

Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Zeliha TRAS^a

Elmas Nur İBAOĞLU^b

Hikmet Beyza YAKICI^c

Öz

Makale Hakkında

Bu araştırmanın amacı, özel eğitim öğretmen adaylarında duygu düzenleme güçlüğü ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubu üniversitede öğrenimini sürdüren 265 (%68,5)'i kadın, 122 (%31,5)'si erkek, 387 Özel Eğitim Bölümü öğrencisinden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa Formu, Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve araştırmacıların hazırladığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizi betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı, basit doğrusal regresyon analiziyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin cinsiyete ve özel gereksinimli yakına sahip olup olmama durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Özel eğitim öğretmen adaylarında duygu düzenleme güçlüğü ve psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu; psikolojik sağlamlığın duygu düzenleme güçlüğüne anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Alan yazını incelendiğinde araştırma bulgularına paralel ve zıt yönde bulgulara rastlanmış, bulgular bu doğrultuda tartışılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüklerinin hem çeşitli demografik değişkenlerle hem de algılanan sosyal destek, öz yeterlilik algısı gibi değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi önerilmektedir. Bununla birlikte özel eğitim öğretmen adaylarını özel gereksinimli bireylerle çalışmaya hazırlamak ve duygu düzenleme becerilerini geliştirebilmek amacıyla psikoeğitim çalışmaları, bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamalarının yürütülmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Sağlamlık, Duygu Düzenleme Güçlüğü, Özel Eğitim Öğretmen Adayları

Geliş Tarihi: 25.08.2024

Kabul Tarihi: 09.05.2025

Yayın Tarihi: 30.06.2025

Atf için: Traş, Z., İbaoglu, E. N. ve Yakıcı H. B. (2025). Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *İZÜ Eğitim Dergisi*, 7(1), 26-44. <https://doi.org/10.46423/izujed.1538545>

Etik Beyan

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur (Elmas Nur İBAOĞLU).



^b **Sorumlu Yazar:** Arş. Gör., Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep Eğitim Fakültesi, Türkiye. E-mail: enibaoglu@gantep.edu.tr ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4387-7676>

^a Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Türkiye. E-mail: ztras@erbakan.edu.tr ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2670-0868>

^c Arş. Gör., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Türkiye. E-mail: hbeyzayakici@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6940-1185>

* Bu çalışma, X. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi'nde sunulan "Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" başlıklı özet bildiriden üretilmiştir.

** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde yapay zekâ tabanlı herhangi bir araç veya uygulama kullanılmamıştır. Çalışmanın tüm içeriği, yazar(lar) tarafından bilimsel araştırma yöntemleri ve akademik etik ilkelere uygun şekilde üretilmiştir.

The Investigation of the Relationship Between Emotion Regulation Difficulties and Psychological Resilience Levels of Special Education Teacher Candidates

Zeliha TRAŞ^a

Elmas Nur İBAOĞLU^b

Hikmet Beyza YAKICI^c

Abstract

The study examined the relationships between emotional regulation difficulties and psychological resilience in special education teacher candidates. The research was conducted with the relational scanning model. The study group consisted of 265 (68.5%) female, 122 (31.5%) male, 387 Special Education Department students. Emotion Regulation Difficulty Scale Short Form, Adult Psychological Resilience Scale, and a personal information form were used as data collection tools. Data were analysed using descriptive statistics, independent samples t-test, Pearson product-moment correlation coefficient, and simple linear regression analysis. The results showed no significant differences in emotional regulation difficulty levels according to gender and whether or not having a relative with special needs. A significant negative relationship was found between emotion regulation difficulties and psychological resilience, with psychological resilience being a significant predictor of emotion regulation difficulty. The findings are discussed in relation to other literature. It is recommended that the relationship between emotion regulation difficulties of special education teacher candidates and various demographic variables, as well as perceived social support and self-efficacy perception, be examined. Furthermore, psychoeducation studies and individual and group psychological counselling practices should be implemented to prepare candidates for working with individuals with special needs and to enhance their emotion regulation skills.

Keywords: Psychological Resilience, Difficulty in Emotion Regulation, Special Education Teacher Candidates,

About Article

Received Date: 25.08.2024

Accepted Date: 09.05.2025

Publication Date: 30.06.2025

To Cite: Traş, Z., İbaoglu, E. N., & Yakici, H. B. (2025). The Investigation of the Relationship Between Emotion Regulation Difficulties and Psychological Resilience Levels of Special Education Teacher Candidates *IZU Journal of Education*, 7(1), 26-44. <https://doi.org/10.46423/izujed.1538545>

Ethical Statement

It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Elmas Nur İBAOĞLU).



^b **Corresponding Author:** Research Assistant, Gaziantep University, Faculty of Education, Gaziantep, Türkiye. E-mail: enibaoglu@gantep.edu.tr | ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4387-7676>

^a Professor, Necmettin Erbakan University, Ahmet Keleşoğlu Faculty of Education, Türkiye. E-mail: ztras@erbakan.edu.tr | ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2670-0868>

^c Research Assistant, Necmettin Erbakan University, Ahmet Keleşoğlu Faculty of Education, Türkiye. E-mail: hbeyzayakici@gmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6940-1185>

* This study is derived from the abstract paper titled "The Investigation of the Relationship Between Emotion Regulation Difficulties and Psychological Resilience Levels of Special Education Teacher Candidates" which was presented at the 10th International TURKCESS Conference on Education and Social Sciences.

**No artificial intelligence-based tools or applications were utilized in the preparation of this manuscript. All content was generated solely by the author(s) in adherence to scientific research methodologies and academic ethical standard

Giriş

Duygular; fiziksel ya da sosyal zorluklara ve fırsatlara tepki olarak ortaya çıkan, dönemsel, görece kısa süreli, biyolojik temelli algı, deneyim, fizyoloji, eylem ve iletişim örüntülerini ifade etmektedir (Keltner ve Gross, 1999). Basitce bireylerin günlük yaşamda karşılaştıkları durumlara karşı içsel tepkileri olarak da ifade edilebilen duygu(lar) bireyin çevreyle ilişkilerini düzenlemekte, bu ilişkileri sürdürme ya da sonlandırma süreçlerine eşlik etmektedir (Baysan Arabacı vd., 2018). Yaşamın ilk yıllarından itibaren bireyler olumlu duygulara yönelerek olumsuz duygulardan kaçma eğilimi göstermektedir. Zaman zaman da ihtiyaçlarını giderebilmek için olumsuz duyguları kullanmaktadır. Bu durum duygu düzenleme ihtiyacını doğurmaktadır (Hsieh ve Stright, 2012).

Duygu düzenleme, bireyin hangi duygulara ne zaman sahip olduğunu ve bu duyguları nasıl yaşayıp nasıl ifade ettiğini kontrol etme girişimi olarak ifade edilmektedir (Gross, 1998; Gross ve Muñoz, 1995). Bilinçli ya da bilinç dışı, kendiliğinden ya da belli bir çaba sonucunda gerçekleşebilen duygu düzenleme süreci bireyin duygularını dengelemesi, durdurması ya da arttırmasını içermekte (Calkins ve Bell, 2010) ve bu sayede bireyin zorlu yaşam koşullarını tanıyarak bunlara adaptasyonunu sağlamaktadır (Mestre vd., 2017). Duygu düzenleme becerisi ruh sağlığının temel bir özelliği olarak vurgulanmakta ve zaman içerisinde kademeli olarak geliştiği belirtilmektedir (Gross ve Muñoz, 1995). Duygu düzenlemede amaç, çevrenin değişen taleplerine uygun tepkiler verebilmektir ve birey bu amaç doğrultusunda duygusal deneyimlerini ve ifadelerini değiştirmektedir (Aldao, 2013). Bu durum duygu düzenleme becerisinin değişen yaşam koşullarına uyum sağlamada ve zorlu yaşantılarla baş etmede önemli bir beceri olduğunu düşündürmektedir. Duygu düzenleme kavramının da öz şefkat (Koçak vd., 2023), ruminasyon (kişinin olumsuz duygusal deneyimleri hakkında tekrar tekrar düşünmesi) (Koş Yalvaç ve Gaynor, 2021), stresli yaşam olayları, umutsuzluk (Parada-Fernández vd., 2021) ve yas (Cesur Soysal, 2021) gibi değişkenlerle ilişkili olduğu belirtilmektedir.

Duygu düzenleme güçlüğü kavramı ise duygu düzenleme becerisinin boyutları olarak kabul edilen yeteneklerin herhangi birinin ya da tamamının göreceli olarak yokluğu olarak tanımlanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Bu yetenekler; (a) duyguların farkında olma, (b) duyguları kabul etme, (c) olumsuz duygu deneyiminde davranışları kontrol ederek istendik tepki verme (d) bireysel hedefler ya da çevrenin taleplerini karşılamak için duygusal tepkileri düzenlemede uygun stratejileri esnek bir şekilde kullanabilme olarak ifade edilmektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Bir başka tanımda bireyin hedef odaklı davranışlarını engelleyen duygusal deneyim ve ifade kalıpları şeklinde ifade edilen duygu düzenleme güçlüğü aynı zamanda pek çok psikolojik problemin sebebi olarak görülmektedir (Thompson, 2019).

Duygu düzenleme güçlüğü'nün nedenleri arasında genetik yatkınlık, travma deneyimi, istismara maruz kalma, çocukluk ya da ergenlikte duygusal ihmal ve stres

gibi faktörler sayılmaktadır. Bununla birlikte duygu düzenleme güçlüğü; dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, duygudurum bozukluğu, yeme bozukluğu, kişilik bozuklukları, gelişimsel bozukluklar ve otizm spektrum bozukluğu gibi çeşitli psikiyatrik bozukluklarla ilişkilendirilmektedir (Paulus vd., 2021). Duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin çeşitli risk faktörleri arasında ise bireyin ailesiyle fazla iç içe geçmesi (Kivisto vd., 2015), cinsiyet (Brindle vd., 2019; Neumann vd., 2009), yaş (Giromini vd., 2017; Şahan ve Şahin, 2020) ve özduyarlık düzeyi (Yılmaz ve Cenkseven Önder, 2020) sayılabilir.

Psikolojik sağlamlık kavramı bireyin olumsuz yaşam olayları, travma, stres ya da diğer olağan dışı koşullara başarılı şekilde uyum sağlama, zorluklar karşısında olumlu sonuçlar elde etme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Fraser vd., 1999). Bir başka tanımda psikolojik sağlamlık; bireyin uyum sağlamasını engelleyen zorlayıcı ve sıkıntılı yaşantılar karşısında sağlıklı baş etme becerilerini kullanarak yaşamla yeniden uyumlanabilmesi şeklinde ifade edilmektedir (Fletcher ve Sarkar, 2013). Bir kişilik özelliği olmasından çok geliştirilebilir bir özellik olarak kabul edilen psikolojik sağlamlık kavramının (Luthar vd., 2000) anksiyete (Yakıcı ve Kandemir, 2021) ve depresyon (Chen vd., 2023) gibi durumlara karşı koruyucu bir faktör olduğu ve yaşam doyumunu artırdığı saptanmıştır (Mao vd., 2023). Bireylerin yalnızlık düzeyinden etkilenen psikolojik sağlamlığın (Yakıcı ve Traş, 2018) olumlu duygusal deneyimlerden doğrudan etkilendiği belirtilmektedir (Judd, 2016). Bu durum psikolojik sağlamlığın bireyin duygu düzenleme sürecini etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Bireylerin içinde bulunduğu ortamın duygu düzenleme becerisi üzerinde temel bir etkisi olduğu belirtilmektedir (Aldao, 2013). Nitekim yetersizliği olan bireylerle çalışacak özel eğitim öğretmen adaylarının, çocukların güçlüklerinden kaynaklı zorlu süreçler yaşanabileceğine yönelik algıları olduğu saptanmıştır (Filiz vd., 2024). Aynı zamanda özel eğitim öğretmen adaylarının karşılaştıkları zorluklarla baş edebilmeleri için duygu düzenleme becerilerini etkili şekilde kullanabilmeleri gerektiği düşünülmektedir. Dolayısıyla özel eğitim öğretmen adaylarında duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin çalışılması gereken önemli bir değişken olduğuna inanılmaktadır. Yetersizliğe sahip çocuğu olan bireylerin, ailelerin duygu düzenleme güçlüklerinin yüksek olması bulgusu da (Bekdaş, 2022; Chan ve Neece, 2018; Naz, 2019; Priego-Ojeda ve Rusu, 2023) özel gereksinimli çocuklarla yakın ilişki içerisinde bulunacak öğretmen adayları için duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin araştırılması gereken bir değişken olduğu görüşünü desteklemektedir. Alan yazınında dikkat çeken bir başka bulgu da duygu düzenleme becerisinin çeşitli psikolojik problemlerle başa çıkma durumunu güçlendirerek bireylerin psikolojik sağlamlığına katkı sağladığıdır (Polizzi ve Lynn, 2021). Nitekim alan yazınında ve çeşitli çalışmalarda da bireylerin duygu düzenleme becerileri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Mestre vd., 2017; Özkan ve Akçınar, 2023; Rufino vd., 2022).

Psikolojik sağlık düzeyleri yüksek olan bireylerin iletişim ve problem çözme becerilerinin güçlü olduğu, iyimser ve uyum sağlayıcı bir karaktere sahip oldukları, empati becerilerinin yüksek olduğu ve sağlıklı ilişkiler kurabildikleri ifade edilmektedir (Tanyeri, 2016). Belirtilen özelliklerin özel gereksinimi/yetersizliği olan öğrencilerle çalışacak özel eğitim öğretmen adaylarının bu öğrencilerle etkili öğretim gerçekleştirebilmeleri ve sağlıklı bir şekilde çalışabilmeleri için gerekli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca psikolojik sağlık düzeyi ve duygu düzenleme kavramlarının ilişkili bulunduğu çalışmaların olması (Güler vd., 2024) bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin duygu düzenleme güçlüğü üzerinde etkileyici bir faktör olabileceğini düşündürmektedir. Özel eğitim öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin artırılması ve bu sayede duygu düzenlemede yaşayabilecekleri güçlüklerin azaltılabilmesine yönelik yapılacak çalışmalar için adayların hâlihazırdaki durumlarının tespit edilmesinin ön koşul olduğu düşünülmektedir. Ancak alan yazını incelendiğinde özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüklerinin düzeyine ve psikolojik sağlık düzeyleri ile ilişkisine yönelik saptayıcı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Tüm bunlar dikkate alındığında bu araştırmanın amacı özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlükleriyle psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizine ilişkin bilgi verilmiştir.

Araştırma Modeli

Araştırma; nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli değişkenler arasındaki ilişki türü ya da türlerin ne derece var olduğunu saptamayı amaçlayan model olarak ifade edilmektedir (Sönmez ve Alacapınar, 2019). Bu çalışmada değişkenler arasındaki ilişkinin varlığını ve derecesini belirlemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yönteminden biri olan ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Ölçüt örnekleme yönteminde çalışma grubu, belirli niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesneler ya da durumlardan oluşturulmakta ve belirlenen ölçütü karşılayan kişiler çalışma grubuna dâhil edilmektedir (Büyüköztürk vd., 2018). Bu çalışmada ölçüt; Konya ilinde üniversitelerin Özel Eğitim Öğretmenliği Programı lisans öğrencisi olmak olarak belirlenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu 2023-2024 eğitim-öğretim yılında Özel Eğitim Öğretmenliği Lisans Programı'nda eğitim gören 265 (%68,5)'i kadın, 122 (%31,5)'si erkek olmak üzere toplam 387 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 18-35 arasında ($\bar{x}$ =23.40, ss =4.40) değişmektedir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu, Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Form (DDGÖ-16)

Bjureberg ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Yiğit ve Guzey-Yiğit (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 16 maddeden oluşmakta ve 5'li likert tipindedir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça bireylerin duygu düzenleme güçlüğü artmaktadır. Doğrulamalı Faktör Analizi sonuçları, modelin veriye iyi uyum sağladığını göstermektedir ($\chi^2/df=2.00$, CFI=.92, GFI=.86, TLI=.89, RMSEA=.08). Ölçeğin orijinal formunda Cronbach's alfa değeri .92, Guttman split-half katsayısı: .88 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise Cronbach's alfa değeri .95 olarak hesaplanmıştır. araştırmaya katılan 320 kişiden 297'si kadın (%92,8) ve 23'ü (%7,2) erkektir. Yaş grubu dağılımına bakıldığında; 129'u 18-20 yaş grubu (%40,3), 113'ü 20-22 yaş grubu (%35,3), 40'ı 22-24 yaş grubu (%12,5) ve 38'i 24 yaş ve üzeri yaş grubu (%11,9) oluşturmaktadır. Okul türü dağılımına bakıldığında; 216'sı önlisans grubu (%67,5) ve 104'ü lisans grubu (%32,5) oluşturmaktadır. Sınıf düzeyi dağılımına bakıldığında 147'si (%45,9) 1. Sınıf düzeyinde, 122'si (%38,1) 2. Sınıf düzeyinde, 21'i (%6,6) 3. Sınıf düzeyinde ve 30'u (%9,4) 4. Sınıf düzeyinde yer almaktadır.

Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (YPSÖ)

Ölçek, Arslan (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipindedir. Ölçekten alınan puanların artması bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığını ifade etmektedir. Ölçeğin dört faktörlük yapısının toplam varyansın %65'ini açıkladığı görülmüştür. Doğrulamalı Faktör Analizi sonuçları, modelin veriye iyi uyum sağladığını göstermektedir ($\chi^2/df=1.97$, GFI= .90, NFI= .96, CFI= .98, IFI= .98, RFI= .96). Ölçeğin madde faktör yükleri .53 ile .83 arasında değiştiği belirtilmektedir. Ölçeğin orijinal formunda Cronbach's alfa değeri .82 ve ölçeğin test-tekrar test katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise .86 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Öğretmen adaylarının Özel Eğitim Öğretmenliği programında lisans öğrencisi olup olmadığı, cinsiyet, yaş ve özel gereksinimli yakına sahip olma durumu gibi demografik bilgilerini belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Form (DDGÖ-16) ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine (YPSÖ) ait betimsel istatistik sonuçları, özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ve ele alınan değişkenlere yönelik bulgular tablolar hâlinde gösterilmiş ve bu tablolar yorumlanmıştır.

Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler

Ölçeklerin normal dağılım özelliği gösterebilmesi için Skewness ve Kurtosis değerlerinin ± 1.0 aralığında yer alması gerekmektedir (Hair vd.,2010). Duygu düzenleme güçlüğü ve psikolojik sağlamlık Skewness ve Kurtosis değerleri ± 1.0 aralığında yer aldığı için ölçek puanları normal dağılım özelliği göstermektedir. Ölçek puanlarının güvenirlik özelliği gösterebilmesi için Cronbach's alfa (α) güvenirlik katsayısının .70 ve üzeri olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2018). Duygu düzenleme güçlüğü ve psikolojik sağlamlık Cronbach's alfa (α) güvenirlik katsayısı değerleri .70'in üzerinde olduğu için ölçme araçlarının güvenilir olduğu görülmektedir.

Tablo 1

Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler

Ölçek	N	$\bar{x}$	ss	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)	α
Duygu Düzenleme Güçlüğü	387	44.05	.79	.306	-.746	.95
Psikolojik Sağlamlık	387	89.10	.52	-.525	-.393	.86

Demografik Değişkenlere Yönelik Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 2 incelendiğinde özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($t_{385}=.041$, $p>.05$).

Tablo 2

Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin t-testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü	Kadın	265	44.07	.96	.041	.967
	Erkek	122	44.00	1.40		

Tablo 3 incelendiğinde özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü puanlarının özel gereksinimli yakına sahip olup olmama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($t_{385}=-.363$, $p>.05$).

Tablo 3

Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanlarının Özel Gereksinimli Yakına Sahip Olup Olmama Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin t-testi Sonuçları

	Özel Gereksinimli Yakını	N	$\bar{x}$	ss	t	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü	Var	194	43.76	1.15	-.363	.717
	Yok	193	44.34	1.10		

Tablo 4 incelendiğinde özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü puanları ile psikolojik sağlamlık puanları arasındaki ilişkiye yönelik yapılan Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı analizi sonucunda değişkenler arasında negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-.34$, $p<.01$).

Tablo 4

Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Psikolojik Sağlamlık Puanları Arasında Pearson Korelasyon Sonuçları

	Psikolojik Sağlamlık
Duygu Düzenleme Güçlüğü	-.342**

* $p<.05$, ** $p<.01$

Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Yordanmasına İlişkin Bulgular

Regresyon analizini gerçekleştirebilmek için VIF değeri 5'ten küçük olması (Denis, 2019) ve Tolerans değerinin .20'den büyük olması (Cleophas ve Zwinderman, 2015) gerektiği ifade edilmektedir. Buna göre; Tablo 5 incelendiğinde VIF değerleri 5'ten küçük ve Tolerans değerinin .20'den büyük olduğu görülmektedir. Buradan hareketle; gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon analizi sonucunda özel eğitim öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlıklarının duygu düzenleme güçlüğü'nü anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($F_{1-385}=50.945$, $p<.001$). Psikolojik sağlamlık puanları duygu düzenleme güçlüğü puanları üzerindeki toplam varyansının %12'sini açıklamaktadır ($R^2=.12$).

Tablo 5

Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanlarının Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayan Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	Tolerans	VIF
Duygu Düzenleme Güçlüğü	Sabit	90.137	6.499		13.868	.000***		
	Psikolojik Sağlamlık	-.517	-.072	-.342	-7.138	.000***	1.000	1.000

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$, $F_{1-385}=50.945$, $R=.34$, $R^2=.12$

Tartışma

Araştırma sonucunda katılımcıların duygu düzenleme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı saptanmıştır. Alan yazınında araştırmanın bulgularına paralellik gösteren sonuçlar olduğu görülmektedir (Yılmaz ve Cenkseven Önder, 2020; Şahan ve Şahin, 2020). Giromini ve diğerleri (2017) ise duygu düzenleme güçlüğünde cinsiyetin düşük düzeyde bir etkiye sahip olduğunu bildirmişlerdir. Bununla birlikte alan yazınında kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde duygu düzenleme güçlüğüne sahip olduğu çalışmalara da rastlanmaktadır (Brindle vd., 2019; Neumann vd., 2009). Tüm bu sonuçlar ışığında alan yazınında çalışmanın bulgularıyla tutarlı ve zıt yönde sonuçların olduğu söylenebilmektedir. Aile bireylerinin iç içe geçmesi ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkilerin incelendiği bir çalışmada iç içe geçmiş erkeklerin daha fazla duygu düzenleme güçlüğüne sahip oldukları saptanmıştır (Kivisto vd., 2015). Bu durum cinsiyetin duygu düzenleme üzerinde doğrudan bir risk faktörü olmadığını, bireyin aile yapısı, algıladığı sosyal destek ve kişilik özellikleri gibi sahip olduğu kaynaklara bağlı olarak iki değişken arasındaki ilişkinin değişkenlik gösterebileceğini düşündürmektedir.

Araştırma sonucunda katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin özel gereksinimli yakına sahip olma durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak ilgili alan yazınında farklı bulgulara rastlanmıştır. Otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerin duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin daha yüksek olduğu yapılan bir çalışmada tespit edilmiştir (Naz, 2019). Romanya’da gerçekleştirilen bir başka çalışmada yetersizliğe sahip çocuğu olan ebeveynlerin duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Priego-Ojeda ve Rusu, 2023). Gelişimsel yetersizliği olan bireylerin ebeveynlerinde strese bağlı olarak duygu düzenlemede güçlüklerin daha fazla ortaya çıktığı belirtilmektedir (Chan ve Neece, 2018). Yapılan başka bir araştırmada bireylerin uzamış yas belirtileri ile duygu düzenleme güçlüğü alt boyutları arasında pozitif düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur (Cesur Soysal, 2021). İnsan-insana ilişki modeli çerçevesinde bireylerin yetersizliği olan yakına sahip olmasına verdikleri tepkilerin ölüm karşısında verilen tepkilere benzediği belirtilmektedir (Dertli ve Başdaş, 2022). Bu noktada özel gereksinimli yakını olan özel eğitim öğretmen adaylarının yas belirtileri gösterebileceği ve bunun da duygu düzenleme becerilerini etkileyebileceği söylenebilir. Duygu düzenlemenin sosyal bir süreç olmasına bağlı olarak diğer bireylerin vereceği tepkilerin bireyin duygu düzenleme stratejilerini etkilediği belirtilmektedir. Buna bağlı olarak da özel gereksinimli bireylerin duygu düzenlemede yaşadıkları güçlüklerin onlarla etkileşimde bulunacak kişilerin bu güçlükleri içselleştirmesine neden olabileceği ifade edilmektedir (Naz, 2019). Ancak bu varsayım bu çalışmada doğrulanamamıştır. Araştırma bulgularının alan yazını bulgularıyla farklılık göstermesinin nedenleri incelendiğinde; öncelikle bireysel baş etme becerileri ile dayanıklılık ve sosyal destek gibi koruyucu faktörlere sahip olmanın (McConnell vd., 2014) bu sonuçları doğurabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte öğretmen adaylarının eğitim sürecinde duygu kontrolüne yönelik sosyal-duygusal

beceriler kazanmış olabileceklerinden (Brackett vd., 2011) özel gereksinimli yakınları olup olmama durumlarının duygu düzenleme güçlüğü düzeylerini etkilememiş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda özel eğitim öğretmen adaylarında duygu düzenleme güçlüğü ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunduğu ve psikolojik sağlamlığın duygu düzenleme güçlüğüne yordadığı saptanmıştır. Yetişkinlerle gerçekleştirilen bir çalışmada benzer şekilde psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır (Özkan ve Akçınar, 2023). Farklı örneklemelerle gerçekleştirilen çalışmalarda duygu düzenleme ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin belgelendiği vurgulanmaktadır (Polizzi ve Lynn, 2021). Güncel bir araştırmada da yetişkin bireylerde bilişsel duygu düzenleme ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ilişkilerin olduğu belirtilmektedir (Güler vd., 2024). Covid-19 pandemisinde gerçekleştirilen bir çalışmada üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme, psikolojik sağlamlık ve iyi oluş düzeyleri incelenmiş, çalışma sonucunda duygu düzenleme güçlüğü yüksek olan katılımcıların dayanıklılık düzeylerinin daha düşük olduğu ortaya konmuştur (Rufino vd., 2022). Yine bir başka çalışmada otizmli çocuğa sahip bireylerde psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Bekdaş, 2022). Bireylerin duygu düzenleme becerilerinin anksiyete, depresyon, düzensiz yeme ve madde kullanımı gibi çeşitli durumlarla duygu temelli başa çıkmayı güçlendirerek psikolojik sağlamlığa katkı sağladığı belirtilmektedir (Polizzi ve Lynn, 2021). Araştırmadan elde edilen bulgular ve alan yazınından ulaşılan bulgular özel gereksinimli bireylerle etkileşim ve iletişim içerisinde olacak özel eğitim öğretmen adayları için psikolojik sağlamlık ve duygu düzenlemenin önemli değişkenler olduğunu ortaya koymaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada elde edilen sonuçlara göre özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri cinsiyete ve özel gereksinimli yakına sahip olma durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Ayrıca özel eğitim öğretmen adaylarının duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır. Bununla birlikte özel eğitim öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygu düzenleme güçlüğü düzeylerini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda öneriler geliştirilmiştir. Bu çalışma özel eğitim öğretmen adayları ile gerçekleştirilmiştir. Özel gereksinimli bireylerle çalışan kişilerde duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin daha detaylı sonuçlar elde edebilmek için özel eğitim öğretmenleri gibi hâlihazırda doğrudan bu bireylerle etkileşimdeki çalışma gruplarıyla araştırmalar yürütülebilir. Sonraki çalışmalarda özel eğitim öğretmen

adaylarının duygu düzenleme güçlüğüne etkileyebilecek çeşitli değişkenler araştırmaya dâhil edilebilir. Örneğin kardeş sayısı, daha önce özel gereksinimli bireylerle çalışmış olup olmama durumu gibi demografik değişkenlerle ya da algılanan sosyal destek, meslekî yeterlilik ve öz yeterlilik algısı gibi değişkenlerle ilişkiler incelenebilir. Özel eğitim öğretmen adaylarını özel gereksinimli bireylerle çalışmaya hazırlamak ve duygu düzenleme becerilerini geliştirebilmek amacıyla psikoeğitim çalışmaları, bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamaları yürütülebilir.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıklarını; örneklem grubunun büyüklüğü, ölçme araçlarının ölçtüğü özellikler, coğrafi alan, katılımcıların sübjektif yanıtları ve çalışmanın nicel yöntemlerle gerçekleştirilmiş olması oluşturmaktadır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılardan fazla olması ve bu farklılığın dengelenememesi bir başka sınırlılığı oluşturmaktadır.

Extended Abstract

Introduction

Emotions are short-term responses to physical or social challenges and opportunities (Keltner & Gross, 1999). From early life, individuals tend to avoid negative emotions by turning them into positive ones, and sometimes use negative emotions to meet needs, giving rise to the need for emotion regulation (Hsieh & Stright, 2012). Emotion regulation is defined as an individual's attempt to control which emotions they have and when, and how they experience and express these emotions (Gross, 1998; Gross & Muñoz, 1995). The purpose of this is to respond appropriately to changing demands (Aldao, 2013). Emotion regulation skills are therefore important in adapting to changing life conditions and coping with difficult experiences. Emotion regulation difficulty is seen as the cause of many psychological problems (Thompson, 2019).

Psychological resilience is defined as an individual's ability to adapt to negative events, trauma, stress or other unusual conditions and to achieve positive results in the face of difficulties (Fraser et al., 1999). Psychological resilience (Luthar et al., 2000), which is considered a developable feature rather than a personality trait, has been found to be a protective factor against conditions such as anxiety (Yakıcı & Kandemir, 2021) and depression (Chen et al., 2023) and increases life satisfaction (Mao et al., 2023). However, positive emotional experiences directly affect psychological resilience (Judd, 2016).

The context has been shown to impact emotion regulation (Aldao, 2013). It is predicted that special education teachers working with individuals with disabilities may experience challenges in regulating emotions. Research indicates that these teachers anticipate difficult situations due to children's challenges (Filiz et al., 2024). The current investigation aims to explore the links between emotional regulation issues and psychological resilience in special education teachers.

Method

In this research the relational research model was used to determine the type of relationship between variables (Sönmez & Alacapınar, 2019). The study group was determined by the criterion sampling method. This method involves selecting participants based on specific criteria (Büyüköztürk et al., 2018). The criterion in this research was determined as being an undergraduate student in the Special Education Teaching Program of the Universities. The study group consists of a total of 387 undergraduate students of the Special Education Teaching Program in the 2023-2024 academic year, 265 (68,5%) of whom are female and 122 (31,5%) of whom are male. The age range is between 18-35 years old ($\bar{x}=23.40$, $sd=4.40$). In this research, Emotion Regulation Difficulty Scale-Short Form, Psychological Resilience Scale and Personal Information Form were used. Data were collected from voluntary participants by

communicating face to face with them and after informing them about confidentiality and volunteering. Descriptive statistics, independent samples t-test, Pearson Moment Correlation and simple linear regression analysis were used to analyze the data.

Findings and Discussion

Research shows no significant gender difference in emotional regulation. Literature shows similar findings (Yılmaz & Cenkseven Önder, 2020; Şahan & Şahin, 2020) and opposite results (Giromini et al., 2017; Neumann et al., 2009). A study of family member relationships and emotion regulation found introverted men had more difficulties (Kivisto et al., 2015). This suggests gender is not a direct risk factor for emotion regulation, and the relationship may vary depending on resources like family structure, social support and personality.

Research showed that participants' emotion regulation difficulty levels were not significantly affected by having a relative with special needs. Stress-related difficulties in emotional regulation are more common in parents of individuals with developmental disabilities (Chan & Neece, 2018). A study in Romania found high levels of emotion regulation difficulties in parents of children with disabilities (Priego-Ojeda & Rusu, 2023). Since emotion regulation is a social process, others' reactions affect individuals' emotion regulation strategies. Individuals with special needs may internalise these difficulties (Naz, 2019). This assumption could not be confirmed in this study.

The findings showed a negative correlation between the emotion regulation difficulty levels of special education teacher candidates and their psychological resilience levels. In addition, psychological resilience was found to predict emotion regulation difficulties. The relationship between emotion regulation and psychological resilience has been documented in studies conducted with different samples (Polizzi & Lynn, 2021). Significant relationships have been found between emotion regulation and psychological resilience in various studies (Güler et al., 2024; Özkan & Akçınar, 2023). Another study on emotion regulation, psychological resilience, and well-being on university students during the pandemic revealed that participants with high levels of emotion dysregulation also reported lower levels of resilience (Rufino et al., 2022). Individuals' emotional regulation skills contribute to psychological resilience by strengthening emotion-based coping with various situations such as anxiety, depression, disordered eating and substance use (Polizzi & Lynn, 2021). These results show that the research findings are compatible with the literature and reveal that psychological resilience and emotional regulation are important variables for special education teacher candidates who will interact and communicate with individuals with special needs.

Etik

Bu araştırma için Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne uygun davranılarak; Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylamış olduğu 12/07/2024 tarihli ve 2024/593 sayılı karar kapsamında onay alınmıştır. Bu araştırma ile ilgili etik sorularınız için lütfen izued@izu.edu.tr adresine başvurun.

Katkı Oranı Beyanı

Tüm yazarlar çalışmanın her aşamasında yer almış ve çalışmaya eşit katkıda bulunmuşlardır.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Çalışma kapsamında herhangi bir destek alınmamıştır. Makale Turnitin yazılımı kullanılarak intihal açısından incelenmiştir. Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde yapay zekâ tabanlı herhangi bir araç veya uygulama kullanılmamıştır. Çalışmanın tüm içeriği, yazar(lar) tarafından bilimsel araştırma yöntemleri ve akademik etik ilkelere uygun şekilde üretilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarlar bu araştırma makalesinin araştırma, yazma ve/veya yayınlanmasına ilişkin herhangi bir kurum ve/veya kişi ile potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Ethical Considerations

This study was conducted in accordance with the principles of the Declaration of Helsinki. Ethical approval was obtained from the Ethics Committee for Research in Social and Human Sciences at Necmettin Erbakan University, within the scope of the decision dated 12/07/2024 and numbered 2024/593. For ethical inquiries regarding this research, please contact: izued@izu.edu.tr

Author Contributions

All authors made equal contributions to the research and the preparation of this manuscript.

Funding and Acknowledgments

This study did not receive any financial support. The manuscript was screened for plagiarism using Turnitin software.

Conflict of Interest

The authors have no conflicts of interest to declare related to the research, writing, or publication of this manuscript.

KAYNAKÇA

- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspective on Psychological Science*, 8(2), 155-172. <https://doi.org/10.1177/1745691612459518>
- Arslan, G. (2015). Yetişkin psikolojik sağlamlık ölçeği'nin (YPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2), 344-357. <https://doi.org/10.12984/eed.45159>
- Baysan Arabacı, L., Ayakdaş Dağlı, D., & Taş, G. (2018). Madde kullanım bozukluklarında duygu düzenleme güçlüğü ve hemşirelerin rol ve sorumlulukları. *Bağımlılık Dergisi*, 19(1), 10-16. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bagimli/issue/35809/398527>
- Bekdaş, A. (2022). Otizmli çocuğu olan ebeveynlerin aile stresi psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri ilişkisinin incelenmesi: Avcılar örneği. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L.-G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Messman-Moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief version of the difficulties in emotion regulation scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284-296. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9514-x>
- Brackett, M. A., Reyes, M. R., Rivers, S. E., Elbertson, N. A., & Salovey, P. (2011). Assessing teachers' beliefs about social and emotional learning. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 30(3), 219-236. <https://doi.org/10.1177/0734282911424879>
- Brindle, K. A., Bowles, T. V., & Freeman, E. (2019). Gender, education and engagement in antisocial and risk-taking behaviours and emotional dysregulation. *Issues in Educational Research*, 29(3), 633-648. <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.641128979868732>
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Calkins, S. D., & Bell, M. A. (2010). *Child development at the intersection of emotion and cognition*. American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/12059-000>
- Cesur Soysal, G. (2021). Uzamış yas: Ayrılma-bireyleşme süreçleri ve duygu düzenleme güçlüğü temelinde bir inceleme. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(2), 221-240. <https://doi.org/10.31682/ayna.716004>

- Chan, N. , & Neece, C. L. (2018). Parenting stress and emotion dysregulation among children with developmental delays: the role of parenting behaviors. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 4071-4082. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1219-9>
- Chen, N., Xi, J., & Fan, X. (2023). Correlations among psychological resilience, cognitive fusion, and depressed emotions in patients with depression. *Behavioral Sciences*, 13(2), 1-8. <https://doi.org/10.3390/bs13020100>
- Cleophas, T. J., & Zwinderman, A. H. (2015). *SPSS for Starters and 2nd Levelers*. Springer.
- Denis, D. J. (2019). *SPSS data analysis for univariate, bivariate, and multivariate statistics*. John Wiley&Sons.
- Dertli., S., & Başdaş, O. (2022). Çocuğu otizm tanısı alan ebeveynlerin adaptasyon sürecinde İnsan İnsana İlişki Modeli’ nin kullanılması. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi* 31(3), 237-242. <https://doi.org/10.17827/aktd.1078456>
- Filiz, S., Uyar, D., & Şafak, P. (2024). Özel eğitim öğretmen adaylarının ağır ve çoklu yetersizliği olan çocuklara ilişkin metaforik algıları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(1), 157-185. <https://doi.org/10.37217/tebd.1336884>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Fraser, M. W., Galinsky, M. J., & Richman, J. M. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social work practice. *Social Work Research*, 23, 131-143. <http://dx.doi.org/10.1093/swr/23.3.131>
- Giromini, L., Ales, F., Campora, G., Zennaro, A., & Pignolo, C. (2017). Developing age and gender adjusted normative reference values for the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(4), 705–714. <https://doi.org/10.1007/s10862-017-9611-0>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- 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., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology Science and Practice*, 2(2), 151-164. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x>

- Güler, K., Gümüş Demir, Z., & Yurtseven, C. S. (2024). Investigation of the relationship between childhood traumas, psychological resilience, cognitive flexibility and emotion regulation skills in adults. *The European Research Journal*, 10(2), 166-177. <https://doi.org/10.18621/eurj.1279884>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. (2010). *Multivariate Data Analysis*. Pearson Education.
- Hsieh, M., & Stright, A. D. (2012). Adolescents' emotion regulation strategies, self-concept, and internalizing problems. *The Journal of Early Adolescence*, 32(6), 876-901. <https://doi.org/10.1177/0272431611433848>
- Judd, M. W. (2016). *The moderating effects of positive and negative automatic thoughts on the relationship between positive emotions and resilience*. [Unpublished doctoral dissertation]. Georgia Southern University.
- Keltner, D., & Gross, J. J. (1999). Functional accounts of emotions. *Cognition and Emotion*, 13(5), 467-480. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/026999399379140>
- Kivisto, K. L., Welsh, D. P., Darling, N., & Culpepper, C. L. (2015). Family enmeshment, adolescent emotional dysregulation, and the moderating role of gender. *Journal of Family Psychology*, 29(4), 604–613. <https://doi.org/10.1037/fam0000118>
- Koçak, F., Berman, Z. R., Traş, Z., & Yakıcı, H. B. (2023). Examination of relations between self-compassion and difficulties in emotion regulation of preservice teachers. *HAYEF: Journal of Education*, 20(1), 32-36. <https://doi.org/10.5152/hayef.2023.67>
- Koş Yalvaç, E. B., & Gaynor, K. (2021). Emotional dysregulation in adults: The influence of rumination and negative secondary appraisals of emotion. *Journal of Affective Disorders*, 282, 656-661. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.194>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Mao, Y., Xie, M., Li, M., Gu, C., Chen, Y. Zhang, Z., & Peng, C. (2023). Promoting academic self-efficacy, positive relationships, and psychological resilience for Chinese university students' life satisfaction. *Educational Psychology*, 43(1), 78-79. <https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2138830>
- McConnell, D., Savage, A., & Breitzkreuz, R. (2014). Resilience in families raising children with disabilities and behavior problems. *Research in Developmental Disabilities*, 35(4), 833–848. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.01.015>
- Mestre, J. M., Nuñez-Lozano, J. M., [Gómez-Molinero](#), R., Zayas, A., & Guil, R. (2017). Emotion regulation ability and resilience in a sample of adolescents from a

- suburban area. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01980>
- Naz, N. (2019). *Otizimli çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Neumann, A., van Lier, P. A. C., Gratz, K. L., & Koot, H. M. (2009). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the difficulties in emotion regulation scale. *Assessment*, 17(1), 138-149. <https://doi.org/10.1177/1073191109349579>
- Özkan, N., & Akçınar, B. (2023). Kekemeliği olan ve olmayan yetişkin bireylerin psikolojik dayanıklılıkları üzerinde duygu düzenleme güçlüğü'nün etkisi. *Edu 7: Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(15), 34-57.
- Parada-Fernández, P., Herrero-Fernández, D., Olivia-Macías, M., & Rohwer, H. (2021). Stressful life events and hopelessness in adults: the mediating role of mentalization and emotional dysregulation. *Braz J Psychiatry*, 3(4), 385-392. <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2020-1061>
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Möhler, E., Plener, P., & Popow, C. (2021). Emotional dysregulation in children and adolescents with psychiatric disorders. A narrative review. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1-32. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.628252>
- Polizzi, C. P., & Lynn, S. J. (2021). Regulating emotionality to manage adversity: a systematic review of the relation between emotion regulation and psychological resilience. *Cognitive Therapy and Research*, 45, 577-597. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10186-1>
- Priego-Ojeda, M., & Rusu, P. (2023). Emotion regulation, parental stress and family functioning: Families of children with disabilities vs normative families. *Research in Developmental Disabilities*, 139, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2023.104548>
- Rufino, K. A., Babb, S. J., & Johnson, R. M. (2022). Moderating effects of emotion regulation difficulties and resilience on students' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adult and Continuing Education*, 28(2), 397-413. <https://doi.org/10.1177/14779714221099609>
- Sönmez, V., & Alacapınar, F. G. (2019). *Örneklendirilmiş Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Anı Yayıncılık.
- Şahan, H., & Şahin, R. (2020). Üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile spor ilişkisinin araştırılması. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 21-30.
- Tanyeri, E. (2016). *23 yaş ve üzeri heteroseksüel ve homoseksüel bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ilişkilerde yükleme tarzları ve psikolojik sağlamlık üzerine etkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.

- Thompson, R. A. (2019). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and Psychopathology*, 31, 805-815. <https://doi.org/10.1017/s0954579419000282>
- Yakıcı, H. B., & Kandemir, M. (2021). An explanatory model of test anxiety: Psychological resilience, abuse, and neglect. *Research on Education and Psychology (REP)*, 5(1), 53-70.
- Yakıcı, E., & Traş, Z. (2018). Life satisfaction and loneliness as predictive variables in psychological resilience levels of emerging adults. *Research on Education and Psychology (REP)*, 2(2), 176-184.
- Yılmaz, Y., & Cenkseven Önder, F. (2020). Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme gücünün yordayıcısı olarak öz-duyarlık. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29(4), 168-182. <https://doi.org/10.35379/cusosbil.766746>
- Yiğit, İ., & Guzey Yiğit, M. (2019). Psychometric Properties of Turkish Version of Difficulties in Emotion Regulation Scale-Brief Form (DERS-16). *Current Psychology*, 38, 1503-1511. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9712-7>