

ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE ZİHİN YÖNELİMLİLİKLERİ İLE ÇOCUKLARININ DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ BAĞLANTILARIN İNCELENMESİ

✉ Esra DEMİRKAN^a

✉ Yasemin YEŞİLYAPRAK^b

Özet

Mevcut araştırmada annelerin ve çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilerin annelerin sosyal duygusal becerileri, üst duygu becerileri ve çocuklarına ilişkin zihin yönelimlilikleri çerçevesinde incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda mevcut araştırma, 6-14 yaş aralığında en az bir çocuğu olan 74 anne ile yürütülmüştür. Uygulamalar çevrimiçi ortamda annelerle anket ve ölçeklerin yer aldığı araştırma linkinin paylaşılması yoluyla gerçekleştirilmiştir. Uygulamalarda sırasıyla annelerin çocuklarını nasıl tarif ettiklerini değerlendirmek amacıyla Zihin Yönelimlilik Ölçümü, annelerin başkalarının zihinsel durumunu ve duygu ifadelerini tanıma becerilerini değerlendirmek için Gözlerden Zihin Okuma Testi, çocuklarının duygu düzenleme becerilerine ilişkin bildirimlerini almak için Duygu Ayarlama Ölçeği, annelerin kendi duygu düzenlemelerini ölçmek için Üst Duygu Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği sunulmuştur. Son olarak Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-21) annelerin mevcut depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini kontrol etmek amacıyla uygulanmıştır. Verilerin analizi SPSS 26.0 istatistik programı aracılığıyla yapılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Tekniği ve Çoklu Doğrusal Regresyon ve Hiyerarşik Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri kullanılmıştır. Bulgular çocukların duygu düzenleme becerilerinin en önemli yordayıcısının annelerin duygu düzenleme becerilerinin yeniden değerlendirme boyutu olduğunu göstermiştir. Annelerin zihin yönelimlilikleri ve gözlerden zihin okuma becerileri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çocuklarda duygu düzenleme, Annelerde duygu düzenleme, Üst duygu, Zihin yönelimlilik, Gözlerden zihin okuma.



^a Arş. Gör., İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, esrademirkan@istanbul.edu.tr

^b Arş. Gör., İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, yasemin.yesilyaprak@gmail.com

Makale Geliş Tarihi: 28.12.2022, Makale Kabul Tarihi: 14.03.2023

INVESTIGATING THE LINKS BETWEEN MOTHERS' EMOTION REGULATION SKILLS AND MIND MINDEDNESS AND THEIR CHILDREN'S EMOTION REGULATION SKILLS

Abstract

The relationship between mothers and their children's emotion regulation skills investigated in terms of mothers' social-emotional skills, meta-emotional skills, and maternal mind-mindedness. In line with this objective, the current study was conducted with 74 mothers who had at least one child between the ages of 6-14. The surveys were carried out by sharing the research link, which included the questionnaires and scales, with the mothers in the online environment. Mind-mindedness measurement to evaluate how mothers describe their children, The Reading the Mind in the Eyes Test to evaluate mothers' ability to recognize other people's mental states and emotional expressions, Emotion Adjustment Scale to measure their children's emotion regulation skills, Meta Emotion Scale and Emotion Regulation Questionnaire to measure mothers' emotion regulation skills were presented respectively. As a final measurement, Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) was applied to control the mothers' current depression, anxiety and stress levels. Data were analyzed using the SPSS 26.0 statistical software. Pearson's Correlation Coefficient and Hierarchical Multiple Linear Regression Analysis were carried out. The findings showed that the most important predictor of children's emotion regulation skills was the reappraisal dimension of mothers' emotion regulation skills. No significant relationship was found between mothers' mind mindedness and mind-reading skills from the eyes, and children's emotion regulation skills. The findings were discussed in the light of the literature.

Keywords: Emotion regulation in children, Emotion regulation in mothers, Meta emotion, Maternal mind-mindedness, Reading the mind in the eyes.



Giriş

Sosyal bir varlık olan insanlar pek çok beceriyi olduğu gibi duygu düzenleme becerilerini de sosyal etkileşimler bağlamında edinirler. Çocuklar dünyaya geldikleri andan itibaren ebeveynlerinin duyguları nasıl deneyimlediklerine, nasıl ifade ettiklerine ve nasıl d zenlediklerine şahit olurlar. Duyguların ifade edilişini kişinin hem kendisi hem de çevresi tarafından bir çok şekilde düzenlenebilir (Walden & Smith, 1997). Çocukların erken yaştaki duygu düzenleme becerileri ilk olarak ebeveyn- ocuk etkileşimi içerisinde şekillenmektedir. Çocuğun içine doğduğu ailenin bağlamı ve ebeveynleri ile kurduğu etkileşim/iilişki, onun duyguları deneyimleme, ifade etme ve düzenleme biçimleri üzerinde belirleyici bir role sahiptir. Bu doğrultuda sosyal bir süre   olan duygu düzenleme kişinin kendi duygularını düzenlemesi gibi içsel bir şekilde olabileceği gibi bir babanın çocuğunu sakinleştirmesi gibi dışsal bir şekilde de olabilir (Thompson, 1994).

Duygu düzenleme, bireyin ama  larına uygun şekilde duygusal tepkilerini kontrol edebilme, izleyebilme, değerlendirme ve değiştirme becerileridir (Thompson, 1994). Gross'a (1998) göre duygu düzenleme, hangi duyguları nasıl ifade ettiğimizi, bu duygulara ne zaman sahip olduğumuzu, onları nasıl deneyimlediğimizi belirleyen süre  lerdir. Bu süre  ler, duygusal deneyimleri ve ifadeleri azaltmayı, artırmayı ve bastırmayı içeren her türlü ama  lı-ama  sız, bilin  li-bilin  siz davranış, beceri ve stratejilerdir. Cole ve diğerleri (2004), duygu düzenlemeyi kişilerin hedeflerine ulaşmaları ve sosyal hayatlarına uyum sağlamaları amacıyla duygusal uyarılmanın başlatılması, sürdürülmesi ve yönetilmesi olarak tanımlamışlardır.

Çocukların duygu düzenleme becerilerini konu alan pek çok araştırma çocukların bu becerileri edinmesi üzerinde ebeveynlerin rolüne odaklanmıştır. Bariola vd. (2012) 9-19 yaş aralığında çocuklar ve onların anne babaları ile yürüttükleri araştırmalarında çocuklar ve ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçları, babaların kullandıkları duygu düzenleme stratejileri ile çocukların kullandıkları stratejiler arasında bir ilişki olmadığını; annelerin bastırma stratejisi kullanımının ise çocuklarının bastırma stratejisi kullanımını yordadığını göstermiştir. Bulgular çocukların yaşının ise bu ilişkide düzenleyici bir rolü olmadığını göstermiştir. Bu bulgular annelerin bir duygu düzenleme stratejisi olarak bastırmayı kullanmasının çocukların da bastırma stratejisini kullanımı açısından önemli bir rolü olduğuna işaret etmektedir. Rogers vd.'nin (2016) yürüttüğü araştırmanın bulguları ise annelerin bastırma stratejisi kullanmamalarının orta çocukluk dönemindeki çocukların daha yüksek düzeyde duygu düzenleme becerilerine sahip olmalarının yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Ayrıca bu araştırmada çocukların duygusal değişkenliğinin yordayıcılarının ise annelerin çocuklarının duygularına değer vermesi, duygularını küçümsememesi, annelerin bilişsel yeniden değerlendirme stratejisini kullanması ve bastırma stratejisini kullanmaması olduğu bulunmuştur. Bu bulgular annelerin bastırma stratejilerini kullanmamasının ve yeniden değerlendirme stratejilerini kullanmasının çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde olumlu etkileri olduğuna işaret etmektedir.

Bazı araştırmalar ebeveynlerin özellikle duygu düzenleme becerilerinde yaşadıkları güçlüklerin çocukların duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisine odaklanmıştır. Örneğin Morelen vd. (2016) annelerin duygu düzenleyememesi ve 8-11 yaş aralığındaki çocuklarının duygu düzensizliği arasında pozitif bir ilişki olduğunu, ayrıca annelerin duygu düzenleyememesi ile çocukların uyumlu duygu düzenleme becerileri arasında negatif bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde Akman (2019) 11-14 yaş aralığındaki çocukların deneyimlediği duygu düzenleme güçlükleri ile annelerin ve babaların deneyimlediği duygu düzenleme güçlükleri arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğuna işaret etmiştir. Bu bulgu 48-72 aylık çocuklar ile yürütülen başka bir çalışmada da ortaya konmuş; çocukların duygu düzenleme becerileri ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Firat, 2020). Bilge ve Sezgin (2020) de 3-6 yaş arasındaki çocuklarla yürüttüğü çalışmada çocukların duygu düzenleme becerilerinden ziyade duygu düzenleme güçlüklerinin annelerin duygu düzenleme güçlükleri ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Alanyazındaki bu bulgular çocukların duygu düzenleme becerileri ve duygu düzenlemeye ilişkin güçlükleri üzerinde anne babaların duygu düzenleme becerileri ve güçlüklerinin önemli bir rolü olduğunu göstermektedir. Bu bulgular ebeveyn-çocuk etkileşimi bağlamında ele alındığında, ebeveynlerin duygularını nasıl düzenlediklerinin yanı sıra çocuklarının duygularını ve zihinsel durumlarını nasıl algıladıklarının da çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerinde rol oynayabileceği düşünülmüştür. Annelerin, duygu ifadelerini ve zihinsel durumları tanıma becerileri çocukların duygu düzenleme becerilerini nasıl etkilemektedir? Yine ebeveyn-çocuk etkileşimi bağlamında düşünüldüğünde bir annenin çocuğunu nasıl tarif ettiği, tarif ederken kişilik özelliklerine, tercihlerine, isteklerine ve zihinsel süreçlerine ne kadar ve nasıl atıf yaptığı çocuğun duygu düzenleme becerileri üzerinde bir rol oynuyor olabilir mi? Bu etkileşim içerisinde annenin kendi duygularına ilişkin değerlendirmelerinin rolü nedir? Mevcut araştırmada bu sorular doğrultusunda annelerin duygu

düzenleme becerilerine ek olarak, zihin yönelimlilikleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve üst duygu becerilerinin çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Annelerin çocuklarını tarif ederken zihinsel atıflar kullanmaları olarak tarif edebileceğimiz zihin yönelimlilik becerisi, son yıllarda ebeveyn- ocuk etkileşiminde ilgi çeken konulardan biri haline gelmiştir. Meins'e (2013) göre ebeveynin zihin y nelimliliği, ebeveynlerin çocuklarını karşılanması gereken ihtiyaçları olan varlıklar olarak değil, bağımsız bir zihne sahip bireyler olarak görme eğilimini ifade etmektedir. Meins (2013) zihin y nelimliliği, ebeveynlerin çocuğun ne düşündüğü ve ne hissettiğine uyum sağlama yeteneğinin bir tezahürü olarak tarif etmiştir. Ebeveynler bu yolla doğrudan, çocukların kendilerine olan güvenine katkı sağlamakta, kendini-düzenleme becerilerine ve sosyo-bilişsel gelişimlerine destek olmaktadır (McMahon & Bernier, 2017).

Alanyazında ebeveynin zihin y nelimliliğinin çocukların duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolünü inceleyen az sayıda çalışma mevcuttur ve bu çalışmalarda çoğunlukla bebeklik dönemine odaklanılmıştır. Örneğin anne babaların zihin y nelimliliği ve 4-12 aylık bebeklerin fizyolojik duygu düzenlemesi (kalp atım hızı) arasındaki ilişkilerin incelendiği bir araştırmada bulgular, annelerin ve babaların zihin ilişkili konuşmalarının, bebeklerin fizyolojik duygu düzenlemesini yordadığını göstermiştir (Zeegers vd., 2018). Choi (2021) annelerin zihin y nelimliliği ve küçük çocuklarının duygu düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi incelemiş, çocuklar 14. aylıkken annelerin çocuklarına ilişkin uygun zihin ilişkili yorumlarının çocukların 24. ayındaki duygu düzenlemesi ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir başka araştırmada çocuklar 6 aylıkken anne ve babalarının zihin y nelimliliğinin çocukların 12 aylıkken daha az sosyal-duygusal problem göstermesinin yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Laflamme vd., 2022). Bu bulgular ebeveynlerin zihin y nelimliliklerinin bebeklik döneminde çocukların duygu düzenlemeleri ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Annenin zihin y nelimliliğinin bebeklik döneminde çocuğun duygu düzenlemesi üzerindeki bu rolü, çocuğun ilerleyen gelişim dönemlerinde de benzer Şekilde etki göstermekte midir? Alanyazın incelendiğinde orta çocukluk döneminde çocukların duygu düzenleme becerileri ile ebeveynlerin zihin yönelimlilikleri arasındaki ilişkinin ele alınmadığı dikkat çekmektedir. Orta  ocukluk döneminde ebeveyn- ocuk etkileşiminde çocukların kendi zihinsel durumlarının daha fazla farkında olması, onları daha iyi ifade edebilir hale gelmeleri ebeveynlerin çocuklarını bağımsız bir zihne sahip bireyler olarak görmeleri açısından önemli bir belirleyici olabileceği düşünülmüştür. Bu fikir doğrultusunda orta çocukluk döneminde ebeveynlerin çocuklarına ilişkin zihin y nelimliliklerinin çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde nasıl bir rol oynadığı sorusu ortaya çıkmaktadır.

Duygu düzenleme için duygusal ifadeleri tanıma, anlama ve birleştirme becerisi gereklidir (Zeman vd., 2006). Bu nedenle annelerin duygu ifadelerini ve zihinsel durumları tanıma becerilerinin de çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerinde bir rol oynaması beklenir. Alanyazında annelerin zihin okuma becerilerinin çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisine değinilmemiştir. Başkalarının zihinsel durumunu ve duygu ifadelerini tanıma becerileri olarak ele alınan zihin okuma becerileri alanyazında Gözlerden Zihin Okuma Testi (The Revised Eye Test) ile (Baron-Cohen vd., 2001)  l ld ğ  görülmektedir ( rn.: Henry vd., 2009). Bu ölçümlerin duygu algılama becerisi ile orta ve g  l  derecede ilişkili olduğu bulunmuştur (Henry vd., 2009; Petroni vd., 2011). Bazı araştırmacılar ise bu testi

duygu algılama ölçümü olarak kullanmışlardır (Guastella vd., 2010; Lucht vd., 2012). Mevcut araştırmada da ebeveynlerin Gözlerden Zihin Okuma testi ile belirlenen zihin okuma becerilerinin çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Ayrıca annelerin duygular hakkındaki inançlarının ve kendi duygularına ilişkin farkındalıklarının da hem kendi duygu düzenleme becerileri hem de çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerinde belirleyici bir rolü olabileceği düşünülmüştür. Alanyazında duygulara ilişkin bu süreçler üst duygu olarak nitelenmektedir. Mayer ve Gaschke (1988) üst duygu becerilerini, bir duygunun doğrudan deneyimi ve duygu hakkındaki düşünce ve hisleri içeren üst düzey bir deneyim olmak üzere en az iki düzeyden oluşan bir yapı olarak tarif etmiştir. Gottman vd. (1997) üst duyguyu ebeveynlerin duygular hakkındaki duyguları olarak tanımlamış ve bu kavramı ebeveynlerin duygulara ve çocuklarının duygularına ilişkin farkındalığı ve onların duygularına nasıl rehberlik ettikleri şeklinde kavramsallaştırmışlardır. Bu doğrultuda mevcut araştırmada annelerin üst duygu becerilerinin hem kendi hem de çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çerçevede mevcut araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır;

1. Annelerin duygu düzenleme becerileri, zihin yönelimlilikleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve üst duygu becerilerinin çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde yordayıcı bir rolü var mıdır?
2. Annelerin üst duygu becerilerinin, duygu düzenleme becerileri üzerinde yordayıcı bir rolü var mıdır?

A. YÖNTEM

1. Araştırma Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma deseni ile yürütülmüştür. Bu doğrultuda araştırmada betimsel desenlerden korelatif yaklaşım benimsenmiştir. Zaman uzamı açısından kesitsel bir çalışmadır.

2. Katılımcılar

Bu çalışmanın katılımcılarına kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını 6-14 yaş aralığında en az bir çocuğu olan 74 anne oluşturmuştur. Katılımcıların sahip olduğu çocuk sayısı 1 ile 4 arasında değişmektedir. Buna göre bir çocuk sahibi anne sayısı 23; iki çocuk sahibi anne sayısı 40; üç çocuk sahibi anne sayısı 8; dört çocuk sahibi anne sayısı ise 3'tür. Katılımcıların yaş aralığı 25-48'dir (Ort.: 40.05, SS: 4.82). Annelerin zihin yönelimlilik ölçümü çerçevesinde tarif etmek üzere seçtikleri çocukların yaşları 79-168 ay aralığındadır (Ort.: 125, SS: 31). Annelerin %10.8'i lisansüstü, %56.8'i lisans, %28.4'ü lise ve %4.1'i ortaokul mezunudur. Çalışma durumu açısından incelendiğinde annelerin %48.6'sı çalışmakta olduğunu, %51.4'ü ise çalışmadığını bildirmiştir. Sosyo-ekonomik düzey açısından ise % 6.8'i yüksek, %89.2'si orta, %4.1'i düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu belirtmiştir. Medeni durum açısından ise annelerin %89.2'si evli, %5.4'ü bekar. Araştırmada psikiyatrik tanı/tedavi geçmişi olmaması kriteri gözetilmiştir. Katılımcıların hiçbirisi psikiyatrik tanı/tedavi geçmişi bildirmemiştir.

3. Veri Toplama Araçları

3.1. *Demografik Bilgi Formu*: Araştırmacılar tarafından hazırlanmış, Demografik Bilgi Formu, annelerin doğum tarihi, medeni durumu, eğitim düzeyi, çalışma durumu, sosyoekonomik düzeyi, psikiyatrik tanı/tedavi geçmişi ve çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğum tarihi gibi soruları içermektedir.

3.2. *Zihin Yönelimlilik  l m *: Annelerin zihin y nelimliliğini ölçmek amacıyla Meins vd.'nin (1998)  nerdiği görüşme yöntemindeki soru kullanılmıştır. Bu görüşme yönteminde annelere "Bana'yı ( ocuğun adı) tarif eder misiniz?" sorusu sorulmaktadır. Annelerin bu soruya verdikleri yanıtlar ses kaydına alınmakta ve sonra kelime kelime deşifre edilmektedir. Görüşme öncesinde annelere kendilerine sorulacak soruların yanlış ya da doğru bir cevabının bulunmadığı, çocuklarını tarif etmeye akıllarına gelen ilk ifadeyle başlayabilecekleri söylenmektedir. Zihin y nelimliliği değerlendirmek için annelerin çocuğu hakkında yaptığı atıflar dört kategoriye ayrılmaktadır. Bu kategorilerden bir tanesi zihinsel atıflardır. Bu atıf türü çocuğun kişilik özellikleri, tercih ve istekleri, hoşlandıkları ya da hoşlanmadıkları, zihinsel süreçleri gibi duygulanımlarına ilişkin yorumları içermektedir. Davranışsal atıflar ise diğer bir atıf türüdür. Çocuğun katıldığı etkinlikler ve başkalarıyla oynadığı oyunlar gibi davranışlarını içeren ifadeler davranışsal atıf kategorisinde değerlendirilmektedir. Çocuğun yaşı, fiziksel görünümü, ailedeki yerine ilişkin yorumlar ise fiziksel atıflar olarak sınıflandırılmaktadır. Son bu kategorilere uymayan, çocukla ilgili her türlü açıklama ise genel atıflar olarak değerlendirilmektedir. Araştırmacılar puanlayıcılar arasına güvenirlik değerini Cohen'in Kappa katsayısı ile değerlendirmişler ve kodlayıcılar arasına uyumun çok iyi düzeyde olduğunu bulmuşlardır ($\kappa = 0,91$). Mevcut  alışmada Zihin Yönelimlilik  l m  için annelere "Bize çocuğunuzu tarif eder misiniz? Onu bütün yönleriyle ve ayrıntılı bir Şekilde anlatmaya  zen gösteriniz. Çocuğunuzu anlatırken aklınıza gelen ilk Őeyle başlayabilirsiniz." yönergesi verilmekte, annelerin yanıtlarını kendilerine sunulan ilgili satırlara yazmaları istenmektedir. Mevcut çalışmanın kodlayıcıları arasına güvenirlik değeri için Cohen'in Kappa katsayısı .81 bulunmuştur.

3.3. *Gözlerden Zihin Okuma Testi (GZO)*: Testi 1997 yılında, Baron-Cohen ve diğerleri alana tanıtmuşlardır. Araştırmacılar, yetişkinlerin sosyal duyarlılıklarındaki bireysel farklılıkları ölçmek amacıyla testi geliştirmişler ve bu testin bir duygu tanıma ve ileri düzey zihin okuma testi olduğunu ileri sürmüşlerdir. Testin revize edilmiş hali ise 2001 yılında The Revised Eyes Test adıyla oluşturulmuştur (Baron-Cohen vd., 2001). Test, ileri derece bir zihin okuma testi olarak tanıtılsa da yalnızca birinci dereceden bir zihin okuma görevi içermektedir. Zihin kuramının ikinci basamağı olan zihinsel durumun içeriği hakkında çıkarım yapmayı içermemektedir. Revize edilmiş testin duygu algılama becerisi ölümleri ile orta ve g cl  derecede ilişkili olduğu bulunmuş (Henry vd., 2009; Petroni vd., 2011) ve kimi araştırmacılar bu testi duygu algılama ölümü olarak kullanımuşlardır (Guastella vd., 2010; Lucht vd., 2012). Ölçek 36 sorudan oluşmaktadır. Katılımcılardan verilen 4 seçenekten görseldeki bireyin zihinsel durumunu ve duygu ifadesini en uygun tarif eden seçeneği işaretlemesi beklenmektedir. Dolayısıyla görseller farklı duygu durumlarını ve zihinsel halleri içermektedir (kötümser, Őakacı, ısrarcı vb.). Görseller kadın ve erkek suratlarının göz çevrelerine ait fotoğraflardan oluşmaktadır. Puanlama her soru için doğru yanıtta 1, yanlış yanıtta ise 0 puan verilerek yapılmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik  alışması Yıldırım ve diğerleri (2011) tarafından yapılmıştır. Araştırmacılar test-test tekrarı güvenilirliği için Bland ve Altman yöntemini kullanımuşlar ve test tekrar test analizinde iki ortalama farkı

için güven aralığının yeterli olduğunu belirtmişlerdir. Test-test tekrarı arasındaki fark -10 ile +11 arasında olup, ortalama farkı 0,01'dir. İki ortalama farkı için güven aralığını ise %95 CI -0,86/0,88 olarak tanımlamışlardır. Kuder - Richardson 20 ile incelenen güvenilirlik değeri ise KR20 = 0,72 olarak rapor edilmiştir. Türkçe form 32 maddeden oluşmaktadır. Puanlama orijinal form ile aynıdır, testten alınabilecek puan 0-32 aralığındadır. Testte yüksek puanlar gelişmiş zihin kuramı becerilerine işaret etmektedir. Mevcut araştırma kapsamında Kuder - Richardson 20 ile incelenen güvenilirlik değeri KR20 = 0,52 olarak bulunmuştur. Ölçek bu araştırmada annelerin yüzde ifade bulmuş duyguları algılama ve zihin kuramı becerilerini değerlendirmek için kullanılmıştır.

3.4. *Üst Duygu Ölçeği (ÜDO)*: Bu ölçek kişilerin kendi duygularına ilişkin hissettikleri duyguları değerlendirmek için geliştirilmiştir (Mitmansgruber vd., 2009). Ölçek 28 maddeden oluşmakta ve 6'lı likert tipindedir. Yalnızca 20. madde ters kodlanmaktadır. Ölçek olumlu ve olumsuz üst duygular olmak üzere iki faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin olumsuz üst duygu faktörünün tutarlılık katsayısı .91 iken olumlu üst-duygu faktörünün tutarlılık katsayısı .85 bulunmuştur (Mitmansgruber vd., 2009). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Duman (2018) tarafından yapılmış olup güvenilirlik katsayıları olumlu üst duygular alt ölçeği için .84, olumsuz üst duygular alt ölçeği için ise .81 bulunmuştur. Ölçeğin faktör analizleri sonucunda; 1., 10. ve 20. maddeler çıkartılmış, olumlu üst duygular 12 madde, olumsuz üst-duygular 13 madde olmak üzere ölçek Türkçe haliyle 25 madde olarak düzenlemiştir. Mevcut araştırma kapsamında Cronbach Alpha katsayı değeri tüm ölçek için .80, Olumlu Üst Duygular alt boyutu için .91, Olumsuz Üst Duygular alt boyutu için .91 bulunmuştur. Ölçek bu araştırmada annelerin kendi duygularına karşı yaptıkları değerlendirme sonucunda oluşturdukları duyguları ölçmek için kullanılmıştır.

3.5. *Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ)*: Bu ölçek Gross ve John (2003) tarafından duygu düzenleme stratejilerinden yeniden değerlendirme ve duygu ifadesini bastırma derecelerini ölçmek için geliştirilmiştir. DDÖ 10 maddeden oluşmakta olup 7'li likert tipindedir. Ölçek yeniden değerlendirme ve bastırma boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları yeniden değerlendirme boyutu ve bastırma boyutu için sırasıyla için .75-.82 ve .68-.76 aralığında olduğu bulgulanmıştır. Ölçek Özgüle ve Sümer (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış ve 7'li likert tipindedir. Cronbach's Alpha yeniden değerlendirme için .78, bastırma için .65 bulunmuştur. Mevcut araştırma kapsamında Cronbach Alpha katsayı değeri tüm ölçek için .78, Yeniden Değerlendirme alt boyutu için .82, Bastırma alt boyutu için .78 bulunmuştur. Ölçek, bu araştırmada annelerin duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek için kullanılmıştır.

3.6. *Duygu Ayarlama Ölçeği (DAÖ)*: Bu ölçek Shields ve Cicchetti (1997) tarafından duygunun yoğunluğunu, değişkenliğini, esnekliği, değeri ve duygusal ifadenin ortama uygunluğunu değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçek ebeveynler dışında çocuk hakkında fikir sahibi bir yetişkin tarafından doldurulabilen 4'lü likert tipte 24 madde içermektedir. Duygu Ayarlama ve Değişkenlik/Olumsuzluk olmak üzere iki ayrı alt boyuttan oluşmaktadır. Duygu Ayarlama alt boyutu duyguları anlama ve empati gibi uyum sağlayıcı duygu ayarlamayla ilişkili maddelerden oluşmaktadır. Değişkenlik/Olumsuzluk alt boyutu ise duygu durumundaki değişimler, duygusal yoğunluk ve olumlu duyguların ayarlanamamasıyla ilişkili maddeler içermektedir. Ölçeğin geçerlilik katsayısı .77 olarak bulgulanmıştır (Shields & Cicchetti, 1997). Ölçek Kapçı ve diğerleri tarafından 2009 yılında Türkçe'ye

uyarlanmıştır. Çeviri-tekrar  eviri yöntemi kullanılmıştır ve iç tutarlılığı .84 olarak bulgulanmıştır. Mevcut araştırma kapsamında tüm ölçeğin Cronbach Alpha katsayı değeri .76 olarak bulunmuştur. Ölçekte Duygu Ayarlama alt boyutu ve Bütünleşik Duygu ayarlama puanlarının yüksek olması kişide düşük düzey duygu ayarlama becerisine işaret etmektedir. Ölçek bu araştırmada çocukların duygu ayarlama becerilerini  l  lemek için kullanılmıştır.

3.7. Depresyon Anksiyete Stress (DASS-21)  l eği: Bu  l ek kişilerin depresyon, anksiyete ve stres belirtilerini değerlendirmek amacıyla Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres  l eği'nin kısa formudur. Henry ve Crawford tarafından 2005 yılında oluşturulan bu kısa form 21 madde içermektedir. Formda bireylerin düzeylerini değerlendirmek için 4'l  Likert tipinde (0=bana hiçbir şekilde uygun değil, 3= ok fazla veya zamanın çoğunda bana uygun) yedişer madde yer almaktadır. Kısa form için depresyon, anksiyete ve stres alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları sırasıyla .82, .90 ve .93; tüm ölçek için ise .88 olarak bulunmuştur (Henry & Crawford, 2005). Ölçeğin Türkçe uyarlamasını Yılmaz ve diğerleri 2017 yılında yapmıştır. Alt boyutlar için iç tutarlık katsayıları sırasıyla, .81, .82 ve .76 olarak bulunmuştur. DASS-21  l eği mevcut araştırmada annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini kontrol etmek amacıyla kullanılmıştır. Ölçek toplam puanı maddelere verilen puanların toplanması ile elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 0 ile 63 aralığındadır. Mevcut araştırma kapsamında tüm ölçeğin Cronbach Alpha katsayı değeri .95 olarak bulunmuştur. Puanların yükselmesi depresyon, anksiyete, stres düzeylerinde yükselmeye işaret etmektedir.

4. İşlem

Mevcut araştırmanın etik izni İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Araştırmanın katılımcılarına İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü Gelişim Araştırmaları grubu web sayfası, sosyal medya platformları ve mail grupları üzerinden online olarak araştırma davetinin paylaşılması yoluyla ulaşılmıştır. Uygulamalar annelerin kendilerine sunulan online formlardaki anket ve ölçekleri doldurmaları yoluyla yapılmıştır. Online formlarda annelere öncelikle Bilgilendirilmiş Onam Formu sunulmuştur. Bu formda araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında katılımcılara bilgi verilmektedir. Katılımcılardan bu bilgiler doğrultusunda çalışmaya katılmaya gönüllü oldukları takdirde formu onaylamaları beklenmektedir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan annelere kendilerinin doğum tarihi, çalışma durumu vb. bilgilerinin ve çocuklarının doğum tarihi, cinsiyet gibi bilgilerinin sorulduğu Demografik Bilgi Formu uygulanmıştır. Ardından sırasıyla annelerin çocuklarını nasıl tarif ettiklerini değerlendirmek amacıyla Zihin Yönelimlilik  l  m , annelerin başkalarının zihinsel durumunu ve duygu ifadelerini tanıma becerilerini değerlendirmek için Gözlerden Zihin Okuma Testi, annelerden çocuklarının duygu düzenleme becerilerine ilişkin bildirimlerini almak amacıyla Duygu Ayarlama  l eği, annelerin kendi duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek için  st Duygu  l eği ve Duygu Düzenleme  l eği sunulmuştur. Son olarak DASS-21 annelerin mevcut depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini kontrol etmek amacıyla uygulanmıştır. Uygulamalar 20-30 dakika civarında s rmuştur.

4.1. Zihin Yönelimlilik  l  m n n Kodlanması: Zihin yönelimlilik ölçümü ile annelerin zihinsel atıflarını belirlemek için yönerge doğrultusunda annelerin kendilerine sunulan ilgili satırlara yazdıkları ifadeler araştırmacılar tarafından deşifre edilmiştir. Annelerin yanıtlarından çocukların tarifleriyle ilgili

olmadığı düşünölen ifadeler çıkarılmıştır. Ardından deşifre edilen ifadeler İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü İstanbul Gelişim Araştırmaları Laboratuvarı (İGA-Lab) mensubu doktora öğrencilerinden oluşan iki kişilik hakem heyeti tarafından incelenmiştir. Hakemler, annelerin çocuklarına ilişkin atıflarını Meins ve Fernyhough (2015)'un geliştirdiği kodlama şeması doğrultusunda zihinsel, davranışsal, fiziksel ve genel olmak üzere dört atıf kategorisine ayırmıştır.

5. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 26.0 istatistik paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi olarak .05 kabul edilmiştir. Araştırmanın değişkenlerine ilişkin verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için verilere ilişkin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiştir. Bu değerler George ve Mallery'nin (2019) normal dağılım için çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 aralığında olması gerektiği görüşüne dayanarak değerlendirilmiş ve araştırma değişkenlerinin bu aralıkta yer alması sebebiyle verinin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.

Araştırma soruları doğrultusunda regresyon analizlerini yürütmeden önce verilerin regresyon analizine uygunluğu sınanmıştır. Yordayıcı ve yordanan değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarının ağırlıklı olarak .30'dan büyük olması ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişki katsayılarının .70'den küçük olması nedeniyle veriler arasında çoklu bağlantısallık problemi olmadığı görölmüştür. Varyans büyütme faktörlerinin (VIF < 3) ve tolerans değerlerinin (Tolerans > .10) kabul edilebilir aralıkta olduğu görölmüştür. Mahalanobis ve Cook's uzaklığı incelendiğinde herhangi bir uç değerin bulunmadığı görölmüştür. Bu bulgular ışığında verilerin Çoklu Doğrusal Regresyon analizine uygun olduğuna karar verilmiştir.

B. BULGULAR

Bu bölümde öncelikle araştırma değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistiklere ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı değerlerine yer verilmiştir. Ardından çocukların ve annelerin duygu düzenleme becerilerinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yürütölen Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

1. Araştırmada Yer Alan Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri ve Korelasyon Değerleri

Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma değişkenlerinin betimleyici istatistikleri ve korelasyon değerleri

Değişkenler	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Gözlerden Zihin Okuma	23.64	3.41	-	.053	-.143	-.018	-.204	-.099	-.122	.020	-.114	.198	.040	.109	.198	.097	.019
2. �ocuk Duygu Düzenleme	43.20	7.44	7.44	-	-.197	-.412**	.117	.047	.269*	-.270*	.377**	.043	.029	.114	.150	-.058	-.120
3. Anne Duygu Düzenleme	49.20	9.58	9.58	9.58	-	.774**	.761**	.407**	.092	.420**	.001	-.093	-.136	.001	-.076	-.059	-.072
4. Yeniden Değerlendirme	32.81	6.32	6.32	6.32	6.32	-	.177	.204	-.206	.521**	-.322**	.005	.007	-.005	-.061	.205	.117
5. Bastırma	16.39	6.17	6.17	6.17	6.17	6.17	-	.423**	.354**	.119	.332**	-.149	-.217	.006	-.055	-.302**	-.234*
6. Üst Duygu Toplam	98.32	16.12	16.12	16.12	16.12	16.12	16.12	-	.692**	.459**	.292*	-.022	.065	.010	.104	-.267*	.030
7. Olumsuz �st Duygu	47.26	15.14	15.14	15.14	15.14	15.14	15.14	15.14	-	-.324**	.599**	-.024	.110	-.002	.050	-.299**	-.090
8. Olumlu �st Duygu	51.07	12.29	12.29	12.29	12.29	12.29	12.29	12.29	12.29	-	-.355**	.001	-.050	.015	.075	.018	.148
9. DASS-21	19.54	13.76	13.76	13.76	13.76	13.76	13.76	13.76	13.76	13.76	-	-.034	.050	.038	.013	-.203	-.302**
10. Zihinsel Atf	3.85	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	3.15	-	.662**	.295*	.270*	.199	.194
11. Davranışsal Atf	2.36	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	2.61	-	.303**	.182	.104	-.005
12. Fiziksel Atf	.24	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	.72	-	.434**	.207	.145
13. Genel Atf	.34	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	.83	-	.010	.175
14. Annenin �ğrenim Düzeyi	3.74	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	.70	-	328**
15. �ocuk Bakımına Yardımcı Kişi Sayısı	1.00	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	1.04	-

Not. N = 74; **p < .01; *p < .05

2. Çocukların Duygu Düzenleme Becerisinin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular

Çocukların duygu düzenleme becerisinin yordayıcılarını belirlemek için Hiyerarşik Çoklu Doğrusal Regresyon analizi yürütülmüştür. Regresyon analizine çocukların duygu düzenleme becerileri ile ilişkili olduğu görülen DASS-21 puanı kontrol değişkeni olarak, annelerin yeniden değerlendirme puanı ve annelerin olumlu ve olumsuz üst duygu puanları bağımsız değişken olarak sokulmuştur. Analiz sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Çocukların duygu düzenleme becerilerinin yordayıcıları

Değişkenler	R ²	ΔR ²	B	β
1. Adım: Anne DASS-21 toplam	.142**	.142**	.148*	.273*
2. Adım: Annelerin yeniden değerlendirme puanı	.237**	.094**	-.382**	-.324**

Not: *p < 0.05, **p < 0.01

Analiz sonuçlarına göre birinci adımda regresyona sokulan annelerin DASS-21 puanlarının çocukların duygu düzenleme becerisinin %14’ünü orta derecede anlamlı düzeyde açıkladığı (p<.01) ikinci adımda regresyona sokulan annelerin yeniden değerlendirme puanlarının ise çocukların duygu düzenleme becerisinin %9’unu orta derecede anlamlı düzeyde açıkladığı görülmüştür (p<.01). Annelerin olumlu üst duygu (p = .960) ve olumsuz üst duygu (p = .646) puanlarının ise anlamlı yordayıcılığı bulunmamıştır.

3. Annelerin Duygu Düzenleme Becerisinin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular

Annelerin duygu düzenleme becerisinin yordayıcılarını belirlemek için Çoklu Doğrusal Regresyon analizi yürütülmüştür. Regresyona bağımsız değişken olarak korelasyon analizlerinde annelerin duygu düzenleme becerisi ile ilişkili olduğu belirlenen annelerin üst duygu toplam puanı ve annelerin olumlu üst duygu puanı analize sokulmuştur (Bkz.: Tablo 3).

Tablo 3. Annelerin duygu düzenleme becerilerinin yordayıcıları

Değişkenler	R ²	ΔR ²	B	β
Annelerin olumlu üst duygu puanı	.177***	.177***	.231*	.296*
Annelerin üst duygu toplam puanı	.235*	.058*	.161*	.271*

Not: *p < 0.05, ***p < 0.001

Analiz sonuçlarına göre annelerin olumlu üst duygu puanı annelerin duygu düzenleme becerisinin %18’ini yüksek derecede anlamlı düzeyde açıklarken (p<.001), annelerin üst duygu toplam puanının annelerin duygu düzenleme becerisinin %6’sını düşük derecede anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur (p<.05).

Annelerin duygu düzenleme stratejilerinin yordayıcılarını ayrı ayrı belirlemek için de Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri yürütülmüştür. Bastırma stratejisinin yordayıcılarını belirlemek için regresyona bağımsız değişken olarak annelerin bastırma puanları ilişkili olduğu görülen olumsuz üst

duygu puanları ve anneye  ocuk bakımında yardımcı olan kişi sayısı sokulmuştur. Analiz sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Annelerin bastırma stratejisinin yordayıcıları

Değişkenler	R ²	ΔR ²	B	β
Annelerin olumsuz üst duygu puanı	.150**	.150**	.158**	.387**

Not: **p < 0.01

Analiz sonuçlarına göre annelerin olumsuz üst duygu puanı annelerin bastırma puanının %15'ini orta derecede anlamlı düzeyde a ıkladıkten (p<.01),  ocuk bakımına yardımcı kişi sayısının ise anlamlı yordayıcılığı olmadığı g r lm şt r (p=.066)

Annelerin yeniden değerlendirme stratejisi kullanımının yordayıcılarını belirlemek için Hiyerarşik  oklu Doğrusal Regresyon analizi yürütülmüştür. Regresyona ilk adımda, korelasyon analizlerinde annelerin yeniden değerlendirme stratejisi ile ilişkili olduğu görülen DASS-21 puanları kontrol değişkeni olarak sokulmuştur. İkinci adımda ise bağımsız değişken olarak annelerin yeniden değerlendirme puanı ile ilişkili olduğu görülen olumlu üst duygu puanları analize sokulmuştur (Bkz.: Tablo 5).

Tablo 5. Annelerin yeniden değerlendirme stratejisinin yordayıcıları

Değişkenler	R ²	ΔR ²	B	β
1. Adım: Anne DASS-21 toplam	.104**	.104**	-.072	-.157
2. Adım: Annelerin olumlu üst duygu puanı	.293***	.189***	.239***	.465***

Not: **p < 0.01, ***p < 0.001

Analiz sonuçları incelendiğinde modele birinci adımda kontrol değişkeni olarak sokulan annelerin DASS-21 puanlarının annelerin yeniden değerlendirme stratejisi kullanımının %10'unu orta derecede anlamlı düzeyde açıkladığı g r lm şt r (p<.01). İkinci adımda regresyona sokulan annelerin olumlu üst duygu puanlarının ise annelerin yeniden değerlendirme stratejisi kullanımının %19'unu yüksek derecede anlamlı düzeyde açıkladığı g r lm şt r (p<.001).

Tartışma ve Sonuç

Mevcut araştırmada annelerin duygu düzenleme becerileri, zihin yönelimlilikleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve üst duygu becerilerinin çocukların duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca annelerin üst duygu becerilerinin, duygu düzenleme becerileri üzerinde belirleyici bir rolü olup olmadığının incelenmesi hedeflenmiştir.

Bulgular annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri kontrol edildiğinde, annelerin duygu düzenleme becerilerinden yeniden değerlendirme stratejisini kullanmalarının çocukların duygu düzenleme becerisinin önemli bir belirleyicisi olduğunu göstermiştir. Alanyazında  ocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde annelerin duygu düzenleme becerilerinin etkisine ilişkin bulgular farklılık göstermektedir. Rogers ve diğerlerinin (2016)  ocukların duygu düzenleme becerilerinin annelerin yeniden değerlendirme stratejisini kullanması ve bastırma stratejisini kullanmaması ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu bulgu mevcut araştırmanın bulguları ile de uyum göstermektedir. Fakat  ocukların duygu düzenleme becerilerini bastırma stratejisi kullanımları açısından inceleyen bir başka çalışmada

annelerin bastırma stratejisi kullanımının çocuklarının bastırma stratejisi kullanımını yordadığı bulunmuştur (Bariola vd., 2012). Mevcut araştırmada annelerin yalnızca yeniden değerlendirme stratejisi kullanımlarının çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde belirleyici role sahip olduğu bulunurken bastırma stratejisi kullanımlarının böyle bir rolü bulunmamıştır. Rogers ve diğerlerinin (2016) bulgusunu yeniden değerlendirme stratejisinin kullanımı üzerinden destekleyen bu sonuç, alanyazına bastırma stratejisi kullanımı ya da kullanılmaması üzerinden destek sunmamıştır.

Alanyazındaki bulgulardaki mevcut farklılıklar incelendiğinde duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek için kullanılan ölçme araçlarında iki husus dikkat çekmektedir. Ebeveyn çocuk etkileşimi bağlamındaki çalışmalara bakıldığında, ebeveynlerin duygularını nasıl düzenlediklerinden ziyade duygu düzenleme güçlüklerine dair bulgular biriktiğini görmekteyiz. Bu çalışmalarda çocukların ve annelerin duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Örn.: Akman, 2019; Bilge & Sezgin, 2020; Fırat, 2020; Morelen vd., 2016).

Bulgulardaki farklılığın bir diğer sebebi, çocukların duygu düzenleme becerilerine dair bildirimlerin kim tarafından yapıldığı olabilir. Bu ölçümlerde bildirimlerin anne, öğretmen ya da çocuklardan alınması alanyazındaki bulgularda çeşitliliği sebep olmuş olabilir. Mevcut araştırmada, çocukların duygu düzenleme becerilerine ilişkin değerlendirmeler yalnızca anne bildirimi ile alınmış olup, çocukların kendi bildirimlerine başvurulmamıştır. Alanyazındaki bu çeşitlilik çocukların gelişim dönemlerine göre beyan farklılıklarının önemine işaret etmektedir. Morris vd. (2007) duygulara ilişkin değerlendirmeler alınırken küçük çocukların ebeveynlerinden alınan bildirimlerin çocukların beyanlarına kıyasla daha objektif ve geçerli olduğunu öne sürmüşlerdir. Zeman vd. (2007) ise orta çocukluk ve ergenlik döneminde çocukların kendi bildirimleri doğrultusunda duygu düzenleme becerilerinin değerlendirilmesinin daha güvenilir veri sağladığını ileri sürmektedir. Bu görüşlerden hareketle, anne-çocuk etkileşimi içerisinde duygu düzenleme becerilerinin inceleneceği yeni araştırmalarda orta yaş çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin hem anneden hem de çocuktan alınacak bildirimler aracılığıyla değerlendirilmesinin katkısı olacaktır.

Araştırmada çocukların duygu düzenleme becerileri ile annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme becerisini değerlendirdiğimiz ölçekten elde edilen puanların düşük olmasının çocukların yüksek düzeyde duygu düzenleme becerisine sahip olmasını işaret ettiğini göz önünde bulundurduğumuzda, mevcut bulgu annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğuna işaret etmektedir. Yani annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyi yükseldikçe çocukların duygu düzenleme becerilerinde düşüş gözlenmektedir. Alanyazındaki bazı araştırmalar depresif annelerin çocuklarına duygusal, motivasyonel ve teknik destek sağlama bakımından daha az etkili olduklarını, daha az etkili destek sunan annelerin çocuklarının daha fazla davranış probleminin eşlik ettiği duygusal açıdan daha düzensiz çocuklar olduğunu göstermişlerdir (Hoffman vd., 2006). Behrendt vd. de (2019) annelerin daha fazla depresif belirti göstermesinin annelerin daha az duyarlılık göstermeleri üzerinden dolaylı olarak çocuklarda daha fazla sosyal-duygusal ve davranışsal problemi ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Özetle, bulgular anne depresyonunun çocuğa sunulan destek açısından bir risk oluşturduğunu ve çocukların duygusal ve davranışsal yetkinliğini

etkilediğine işaret etmektedir. Mevcut araştırmanın bulguları alanyazındaki bu bulgular ile uyum göstermektedir.

Mevcut araştırmada annelerin gözlerden zihin okuma becerileri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Alanyazında annelerin gözlerden zihin okuma becerileri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi ele alan başka bir çalışma bulunmadığından mevcut araştırmanın bulgusunu karşılaştırmak mümkün olmamıştır.

Mevcut araştırmada annelerin zihin yönelimlilikleri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Alanyazın incelendiğinde bu konudaki araştırmaların önemli bölümünün annelerin zihin y nelimliliklerinin çocukların kendini düzenleme becerileri üzerindeki rolüne odaklandığı görülmektedir. Örneğin Yılmaz (2017)  ocukların kendini düzenleme becerileri üzerinde annelerin zihin y nelimliliklerinin rolünü incelemiştir. Bulgular  ocukların okul öncesi çağında değerlendirilen annelerin zihin y nelimliliği becerilerinin çocukların bu dönemdeki duygusal ve davranışsal kendini düzenleme becerileri ile ilişkili olmadığını göstermiştir (Yılmaz, 2017). Bu bulgular mevcut araştırmanın bulgusu ile paralellik göstermektedir. Anne babanın çocuklarına ilişkin zihin y nelimliliklerinin ortak etkisinin incelendiği bir çalışmada ise (Colonna vd., 2019) her iki ebeveynin de uygun zihin ilişkili yorumları seyrek kullanımının, çocukların dışsallaştırma problemlerini yordadığı, uyumsuz yorumları sık kullanımının ise çocukların d şuk sosyal yetkinliklerini yordadığı g r lmüşt r. Bulgular, her iki ebeveynin de zihinle ilgili yorumları d şuk düzeyde kullanmalarının ve çocukların zihinlerini sıklıkla yanlış yorumlamalarının, çocuklarının daha sonraki sosyal ve davranış problemleri için risk faktörü olabileceğine işaret etmiştir (Colonna vd., 2019).

Meins vd. (1998) annelerin zihin y nelimliliğini erken çocukluk döneminde “ ocuğunuzu tarif eder misiniz?” sorusu ile ölçerken; bebeklik döneminde gözlem temelli ölçümler kullanmışlardır (Meins vd., 2001; 2012). Araştırmacılar mevcut araştırmada da tercih edilen annelerin çocuklarını tanımlamaları için açık bir Şekilde soru yöneltilmesi üzerinden ölçülen zihin y nelimliliğinin bakım verenlerin çocuklarının zihinsel özelliklerine odaklanma eğilimlerini ölçtüğünü savunmaktadır. Bebeklik döneminde kullanılan gözlem temelli ölçümde ise ebeveyn  ocuk etkileşiminde bakım verenin çocuğunun zihin durumlarına ilişkin uygun ya da uyumlu olmayan yorumlarda bulunması üzerinden değerlendirme yapılmaktadır. Alanyazında zihin yönelimlilik ve çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmacıların bebeklik döneminde odaklandığı ve bulguların bu iki değişken arasında anlamlı ilişkilere işaret ettiği görülmektedir ( rn.: Choi, 2021; Zeegers vd., 2018). Zihin yönelimlilik için kullanılan söz konusu iki farklı ölçüm yolu arasındaki uyumu gösteren kimi çalışmalar bakım verenin zihin y nelimliliğinin boylamsal devamlılığını  ne sürmektedirler. Örneğin bir çalışmada annelerin çocuklar altı aylıkken yaptığı uygun zihin yönelimli yorumlarının çocukları 4 yaşında iken yaptıkları zihin yönelimli tarifler ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Meins vd., 2003). Başka bir çalışmada ise annelerin 7 aylık bebekleri için oyun esnasında yaptıkları zihin yönelimli yorumların, bebekleri 19. aya geldiğinde onları tarif ederken kullandıkları zihinsel durum kelimelerini yordadığı bulunmuştur (McMahon vd., 2016). Mevcut araştırmada annelerin zihin yönelimlilikleri ve çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin orta çocukluk döneminde nasıl seyrettiği incelenmiş fakat alanyazında bebeklik döneminde bu ilişkiye dair elde edilen bulgular tekrarlanmamıştır.

Mevcut araştırmanın ikinci problemi doğrultusunda annelerin duygu düzenleme becerileri üzerinde üst duygu becerilerinin rolü incelenmiş ve üst duygunun annelerin duygu düzenleme becerileri üzerinde belirleyici bir rolü olduğu bulunmuştur. Duygu düzenleme becerilerinden bastırma stratejisi kullanmalarının belirleyicisinin olumsuz üst duygu becerileri, yeniden değerlendirme stratejisini kullanmalarının ise olumlu üst duygu becerileri olduğu görülmüştür. Mayer ve Gaschke (1988) üst duygu becerilerini, duygu düzenleme süreçlerinin önemli bir parçası olarak tarif etmişlerdir. Mevcut araştırmanın bulgusu bu açıklamaları destekler nitelikte olup alanyazınla uyum göstermektedir.

Özetle, mevcut araştırmanın sonuçları çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde annelerin duygu düzenleme becerilerinin önemli bir rolü olduğunu, annelerin kendi duygu düzenleme becerileri üzerinde ise annelerin üst duygu becerilerinin önemli bir rolü olduğunu göstermiştir. Annelerin zihin yönelimlilikleri ve gözlerden zihin okuma becerileri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgular çocukların duygu düzenleme becerileri üzerinde anne-çocuk etkileşimi içerisinde, annelerin duygu düzenleme becerilerinin önemine işaret etmektedir. Gelecek araştırmalarda annelerin zihin yönelimliliklerinin anne-çocuk etkileşimi esnasında eş zamanlı ölçümlerle değerlendirilmesi, çocukların duygu düzenleme becerilerinin çocuk bildirimleri yoluyla değerlendirilmesi gibi farklı ölçüm yolları kullanılarak konunun araştırılması alanyazına ışık tutabilir. Mevcut araştırmanın bulguları annelerin sağlıklı ve etkin duygu düzenleme stratejileri kullanmalarının çocukların etkin duygu düzenleme becerileri geliştirmesi açısından önemine işaret etmektedir. Ebeveyn çocuk etkileşimi bağlamını, kendi duyguları ve çocuklarının duyguları ile etkileşime giren ebeveynler ve çocukları arasındaki etkileşimler bağlamına taşımak çocukların duygu düzenleme becerilerine katkı sağlayacaktır.

Etik Kurul İzni

Bu çalışma için etik kurul izni İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 15/12/2021 tarih ve 651544 numaralı kararı ile alınmıştır.

Katkı Oranı Beyanı

Yazarlar makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan eder.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarları aralarında herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Bu araştırma, makalenin yazarları İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Doktora programında öğrenci iken yürütülmüştür. Araştırmanın bir kısmı, 3. Gelişim Psikolojisi Sempozyumu'nda poster olarak sunulmuştur. Veri toplama sürecinde katkı sağlayan İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü lisans öğrencileri Duygu Terzi, Buse Bozdağ, Umut Deniz Tilki ve Merve Belikırık'a teşekkür ederiz.



Kaynakça

- Akman, H. (2019). *11-14 yaş çocukların duygu düzenleme g c kl klerinin anne-baba duygu düzenleme gücülüğü ve ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bariola, E., Hughes, E. K., & 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. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9497-5>
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Hill, J., Raste, Y., & Plumb, I. (2001). The "Reading the Mind in the Eyes" Test revised version: a study with normal adults, and adults with Asperger syndrome or high-functioning autism. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 42(2), 241-251. <https://doi.org/10.1017/S0021963001006643>
- Behrendt, H. F., Scharke, W., Herpertz-Dahlmann, B., Konrad, K., & Firk, C. (2019). Like mother, like child? Maternal determinants of children's early social-emotional development. *Infant Mental Health Journal*, 40(2), 234-247. <https://doi.org/10.1002/imhj.21765>
- Bilge, Y., & Sezgin, E. (2020). Anne ve  ocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik  zelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3), 310-318.
- Choi, H. (2021). *The association between maternal mind-mindedness at 14 months and toddlers' emotion regulation at 24 months: The moderating roles of toddler sex and temperament* (Unpublished doctoral dissertation). Michigan State University Human Development and Family Studies.
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x>
- Colonnesi, C., Zeegers, M. A., Majdandzić, M., van Steensel, F. J., & Bögels, S. M. (2019). Fathers' and mothers' early mind-mindedness predicts social competence and behavior problems in childhood. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(9), 1421-1435. <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00537-2>
- Duman, A. (2018). * st duyguların algılanan stres ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fırat, B. (2020). *Annelerin duygu düzenleme g c kl kleri ve erişkin bağlanma stillerine göre 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 25 step by step: A simple guide and reference*. (15th edition). Routledge.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How families communicate emotionally*. Routledge.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>

- Guastella, A. J., Einfeld, S. L., Gray, K. M., Rinehart, N. J., Tonge, B. J., Lambert, T. J., & Hickie, I. B. (2010). Intranasal oxytocin improves emotion recognition for youth with Autism spectrum disorders. *Biological Psychiatry*, 67, 692–694. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2009.09.020>
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227-239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Henry, J. D., Phillips, L. H., Beatty, W. W., McDonald, S., Longley, W. A., Joscelyne, A., & Rendell, P. G. (2009). Evidence for deficits in facial affect recognition and theory of mind in multiple sclerosis. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 15, 277–285. <https://doi.org/10.1017/S1355617709090195>
- Hoffman, C., Crnic, K. A., & Baker, J. K. (2006). Maternal depression and parenting: Implications for children's emergent emotion regulation and behavioral functioning. *Parenting: Science and Practice*, 6(4), 271-295. https://doi.org/10.1207/s15327922par0604_1
- Kapçı, E. G., Uslu, R. İ., Akgün, E., & Acer, D. (2009). İlköğretim çağı çocuklarında duygu ayarlama: Bir ölçek uyarlama çalışması ve duygu ayarlamayla ilişkili etmenlerin belirlenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(1), 13-20.
- Laflamme, E., Matte-Gagné, C., & Baribeau-Lambert, A. (2022). Paternal mind-mindedness and infant-toddler social-emotional problems. *Infant Behavior and Development*, 69, 101767. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2022.101767>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Lucht, M. J., Barnow, S., Sonnenfeld, C., Ulrich, I., Grabe, H. J., Schroeder, W., Völzke, H., Freyberger, H. J., John, U., Herrmann, F. K., & Roskopf, D. (2012). Associations between the oxytocin receptor gene (OXTR) and “mind-reading” in humans—An exploratory study. *Nordic Journal of Psychiatry*, 67(1), 15-21. <https://doi.org/10.3109/08039488.2012.700731>
- Mayer, J. D., & Gaschke, Y. N. (1988). The experience and meta-experience of mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(1), 102. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.1.102>
- McMahon, C. A., & Bernier, A. (2017). Twenty years of research on parental mind-mindedness: Empirical findings, theoretical and methodological challenges, and new directions. *Developmental Review*, 46, 54-80. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2017.07.001>
- McMahon, C., Camberis, A. L., Berry, S., & Gibson, F. (2016). Maternal mind-mindedness: Relations with maternal-fetal attachment and stability in the first two years of life: Findings from an Australian prospective study. *Infant Mental Health Journal*, 37(1), 17-28. <https://doi.org/10.1002/imhj.21548>
- Meins, E. (2013). Sensitive attunement to infants' internal states: Operationalizing the construct of mind-mindedness. *Attachment & Human Development*, 15(5-6), 524-544. <https://doi.org/10.1080/14616734.2013.830388>
- Meins, E., & Fernyhough, C. (2015). *Mind-mindedness coding manual, Version 2.2*. Unpublished manuscript. University of York, York.

- Meins, E., Fernyhough, C., Fradley, E., & Tuckey, M. (2001). Rethinking maternal sensitivity: Mothers' comments on infants' mental processes predict security of attachment at 12 months. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42, 637–648. <https://doi.org/10.1017/S0021963001007302>
- Meins, E., Fernyhough, C., de Rosnay, M., Arnott, B., Leekam, S. R., & Turner, M. (2012). Mind-mindedness as a multidimensional construct: Appropriate and non-attuned mind-related comments independently predict infant–mother attachment in a socially diverse sample. *Infancy*, 17, 393–415. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7078.2011.00087.x>
- Meins, E., Fernyhough, C., Russell, J., & Clark-Carter, D. (1998). Security of attachment as a predictor of symbolic and mentalising abilities: A longitudinal study. *Social Development*, 7(1), 1-24. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00047>
- Meins, E., Fernyhough, C., Wainwright, R., Clark-Carter, D., Das Gupta, M., Fradley, E., & Tuckey, M. (2003). Pathways to understanding mind: construct validity and predictive validity of maternal mind-mindedness. *Child Development*, 74(4), 1194–1211. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00601>
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., H fer, S., & Sch fler, G. (2009). When you don't like what you feel: Experiential avoidance, mindfulness and meta-emotion in emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 448-453. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.013>
- Morelen, D., Shaffer, A., & Suveg, C. (2016). Maternal emotion regulation: Links to emotion parenting and child emotion regulation. *Journal of Family Issues*, 37(13), 1891-1916. <https://doi.org/10.1177/0192513X14546720>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
-  zg le, E. T. U., & S mer, N. (2017). Ergenlikte duygu düzenleme ve psikolojik uyum: Duygu düzenleme  l eğinin Türkçe uyarlaması. *T rk Psikoloji Yazıları*, 20(40), 1-18.
- Petroni, A., Canales-Johnson, A., Urquina, H., Guex, R., Hurtado, E., Blenkman, A., von Ellenrieder, N., Manes, F., Sigman, M., & Ibanez, A. (2011). The cortical processing of facial emotional expression is associated with social cognition skills and executive functioning: a preliminary study. *Neuroscience Letters*, 505(1), 41-46. <https://doi.org/10.1016/j.neulet.2011.09.062>
- Rogers, M. L., Halberstadt, A. G., Castro, V. L., MacCormack, J. K., & Garrett-Peters, P. (2016). Maternal emotion socialization differentially predicts third-grade children's emotion regulation and lability. *Emotion*, 16(2), 280-291. <https://doi.org/10.1037/emo0000142>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.6.906>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>
- Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 7–25.
- Yıldırım, E. A., Kaşar, M., Güdük, M., Ateş, E., K c kparlak, İ., ve  zalmete, E. O. (2011). Gözlerden Zihin Okuma Testi'nin Türkçe güvenirlik  alışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 177-186.
- Yılmaz, E. (2017). *Annenin zihin y nelimliliğinin okul öncesi çocukların kendini düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Yılmaz, Ö., Boz, H., & Arslan, A. (2017). Depresyon anksiyete stres ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.
- Zeegers, M. A., de Vente, W., Nikolić, M., Majdandžić, M., Bögels, S. M., & Colonna, C. (2018). Mothers' and fathers' mind-mindedness influences physiological emotion regulation of infants across the first year of life. *Developmental Science*, 21(6), e12689. <https://doi.org/10.1111/desc.12689>
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27(2), 155-168.
- Zeman, J., Klimes-Dougan, B., Cassano, M., & Adrian, M. (2007). Measurement issues in emotion research with children and adolescents. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 14(4), 377-401. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2007.00098.x>

