çalışmaların sayısı oldukça kısıtlıdır (Bilge & Sezgin, 2020). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile olan ilişkileri nedeniyle, bu çalışmanın ebeveynlerinin duygusal zekâları ile psikolojik iyi oluşlarının ve çocukların mizaç özelliklerinin duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkilerinin incelenmesiyle alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca çalışmanın çocuklarının duygu düzenleme becerilerini artırmaya yönelik eğitim programlarında değişiklikler yapılması, okul öncesi eğitimde aile katılım çalışmalarında çeşitli düzenlemeler yapılarak ebeveynlerin duygusal zekâlarının ve psikolojik iyi oluşlarının artırılıp toplumun daha duyarlı hale getirilmesi bakımından önem taşıdığı düşünülmektedir. Bu araştırma ile 3-6 yaş aralığındaki okul öncesi dönem çocukların sahip oldukları duygu düzenleme becerileri ile yaşları, mizaçları, ebeveynlerinin yaşları, duygusal zekâları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel (ilişkisel) araştırma desenine uygun olarak tasarlanmıştır (Creswell, 2017). Korelasyonel araştırma deseni, herhangi bir girişimde bulunulmaksızın iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkilerin olasılığının araştırıldığı, bir korelasyon katsayısı kullanarak değişkenlerin ne derece ilişkili olduğunun tanımlandığı araştırma desendir. Korelasyonel araştırmalar keşfedici ve yordayıcı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Fraenkel et.al., 2012, s. 332). Yordayıcı korelasyon araştırmalarında bir değişkenden yola çıkarak diğer değişken tespit edilmeye çalışılır. Keşfedici korelasyon araştırmalarında ise değişkenler arasındaki ilişki çözümlenerek önemli bir olay çözülmeye çalışılır (Büyüköztürk vd., 2018). Bu çalışma yapısı itibarıyla bir yordayıcı korelasyon araştırmasıdır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu uygun örnekleme yöntemiyle oluşturulan Türkiye genelinde 3-6 yaş aralığında çocuğu olan 311 anne (%90,1) ve 34 baba (%9,9) olmak üzere toplam 345 ebeveynden meydana gelmektedir. Uygun örnekleme yöntemi; zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk vd., 2018). Bu kapsamda internet üzerinden uygun örnekleme yöntemiyle Türkiye'nin çeşitli illerinden (50 ilinden) 168'i (%48,7) kız, 177'si (%51,3) erkek olmak üzere toplam 345 çocuğun ebeveynine ulaşılmıştır. Çocukların yaşları aylık olarak tanımlanmış olup yaş ortalaması 55,60 aydır (SS=11,90). Ebeveynlerin yaş ortalaması ise 34,63'tür (SS=4,83). Ebeveynlerin %62'si ile (210 ebeveyn) büyük çoğunluğunun eğitim durumu lisans mezunudur ve katılımcıların %35,4'ü (122 ebeveyn) gelir düzeylerinin 6001-10500 TL arasında olduğunu belirtmektedir.

Verilerin Toplanması

Ölçme araçlarının uygulanması için Trabzon Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma ve Etik Kurulu'ndan 81614018-000-E.381 sayılı etik kurul belgesi alınmıştır. Çalışma verilerinin tamamının toplanmasında çevrimiçi anket uygulaması kullanılmıştır. Katılımcılara online formları doldurmadan önce aydınlatılmış onam formları sunulmuştur. Beş bölümden oluşan form, bağlantı adresinin yayınlanmasıyla Türkiye'nin çeşitli illerinde yaşayan ebeveynlere ulaştırılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Çocuğun yaşı, cinsiyeti, ebeveynin yaşı, eğitim durumu, gelir düzeyi gibi demografik bilgilerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Duygu Düzenleme Ölçeği

Shields ve Cicchetti (1997) tarafından geliştirilen "Duygu Düzenleme Ölçeği"nin Türkçe versiyonu Batum ve Yağmurlu (2007) tarafından yapılmıştır. Çocuğun duygu düzenleme becerisini ölçmeye yönelik birden (hiçbir zaman) dörde (neredeyse her zaman gözlemliyorum) doğru seçenekleri olan 4 dereceli likert tipi bir ölçektir. 23 maddeden oluşan ölçeğin "Değişkenlik-Olumsuzluk" ve "Duygu Düzenleme" olmak üzere 2 alt boyutu bulunmaktadır. Duygu düzenleme alt boyutundan alınan yüksek puanlar yüksek duygu düzenlemeyi ifade etmektedir. Değişkenlik-olumsuzluk alt boyutundan alınan yüksek puanlar yüksek duygu düzenleme problemlerini ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının duygu düzenleme alt boyutu için ,73, değişkenlik olumsuzluk alt boyutu için ise ,75 olduğu tespit edilmiştir (Batum & Yağmurlu, 2007).

Çocuklar İçin Kısa Mizaç Ölçeği

Prior, Sanson ve Oberklaid tarafından 1989 yılında geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması, Yağmurlu ve Sanson (2009) tarafından hazırlanmıştır. Ölçek 30 madde ve 6'lı likert tipindedir. Tepkisellik, sebatkârlık, sıcakkanlılık ve ritmiklik olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Tepkisellik boyutu çocuğun belirli bir uyaran veya olaya tepki vermeye hazır olma durumunu, sebatkârlık boyutu çocuğun dikkatini bir etkinlik üzerinde yoğunlaştırabilme durumunu, sıcakkanlılık-utangaçlık boyutu çocuğun yeni insan ve ortamlara yaklaşma yöneliminin olup olmadığını, ritmiklik boyutu ise çocuğun herhangi bir işlevinin (uyku, açlık, tuvalet) günlük rutindeki düzenliliğini ölçmektedir. Yağmurlu ve Altan'ın yürüttükleri çalışmada ölçeğin güvenilirlik katsayıları sıcakkanlılık için ,75, tepkisellik için ,69, sebatkârlık için ,75 ve ritmiklik için ,63 olarak bulunmuştur. Bulunan bu değerlerin kabul edilir sınırlar içinde olduğu görülmüştür.

Schutte Duygusal Zekâ Testi-33-TR

Schutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirmiş; Tatar, Tok, Bender ve Saltukoğlu (2017) tarafından Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin belirlenmesi yapılmıştır. Tek faktörlü 33 maddeden oluşan testin iç tutarlılık katsayısı ,86 olarak saptanmıştır. Ölçek, (1 puan) kesinlikle katılmıyorum, (2 puan) katılmıyorum, (3 puan) orta derecede katılıyorum, (4 puan) katılıyorum ve (5 puan) kesinlikle katılıyorum şeklinde 5'li likert tipi

bir derecelendirmeye sahiptir. Ters yönlü maddeleri de içeren ölçekte ulaşılan puanların yüksek oluşu, yüksek duygusal zekâ düzeyine işaret etmektedir (Tatar vd., 2017).

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilen ve 2013 yılında Telef tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan ölçeğin maddeleri “kesinlikle katılmıyorum” ile “kesinlikle katılıyorum” şeklinde 1–7 arasında yanıtlanmaktadır. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında ulaşılan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ,80 olarak hesap edilmiştir. Test tekrar test sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulama arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($r = ,86$, $p < ,001$). Psikolojik İyi oluş ölçeğinin madde toplam korelasyonlarının ,41 ile ,63 arasında değişim gösterdiği ve t-değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür ($p < ,001$). Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin sahip oldukları psikolojik güç ve kaynakların oldukça fazla olduğunu ifade etmektedir (Diener et.al., 2010).

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı SPSS 23,0 kullanılarak çözümlenmiştir. Analiz öncesinde verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılarak normal dağılıma uygunluğu test edilmiştir. Değişkenlerin normal dağılım gösterdiği görülmüş ve parametrik teknikler kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkileri belirlemek amacıyla Pearson korelasyon katsayısı ve hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Araştırmanın Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	n	Min.	Mak.	Ort.	S	Skewness	Kurtosis
Duygu Düzenleme ^a	345	2	4	3,32	,42	-,53	-,12
Değişkenlik-Olumsuzluk ^a	345	1,07	3,60	1,87	,40	,64	,50
Sıcakkanlılık-Utangaçlık ^b	345	1,29	6	4,02	,99	-,23	-,28
Sebatkarlık ^b	345	1,14	6	3,94	,95	-,20	-,41
Ritmiklik ^b	345	2	6	4,31	,83	-,20	-,42
Tepkisellik ^b	345	1	5,56	2,75	,88	,55	,17
Duygusal Zekâ	345	103	160	132,96	11,09	,07	-,29
Psikolojik İyi Oluş	345	27	56	47,27	5,85	-,53	-,10
Çocuğun Yaşı ^c	345	36	79	55,60	11,90	-,14	-1,27
Ebeveyn Yaşı	345	21	48	34,63	4,83	,30	-,35

(Not. ^a Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Faktörleri, ^b Mizaç Ölçeği Alt Faktörleri, ^c Ay Olarak)

Araştırma verilerinin öncelikle normal dağılıma uygunluğu basıklık ve çarpıklık katsayıları ile test edilmiş, değerlerin -1,5 ile +1,5 arasında değiştiği ve normal dağılıma uygun olduğu görülmüştür (Tabachnick & Fidell, 2018). Tablo 1’de araştırma değişkenlerinin normallik dağılımına yönelik diğer tanımlayıcı bilgiler özetlenmiştir.

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerilerinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin yordanması amacıyla hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Bu kapsamda ilk basamakta ebeveyne ait değişkenlerden yaş, psikolojik iyi oluş ve duygusal zekâ, ikinci basamakta ise çocuğun yaşı ve mizaç türleri işleme alınmıştır.

Regresyon analizinin varsayımlarından biri değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmamasıdır. Çoklu doğrusal bağlantı problemi, bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin yüksek olması durumunda ($,90$ ve üzerinde) oluşan ve bağımsız değişkenlerin tahmin gücünü azaltan bir durumdur (Pallant, 2016). Bu amaçla regresyon işlemi öncesinde korelasyon analizi ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilere bakılarak çoklu doğrusal bağlantı problemi olup olmadığı kontrol edilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde bağımsız değişkenler arası en yüksek ilişkinin

,46 olduğu görülmekte ve bu durum kurulan modelde çoklu doğrusal bağlantı problemi olmadığını ortaya koymaktadır.

Tablo 2. Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri ile Yordayıcı Değişkenler Arasındaki İlişkiler

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Duygu Düzenleme ^a	1									
2. Değişkenlik-Olumsuzluk ^a	-,29**	1								
3. Çocuğun Yaşı	-,03	-,12*	1							
4. Ebeveyn Yaşı	0,7	-,19**	,13*	1						
5. Sıcakkanlılık-Utangaçlık ^b	,43**	-,16*	-,03	-,07	1					
6. Sebatkarlık ^b	,17**	-,35**	,15**	,01	-,01	1				
7. Ritmiklik ^b	,18**	-,20**	,07	-,04	,09	,25**	1			
8. Tepkisellik ^b	-,24**	-,61**	-,19**	,00	-,17**	-,25**	-,17**	1		
9. Duygusal Zekâ	,32**	-,15**	-,01	,01	,17**	,17**	,20**	-,18**	1	
10. Psikolojik İyi Oluş	,30**	-,35**	,05	,05	,23**	,27**	,22**	-,26**	,46**	1

(Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, ^a Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Faktörleri, ^b Mizaç Ölçeği Alt Faktörleri)

Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendikten sonra Durbin-Watson testi ile oto korelasyon durumu incelenmiş ve sırasıyla duygu düzenleme (1,91) ve değişiklik-olumsuzluk (1,89) alt boyutları için bulunan değerlerin, beklenen değerlerin (1,5-2,5) sınırları arasında yer aldığı görülmüştür (Kalaycı, 2010). Ayrıca VIF değerlerinin 10'dan küçük olması (en yüksek değer 1,42) ve "Tolerance" değerlerinin sıfırdan uzaklaşması sebebiyle çoklu bağlantı probleminin olmadığı (Pallant, 2016) anlaşılmaktadır.

Hiyerarşik çoklu regresyon analizinin tüm sayıtlarının yerine getirildiğinin tespitinin ardından çocukların duygu düzenleme becerilerinin olumlu alt boyutu "duygu düzenleme" ve olumsuz alt boyutu "değişkenlik-olumsuzluk" puanlarının ebeveyn ve çocuğa ait özellikleri tarafından ne derece açıklandığını belirlemek amacıyla iki basamaktan oluşan hiyerarşik çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 3. Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerilerinin Yordanması

Duygu Düzenleme Alt Boyutları	Model	R	R ²	ΔR ²	TSH	Değişim İstatistikleri				
						ΔR ²	ΔF	sd ₁	sd ₂	p
Duygu	1	,37	,14	,13	,39	,14	18,20	3	341	,000
Düzenleme	2	,54	,30	,28	,35	,16	15	5	336	,000
Değişkenlik-	1	,39	,16	,15	,37	,16	20,84	3	341	,000
Olumsuzluk	2	,69	,48	,46	,29	,32	40,93	5	336	,000

(Not. TSH= Tahmini Standart Hata)

Tablo 3'te görüldüğü üzere ilk etapta duygu düzenleme alt boyutlarını anlamlı bir şekilde açıklayan ebeveyne ait değişkenler (yaş, duygusal zekâ ve psikolojik iyi oluş), ikinci etapta da ebeveyn özelliklerine ilave olarak çocuğa ait değişkenler (yaşı ve mizacı [sıcakkanlılık-utangaçlık, sebatkarlık, ritmiklik, tepkisellik]) analize dahil edilmiştir. Tablo 3'e bakıldığında hiyerarşik çoklu regresyon analizindeki her iki modelin duygu düzenleme alt boyutu ($F_{3,341}=18,20$, $p < ,001$; $F_{5,336}=15$, $p < ,001$) ve değişiklik-olumsuzluk alt boyutu ($F_{3,341}=20,84$, $p < ,001$; $F_{5,336}=40,93$, $p < ,001$) için anlamlı olduğu belirlenmiştir. Tablo 3'te sunulan analiz sonucuna göre, iki model de duygu düzenlemenin alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordamıştır.

Tablo 4. Hiyerarşik Çoklu Regresyon Modelinde Çocukların Duygu Düzenleme Becerisini Açıklayan Katsayılar

Duygu Düzenleme Alt Boyutları	Model	Değişken	B	SH	β	t	p
Duygu Düzenleme	1	Sabit	1,35	,30		4,56	,000
		EDZ	,01	,002	,23	4,07	,000
		EPİO	,01	,004	,20	3,48	,001
		Ebeveyn Yaşı	,005	,004	,05	1,04	,30
	2	Sabit	1,29	,32		4,02	,000
		EDZ	,01	,002	,17	3,29	,001
		EPİO	,01	,004	,08	1,42	,16
		Ebeveyn Yaşı	,01	,004	,10	2,09	,04
		Sıcakkanlılık-Utangaçlık ^a	,15	,02	,36	7,48	,000
		Sebatkarlık ^a	,04	,02	,08	1,70	,09
Ritmiklik ^a	,03	,02	,07	1,39	,17		
Tepkisellik ^a	-,05	,02	-,11	-2,61	,02		
Değişkenlik-Olumsuzluk	1	Çocuk Yaşı	-,003	,002	-,07	-1,52	,13
		Sabit	3,49	,28		12,44	,000
		EDZ	,000	,002	,01	,18	,86
		EPİO	-,02	,004	-,35	-6,22	,000
	2	Ebeveyn Yaşı	-,01	,004	-,17	-3,48	,001
		Sabit	2,37	,26		8,91	,000
		EDZ	,002	,002	,07	1,51	,13
		EPİO	-,01	,003	-,18	-3,93	,000
		Ebeveyn Yaşı	-,01	,003	-,19	-4,71	,000
		Sıcakkanlılık-Utangaçlık ^a	-,01	,02	-,01	-,09	,93
Sebatkarlık ^a	-,07	,02	-,17	-3.87	,000		
Ritmiklik ^a	-,02	,02	-,05	-1.22	,22		
Tepkisellik ^a	,24	,02	,53	12.31	,000		
Çocuk Yaşı	,002	,001	,04	1.10	,27		

(SH= Standart Hata, EDZ= Ebeveyn Duygusal Zekâsı, EPİO= Ebeveyn Psikolojik İyi Oluşu, ^a Mizaç Ölçeği Alt Faktörleri, OÖD= Okul Öncesi dönem)

Duygu Düzenleme Alt Boyutuna İlişkin Bulgular

Model 1’de duygu düzenlemenin anlamlı yordayıcıları olan ebeveyn duygusal zekâsı (EDZ), ebeveyn psikolojik iyi oluşu (EPİO) puanları ve ebeveyn yaşı analize girmiş ve toplam varyansın %14’ünü açıklamıştır ($R^2=,14$). Kurulan modelin bağımlı değişkene ilişkin açıkladığı varyans ise %13’tür ($\Delta R^2 =,13$). Tablo 4’te görüldüğü gibi, ebeveyne ait değişkenler, bağımlı değişkene ait varyansın açıklanmasına anlamlı düzeyde katkı sunmaktadır. Bu değişkenlerin yordayıcılık gücüne bakıldığında, ebeveyn duygusal zekâsı ($\beta= ,23, p<,001$) ve psikolojik iyi oluşu ($\beta= ,20, p<,01$) anlamlı düzeyde yordayıcı olurken, ebeveyn yaşının ($\beta= ,05, p>0,5$) anlamlı düzeyde yordayıcı etkisi bulunmamaktadır.

Model 2’de açıklamaya ebeveyne ait değişkenlere ilave olarak çocuğa ait mizaç ve yaş değişkenlerinin de dahil edilmesi ile %16’lık bir artışla modelin toplam varyansın %30’unu açıkladığı görülmektedir ($R^2=,30$). Model 2’nin duygu düzenleme alt boyutuna ilişkin açıkladığı varyans ise %28’dir ($\Delta R^2 =,28$). Tablo 4’teki standardize edilmiş regresyon katsayılarına (beta) göre, yordayıcı değişkenlerin duygu düzenleme alt boyutu üzerinde görece önem sırası, sıcakkanlılık-utangaçlık ($\beta= ,36, p<,001$), ebeveyn duygusal zekâsı ($\beta= ,17, p<,01$), tepkisellik ($\beta=-,11,$

$p < ,05$) ve ebeveyn yaşı ($\beta = ,10, p < ,05$) şeklindedir. Ebeveyn psikolojik iyi oluşu ($\beta = ,08, p > ,05$), sebatkarlık ($\beta = ,08, p > ,05$), ritmiklik ($\beta = ,07, p > ,05$) ve çocuğun yaşı ($\beta = -,07, p > ,05$) değişkenlerinin ise duygu düzenleme alt boyutu üzerinde anlamlı düzeyde yordayıcı etkisi bulunmamaktadır. Diğer bir anlatımla çocukların sıcakkanlı olma durumu ile ebeveynlerin yaşı ve duygusal zekâ puanları artış gösterdikçe çocukların duygu düzenlemelerinin de artış gösterdiği; buna karşın tepkisel olma puanları artış gösterdikçe duygu düzenlemelerinin azaldığı tespit edilmiştir.

Değişkenlik- Olumsuzluk Alt Boyutuna İlişkin Bulgular

Tablo 3'te görüldüğü üzere Model 1'de ilk olarak ebeveyn duygusal zekâsı (EDZ), ebeveyn psikolojik iyi oluşu (EPIO) puanları ve ebeveyn yaşı analize girmiş ve toplam varyansın %16'sını açıklamıştır ($R^2 = ,16$). Kurulan modelin bağımlı değişkene ilişkin açıkladığı varyans ise %15'tir ($\Delta R^2 = ,15$). Tablo 4'te bu değişkenlerin yordayıcılık gücü incelendiğinde ebeveyn psikolojik iyi oluşu ($\beta = -,35, p < ,001$) ve yaşının ($\beta = -,17, p < ,01$) negatif yönde anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu, ebeveyn duygusal zekâsının ise ($\beta = ,01, p > ,05$) anlamlı düzeyde yordayıcı etkisi bulunmadığı görülmektedir.

Ebeveynlere ait değişkenlere ek olarak çocuğa ait mizaç ve yaş değişkenlerinin de dahil edildiği Model 2'de varyansın %48'e çıktığı görülmektedir ($R^2 = ,48$). Model 2'nin değişkenlik- olumsuzluk alt boyutuna ilişkin açıkladığı varyans ise %46'dır ($\Delta R^2 = ,46$). Tablo 4 incelendiğinde tepkisellik ($\beta = ,53, p < ,001$), ebeveyn yaşı ($\beta = -,19, p < ,001$), ebeveyn psikolojik iyi oluşu ($\beta = -,18, p < ,001$) ve sebatkarlık ($\beta = -,17, p < ,001$) değişkenlerinin okul öncesi dönem çocuklarının değişkenlik-olumsuzluk puanları üzerinde anlamlı yordayıcıları olduğu görülmektedir. Bununla beraber okul öncesi dönem çocuklarının değişkenlik-olumsuzluk puanları üzerinde katkıları olmayan değişkenler ise, ebeveyn duygusal zekâsı ($\beta = ,07, p > ,05$), ritmiklik ($\beta = -,05, p > ,05$), çocuğun yaşı ($\beta = ,04, p > ,05$) ve sıcakkanlık- utangaçlıktır ($\beta = -,01, p > ,05$). Buradan çıkan sonuçla hem çocukların tepkiselliklerinin artmasının hem de sebatkarlık, ebeveynlerinin yaşları ve psikolojik iyi oluş puanlarının azalmasının çocukların değişkenlik- olumsuzluk puanlarının önemli birer yordayıcısı olduğu söylenebilir.

Tartışma

Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin incelendiği bu çalışmada çocuğun mizacı ve yaşı ile ebeveynin yaşı, duygusal zekâsı ve psikolojik iyi oluşlarının yordayıcı rolleri araştırılmıştır. Elde edilen bulgulara yönelik tartışma bağımlı değişken olan duygu düzenlemenin iki alt boyutuna göre ayrı ayrı sunulmuştur. Öncelikle olumlu alt boyut olan “duygu düzenleme” ye ait bulgular, ardından “değişkenlik-olumsuzluk” alt boyutuna ait bulgular tartışılmıştır.

Araştırmadan edinilen bulgular ebeveynlerin yüksek düzey duygusal zekaya sahip olmalarının çocuklarının duygu düzenleme becerisinin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Literatürde ebeveyn duygusal zekâsı ile çocukların duygusal zekâsı (Joy et.al., 2020; Turculet & Tulbure, 2014), zorbalık davranışları (Pektane- Gülmez vd., 2019) ve davranış problemleri (Agbaria, 2020) arasında ilişki olduğunu saptayan çalışmalar bulunmaktadır. Ancak erişilebilen kaynaklar arasında doğrudan ebeveyn duygusal zekâsı ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu açıdan çalışmamız duygusal zekâ kavramıyla oldukça yakın kavramları içeren çalışmalarla ilişkilendirilerek desteklenmiştir. Anne sosyalizasyonunun çocuğun duygu düzenleme becerilerine olan etkisini inceleyen bazı araştırmalarda duygu odaklı davranışlar sergileyen ve yüksek düzeyde ifade gücüne sahip annelerin yani duygusal olarak daha duyarlı davranan annelerin çocuklarının duygu düzenlemede daha başarılı oldukları ifade edilmektedir (Premo & Kiel, 2014; Seçer, 2017; Yağmurcu & Altan, 2010). Ebeveyn duygu düzenleme bileşenleriyle çocukların duygu düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı çalışmalarda ise ebeveynlerin çocukların duygularını önemsemesi ve onların duygularına yönelik yardım ve desteklerinin çocukların duygu düzenleme becerisini olumlu etkilediği; buna karşın çocuklarının duygularını fark etmeyen ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenlemede daha başarısız oldukları tespit edilmiştir (Fırat, 2020; Güven, 2018; İnce, 2020; Sille, 2016). Tüm bu bulgular mevcut araştırma ile paralellik göstermektedir. Yüksek duygusal zekaya sahip ebeveynlerin çocuklarının da duygusal açıdan avantajlı oldukları görülmektedir. Bu da beklenildiği gibi duygusal zekâsı yüksek ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenlemede daha başarılı oldukları anlamına gelmektedir.

Yapılan hiyerarşik regresyon analizinde ilk basamakta ebeveyn psikolojik iyi oluş düzeyinin çocukların duygu düzenleme alt boyutunun pozitif yönde anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır. İlk basamakta yordayıcılığı bulunan ebeveyn psikolojik iyi oluşunun, ikinci basamakta çocuğa ait değişkenlerin analize dahil edilmesiyle yordayıcılığını kaybettiği görülmüştür. Ancak bu durumun hem duygu düzenleme becerileri ile korelasyonel ilişkisinin hem de ilk basamaktaki yordayıcılık kat sayısının orta düzeyde bir etki büyüklüğüne sahip olduğu göz önüne alındığında, birlikte analize sokulan bağımsız değişkenlerin birlikte gösterdikleri etkiden dolayı gerçekleşmiş olabileceği düşünülmektedir. Literatürdeki ebeveyn psikolojik iyi oluşuyla ilgili sınırlı sayıdaki çalışmalar incelenmiş, fakat ebeveyn psikolojik iyi oluşunun çocukların duygu düzenleme becerisine olan etkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durum konuya gereken önemin henüz verilmemiş olduğunun belirtisi olarak görülebilir. Oysaki psikolojik iyi oluş ve duygu düzenleme becerisinin birbiriyle bağdaşan kavramlar oldukları düşünülmektedir. Üstün yetenekli ergenlerle yapılan bir çalışmada iyi oluş düzeyi ile duygu düzenleme becerisi arasındaki anlamlı ilişkinin tespit edilmiş olması bu düşünceyi desteklemektedir (Koca, 2019). Ebeveyn psikolojik iyi oluşunun çocukların psikolojik iyi oluş düzeyini pozitif yönde yordadığı (Atan, 2020) ve iyi oluş düzeyi ile duygu düzenleme becerisi arasındaki anlamlı ilişkileri (Koca, 2019) ortaya koyan çalışmalar, dolaylı olarak çalışma bulgularını destekler niteliktedir. Çalışma bulgularını dolaylı olarak destekleyen başka bir çalışma da Kındıroğlu ve Yaşar- Ekici (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışma sonucunda ebeveynlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile çocuklarının sosyal becerilerinin gelişimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun mevcut çalışmayı desteklediği ve ebeveynlerin psikolojik iyi oluşları ile çocukların duygu düzenleme becerisi arasında sıkı bir ilişki olduğunu söylemek mümkündür.

Yapılan analizlerde ilk basamakta ebeveyn yaşının, duygusal zekâ ve psikolojik iyi oluş değişkenlerine daha zayıf etki gösterdiği ve çocukların duygu düzenleme alt boyutunun anlamlı yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde ebeveyn yaşının çocukların duygu düzenleme becerisi üzerinde etkisinin olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalara rastlanmaktadır (Bilge & Sezgin, 2020; Bozkurt- Yükçü & Demircioğlu, 2017; Gökşen, 2019; Köse, 2019; Özkan, 2019; Şahin, 2019; Yılmaz, 2020). Bu durum günümüzde eğitim sayesinde bilinçli ebeveynlerin sayısının artması ve ebeveynlerin kendilerini her yaşta geliştirecek fırsatlara (kitap, televizyon programı, internet vb.) sahip olmalarının sonucu olabilir. Nitekim duygu düzenleme becerilerinde anne ve babanın yaşından daha çok çocukla kurdukları iletişim ve etkileşimlerinin önemli olduğu düşünülmektedir (Romanchych, 2014). İlk basamakta yordayıcılığı bulunmayan ebeveyn yaşının, değişkenlerin birlikte gösterdikleri etkiden dolayı ikinci basamakta yordayıcılığı anlamlı düzeye ulaşmıştır. Buradan daha tecrübeli ebeveynlerin çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin genç ebeveynlerin çocuklarından daha başarılı olduğu sonucu çıkarılabilir. Literatürde de bu doğrultuda sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır (Are & Shaffer, 2016; Fırat, 2020; İlgar & Akbaba, 2017). Ebeveyn yaşının duygu düzenleme becerisi üzerinde etkili olmasında tecrübeli ebeveynlerin çocuklarına duygusal olarak daha duyarlı davranmaları bir etken olabilir.

Yapılan hiyerarşik regresyon analizinde ebeveyne ait değişkenlere ilave olarak ikinci basamakta çocuğun yaşı ve mizacı (sıcakkanlık- utangaçlık, sebatkarlık, ritmiklik ve tepkisellik) işleme dahil edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre sıcakkanlı olan çocukların duygu düzenleme becerilerinde daha başarılı oldukları söylenebilir. Aynı şekilde dürtüsel çocukların ise duygu düzenleme becerilerinde başarısız oldukları ifade edilebilir. Mizacıları gereği sıcakkanlı olan çocukların diğerleriyle daha sık sosyal ilişki kurmalarıyla duygularını düzenleme fırsatlarının arttığı ve duygu düzenlemede daha başarılı oldukları ifade edilmektedir (Rothbart, 2011). Tepkisel çocukların duygu düzenleme becerilerinde başarısız olmalarında ise dürtülerine engel olamayışları sonucunda yaşadıkları davranış problemlerinin yarattığı sosyal etkinin ve topladıkları ilgiden duydukları hazzın etkili olduğu düşünülmektedir. Literatürde çocukların sıcakkanlık-utangaçlık puanlarının duygu düzenleme becerisi üzerinde pozitif yönde, tepkiselliğin ise negatif yönde etkisi olduğu bulgusuna ulaşan ve çalışma bulgularına paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Akbaba, 2017; Güven vd., 2017; Izadpanah et. al., 2016; Schreiber et.al., 2012). Duygu düzenleme becerisini yordamada mizacın rolünü inceleyen çalışmalar içerisinde polikliniğe başvurarak depresyon, kaygı bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan 8-13 yaş grubundaki çocuklar ile gerçekleştirilen bir çalışmada, çekingenliğin ve utangaçlığın artmasıyla, duygu ayarlamadaki problemlerin arttığı ifade edilmektedir (Ergül, 2019). Ergül'ün (2019) çalışmasında elde edilen bulgular tepkisellik ve sıcakkanlık-utangaçlık alt boyutuna dair bulguları desteklemektedir. Bu çalışmada yordayıcı etkisi görülmeyen sebatkarlık ve ritmiklik alt boyutları ise Ergül'ün (2019) çalışmasında anlamlı bulunmuştur.

Çalışmada araştırmanın temel amacı doğrultusunda incelenen bir değişken de çocuğun yaşıdır. Okul öncesi dönemde hızlı bir gelişim gözlenmekte, alınan her yaşın çocuk üzerinde büyük etkileri olmaktadır (Bronson, 2000; Brownel & Kopp, 2007; Southam-Gerow, 2013). Bu nedenle yaş değişkeninin duygu düzenleme becerisi üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Ancak çalışmada yapılan regresyon analizi sonucunda çocuğun yaşının duygu düzenleme becerisi alt boyutunu yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürdeki birçok çalışma da beklenenin aksine duygu düzenleme alt boyutunda çocukların yaşının etkisinin olmadığını belirtmekte ve mevcut çalışma bulgularını desteklemektedir (Arslan- Özkılıç, 2021; Bayındır vd., 2018; Bozkurt-Yükçü & Demircioğlu, 2017; İlgar & Akbaba, 2017; İnce, 2020; Mehmetoğlu-Yontar, 2019). Bu durum çağımızda çalışan annelerin sayısının artmasıyla çocukların küçük yaşlarda kreş vb. ortamlarda bulunarak sosyalleşmesi ve duygu düzenleme becerilerini geliştirecek fırsatlarla erkenden tanışmasının sonucu olabilir. Buna karşın yine de literatürde yaş artışının duygu düzenleme becerisi üzerinde olumlu etkileri olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Carlson & Wang, 2007; Eisenberg et. al., 2001; Yılmaz, 2020). Bu çalışmalarda çocuğun yaşının duygu düzenleme becerisi ile doğru orantılı olduğu belirtilerek çocuğun yaşının artması ile duygu düzenleme becerilerinde artış görüldüğünü ifade edilmektedir. Ancak literatürdeki bazı çalışmalarda, çocuğun yaşının azalmasıyla çocukların duygu düzenleme becerilerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Are & Shaffer, 2016; Gökşen, 2019). Daha küçük yaştaki çocukların duygu düzenleme becerilerinde beklenenin aksine daha başarılı olmalarının nedeni olarak 4 yaş çocuklarının daha uyumlu olmaları, 5 yaş sendromuyla çocukların hırçınlaşmaları ve başkaldırıların artması gösterilmektedir (Gökşen, 2019).

Çalışmada ebeveyn psikolojik iyi oluş düzeyinin çocukların duygu düzenleme becerisi değişkenlik- olumsuzluk alt boyutunun negatif yönde anlamlı yordayıcısı olması çocuklara duygu düzenleme becerisi kazandırmada ebeveynlerin psikolojilerinin rolünün önemli olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Literatürde doğrudan ebeveyn psikolojik iyi oluşunun çocukların duygu düzenleme becerilerine olan etkilerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak ebeveynlik stresi ve ebeveynlerin çeşitli psikolojik problemleri, ebeveyn psikolojik iyi oluşunun karşıt kavramları olarak ele alındığında literatürde çalışma bulgularına destek olan çalışmalarla karşılaşmaktadır (Bilge & Sezgin, 2020; Ergül, 2019). Bilge ve Sezgin'in (2020) gerçekleştirdikleri çalışmada çocukların duygu düzenleme değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu ile annenin nevroitiklik ve olumsuz değerlik kişilik özellikleri arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Ergül'ün (2019) ebeveynlik stresi ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmasında çocukların duygu düzenleme olumsuzluk-değişkenlik alt boyutuyla ebeveynlik stresi arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgular neticesinde ruhsal olarak kendini kötü hisseden veya psikolojik problemleri bulunan anne-babaların durumlarının aile iklimine ve çocukla olan etkileşimlerine olumsuz yansıdığı, dolayısıyla duygu düzenleme becerilerinde sorunlara neden olduğu düşünülmektedir.

Bulgular incelendiğinde yaşı daha büyük olan anne-babaların çocuklarının daha az duygu düzenleme problemleri yaşadığı görülmektedir. Literatürde bazı çalışmalar (Arslan-Özkılıç, 2021; Bozkurt-Yükçü & Demircioğlu, 2017; Carlson & Wang, 2007; Gökşen, 2019) bu araştırmanın bulgusunu destekler nitelikte sonuçlar ortaya koymuştur. Fakat bazı araştırmalarda (Bilge & Sezgin, 2020; Köse, 2019; Şahin, 2019) çocukların duygu düzenleme becerilerinin ebeveyn yaşı ile ilişkili olmadığı belirtilmektedir. Söz konusu araştırmalarda bu sonuçta duygu düzenleme becerisini etkileyen kültürel ve bireysel faktörlerin etkili olabileceği ifade edilmektedir. Ebeveyn yaşı yükseldikçe çocukların duygu düzenleme problemlerinin azalmasının çeşitli sebepleri olabilir. Bunlardan ilk akla gelen, ebeveynlerin yaşlarının artması hayat tecrübesini ve olgunluğu beraberinde getirmesi ve ebeveynlerin olaylara daha sakin yaklaşabilmeleridir. Böylece tecrübeli ebeveynlerin çocuklarının hırçınlık, hayal kırıklığı vb. anlarında duygu düzenlemelerine yardımcı olarak değişkenlik-olumsuzluk alt boyutuna olumlu katkılar sundukları düşünülmektedir.

Çalışma bulgularına göre çocuklarının duygu düzenlemede sorunlar yaşamasında ebeveynlerin duygusal zekâ düzeylerinin manidar bir etki taşımadığı söylenebilir. Yukarıda da bahsedildiği gibi literatürde doğrudan ebeveyn duygusal zekâsı ile çocukların duygu düzenleme problemlerini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak çocukların duygu düzenleme problemlerinin ebeveynlerin duygu düzenleme güçlükleri ve ebeveyn duygu sosyalizasyonu ile ilişkili olduğunu saptayan çalışmalar mevcuttur. 2002 yılında Ramsden ve Hubbard'ın 120 4. sınıf öğrencisi ile ebeveyn duygu sosyalizasyonunun çocukların duygu düzenlemesi ve saldırganlıklarına etkisini incelediği çalışmada ebeveynleri tarafından duygularına olumsuz tepkiler verilen çocukların duygu düzenleme problemleri yaşadığı ve buna bağlı olarak daha fazla saldırgan davranış gösterdikleri saptanmıştır (Ramsden &

Hubbard, 2002). Bilge ve Sezgin, 3-6 yaş aralığında çocuğu olan 280 anne ile gerçekleştirdikleri çalışmada çocukların duygu düzenleme problemlerinin annenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkili olduğunu saptamışlardır (Bilge & Sezgin, 2020). Bu ve bunun gibi bazı çalışmaların mevcut çalışmanın bulgularıyla örtüşmediği görülmektedir (Are & Shaffer, 2016; Crespo et.al., 2017). Ancak çocukların duygu düzenleme sorunları yaşamalarında birçok faktörün etkili olduğu bilinmektedir. Her ne kadar ebeveynler duygusal olarak model olsalar da çocukların etkileşimde olduğu diğer kişiler, yaşanan olay, ortam, durum, çocuğun mizacı vb. çocukların duygu düzenleme problemleri yaşamalarında etkili olmaktadır (Eisenberg & Spinrad, 2004; Seçer, 2017). Bu nedenle ebeveynlerin duygusal zekâ düzeyleri her ne kadar çocuklarının duygu düzenleme başarılarını etkileyen bir faktör olsa da onların duygu düzenleme sorunu yaşamalarında tek başına ve çok güçlü düzeyde etkili olduğu söylenemez.

Mizacın değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunu yordamasına dair bulgular gözden geçirildiğinde tepkiselliğin pozitif yönde yüksek düzeyde yordayıcı olduğu ve sebatkarlığın da negatif yönde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bu durum okul öncesi çocukların duygu düzenleme becerilerinde mizacın rolünün önemli olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Sıcakkanlık-utangaçlık ve ritmiklik alt boyutlarının ise duygu düzenleme becerisinin değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunu yordamadığı tespit edilmiştir. Konuya ilişkin literatüre bakıldığında tepkiselliğin (Akbaba, 2017; Gökşen, 2019; Güven vd., 2017) ve sebatkarlığın (Akbaba, 2017; Gökşen, 2019) yordayıcılığına dair mevcut çalışmadan elde edilen sonuçları destekleyen araştırmalar olduğu görülmektedir. Buna rağmen bazı çalışmalarda (Akbaba, 2017; Güven vd., 2017) bu çalışmada anlamlı yordayıcı olmayan ritmikliğin değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu ile anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Mevcut çalışmada duygu düzenleme problemleri üzerindeki en güçlü yordayıcının tepkisellik olduğu tespit edilmiştir. Literatürde tepkiselliğin duygu düzenleme becerisinde birtakım sorunlar oluşturmasının öngörülmesi bu durumu açıklamaktadır (Denham & Burton, 2003). Schreiber ve arkadaşlarının (2012) gerçekleştirdikleri çalışmada tepkisellik puanları yüksek olanların duygu düzenlemede daha çok sorun yaşadıklarını bildirmeleri çalışmamızı desteklemektedir. Arı ve Yaban (2016) ile Altan'ın (2006) çalışmalarında da tepkisellik mizaç alt boyutu ile duygu düzenleme becerisi arasında sıkı bir ilişki olduğu ifade edilmektedir. Tepkisellik alt boyutuyla ilişkili olan dürtüsel davranışlar; karar verme, risk alma, davranış kontrolü ve bilişsel faaliyetlerde anahtar rol oynamaktadır (Yazıcı & Yazıcı, 2010). Dolayısıyla mizaçları gereği tepkisel olan çocukların duygu düzenleme becerisi kazanımları daha fazla önem verilmesi gereken bir konu olmaktadır.

Çalışmada değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunda yaşa göre farklılık görülmemiştir. Çocuklara gelişimlerini destekleyici kitaplar okunması, televizyon programlarının seyredilmesi ve çocukların küçük yaşlardan itibaren ebeveynlerinden duygusal destek görmeleri bunun sebebi olabilir. Literatürde de bulgularımızla paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Akbaba, 2017; Arslan-Özkılıç, 2021; Bayındır vd., 2018; Bozkurt-Yükçü & Demircioğlu, 2017; Ince, 2020; Mehmetoğlu-Yontar, 2019). Konu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde yaşın değişkenlik-olumsuzluk alt boyutu üzerinde negatif yönde etkisi olduğunu tespit eden çalışmalara da rastlanmaktadır (Yılmaz, 2020). Yılmaz (2020) çocukların yaşlarının artması ile duygu düzenleme problemlerinde azalma görüldüğünü ifade etmektedir. Yapılan incelemeler sonunda yaşın artmasıyla değişkenlik-olumsuzluk alt boyutunda düşüş olduğunu ifade eden bir çalışmaya ise rastlanmamıştır.

Sonuç

Sıcakkanlık-utangaçlık mizaç özellikleri yüksek olan çocukların duygu düzenleme becerilerinde daha başarılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Çocukların tepkisellik mizaç özellikleri ise duygu düzenleme becerileri üzerinde olumsuz etkiye sahiptir. Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ebeveynlerinin duygusal zekâsı ve psikolojik iyi oluşları arttıkça artmaktadır.

Okul öncesi dönem çocuklarının tepkisellik mizaç özellikleri arttıkça duygu düzenleme problemleri de artmaktadır. Çocukların sebatkarlık mizaç özelliklerindeki artış, duygu düzenleme problemlerinde azalmaya neden olmaktadır. Ebeveyn yaşı ve psikolojik iyi oluşu yükseldikçe çocukların duygu düzenleme problemleri de azalmaktadır.

Öneriler

Araştırmada edinilen sonuçlardan hareketle anne-babaların duygusal zekâ düzeylerini artırmaya yönelik, çocukların duygularını anlama ve onlara duygu odaklı tepkiler vermelerini içeren aile eğitim programları düzenlenerek çocukların duygu düzenleme becerilerine katkı sağlanabileceği önerilebilir. Ebeveynlerin çocuğun mizacına uygun davranışlar sergilemesi özellikle tepkisel yapıdaki çocuklarına karşı uygun davranışlarda bulunmaları, çocuğun duygu düzenleme becerisini geliştirmesine olumlu katkı sağlayacaktır. Bu nedenle ebeveynlere mizaç özellikleri ve uygun ebeveyn tutumlarıyla ilgili eğitimler düzenlenebilir. Kişiliğin oluşumunda kritik bir öneme sahip olan okul öncesi dönemde aile, akran ve okul öncesi eğitim ile kazanılan duygusal deneyimlerin etkisi ömür boyu devam etmektedir. Bu nedenle duygu düzenleme becerisinin ailede edinilemeyen yönlerinin öğretmenler aracılığıyla giderilmesi için öğretmenlere yönelik hizmet içi eğitim programlarında duygu düzenleme becerisine ilişkin konulara yer verilebilir. Medyada ebeveynin duygusal model oluşunun çocuğun duygusal gelişimi üzerindeki etkilerini içeren kamu spotları oluşturulabilir ve duyguların ifadesi ile ilgili çocuklara yönelik çizgi filmler hazırlanabilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Bunlardan ilki bu çalışma kapsamında ele alınan değişkenlerin kısıtlılığıdır. Çocukların duygu düzenleme becerilerini etkileyen farklı değişkenlerin de olduğu bilinmektedir. Bu nedenle çocukların duygu düzenleme becerilerinde etkili olabileceği düşünülen akran ilişkileri, aile içi duygusal iklim, ebeveynlerin evlilik çatışmaları, iş hayatları gibi farklı faktörlerin incelendiği çalışmaların yapılmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca çocukların duygu düzenleme becerilerinde okul öncesi eğitim kurumuna devam edip etmemeye, okul iklimi gibi değişkenlerin de araştırılması konunun bütüncül bir bakışla değerlendirilmesine katkı sunabilir. Bu çalışmanın örneklemin 3-6 yaş arası çocuğa sahip olan velilerden oluşması, çocuk ile doğrudan gözlem ve görüşme içermemesi bir diğer sınırlılık olarak görülebilir. Bu konuda yapılacak çalışmalarda farklı örneklem ve veri toplama süreçlerini içeren karma desenlerin tasarlanması önerilebilir.

Kaynakça

- Agbaria, Q. (2020). Parental Styles and Parental Emotional Intelligence as Predictors of Challenging Behavior Problems Among Children in Israel. *Topics in Early Childhood Special Education*. <https://doi.org/10.1177/0271121420918650>. 24. 08.2021
- Akbaba, G. (2017). *Beş ve altı yaş çocuklarının duygu düzenlemesinde çocuk mizacıyla anne davranışları arasındaki etkileşimin incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
- Are, F., & Shaffer, A. (2016). Family emotion expressiveness mediates the relations between maternal emotion regulation and child emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 47, 708-715.
- Arı, M., & Yaban, E. H. (2016). Okul öncesi dönemdeki çocukların sosyal davranışları: Mizaç ve duygu düzenlemenin rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1), 125-141.
- Arslan-Özkılıç, S. (2021). *Okul öncesi dönem çocuklarının anneleriyle olan ilişkileri ve annelerin çocuğa yönelik ilgisi ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Atan, A. (2020). *5-6 yaş çocuklarda psikolojik iyi oluş: Bir model önerisi ve ebeveynler ile öğretmenlerin kişilik tipleri, ego durumları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin yordayıcı rolü*, [Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional–social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25.
- Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 482–500.
- Batum, P., & Yağmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contributions of emotion and behavior regulation. *Current Psychology*, 25, 272-294.
- Bayındır, D., Balaban-Dağal, A., & Önder, A. (2018). Türkiye'deki 60-72 aylık çocuklarda duygu düzenleme becerilerinin ego sağlamlık düzeylerine göre incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(29), 377-400.

- Berk, L. E., & Meyers A.B. (2015). *Infants and children: Prenatal through middle childhood*. Pearson.
- Bilge, Y., & Sezgin, E. (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21, 310-318. https://anadolupsikiyatri.net/fulltext/apd_65836.pdf adresinden 14 Kasım 2020 tarihinde erişilmiştir.
- Bozkurt-Yükçü, & Demircioğlu, H. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 442-466.
- Bronson, M. B. (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture*. Guilford Press.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Carlson, S. M., & Wang, T. S. (2007). Inhibitory control and emotion regulation in preschool children. *Cognitive Development*, 22, 489-510.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. In N.A. Fox (Ed.), *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(240), 73-100.
- Crespo, L. M., Trentacosta, C. J., Aikins, D., & Wargo-Aikins, J. (2017). Maternal emotion regulation and children's behavior problems: the mediating role of child emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 26(10), 2797-2809.
- Creswell, J.W. (2017). *Araştırma deseni; nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*. (S.B. Demir, Çev.), Eğiten Kitap.
- Denham, S. A., & Burton, R. (2003). *Social and emotional prevention and intervention programming for preschoolers*. New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156
- Dodge, K. A. & Garber, J. (1991). *Domains of emotion regulation*. In J. Garber, & K. Dodge (Eds). *The development of emotion regulation and dysregulation* (pp. 3-11). New York: Cambridge University.
- Eisenberg, N., Gershoff, E. T., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Cumberland, A. J., Losoya, S. H., Guthrie, I. K., & Murphy, B. C. (2001). Mothers' emotional expressivity and children's behavior problems and social competence: Mediation through children's regulation. *Developmental Psychology*, 37, 475-490.
- Eisenberg, N., & Spinrad T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334-339.
- Ergül, N. (2019). *Psikiyatri kliniğine başvuran 8-13 yaş grubundaki çocuklarda mizaç özellikleri, duygu düzenleme ve annenin ebeveynlik stresi ile içe yönelik sorunları arasındaki ilişki*, [Yüksek lisans tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Feldman, S. R. (2014). *Essentials of understanding psychology*. McGraw Hill Company Inc.
- Fırat, B. (2020). *Annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve erişkin bağlanma stillerine göre 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Fox, N. A., & Calkins, S.D. (2003). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and Emotion*, 27(1), 7-26.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education*. Mc Graw Hill.
- Ginott, H. G. (2003). *Between parent and child*. Three Rivers Press.
- Goleman, D. (2011). *Duygusal zekâ EQ neden IQ'dan daha önemlidir?* (B. Seçkin, Çev.), Varlık Yayınları.
- Gökşen, E. (2019). *Okul öncesi dönemdeki çocukların duygu düzenleme becerileri ile mizaç özellikleri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, Karabük Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Graziano, P.A., Reavis, R.D., Keane, S.P., & Calkins, S. D. (2007). The role of emotion regulation and children's early academic success. *Journal of School Psychology*, 45(1), 3-19.
- Gross, J. J. (2014). *Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-20). Guilford.

- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. (pp.3-24). The Guilford Press.
- Güven, E. (2018). *Çocuklarda duygu düzenleme gücünün bağlamında sistematik bir model önerisi*, [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Güven, G., Yılmaz, E., Sezer, E., & Sezer, T. (2017, Eylül 28-Ekim 1). *Okul öncesi dönemdeki çocukların mizaç özellikleri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Sözlü sunum]. 2. Uluslararası Çağdaş Eğitim Araştırmaları Kongresi, Muğla Sıtkı Koçkan Üniversitesi, Muğla.
- Hyson, M. C. (2004). *The emotional development of young children: Building an emotion-centered curriculum*. Teachers College Press.
- Izadpanah, S., Schumacher, M., Arens, E. A., Stopsack, M., Ulrich, I., Hansenne, M., Grabe, H. J., & Barnow, S. (2016). Adolescent harm avoidance as a longitudinal predictor of maladaptive cognitive emotion regulation in adulthood: The mediating role of inhibitory control. *Journal of Adolescence*, 52, 49-59.
- İlgar, L., & Akbaba, G. (2017). Beş ve altı yaş çocuklarının duygu düzenlemelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(9), 491-520.
- İnce, S. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile anne, baba ve öğretmenlerinin duygu sosyalleştirme davranışlarının incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- John, O. O., & Gross J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(2004), 1301-1334.
- Joy, K., Singh, T, Menon, K., K., George, D., E., Renya C., V., Vincent, A., M., & Tony, C. (2020): Predicting Influence Of Parent's Emotional Intelligence On Their Child's Emotional Intelligence. *Advance. Preprint*. <https://doi.org/10.31124/advance.12307127.v>
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayıncılık.
- Kındıroğlu, Z., & Ekici, F. Y. (2019). Ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişki. *Adıyaman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 138-158.
- Koca, D. (2019). *Üstün yetenekli ergenlerde öz yeterlik ve iyi oluş: duygu düzenlemenin aracı rolü*, [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Kocatürk, M. (2021). Yetişkin tek çocukların çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemi deneyimleri ile kişilerarası ilişkileri. *Journal of Qualitative Research in Education*, 25, 185-203. <https://doi.org/10.14689/enad.25.8>
- Köse, Z. (2019). *Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme becerileri ile okul öncesi çocukların duygu düzenleme ve sosyal yetkinlik becerileri arasındaki ilişki*, [Yüksek lisans tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Marra, T. (2005). *Dialectical behavior therapy in private practice: A practical and comprehensive guide*. New Harbinger Publications.
- Mehmetoğlu-Yontar, B. (2019). *Okul öncesi öğretmenlerinin bireysel değerleri ile okul öncesi çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Omrak, C. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının bağlanma örüntüleri ve duygu düzenleme becerilerinin teknoloji kullanımıyla ilişkisi*, [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Özsarı, E., & Güngör- Aytar, F. A. (2018, Ekim 22-24). *Aileleri boşanmış ve boşanmamış okul öncesi dönem çocuklarının sosyal değerler kazanımı ve sosyoduygusal gelişimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Sözlü sunum]. Uluslararası IV. Çocuk Gelişimi Kongresi Bildirisi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Pallant, J. (2016). *SPSS survival manual, a step by step guide to data analysis using SPSS for Windows*. McGraw Hill.
- Pektane-Gülmez, A, Gültekin- Akduman, G & Gündüz,A. (2019). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Annelerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri ile Çocuklarının Akran Zorbalığı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(64), 605-611.
- Premo, J.E., & Kiel, E.L. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: moderation by toddler gender. *American Psychological Association*, 14(4), 782-793.
- Prior, M., Sanson, A. V., & Oberklaid, F. (1989). *The Australian temperament project*. In G. A. Kohnstamm, J. E. Bates, & M. K. Rothbart (Eds.), *Temperament in childhood* (pp. 537-556). Wiley Publishing.
- Ramsden, S. R., & Hubbard, J. A. (2002). Family expressiveness and parental emotion coaching: Their role in children's emotion regulation and aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 657-667.

- Romanchych, E. L. (2014). Young children's aggression: links between emotion regulation, mother-child shared affect, parenting practices and parenting support. *Electronic Theses and Dissertations*, 5181. Retrieved April 1, 2021 from <https://scholar.uwindsor.ca/etd/5181>.
- Rothbart, M. K. (2011). *Becoming who we are: Temperament, personality and development*. Guilford Press.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). *Temperament*. In W. Damon, R. Lerner & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology*, (Vol. 3, pp. 99-166). Wiley.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., Fox, N. A., & Calkins, S. D. (1995). Emotionality, regulation and preschooler's social adaptation. *Development and Psychopathology*, 7, 49-62.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: An eudaimonic approach to psychological wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Schreiber, L. R. N., Grant, J. E., & Odlaug, B. L. (2012). Emotion regulation and impulsivity in young adults. *Journal of Psychiatric Research*, 46(5), 651-658.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J.T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- 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.
- Shields, A., & Cicchetti, D. (1997). Emotion regulation among school-age children: The development and validation of a new criterion Q-sort scale. *Developmental Psychology*, 33(6), 906-916.
- Sille, A. (2016). *Annenin duygusal sosyalizasyonu ile 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişki*, [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Southam-Gerow, M. A. (2013). *Emotion regulation in children and adolescents: A practitioner's guide*. Guilford.
- Şahin, K. (2019). *Okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerileri ile davranış sorunları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2018). *Using multivariate statistics*. Pearson Education.
- Tatar, A., Tok, S., Tekin-Bender, M., & Saltukoğlu, G. (2017). Asıl form Schutte duygusal zekâ testinin Türkçeye çevirisi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 139-146.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3(4), 269-307.
- Turculet, A., & Tulbure, C. (2014). The relation between the emotional intelligence of parents and children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 142, 592-596.
- Yağmurlu, B., & Altan, O. (2010). Maternal socialization and child temperament as predictors of emotion regulation in Turkish preschoolers. *Infant and Child Development*, 19, 275-296.
- Yağmurlu, B., & Sanson, A. (2009). The role of child temperament, parenting and culture in the development of prosocial behaviors. *Australian Journal of Psychology*, 61, 77-88.
- Yazıcı, K., & Yazıcı, A.E. (2010). Dürtüselliğin nöroanatomik ve nörokimyasal temelleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2, 254-280.
- Yılmaz, H. (2020). *Okul öncesi duygu düzenleme ölçeğinin geliştirilmesi ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin çocukların duygu düzenleme becerilerini yordayıcılığı* [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.

EXTENDED SUMMARY

The regulation of emotions, which is one of the important and vital functions of human life, is quite necessary for daily life. It is seen that individuals who are successful in regulating their emotions have better social relations, mental and physical health. Preschool period has a critical importance in acquiring this skill. The ability to regulate emotion correctly in this period will provide many advantages both in childhood and later in life. Emotion regulation skill, which is so important, is first acquired by taking parents as a model. Therefore, personality traits such as emotional intelligence and psychological well-being of parents are important on emotion regulation skills. In addition to environmental factors, the child's temperament is also an important factor in children's emotion regulation skills. Because children use emotion regulation strategies suitable for their temperament. From this point of view, it becomes very important to examine the emotion regulation skills of preschool children and to support them in this regard. In this direction, it is aimed to examine the relationship between the emotion regulation skills of preschool children aged 3-6 years and their age, temperament, parents' age, emotional intelligence and psychological well-being. In the study, predictive correlational research design, one of the quantitative research methods, was adopted. The study data were obtained from 345 parents with children between the ages of 3 and 6 from various provinces of Turkey (50 provinces) determined by convenient sampling method. The gender of the children of the participant parents were 168 (48,7%) girls and 177 (51,3%) boys. The ages of the children were defined as monthly and the mean age was 55,60 months (SD=11,90). The average age of the parents was 34,63 (SD=4,83). Most of the participants, with 90,1% (311 participants), are mothers, and 9,9% (34 participants) are fathers. Data were obtained by using the information form, Emotion Regulation Scale, Short Temperament Scale for Children, Schutte Emotional Intelligence Test-33-TR and Psychological Well-Being Scale for the original form.

A hierarchical multiple regression analysis consisting of 2 models was conducted to determine to what extent the positive sub-dimension "emotion regulation" and the negative sub-dimension "variability-negativity" scores of children's emotion regulation skills were explained by the characteristics of the parent and child. In the first place, the parental variables (age, emotional intelligence and psychological well-being) that meaningfully explain the emotion regulation sub-dimensions, and in the second stage, the child's variables (age and temperament [approach, persistence, rhythmicity, reactivity]) in addition to the parental characteristics included in the analysis. The results of the research show that the emotion regulation skills of preschool children increase as the approach temperament characteristics and the emotional intelligence and psychological well-being of their parents increase. Children's reactivity temperament characteristics have a negative effect on their emotion regulation skills.

The findings of the study show that as the reactivity temperament characteristics of preschool children increase, their emotion regulation problems also increase. Again, according to the results of the research, the increase in parental age and psychological well-being and the persistence temperament characteristics of children cause a decrease in emotion regulation problems. Although the study findings do not overlap with some studies in the literature, they are supported by the findings of many studies.

Based on the results of the study, in order to increase the psychological well-being of parents, municipality or university-supported family counseling centers can be established where all parents in the society can receive psychological support. Parents' behaviors appropriate to the child's temperament will contribute positively to the child's development of emotion regulation skills, especially if they behave appropriately towards their reactive children. For this reason, trainings on temperament characteristics and appropriate parental attitudes can be organized for parents. In addition, a public announcement can be arranged on this subject. In addition, it can be suggested that children's emotion regulation skills can be contributed by organizing family education programs that include understanding children's emotions and giving emotion-focused responses to increase the emotional intelligence levels of parents. The effect of emotional experiences gained through family, peer and pre-school education in the preschool period, which has a critical importance in the formation of personality, continues for life. For this reason, in-service training programs for teachers can include training on emotion regulation skills in order to eliminate the aspects of emotion regulation skills that cannot be acquired in the family through teachers. Public service announcements can be created in the media that include the effects of the parent's being an emotional model on the emotional development of the child, and cartoons for children can be prepared about the expression of emotions. Considering the results of the study, it may be recommended to conduct research involving preschool education institutions in order to examine the effects of emotion regulation skills at school in future studies. In addition, it is thought that conducting studies examining different factors such as peer relations, family emotional climate, marital conflicts of parents, and business life, which are thought to be effective in children's emotion regulation skills, will contribute to the literature.