



Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıklarının Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Examining the Effect of Preschool Children's Resilience on Emotion Regulation Skills

Hülya Gülay Ogelman^{1*}
Döne Kahveci²

¹ Sinop Üniversitesi, Temel Eğitim Bölümü, Sinop, Türkiye, ogelman@sinop.edu.tr

² Milli Eğitim Bakanlığı, Gaziantep, Türkiye
denizkhvc027@gmail.com

*Sorumlu Yazar/Corresponding Author



Öz: Araştırmanın amacı, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı etkilerinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunda, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ilkokulların ve ortaokulların anasınıflarına devam eden 5-6 yaş grubundan 219 çocuk (107 kız, 112 erkek) yer almaktadır. Çocukların 59'u 5 yaş, 160'ü 6 yaş grubundadır. Çocuklardan 154'ü ilkokula bağlı anasınıfına, 65'i ortaokula bağlı anasınıfına devam etmektedir. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği, Risk Faktörleri Listesi ve Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği (EÇYÖ) olmak üzere dört ölçme aracı bulunmaktadır. Veriler normal dağıldığı için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi teknikleri uygulanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri algısı, duygu düzenleme stratejileri üretme, toplam duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı düzeyde ve olumlu yönde bir ilişki bulunmaktadır. Psikolojik dayanıklılık arttıkça, duygu düzenleme stratejilerine ilişkin değişkenlerin düzeyleri artmakta, psikolojik dayanıklılık azaldıkça ilgili değişkenlerde de azalma görülmüştür. Ayrıca psikolojik dayanıklılık okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme stratejileri algısı, duygu düzenleme stratejileri üretme, toplam duygu düzenleme stratejileri değişkenlerini yordamaktadır. Psikolojik dayanıklılıklarının en çok yordadığı duygu düzenleme stratejisi değişkeni toplam duygu düzenleme becerileri iken, en az yordadığı değişken ise duygu düzenleme stratejileri üretmedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Dayanıklılık, Duygu Düzenleme, Okul Öncesi Dönem

Geliş Tarihi/Received: 25.12.2023
Kabul Tarihi/Accepted: 10.03.2024
Yayınlanma Tarihi/ Available Online: 07.06.2024

Abstract: The aim of the research is to explore the predictor role of preschool children's resilience on their emotion regulation skills. The sample group of the research includes 219 children (107 girls, 112 boys) in the 5-6 age group who attend kindergarten classes of primary schools and secondary schools affiliated with the Ministry of National Education. 59 of the children are in the 5-year-old group and 160 are in the 6-year-old group. 154 of the children attend a kindergarten affiliated with a primary school, and 65 attend a kindergarten affiliated with a secondary school. In this research, four different data collection tools including a Personal Information Template, Emotion Regulation Strategies Scale, Risk Factors List and Early Childhood Resilience Scale (ECRS). Since the data was normally distributed, Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Simple Linear Regression Analysis techniques were applied. According to the findings of the research, it was determined that there was a positive correlation between preschool childrens' resilience and emotion regulation strategies perception, production of emotion regulation strategies, total of emotion regulation strategies. As their resilience increased, the levels of variables related to emotion regulation strategies increased, and as their resilience decreased, the relevant variables also decreased. In addition, the perception of psychological resilience predict emotion regulation strategies perception, production of emotion regulation strategies, total of emotion regulation strategies significantly. While resilience predicted the variables of emotion regulation strategies increase and total of emotion regulation strategies the most, they predicted the variable production of emotion regulation strategies the least.

Keywords: Resilience, Emotion Regulation, Preschool Period

Extended Abstract

Resilience refers to the ability to revert back with a flexible approach, overcome difficult situations or adapt after stressful situations and negative experiences. It is important to consider resilience in the first years of life in line with various variables in order to understand development. As it is revealed which variables affect the resilience of preschool children and which variables can be affected by them, it will be possible to reveal what needs to be done in the development and education process in order to raise resilient children.

The aim of the research is to explore the predictor role of preschool children's resilience on their emotion regulation skills. Thus, it is thought that revealing the relationships between two concepts that are important in the development of young children can provide an example for future studies on the subject. Hill, Edmonds and Jackson (2019) emphasized the importance of the predictive effect of the preschool period on later years in terms of personality and temperament characteristics.

The sample group of the research includes 219 children (107 girls, 112 boys in the 5-6 age group who attend kindergarten classes of primary schools and secondary schools affiliated with the Ministry of National Education. 59 of the children are in the 5-year-old group and 160 are in the 6-year-old group. 154 of the children attend a kindergarten affiliated with a primary school, and 65 attend a kindergarten affiliated with a secondary school. The children included in the study were selected among those who met at least one of the 35 risk factors filled out by the teachers.

In this research, four different data collection tools including a Personal Information Template, Emotion Regulation Strategies Scale, Risk Factors List and Early Childhood Resilience Scale (ECRS). The Personal Information Template, developed by the researchers, consists of questions about the children's age, gender, parents' educational background and job. The Risk Factors List was developed by Ersay (2016) and lists in detail the negative factors that can disrupt the development of children in the preschool period, negatively affect their lives, and cause them to display problematic behaviors. There are 35 items in the risk factors list and these items are listed according to their frequency. A grouping as "Yes/No" was made to find out whether the risk factors were present in the child's life. In addition, in order to find out the number of children who have experienced these risk factors, the number of these children has been obtained. The Early Childhood Resilience Scale (ECRS) aims to measure the degree of positive development in the lives of children who attend kindergarten and are exposed to bad life experiences (Ersay, 2018). The Emotion Regulation Strategies Scale was developed by Gust (2014) to evaluate the emotion regulation strategies of children between the ages of 36-72 months. The study of scale's validity and reliability for 5-6 year old children was conducted by Ecirli and Gülay Ogelman (2015). The scale consists of two parts: understanding the effectiveness of the child's emotion regulation strategies and creating an effective emotion regulation strategy. It consists of 6 illustrated stories that include the emotions of fear, sadness and anger; and have separate adaptations for boys and girls (Ecirli and Gülay Ogelman, 2015).

Emotion Regulation Strategies Scale was administered to each child individually in a private room outside the classroom. Personal Information Template, Risk Factors List and Early Childhood Resilience Scale were filled out by the children's own teachers. Since the data was normally distributed, Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Simple Linear Regression Analysis techniques were applied.

According to the findings of the research, it was determined that there was a positive correlation between preschool childrens' resilience and emotion regulation strategies perception, production of

emotion regulation strategies, total of emotion regulation strategies. As their resilience increased, the levels of variables related to emotion regulation strategies increased, and as their resilience decreased, the relevant variables also decreased. In addition, the perception of psychological resilience predict emotion regulation strategies perception, production of emotion regulation strategies, total of emotion regulation strategies significantly. While resilience predicted the variables of emotion regulation strategies increase and total of emotion regulation strategies the most, they predicted the variable production of emotion regulation strategies the least. The findings of this study are parallel to various studies in the literature and support the importance of resilience and emotional regulation skills in the preschool period.

The findings of this study are parallel to various studies in the literature and support the importance of resilience and emotional regulation skills in the preschool period. Therefore, in future studies on the based, the relationships between preschool children's resilience and emotion regulation skills can be examined longitudinally. In terms of cross-sectional studies, studies can be conducted that examine the relationships of two concepts with different variables. Studies examining resilience and the mediating effects of emotion regulation can be planned. This study is limited to 219 children. Future studies on the subject may include children in various risk groups and out with larger study groups. In addition to this study with a quantitative pattern, qualitative and mixed pattern studies can be carried out on the subject. In this study, children's resilience was determined according to teachers' opinions. In future studies, data can be collected through different methods such as parents' opinions, observation, and picture analysis. The findings of the study reveal the importance of supporting the resilience and emotional regulation skills of preschool children. Therefore, it is important for preschool teachers to carry out special activities in resilience and emotional regulation in their program practices and to include these concepts regularly. Additionally, experimental research can be conducted in which teachers receive training about these concepts and/or programs that support these skills in children. Teachers can carry out family participation activities to draw families' attention to resilience and emotional regulation.

1. Giriş

Psikolojik dayanıklılık, stresli durumlar, olumsuz deneyimlerin ardından esnek bir yaklaşımla eskiye dönebilme, zor durumu atlatabilme ya da uyum sağlayabilmeyi ifade etmektedir (Hu, Zhang & Wang, 2015). Psikolojik dayanıklılık, günlük yaşam içindeki stresin yanı sıra herhangi bir travma, tehdit gibi rutinin dışında ortaya çıkan olumsuz durumlarda da kişinin uyum ve baş etme sürecini ifade eden dinamik bir süreçtir (Truebridge, 2014). Psikolojik dayanıklılık bir kişilik özelliği olarak kabul edilmekle birlikte psikolojik olarak dayanıklı kişilikteki insanlar esnek ve uyumlu olarak kabul edilebilmektedir (Shi vd., 2020). Psikolojik açıdan dayanıklı kişiliğin temelinde, çeşitli durumlar ve bağlamlar karşısında davranışlarını, hareketlerini ve isteklerini kontrol etmeyi sağlayan esnek bir yaklaşım bulunmaktadır (Shi vd., 2021). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında sıklıkla başvurulan stres kaynağı ve zorlu durum kavramlarına örnek olarak başka bir şehre taşınma, okul değiştirme, boşanma, hastalık, düşük sosyo ekonomik düzey, istismar ve vefat gibi durumlar ifade edilebilir (Breslin, 2005). Mayr ve Ulich (2003), psikolojik açıdan dayanıklı çocukları, arkadaş canlısı, olumlu kendilik algısı, bağımsızlık, empatik, soğukkanlı, iyimser gibi çeşitli olumlu özelliklerle tanımlamışlardır. Psikolojik dayanıklılık, yaşamın ilk yıllarında gelişmeye başlamaktadır (Taket, Nolan & Stagnitti, 2013). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında koruyucu ve risk faktörleri kavramlarından yararlanılabilmektedir. Koruyucu faktörler, kişinin psikolojik dayanıklılığının gelişmesini sağlayabilen unsurlardır. Bireysel özellikler (mizaç, sosyal yeterlilik, öz düzenleme, duygu düzenleme, benlik saygısı vb.), aile ile ilgili değişkenler (olumlu anne-baba tutumları, rutinler, güvenli bağlanma vb.), sosyokültürel faktörler koruyucu unsurlar içinde yer alabilmektedir (Kim Cohen vd., 2004). Risk faktörleri ise psikolojik

dayanıklılığın gelişmesi açısından risk oluşturabilen unsurlardır. Risk faktörleri erken davranış sorunları, dürtüsellik, dikkat eksiklikleri, genetik, biyolojik faktörler, aile ile ilgili değişkenler (güvensiz bağlanma, olumsuz anne baba tutumları, yoksulluk vb.), akran reddi, sosyo-kültürel çevre başta olmak üzere oldukça çeşitlidir (Masten & Barnes 2018; Jenson & Fraser, 2016). Dolayısıyla yaşamın ilk yıllarındaki psikolojik dayanıklılığın çeşitli değişkenler doğrultusunda ele alınması gelişimin anlaşılabilirliği açısından önem taşımaktadır. Okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının hangi değişkenleri etkileyip, hangi değişkenlerden etkilenebildiği ortaya konuldukça psikolojik açıdan dayanıklı çocuklar yetiştirebilmek adına gelişim ve eğitim sürecinde neler yapılması gerektiği ortaya konulabilecektir. Bu çalışmada küçük çocukların psikolojik dayanıklılıklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkileri ele alınmıştır.

Duygu düzenleme, çeşitli durumlar karşısında duyguları yoğunluk, sıklık, seyir ve ifade açısından değiştirebilme yeteneğidir. Bu durumda, duygular tarafından düzenlenen eylemler değil, bireyin duyguyu değiştirmek amacıyla gerçekleştirdiği eylemler söz konusudur (Holodynski, 2009). Duygu düzenleme, bireyin amaçlarını gerçekleştirirken özellikle yoğun ve geçici özellikteki duygusal tepkilerini izleme, değerlendirme ve değiştirmede kullandığı içsel ve dışsal tepki süreçlerinin tamamını ifade eder (Thompson, 1994). Gross'a (2015) göre duygu düzenleme, insanların sahip oldukları duyguları, bu duygulara ne zaman sahip olduklarını ve bunları nasıl deneyimledikleri ve ifade ettiklerine yönelik tüm süreçleri ifade eder. Okul öncesi dönemdeki duygusal yeterlilik, duygu düzenleme gibi duygusal gelişimine yönelik beceriler, sosyal ve akademik başarı için kritik öneme sahiptir (Denham, Bassett & Zinsser, 2012). Örnek olarak kardeşi tarafından boya kalemleri izinsiz alınmış olan beş yaşındaki bir çocuk, eğer duygu düzenlemede sorun yaşıyor ise kardeşine bağırabilir, ağlama krizleri geçirebilir, saldırgan davranışlar gösterebilir. Duygu düzenleme becerilerine sahip ise kardeşiyle konuşarak kalemlerini geri alabilir, ona izin alması gerektiğini hatırlatabilir ya da birlikte resim yapmayı teklif ederek etkinliğe devam edebilir. Psikolojik dayanıklılıkta olduğu gibi yaşamın ilk yıllarında duygu düzenleme becerilerinde de yaşanan sorunlar, sonraki yıllarda da devam edebilmektedir (Cole, Teti ve Zahn-Waxler, 2003). Gross (1998) tarafından oluşturulan Süreç Modeli'nde yer alan beş unsur (duygu düzenleme sürecinde durumun seçimi, durumun değiştirilmesi, dikkatin yayılması, bilişlerin değişimi, tepkilerin ayarlanması), duygu düzenleme sırasında ortaya konulan durumları ifade etmektedir. Denham (1998) da, okul öncesi dönemde duyguları tanıma, anlama ve odaklanma becerilerinin karmaşık hale gelmesiyle birlikte duygu düzenleme sürecinin başladığını belirtmiştir. Duygu düzenleme, yalnızca duyguların sosyal olarak uygun bir şekilde ifade edilmesiyle ilgili değildir. Çocuklara duyguları tanımlamayı öğretmeyi, bu duyguları neyin tetiklediğini belirlemelerine yardımcı olmayı ve bu duyguları kendi başlarına yönetmeyi öğretmeyi içeren üç aşamalı bir süreçtir (The Gottman Institute, 2024).

Görüldüğü gibi psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme kavramları, okul öncesi dönemde gelişmeye başlayan ve sonraki yıllarda da etkilerini devam ettiren iki kavramdır. Masten ve Barnes'in (2018) hazırladığı psikolojik dayanıklılığı koruyucu faktörler listesinde öz düzenleme becerileri ile duygu düzenleme becerileri yer almaktadır. Psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme etkileşim halinde olan kavramlardır. McCrimmon vd. (2017), duygusal yeterliliğin psikolojik dayanıklılıkla ilgili koruyucu bir faktör olduğunu ve iki kavramın ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Türkiye'de son yıllarda okul öncesi dönemde psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme ile ilgili çalışmalarda artış görülmektedir. Örnek olarak psikolojik dayanıklılık ile ilgili Gülay Ogelman vd., (2023), küçük çocukların psikolojik dayanıklılıklarının oyun davranışları üzerinde genel olarak olumlu bir etkisinin olduğunu belirlemişlerdir. Gün ve Gültekin Akduman (2022), çocukların psikolojik dayanıklılıkları ile akran zorbalığı davranışları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ifade ederek, psikolojik dayanıklılık becerilerinin artmasının akran zorbalığı davranışını azalttığını belirtmişlerdir. Saki (2020), Montessori felsefesiyle eğitim alan 24-72 aylık çocukların psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu vurgulamıştır. Duygu düzenleme ile ilgili olarak Kılıç ve Ağaoğlu (2019), 60-66 aylık çocukların duygu

anlama becerilerinin sosyal yetkinlik ve davranış değerlendirme değişkenlerinden iş birliği ve anlaşmazlıklara çözüm yolları aramak gibi olumlu özellikleri ölçen sosyal yetkinliği yordadığını, kızgınlık-saldırganlık ve anksiyete-içe dönüklük değişkenlerini ise yordamadığını ifade etmişlerdir. Yükçü ve Demircioğlu (2017), çocukların yaşının, cinsiyetinin, kardeş sayısının, anne çalışma durumunun, babanın yaşının ve babanın öğrenim düzeyinin duygu düzenleme becerilerini etkilemediğini vurgularken, annenin eğitim düzeyinin ve ailenin aylık gelirinin artmasının çocuğun duygu düzenleme becerilerini de olumlu etkileyebileceği ifade etmiştir. Yurdakul, Beyazıt ve Bütün Ayhan (2021), çocukların duygu düzenleme becerilerinin antisosyal ve saldırgan özellikleri temsil eden oyunun bozulması ve içe dönük özellikleri temsil eden oyundan kopma davranışlarını olumsuz etkilerken, sosyal becerilerle ilişkili olan oyun etkileşimi davranışını olumlu etkilediğini ifade etmişlerdir.

Bu çalışma ile okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı etkilerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Böylece küçük çocukların gelişiminde önem taşıyan iki kavram arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasının konu ile ilgili sonraki çalışmalara örnek sunabileceği düşünülmektedir. Nitekim Hill, Edmonds ve Jackson (2019), kişilik ve mizaç özellikleri açısından okul öncesi dönemin sonraki yılları yordayıcı etkisinin göz önünde bulundurulmasının önemini vurgulamışlardır.

2. Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde, çalışmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve toplanan verilerin analizi ile ilgili bilgiler bulunmaktadır.

2. 1. Araştırma modeli

Okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı etkisinin ele alındığı bu araştırma, ilişkisel tarama modeli esas alınarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli iki değişkenli ya da daha fazla değişkenin bulunduğu ve bağımsız değişkene göre meydana gelen grupların arasında bağımlı değişkene göre farklılık olup olmadığını araştıran bir karşılaştırma türüdür (Karasar, 2020).

2. 2. Evren ve örneklem grubu

Araştırmanın evrenini, Güneydoğu Anadolu Bölgesi'ndeki bir büyükşehirde okul öncesi eğitime devam eden, özel gereksinimli tanısı konulmamış 5-6 yaş grubu çocuklar oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklem grubunda, Güneydoğu Anadolu Bölgesi'ndeki bir büyükşehirde okul öncesi eğitime devam eden, özel gereksinimli tanısı konulmamış 5-6 yaş grubundan 219 çocuk yer almaktadır. Örneklem grubu, amaçlı (amaçsal) örnekleme yöntemine dayalı olarak oluşturulmuştur. Amaçlı (amaçsal) örnekleme, seçkisiz olmayan bir örnekleme yöntemidir. Bu araştırma türü, çalışmanın amacı doğrultusundaki durumların seçilmesi ile yapılır. Belirli ölçütler veya özelliklere sahip olan durumlarda çalışılması halinde bu yöntem tercih edilir (Büyüköztürk vd., 2022). Amaçlı örnekleme yönteminin diğer yöntemlerden farkı, araştırmacının örnekleme belirlenen ölçütler doğrultusunda oluşturmasıdır (Yıldırım, 2021). Çalışmada yer alan çocuklar, öğretmenlerin doldurdıkları 35 maddelik risk faktörlerinden ez az birine uyan çocuklar arasından seçilmiştir.

Tablo 1*Örneklem Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler*

Cinsiyet	f	%
Kız	107	48.9
Erkek	112	51.1
Toplam	219	100.0
Yaş	f	%
5 yaş	59	26.9
6 yaş	160	73.1
Toplam	219	100.0
Devam edilen okul türü	f	%
İlkokula bağlı anasınıfı	154	70.3
Ortaokula bağlı anasınıfı	65	29.7
Toplam	219	100.0

Tablo 2*Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan Çocukların Risk Faktörlerinin Frekans Dağılımı*

Risk Faktörleri	f
1.Yoksulluk	219
2. Fiziksel İstismar	150
3. Duygusal istismar	146
4. Cinsel istismar	0
5. Aile üyelerinden birinin ruh sağlığı probleminin olması	82
6. Aile üyelerinden birinin ciddi sağlık sorununun olması	15
7. Çocuğun hayatında önemli olan birinin ölümü (Kardeş, anneanne, babaanne, dede gibi)	38
8. Ailede uyumsuzluk (anne baba arasında tartışma, kavga)	180
9. Sokakta yaşamak (çadır gibi)	0
10. Yetersiz beslenme (çocuğun karnının doymaması)	25
11. Yüksek suç içeren mahallelerde yaşama	219
12. Terör olayına şahit olmak	0
13. Terör olayına maruz kalma korkusu	0
14. Tek ebeveynli aile yapısı (yalnızca anne veya babanın ebeveynlik yapması)	60
15. Aile üyelerinden birinin intihara teşebbüs etmesi veya intihar etmesi	10
16. Anneden uzun süreli ayrılık (annenin uzun süre iş veya sağlık sorunu nedeniyle çocuğundan ayrı kalması)	20
17. Çocuğun çok düşük doğum ağırlığı ile doğması	38
18. Çocuğun erken doğumu (normal doğum süresinden önce doğması)	21
19. Anne veya baba ölümü	4
20. Boşanma	45
21. Anne veya babanın evi terk etmesi	15
22. İhmal	58
23. Çok katı anne baba tutumu	138
24. Evde şiddet olması	170
25. İşsizlik problemi (Özellikle bakmakla sorumlu aile üyesi)	55
26. Annenin küçük yaşta çocuk doğurması (14-19 yaş arası)	146
27. Çok kötü fiziksel şartlarda yaşamak (Evin fiziksel koşullarının çok kötü olması)	176
28. Aile üyelerinden birinin alkolik olması	13
29. Aile üyelerinden birinin madde bağımlılığı (uyuşturucu veya ilaç)	13
30. Doğal afete şahit olmak/maruz kalmak	0
31. Ailenin sosyal olarak dışlanması	28
32. Çocuğun sosyal dışlanmaya maruz kalması	72
33. Annenin hamilelik sırasında ve doğumdan sonra yüksek seviyede strese maruz kalması	164
34. Anne -babanın eğitim seviyesinin düşük olması	93
35. Aile üyelerinden birisinin hapis cezası alması veya suç kaydının olması	21

Tablo 2 incelendiğinde, örnekleme oluşturan çocukların risk faktörleri listesine göre; en fazla görülen ilk üç risk faktörü, yoksulluk, yüksek suç içeren mahallelerde yaşama, ailede uyumsuzluk (anne baba arasında tartışma, kavga), çok kötü fiziksel şartlarda yaşamak (evin fiziksel koşullarının çok kötü olması) iken cinsel istismar, sokakta yaşamak (çadır gibi), terör olayına şahit olmak, terör olayına maruz kalma korkusu, doğal afete şahit olmak/maruz kalmak risk faktörleri içinde yer almamaktadır.

2. 3. Veri toplama araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak; Kişisel Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği, Risk Faktörleri Listesi ve Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği (EÇYÖ) kullanılmıştır.

2. 3. 1. Kişisel bilgi formu

Bu form, araştırmacılar tarafından oluşturulmuş olup, çocuklara ilişkin yaş, cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi, anne-baba mesleği ile ilgili soruları içermektedir.

2. 3. 2. Risk faktörleri listesi

Ersay (2016) tarafından geliştirilen "Risk Faktörleri Listesi" çocukların okul öncesi dönemde gelişimlerini sekteye uğratabilecek, yaşamlarını olumsuz etkileyebilecek ve problemleri davranışlar göstermelerine yol açabilecek olumsuz faktörleri ayrıntılı olarak sıralamaktadır. Risk faktörleri listesinde 35 madde yer almakta ve bu maddeler görülme sıklığına göre sıralanmaktadır. Bu risk faktörlerini çocuğun hayatında olup olmadığını öğrenmek için "Var/Yok" şeklinde bir gruplama yapılmaktadır. Ayrıca bu risk faktörlerini yaşamış olan çocukların sayılarını öğrenmek ve var ise kaç kişi olduğu bilgisine ulaşılabilmektedir. Risk faktörleri listesi okul öncesi dönemde yılmazlığı belirleyebilmek için ön koşul olarak kullanılabilir. Örnek risk faktörü maddeleri; yoksulluk, yetersiz beslenme (çocuğun karnının doymaması), boşanma, aile üyelerinden birinin alkolik olması şeklindedir (Akt. Ersay, 2018).

2. 3. 3. Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği (EÇYÖ)

Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği anasınıfına devam eden ve hayatında kötü yaşam deneyimlerine maruz kalan çocuklarda yer alan çocukların hayatlarındaki olumlu yöndeki gelişimlerinin derecesini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ersay (2016) tarafından alan yazın taraması sonucu 16 ölçek ve bir kitap bölümü olmak üzere 17 kaynaktan erken çocuklukla ilgili olabilecek yılmazlık madde listesi oluşturulmuştur. Oluşturulan liste gözden geçirilerek en son yazılan 60 madde uzman görüşüne sunulmuştur. Beş uzmandan alınan görüşler doğrultusunda düzeltme ve eleme yapılmıştır. Bu liste üç ayrı ilde (İstanbul, Diyarbakır ve Şanlıurfa) toplam 10 okul öncesi öğretmenin görüşüne sunulmuş ve maddelerin anlaşılabilirliği üzerine geri dönütleri alınmıştır. Alınan dönütler sonrasında başlangıçta 51 maddeden oluşan bir ölçek geliştirilmiştir (Akt. Ersay ve Erdem, 2017). Ersay ve Erdem (2017) tarafından Şanlıurfa da 375 veri setiyle ölçeğe açılımlı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. AFA tekrarlanmadan önce faktör yükleri uygun olmayan 12 madde ölçekten çıkarılmıştır. Çıkarılan maddelerden sonra yapılan analizde ölçekteki 39 maddenin tek faktöre sahip bir yapı gösterdiği bulunmuştur. Ölçeğin son halinde yer alan tek faktörlü yapı toplam varyansın %52.528'ni açıklamaktadır. Ölçeğin son halinde 39 maddeye verilen cevapların cronbach alfa katsayısı 0.98 olarak hesaplanmıştır (Ersay, 2018). Bu çalışma kapsamında erken çocukluk yılmazlık ölçeği iç tutarlılık katsayısı, .98 olarak belirlenmiştir.

2. 3. 4. Duygu düzenleme stratejileri ölçeği

Bu ölçme aracı, Gust (2014) tarafından 36-72 ay arasındaki çocukların duygu düzenleme stratejilerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin 5-6 yaş çocuklar için geçerlik-güvenirlik çalışması Ecirli ve Gülay Ogelman (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçekte, duygu düzenleme stratejisi algısı ile duygu düzenleme stratejisi üretme olmak üzere iki boyut bulunmaktadır. Alt boyutlar bağımsız olarak

değerlendirilebildiği gibi ölçekten alınan toplam puandan duygu düzenleme strateji düzeyini değerlendirmekte yararlanılabilmektedir. Ölçek çocuklara bireysel olarak uygulanmaktadır. Ölçek, korku, mutluluk, üzüntü ve öfke duygularını barındıran altı resimli hikâyeden oluşmaktadır. Her hikâyenin kız ve erkek versiyonları bulunmaktadır. Etkili duygu düzenleme stratejisi algısından en az 0, en fazla 24; duygu düzenleme stratejisi üretmeden en az 0 ve en fazla 12 puan alınabilmektedir. Ölçeğin tamamından en az 0, en fazla 36 puan alınmaktadır. Ölçekteki duygu algılama soruları (6 soru) puanlamaya dahil edildiğinde ölçekten alınabilecek en yüksek puan 42 olacaktır. Ölçekten alınan puanın artması, çocukların duygu düzenleme stratejilerindeki artış şeklinde yorumlanmaktadır. Uyarılma çalışmasında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı, duygu düzenleme stratejisi algısı alt boyutu için .75, duygu düzenleme stratejisi üretme alt boyutu için .70, toplam duygu düzenleme stratejileri için .81 olarak belirlenmiştir (Ecirli ve Gülay Ogelman, 2015). Bu çalışma kapsamında iç tutarlılık katsayısı, duygu düzenleme stratejisi algısı alt boyutu için .70, duygu düzenleme stratejisi üretme alt boyutu için .73, toplam duygu düzenleme stratejileri için .81 olarak belirlenmiştir.

2. 4. Veri toplama süreci

Araştırma ile ilgili etik kurul izni, Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 17.11.2022 tarihinde ve 2022/215 sayılı karar ile alınmıştır. Ölçme araçlarından Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği araştırmacılarından biri tarafından her çocuğa sınıf dışındaki özel bir odada bireysel olarak uygulanmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Risk Faktörleri Listesi ve Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği çocukların öğretmenleri tarafından doldurulmuştur. Öğretmenler, araştırmanın amacı ve süreci ile ilgili bilgilendirilmişlerdir.

2. 5. Veri analizi

Araştırmanın verileri, SPSS 26.0 istatistik paket programında analiz edilmiştir. Değişkenlerin normalliğini test etmek amacıyla Basıklık (Kurtosis) ve Çarpıklık (Skewness) değerleri incelenmiştir. Erken Çocuklukta Yılmazlık Ölçeği (basıklık değeri .723, çarpıklık değeri -.821), Duygu Düzenleme Stratejisi Algısı alt boyutu (basıklık değeri -.644, çarpıklık değeri -.362), Duygu Düzenleme Stratejisi Üretme alt boyutu (basıklık değeri .593, çarpıklık değeri -.992) ile Duygu Düzenleme Stratejileri (basıklık değeri -.430, çarpıklık değeri -.517) Ölçeğinden alınan puanlar -1.5 ile +1.5 arasında olduğundan (Tabachnick & Fidell, 2013) verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Veriler normal dağıldığından parametrik test tekniklerden yararlanılmıştır. Verilerin analizi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi teknikleri uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkide korelasyon katsayısının 0.30' dan küçük olması ilişkinin düşük, 0.30 ile 0.70 arasında olması ilişkinin orta, 0.70' den büyük olması ilişkinin yüksek düzeyde olduğu kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2021). Doğrusal regresyonun varsayımlarından olan uç değerler, otokorelasyon ve hataların normalliği gibi varsayımların ne düzeyde karşılandığını tespit etmek için bu unsurlar bir dizi teşhis grafiği ve test kullanılarak incelenmiştir. Verideki uç değerlerin tespitinde başvurulan Cook's D değeri 1'den büyük olmamalıdır (Cook & Weisberg, 1982). Bu kapsamda elde edilen bulgular bağımlı değişkenin "duygu düzenleme stratejileri algısı" olduğu regresyon analizinde Cook's D değerinin ,000 ile ,119 arasında; bağımlı değişkenin "toplam duygu düzenleme stratejileri" olduğu regresyon analizinde ,000 ile ,075 arasında ve bağımlı değişkenin "duygu düzenleme stratejileri üretme düzeyi" olduğu regresyon analizinde ,000 ile ,180 arasında değiştiğini göstermektedir. Regresyon analizinde hata terimleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyan otokorelasyonu ölçmek Durbin Watson İstatistiğine başvurulmaktadır. Durbin Watson test değeri 1,5 ile 2,5 aralığında olduğunda bu otokorelasyon olmadığını göstermektedir (Kalaycı, 2010 akt. Alkaya vd., 2016). Regresyon analizlerinde Durbin Watson değerleri 2,017; 2,147 ve 2,061 olarak tespit edilmiştir. Bu durum gözlemlenen değerler arasında otokorelasyon (başka bir ifade ile ardışık bağımlılık) olmadığını göstermektedir. Analizler sonucunda ortaya çıkan grafikler incelendiğinde hataların normal dağılımı varsayımının karşılandığı görülmektedir. Tüm bunlar ışığında okul öncesi dönem çocukların psikolojik dayanıklılıklarının onların duygu düzenleme stratejileri algısını, duygu düzenleme stratejileri üretme düzeylerini ve toplam duygu

düzenleme stratejilerini yordama düzeyini tespit etmek için basit doğrusal regresyon analizine başvurulmuştur.

3. Bulgular

Tablo 3’de okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme becerilerine ilişkin betimsel bulgular yer almaktadır.

Tablo 3

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıkları ile Duygu Düzenleme Becerilerine İlişkin Betimsel Bulgular

Değişkenler	N	\bar{X}	Min.	Max.
Psikolojik dayanıklılık	219	143.54	48.0	192.00
Duygu düzenleme stratejileri algısı	219	18,55	10,00	24,00
Duygu düzenleme stratejileri üretme	219	9,27	0,00	13,00
Toplam duygu düzenleme stratejileri	219	27,83	14,00	36,00

Tablo 3’ de görüldüğü üzere okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamalarının 143 olduğu görülmektedir. Buna göre okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılık düzeyleri en yüksek 192, en düşük 48 olmak üzere farklılık göstermektedir. Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme stratejileri algısının toplam puan ortalaması 18, duygu düzenleme stratejileri stratejilerine yönelik puan ortalaması 9, toplam duygu düzenleme üretmesine yönelik puan ortalaması ise 27 olarak belirlenmiştir.

Tablo 4’de okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri algısı arasındaki ilişkiye ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 4

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıkları ile Duygu Düzenleme Stratejileri Algısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi Sonucu

Değişkenler	\bar{X}	sd	r
Psikolojik dayanıklılık	143.54	27.66	-
Duygu düzenleme stratejileri algısı	18.55	3.20	.444*

* p <.001

Tablo 4 incelendiğinde, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri algısı arasında olumlu yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=.444, p<.001). Bu sonuca göre çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça duygu düzenleme stratejileri algısı artabilmekte; psikolojik dayanıklılıkları azaldıkça duygu düzenleme stratejileri algısı azalabilmektedir.

Tablo 5’de okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının, duygu düzenleme stratejileri algısını yordamasına ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 5

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıklarının, Duygu Düzenleme Stratejileri Algısını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Std. Er.	β	t	p
Psikolojik dayanıklılık Duygu düzenleme stratejileri algısı	.444	.197	53.235	.525	.444	7.296	.000*

* p<.001

Tablo 5’de, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının, duygu düzenleme stratejileri algısını (R=0.444, R²=0.197, F=53.235, p<.001) anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir.

Tablo 6’da okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri üretme düzeyleri arasındaki ilişkiye ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 6

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıkları ile Duygu Düzenleme Stratejileri Üretme Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi Sonucu

Değişkenler	\bar{X}	sd	r
Psikolojik dayanıklılık	143.54	27.66	-
Duygu düzenleme stratejileri üretme	9.27	2.49	.413*

* p<.001

Tablo 6 incelendiğinde, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri üretmeleri arasında olumlu yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=.413, p<.001). Bu sonuca göre çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça duygu düzenleme stratejileri üretme düzeyleri artabilmekte; psikolojik dayanıklılıkları azaldıkça duygu düzenleme stratejileri üretme düzeyleri azalabilmektedir.

Tablo 7’de okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının, duygu düzenleme stratejileri üretme düzeylerini yordamasına ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 7

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıklarının, Duygu Düzenleme Stratejileri Üretme Düzeylerini Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Std. Er.	β	t	p
Psikolojik dayanıklılık Duygu düzenleme stratejileri üretme	.413	.171	44.618	.685	.413	6.680	.000*

* p<.001

Tablo 7 incelendiğinde, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları, duygu düzenleme stratejileri üretme düzeylerini (R=0.413, R²=0.171, F=44.618, p<.001) anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir.

Tablo 8’de okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile toplam duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiye ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 8

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıkları ile Toplam Duygu Düzenleme Stratejileri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi Sonucu

Değişkenler	\bar{X}	sd	r
Psikolojik dayanıklılıkları	143.54	27.66	-
Toplam duygu düzenleme stratejileri	27.83	4.97	.493*

* p <.001

Tablo 8’de, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile toplam duygu düzenleme stratejileri arasında olumlu yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=.493$, $p<.001$). Bu sonuca göre çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça toplam duygu düzenleme strateji düzeylerinin artabildiği; psikolojik dayanıklılıkları azaldıkça toplam duygu düzenleme stratejilerinin azalabildiği ifade edilebilir.

Tablo 9’da okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının, toplam duygu düzenleme stratejilerini yordamasına ilişkin bulgu yer almaktadır.

Tablo 9

Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Psikolojik Dayanıklılıklarının, Toplam Duygu Düzenleme Stratejilerini Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	R	R ²	F	Std. Er.	β	t	p
Psikolojik dayanıklılık Toplam duygu düzenleme stratejileri	.493	.243	69.650	.328	.493	8.346	.000*

* p<.001

Tablo 9 incelendiğinde, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının, toplam duygu düzenleme stratejilerini ($R=0.493$, $R^2=0.243$, $F=69.650$, $p<.001$) anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir.

4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı etkisinin incelendiği çalışmanın sonuçlarına göre iki değişken arasında ilişki bulunmaktadır. Şöyle ki, çocukların psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri algıları, duygu düzenleme stratejileri üretme ve toplam duygu düzenleme stratejileri düzeyleri arasında olumlu yönde ve orta düzeyde ilişki bulunmaktadır. Bu sonuçlara göre okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları arttıkça/azaldıkça, duygu düzenleme stratejileri algısı, duygu düzenleme stratejileri üretme ve toplam duygu düzenleme stratejileri düzeyleri artmakta/azalmaktadır. Ayrıca psikolojik dayanıklılık, çocukların psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme stratejileri algıları, duygu düzenleme stratejileri üretme ve toplam duygu düzenleme stratejileri düzeylerini anlamlı biçimde yordamaktadır. Psikolojik dayanıklılıklarının en çok yordadığı duygu düzenleme stratejisi değişkeni toplam duygu düzenleme becerileri iken, en az yordadığı değişken ise duygu düzenleme stratejileri üretmedir.

Bu araştırmanın bulguları psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme stratejileri değişkenlerinin ilişkili olabildiğini göstermiştir. Konu ile ilgili çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Örnek olarak Chen ve meslektaşları (2021), 3-6 yaş arasındaki 300 çocuk ile yaptıkları çalışmada psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme arasında olumlu yönde düşük düzeyde ilişki bulmuşlardır. Gülay Ogelman ve Önder (2021) 5-6 yaş grubundan 77 çocuk ile yaptıkları çalışmada duygu düzenleme stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasında ilişki olduğunu, duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik dayanıklılığını yordayabildiğini ifade etmişlerdir. Bayındır, Balaban Dağal ve Önder (2018), 60-72 aylık çocuklarla yaptıkları çalışmada duygu düzenleme becerilerinin ego sağlamlık düzeyine göre farklılaşabildiğini, yüksek ego sağlamlığı düzeyine sahip çocukların duygu düzenleme alt ölçeğinden diğer çocuklara oranla daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Gerek bu çalışmada gerekse alan yazındaki bulgular doğrultusunda psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek olan çocukların gerekli durumlarda duygusal değişiklikleri gerçekleştirebildikleri, psikolojik dayanıklılık düzeyi düşük olan çocukların ise duygularını düzenlemede zorluk yaşayabilecekleri söylenebilir. Zorlu, stresli durumlarla etkili şekilde başa çıkabilen, değişen koşullara uyum sağlayabilen küçük çocukların duygularını düzenleme konusunda da başarılı olabilecekleri düşünülebilir. Değişen durumlar karşısında etkili bir şekilde uyum yapamayan, stresle başa çıkmada sorun yaşayabilen çocukların duygularını değiştirme, düzenlemede de sorun yaşayabilecekleri söylenebilir. Psikolojik dayanıklılığı ifade eden zorlu, stresli durumlarla baş edebilme, kendini kontrol edebilme becerisi, beklenmedik, yoğun duygu durumlarında da soğukkanlı kalabilmesine destek olabileceği, aşırı ve uygun olmayan tepkiler vermemesini sağlayabileceği için duygu düzenlemenin gerçekleşmesine katkıda bulunabilmektedir. Psikolojik dayanıklılıkla özdeşleşen uyum becerisi, duyguların eşlik ettiği durumlara da yansiyabilecektir. Kubo, Sugawara ve Masuyama (2021), psikolojik dayanıklılıkta yer alan kendini kontrol edebilme gibi becerilerin depresyon ve stresin azalmasına etki edebildiğini belirtmiştir. Rudzinski ve meslektaşları (2017), psikolojik dayanıklılığın yaşam memnuniyeti ile ilişkili olabileceğini belirtmiştir. Shi ve meslektaşları (2021), psikolojik dayanıklılık düzeyleri düşük olan çocukların uyum ve esneklik düzeylerinin de düşük olabileceğini, kaygılı, baskıcı, tepkisel, saldırgan olma gibi davranış özellikleri gösterebileceklerini ifade etmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme arasındaki ilişkilere Yu, Zhang ve Xu (2022) da iki kavramın öz şefkat ve depresyon üzerindeki aracı rollerini ortaya koydukları çalışmada dikkat çekmişlerdir. Nitekim çalışmada duygu düzenlemenin psikolojik dayanıklılık ile ilişkili olduğu, özşefkatin duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık üzerinden depresyonu yordayabildiği ifade edilmiştir. İki kavram arasındaki ilişki, kavramsal açıdan da ifade edilmektedir. Şöyle ki, psikolojik dayanıklılık baş etme stratejileri ile ilişkili bir kavramdır. Baş etme stratejileri içerisinde duygu odaklı baş etme stratejileri ile duyguları düzenleyebilme yer aldığı için psikolojik dayanıklılığın bileşenlerinden birinin duygu düzenleme stratejileri olabileceği ifade edilmektedir (Lee vd., 2017). Görüldüğü üzere bu çalışmanın bulguları alan yazındaki bulgularla örtüşmektedir. Nitekim Chen ve meslektaşları (2021), psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenlemenin çocukların büyüme sürecinde göz ardı edilemeyecek, gelecekteki fiziksel ve psikolojik gelişimlerini etkileyebilecek faktörlerden olduğunu ifade etmiştir.

Bu araştırmanın bulguları alan yazındaki çeşitli çalışma ile paralellik göstermekle birlikte okul öncesi dönemdeki psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme becerilerinin önemini desteklemektedir. Dolayısıyla konu ile ilgili sonraki çalışmalarda, okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılıkları ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler boylamsal açıdan incelenebilir. Kesitler çalışmaları açısından da iki kavramın farklı değişkenlerle ilişkilerinin ele alındığı araştırmalar yapılabilir. Psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenlemenin aracı etkisinin incelendiği çalışmalar planlanabilir. Bu çalışma 219 çocuk ile sınırlıdır. Konu ile ilgili sonraki çalışmalarda büyük örneklem gruplarında, çeşitli risk gruplarında yer alan çocuklar yer alabilir. Nicel desende olan bu çalışmanın yanı sıra konu ile ilgili nitel ve karma desenli çalışmalar gerçekleştirilebilir. Bu çalışmada çocukların psikolojik dayanıklılıkları öğretmen görüşlerine göre belirlenmiştir. Sonraki çalışmalarda anne-baba

görüşleri, gözlem, resim analizi gibi farklı yöntemlerle veri toplanabilir. Çalışmanın bulguları okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme becerilerinin desteklenmesinin önemini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla okul öncesi öğretmenlerinin program uygulamalarında psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenlemeye yönelik özel etkinlikler yapmaları, bu kavramlara düzenli olarak yer vermeleri önem taşımaktadır. Ayrıca öğretmenlerin bu kavramlarla ilgili eğitim aldıkları ve/veya çocuklarda bu becerilerin desteklendiği programların uygulandığı deneysel araştırmalar yürütülebilir. Öğretmenler, ailelerin dikkatini psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenlemeye çekmek adına aile katılımı etkinlikleri gerçekleştirebilirler.

Kaynakça

- Alkaya, A., Çoban, S., Tehci, A., & Ersoy, Y. (2016). Çevresel duyarlılığın yeşil ürün satın alma davranışına etkisi: Ordu Üniversitesi Örneği. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 0(47), 121-134.
- 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.
- Breslin, D. (2005). Children's capacity to develop resiliency: How to nurture it. *Young Children*, 61, 47-52.
- Büyüköztürk, Ş. (2021). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı- İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum (29. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö., Karadeniz, A., & Demirel, F. (2022). *Bilimsel araştırma yöntemleri (32. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Chen, H., Hong, Q., Xu, J., Wen, Y., & Gu, X. (2021). Resilience coping in preschool children: The role of emotional ability, age, and gender. *Int J Environ Res Public Health*, 18(9), 5027.
- Cole, P. M., Teti, L. O., & Zahn-Waxler, C. (2003). Mutual emotion regulation and the stability of conduct problems between preschool and early school age. *Development and Psychopathology*, 15, 1-18.
- Cook, R. D., & Weisberg, S. (1982). *Residuals and influence in regression*. Chapman and Hall.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. NewYork: Guilford Press.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40, 137-143.
- Ecirli, H., & Gülay Ogelman, H. (2015). Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği'nin geçerlik güvenirlik çalışması. *Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi*, 4(13), 85-100.
- Ersay, E. (2018). Erken çocukluk yılmazlığı: Yeni ölçekten umut veren sonuçlar (Early Childhood Resilience: Promising Results from a New Scale). 70. Erken Çocukluk Eğitimi Dünya Organizasyonu (OMEPE) Uluslararası Kongresi. 27-29 Haziran, Prag/Çek Cumhuriyeti.
- Ersay, E., ve Erdem, E. (2017). Türkiye de yeni geliştirilen erken çocukluk yılmazlık ölçeği (New Developed Early Childhood Resilience Scale in Turkey). 6th The European Network for Social and Emotional Competence (ENSEC) Conference, 07-09 Haziran, Stokholm/İSVEÇ.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J. J. (2015). *Handbook of Emotion Regulation*. New York, NY: The Guilford Press.
- Gust, N. (2014). Emotionsregulationsstrategien im vorschulalter: Wissen über emotionsregulationsstrategien und Zusammenhänge zu Kognition und Sozialverhalten. Erişim: 9 Haziran 2022, <https://media.suub.uni-bremen.de/bitstream/elib/762/1/00104094-1.pdf>
- Gülay Ogelman H., & Önder A. (2021). Emotional regulation strategies of 5-6 year old children and their levels of resiliency. *Early Child Development and Care*, 191(2), 221-229.

- Gülay Ogelman, H., Saraç, S., & Abanoz, T. (2023). Küçük çocuklarda psikolojik dayanıklılık ve oyun davranışları. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 1-12.
- Gün, R. Ş., & Gültekin-Akduman, G. (2022). Okul öncesi çocuklarının psikolojik sağlamlıklarının akran zorbalığı davranışları ile ilişkisi. *TEBD*, 20(1), 107-123.
- Hill, P. L., Edmonds, G. W., & Jackson, J. J. (2019). Pathways linking childhood personality to later life outcomes. *Child Development Perspectives*, 13(2), 116–120.
- Holodynski, M. (2009). Milestones and mechanisms of emotional development. In *Emotion as bio-cultural processes*, Edited by: Röttger-Rössler, B. and Markowitsch, H. J. 139–163. New York, NY: Springer Science+Business Media.
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18–27.
- Jenson, J.M., & Fraser, M.W. (2016). *Social policy for children and families: A risk and resilience perspective*, 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi* (35. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kılıç, Ş., & Ağaoğlu, F. (2019). Okul öncesi dönemde duygu anlamının sosyal yetkinlik ve davranış üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3), 182-194.
- Kim Cohen, J., T. Moffitt, A. Caspi, & A. Taylor (2004). Genetic and environmental processes in young children's resilience and vulnerability to socioeconomic deprivation. *Child Development*, 75(3), 651–668.
- Kubo, T., Sugawara, D., & Masuyama A. (2021). The effect of ego-resiliency and COVID-19-related stress on mental health among the Japanese population. *Personality and Individual Differences*, 175, 110702.
- Lee, J. H., Seo, M., Lee, M., Park, S. Y., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2017). Profiles of coping strategies in resilient adolescents. *Psychol. Rep.*, 120, 49–69.
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: developmental perspectives, *Children (Basel)* 5(7): 98.
- Mayr, T., & Ulich, M. (2003). "Seelische Gesundheit bei Kindergartenkindern." In *Elementarpädagogik nach Pisa*, Edited by: Fthenakis, W. E. 190–205. Freiburg: Herder.
- McCrimmon A. W., Climie E. A., & Huynh S. (2017). The relation between emotional intelligence and resilience in at-risk populations. *Dev. Neurorehabilit.* 21:326–335.
- Rudzinski, K., McDonough, P., Gartner, R., & Strike, C. (2017). Is there room for resilience? A scoping review and critique of substance use literature and its utilization of the concept of resilience. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 12(41), 12–41.
- Saki, H. (2020). *Montessori felsefesi ile eğitim alan 24-72 ay arası çocukların psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Shi, Q., Ettekal, I., Deutz, M. H., & Woltering, S. (2020). Trajectories of pure and cooccurring internalizing and externalizing problems from early childhood to adolescence: Associations with early childhood individual and contextual antecedents. *Developmental Psychology*, 56(10), 1906–1918.

- Shi, Q., Liew, J., Ettekal, I., & Woltering, S. (2021). Childhood resilient personality trajectories and associations with developmental trajectories of behavioral, social-emotional, and academic outcomes across childhood and adolescence: A longitudinal study across 12 years. *Personality and Individual Differences, 177*, 110789.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson.
- Taket, A. R., Nolan, A., & Stagnitti, K. (2013). Family strategies to support and develop resilience in the early childhood. *Early Years, 34*(3), 289-300.
- The Gottman Institute (2024). An Age-By-Age Guide to Helping Kids Manage Emotions. <https://www.gottman.com/blog/age-age-guide-helping-kids-manage-emotions/#:~:text=Emotion%20regulation%20is%20not%20just,manage%20those%20emotions%20by%20themselves.>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59* (2/3), 25-52.
- Truebridge, S. (2014). *Resilience begins with beliefs: Building on student strengths for success in school*. New York, NY: Teachers College Press.
- Yıldırım, M. (2021). Örneklem ve örnekleme yöntemleri. Ed. S. Şen & İ. Yıldırım. *eğitimde araştırma yöntemleri* (2. Baskı) (ss: 61-93). Ankara: Nobel Akademi.
- Yu, S., Zhang, C., & Xu, W. (2022). Self-compassion and depression in Chinese undergraduates with left-behind experience: Mediation by emotion regulation and resilience. *Journal of Clinical Psychology, 79*, 168-185.
- Yurdakul, Y., Beyazıt, U., & Bütün Ayhan, A. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile etkileşimli oyun davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 23*(4), 1291-1307.
- Yükçü, Ş. B., & Demircioğlu, H. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (44)*, 442-466.

Makale Bilgi Formu

Yazar(lar)ın Katkıları: Bu makalenin yazımına tüm yazarlar eşit katkıda bulunmuştur. Tüm yazarlar son metni okudu ve onayladı.

Çıkar Çatışması Bildirimi: Yazarlar tarafından potansiyel çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Telif Beyanı: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmalarını CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Destek/Destekleyen Kuruluşlar: Bu araştırma için herhangi bir kamu kuruluşundan, özel veya kâr amacı gütmeyen sektörlerden hibe alınmamıştır.

Etik Onay ve Katılımcı Rızası: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunmaktadır. Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik kurulundan 17.11.2022 tarihli 2022/215 sayılı karar doğrultusunda izin alınmıştır.

İntihal Beyanı: Bu makale iThenticate tarafından taranmıştır.