



INESJOURNAL

ULUSLARARASI EĞİTİM BİLİMLERİ DERGİSİ
THE JOURNAL OF INTERNATIONAL EDUCATION SCIENCE

Yıl: 3, Sayı: 6, Mart 2016, s. 1-9

Gülhan ŞAHİN¹, Ramazan ARI²

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARIN YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLERİ VE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ³

Özet

Bu araştırmada 6 yaş çocukların yürütücü işlevleri (soyutlama becerileri ve bilişsel esneklik) ile duygu düzenleme becerileri arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu 70 kız 67 erkek toplam 137 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada çocukların yürütücü işlevlerini (soyutlama becerileri ve bilişsel esneklik) ölçmek için "Nesne Seçiminde Esneklik Görevi" duygu düzenleme becerilerini ölçmek için "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde normal dağılım gösteren veriler için Person Momentler çarpım korelasyon katsayısı, normal dağılım göstermeyen veriler için Spearman Brown korelasyon katsayısı analizi hesaplanmıştır. Araştırmada yürütücü işlevler "bilişsel esneklik" alt boyutu ile duygu düzenleme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, yürütücü işlevler "soyutlama becerileri" alt boyutu ile duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Duygu düzenleme becerileri, yürütücü işlevler, soyutlama becerileri, bilişsel esneklik

THE RESEARCH OF THE RELATION BETWEEN EXECUTIVE FUNCTIONS AND EMOTION REGULATION SKILLS OF PRESCHOOL CHILDREN

Abstract

It was examined whether the relationship between executive functions (abstraction skills and cognitive flexibility) and emotion regulation skills of 6 years old children in this research. Working group of the research consists of 137 students (70 girls and 67 boys). "Flexible Item Selection Task" to measure executive functions and "Preschool Self-Regulation Scale" to measure emotion regulation skills have been used in the research. Pearson Momentler correlation coefficient has been calculated for the data which have normal distribution in the process of data analysis. Spearman Brown correlation coefficient. have been calculated for the data which do not have normal distribution. There is no relation between abstraction skills and emotion regulation skills on meaningful level while there is a positively meaningful relation between cognitive flexibility and emotion regulation skills.

Key words: Emotion regulation skills, executive functions, abstraction skills, cognitive flexibility

1 Dr., İsmet İnönü İlkokulu /Eskişehir, sahingulhan_80@hotmail.com

2 Prof. Dr., Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi /Konya

3 Bu çalışma, Gülhan Şahin tarafından Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Prof. Dr. Ramazan Arı danışmanlığında yürütülen Okul Öncesi Çocukların Yürütücü İşlevlerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Bağlanma Örüntüleri Açısından İncelenmesi başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Yürütücü işlevler, amaca yönelik problem çözme, zihinde yer alan bilişsel kontrol süreçler olarak tanımlanmakta ve kural soyutlama ve kurallar arasında geçişte esneklik yürütücü işlevlerde yer alan iki süreç olarak ifade edilmektedir (Zelazo ve Müller, 2002; Kringelbach ve Rolls, 2004, akt. Wong, Jacques ve Zelazo, 2008: 34). Yürütücü işlevler karar vermeyi kolaylaştıran "alt-üst" bilişsel girdileri temsil etmektedir ki bunu durum için en uygun hareketi belirlemek amacıyla çalışan bellekteki olası seçenekler hakkındaki bilgiyi koruyarak ve bu bilgiyi güncel konumla ilgili verilerle birleştirerek yapmaktadır. Özetle yürütücü işlevler zihinsel faaliyeti başlatır, yönlendirir ve sürdürür (İyisoy, 2006: 23-24). Heton (1981) yürütücü işlevlerin çok geniş bir işlevler alanını temsil ettiğini ifade etmektedir. Bu işlevler arasında kavramsallaştırma, perseverasyon, kurulumu sürdürmede başarısızlık ve öğrenme gibi, soyutlama yeteneğine ilişkin alt yetenek alanları bulunmaktadır (Heaton 1981, Lezak 1995, Spreen ve Strauss 1991, akt. Karakaş ve Karakaş, 2000: 217). Yıldız (2013: 3) tarafından yapılan başka bir sınıflamada seçici dikkat, kural manipülasyonu, çalışma belleği, planlama, davranışsal ya da bilişsel esneklik ve ketleme gibi her biri tekrar geniş kuramsal tartışmalara konu olan bilişsel kavramlar yer almaktadır.

Yürütücü işlevlerin daha önce ifade edilen üst düzey bilişsel özelliklerinin dışında bazı araştırmacılar tarafından yürütücü işlevlerin serin (cool) ve sıcak (hot) yürütücü işlevler olmak üzere iki farklı türü olduğu ifade edilmektedir. Sıcak yürütücü işlevler sosyo-duyuşsal alanı; serin yürütücü işlevler ise bilişsel süreçleri işaret etmektedir.

Sıcak ve serin yürütücü işlevler arasındaki ayrımın hem biyolojik bir temeli hem de davranışsal sonuçları vardır. Nörolojik görüntülemelerde, beyindeki iki ayrı bölge de problem çözme için uyarılır. Bu bölgelerden biri olan orbitofrontal korteks duygusal işlemleri yönetirken dorsolateral prefrontal korteks yüksek düzeyli bilişsel işlemleri yönetir. İşlevsel olarak orbitofrontal korteks, sosyo-duyuşsal yürütücü işlevlerle, dorsolateral prefrontal korteks ise bilişsel yürütücü işlevlerle ilgilidir. Beyninin bilişsel yürütücü işlevlerden sorumlu bölgesinde hasar olan yetişkinler yeni bir materyali öğrenme, problem çözme ve yeni çözümler üretme yetilerini kaybederken beyninin sosyo-duyuşsal yürütücü işlevlerden sorumlu bölgesinde hasar olan yetişkinler dürtülerine hakim olma ve bakış açısı almada bağdaştırma ve düzgün davranış sergileme yetilerini kaybederler (Brock, Kaufman, Nathanson ve Grimm, 2009: 338). Serin yürütücü işlevler genellikle soyut ve bağlamsal problemler için gerekliken sıcak yürütücü işlevler duygu ve motivasyonunun düzenlenmesini içeren problemler için gereklidir (Zelazo, Muller, Frye ve Marcovitch, 2003). Ardilla ise prefrontal lob yeteneklerinin farklı fakat yakın ilişkili iki tür olduğunu varsaymaktadır. Bunlar: Bilişüstü yürütücü işlevler ve duygusal/güdüsel yürütücü işlevlerdir. Bilişüstü yürütücü işlevler: Problem çözme, soyutlama, planlama, strateji geliştirme ve uygulama ve çalışma belleğidir. Bu yetenekler çoğunlukla prefrontal korteksin dorsolateral alanı ile ilişkilidir (Ardilla, 2008: 93-94). Duygusal/güdüsel yürütücü işlevler: Biliş ve duygunun koordinasyonundan sorumlu duygusal/güdüsel yürütücü işlevlerdir (Ardilla, 2008: 94). Prefrontal korteksin alt orta bölgeleri içgüdüsel ve duygusal davranışların ifade ve kontrol edilmesiyle ilişkilidir (Fuster, 2002: 373; Ardilla, 2008: 94).

Orbitofrontal korteksin görevlerinden biri olarak kabul edilen duygu düzenleme, genel anlamıyla düzenleme süreçlerinin etkisiyle yeni bir duygusal tepkinin başlatılmasını ya da devam eden duygusal tepkilerin değişmesini içerir (Ochsner ve Gross, 2005: 242-243).

Thompson (1994: 27-28) duygu düzenlemeyi amaçlara ulaşmada duygusal tepkileri, özellikle yoğun ve geçici özelliklerini gözlemleme, değerlendirme ve değiştirmeden sorumlu olan içsel ve dışsal süreçler olarak ifade etmiştir.

Duygu düzenleme aşağıdaki adımları içermektedir. Bunlar: (a) Duyguların farkındalığı ve anlaşılması, (b) Duyguların kabulü, (c) Dürtüsel davranışları kontrol etme ve olumsuz duygular deneyimlenirken istenilen hedefler doğrultusunda davranma yeteneği, (d) Durumla uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı (kişisel amaçlara ulaşmada istenildiği gibi duygusal tepkilerin ayarlanması, uygun duygu düzenleme stratejilerinin esnek bir şekilde kullanabilmesi yeteneği) (Gratz ve Roemer, 2004: 42-43).

Duygu düzenleme süreci otomatik ya da kontrollü olabilmektedir (Gross, 1999: 542). Stres yaratan bir durum karşısında fizyolojik açıdan yüksek kan basıncı, hızlı bir nabız, nefes alışverişlerinin artması, terleme gibi otomatik tepkiler verilebilirken vurma, ağlama, çığlık atma veya geri çekilme gibi davranışsal tepkiler de verilebilmektedir. Ayrıca duygular seçici dikkat süreçleri, bellek bozuklukları, yalanlama, öngörme ya da kişinin kendini suçlaması, başkalarını suçlaması, uzun uzadıya düşünmesi veya olumsuz yönde düşünmesi gibi daha bilinçli bilişsel süreçler tarafından düzenlenebilmektedir (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001: 1312).

Literatür incelendiğinde duygu düzenleme becerileri ve yürütücü işlevlerin prefrontal korteksin görevleri arasında yer aldığı görülmektedir. Duygu düzenlemeden sorumlu Orbitofrontal alan ve yürütücü işlevlerden sorumlu dorsolateral alan iç içe geçmiş bir şekilde birbirlerini etkileyerek çalışmaktadırlar. Haliyle prefrontal lobun gelişiminde gerilikler olması her ikisini de olumsuz olarak etkileyecektir. Bu bağlamda yürütücü işlevler ve duygu düzenleme becerileri arasında bir ilişki olabileceği düşünülmektedir. Smeichel ve Tang (t. y.) yürütücü işlevlerin duyguların düzenlenmesinde önemli bir anahtar olduğunu, yürütücü işlevlerin stres yaratan durumlar karşısında duygusal tepkileri düzenlemeye yardım ettiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca zayıf duygu düzenlemenin yürütücü işlev bozukluğunu neden olduğunu ifade etmişlerdir.

Lieberman ve Zeanah (1995) duygusal açıdan tatminsiz, sert bir tutum ve sözlerle davranılan bebeklerin enerjilerini gereksinimlerini karşılamak için kullandıklarından etrafındaki insanlar ve objelerle ilişkilerinin giderek zedeleneyeceğini ve beyninin düşünsel becerilere kapanacağını ifade etmiştir (akt.www.klinilk.com). Ayrıca bu çocuklar olumsuz duygularını kontrol edemedikleri için bu duygular zihnin yürütücü işlevlerini bloke eder yani kaygının bilişi inhibe etmesi nedeniyle çocuk gerekli bilişsel esnekliği gösteremez. Haliyle bu çocuklarda duyguları düzenleme ve problemi çözme gibi süreçler bloke edilmiş olur.

Diğer yandan kişiler stres yaratan bir durum karşısında otomatik olarak duygusal tepkiler verebilecekleri gibi herhangi duygusal tepki vermeden önce durumu bilişsel olarak zihninde yeniden değerlendirebilmektedirler. Kişinin durumla başa çıkabilmede uygun duygu düzenleme stratejilerini esnek bir şekilde kullanabilmesi noktasında yürütücü işlevler devreye girmektedir. Bu açıdan bakıldığında yürütücü işlevler ve duygu düzenleme becerileri arasında ilişki olabileceği düşünülmektedir.

YÖNTEM

Amaç

Bu araştırmanın amacı 6 yaş çocukların yürütücü işlevleri ile duygu düzenleme becerileri arasında ki ilişkinin incelenmesidir..

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli özelliğine sahiptir.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu, 2014-2015 eğitim-öğretim yılında Eskişehir İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı anaokulları ve bünyesinde anasınıfları olan ilkokullardan kura yöntemiyle seçilmiştir. Seçilen okullarda anne babasıyla yaşayan ve normal gelişim gösteren 60-71 aylık çocuklar araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubu 70 kız 67 erkek toplam 137 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak, yürütücü işlevleri ölçmek için "Nesne Seçiminde Esneklik Görevi" ve duygu düzenleme becerilerini ölçmek için "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği"nin "olumlu duygu" alt boyutu kullanılmıştır. Aşağıda bu ölçme araçları ile ilgili geniş bilgiler verilmiştir.

Nesne Seçiminde Esneklik Görevi

Nesne Seçiminde Esneklik Görevi Jacques ve Zelazo (2001) tarafından geliştirilmiştir. Şahin (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. "Nesne seçiminde Esneklik Görevi" nin bilgisayar versiyonu 18 deneme içermektedir. Her bir denemede katılımcılara farklı bir pencerede görünen üç nesne gösterilir. Nesnelere üç boyutlu kombinasyondan oluşmaktadır: renk, şekil ve ebat. Her boyut sırayla üç nesneyle temsil edilmektedir. Renk mavi, kırmızı ve sarı ile; şekil gemi, ayakkabı ve çaydanlıkla; ebat küçük, orta ve büyükle temsil edilmektedir. Bütün çocuklara her zaman aynı sırayla sunulan üç görev verilmektedir. Bunlar sırasıyla: Nesne tanıtm görevi, favori nesnelere görevi ve nesne seçiminde esneklik görevi. **Nesne tanıtm görevi:** Çocukların nesne seçiminde esneklik görevinde kullanılan her bir boyutun bütün nesnelere doğru bir şekilde tanımlayıp tanımlamadıklarını belirlemek içindir. **Favori nesnelere görevi:** Bir gösteri denemesi ve üç uygulama denemesinden oluşmaktadır. Bu görevin amacı çocuklara ekrandaki iki nesneyi nasıl seçeceğini öğretmektir. **Nesne seçiminde esneklik görevi:** Bir gösterim denemesi, 2 uygulama denemesi ve 15 test denemesinden oluşmaktadır. Her denemede Seçim 1 ve seçim 2 yer almaktadır. Seçim 1 de katılımcılardan bir yönüyle benzer olan 2 nesneyi seçmesi istenir. Seçim 2 de başka bir yönüyle birbirine benzeyen 2 nesneyi seçmesi istenir. Seçim 1 de soyutlama becerileri, seçim 2 de ise bilişsel esneklikleri ölçülmektedir.

Puanlama: Her bir denemede, ilk denemelerinde bir eşleştirmeyi doğru şekilde yapan katılımcılar ilk eşleşme için bir puan alırlar. İlk eşleşmeleri doğru olduğu takdirde katılımcılar diğer olası bir çift nesneyi doğru bir şekilde tanımlarlarsa ikinci eşleşme için de bir puan alırlar. İlk denemede yanlış eşleştirme yapılması diğer eşleştirmenin kaçınılmaz bir şekilde doğru olacağı anlamına geldiği için bu puanlama sistemi kabul edilmiştir. İlk eşleştirme yanlış iken ikinci eşleştirmeyi doğru olarak puanlamak ikinci eşleştirmede puanların yüksek (abartılmış) olmasına neden olur. Soyutlama becerilerinin değerlendirildiği ilk eşleşmeden alınan puanlar ile bilişsel esnekliğin değerlendirildiği ikinci eşleştirmeden alınan puanlar yani birinci ve ikinci eşleştirmeden alınan puanlar ayrı ayrı analiz edilir (Campbell, Landry, Russo, Flores, Jacques ve Burack, 2013: 195-196). Toplamda soyutlama becerileri için en yüksek 15 puan, bilişsel esneklik için 15 puan alınır.

Şahin (2015) tarafından yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda Alfa güvenilirlik katsayısı soyutlama becerileri alt boyutu için .81 bilişsel esneklik alt boyutu için .86 olarak bulunmuştur. NSEG testinden elde edilen puanlar üzerinde yapılan AFA sonuçları ölçeğin iki faktörlü olduğunu göstermektedir. Söz konusu yapı toplam varyansın % 62' sini açıklamaktadır.

Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ)

Araştırmada çocukların duygu düzenleme becerilerine ait veriler "Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği" nin (OÖDÖ) "olumlu duygu" alt boyutu kullanılarak toplanmıştır. Smith-Donald ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilen OÖDÖ, performansa dayalı değerlendirme yapılmasını sağlayan bir ölçme aracıdır ve çocuğun yerine getirmesi beklenen görevlere dair uygulayıcı rehberi ve uygulayıcı değerlendirme formu olmak üzere iki temel bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin ilk bölümünde çocukların öz düzenleme performanslarını değerlendirmek üzere bir araya getirilmiş 10 görev yer almaktadır. Ölçeğin ikinci bölümünü oluşturan Uygulayıcı Değerlendirme Formu uygulayıcıya, çocuğun duygu, dikkat düzeyi ve davranışlarını uygulayıcı-çocuk etkileşimine dayanarak değerlendirme olanağı sunmaktadır. Uygulayıcı Değerlendirme Formu, 0'dan 3'e kadar puanlanarak kullanılan maddelerden oluşan rubrik tipi bir ölçme aracıdır. Maddelerde davranış göstergeleri yer almaktadır ve genellikle 0 en düşük puanı, 3 ise en yüksek puanı ifade etmektedir. Ancak uygulayıcı güvenilirliği için ölçeğe yerleştirilmiş bazı maddelerde bu puanlama sistemi tersine çalışmaktadır (Tanrıbuyurdu ve Yıldız, 2014: 317).

Tanrıbuyurdu ve Yıldız (2014: 317) tarafından yapılan Türkçe' ye uyarlama çalışmasında yapılan analizler sonucunda ölçeğin iki faktörlü bir yapı sergilediği belirlenmiştir. Söz konusu yapı, toplam varyansın %52'sini açıklamıştır. Ölçeğin bütününde güvenilirlik katsayısı (α) 0.83 ve alt boyutlarda Dikkat/Dürtü Kontrolü için 0.88 ve Olumlu Duygu için 0.80'dir. Test-tekrar test güvenilirliğine ilişkin korelasyon katsayısı ise 0.86 olarak belirlenmiştir.

Bu araştırmada OÖDÖ' nin olumlu duygu alt boyutu güvenilirlik katsayısı (α) .86 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Ölçeklere Ait Dağılıma İlişkin Bulgular

OÖDÖ ölçeği ve NSEG alt testlerinden elde edilen puanların dağılımına ilişkin bilgiler tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. OÖDÖ ve NSEG Alt Testlerine Ait Betimsel İstatistikler

	Aritmetik ortalama	Ortanca	Standart sapma	Çarpıklık	Basıklık
OÖDÖ Olumlu duygu alt boyutu	11.05	11	3.05	-.108	-.381
NSEG soyutlama becerileri alt boyutu	13.83	15	1.90	-2.156	5.201
NSEG bilişsel esneklik alt boyutu	10.48	10	3.32	-.248	-.954

OÖDÖ "olumlu duygu" alt boyutu için aritmetik ortalama 11.05, ortanca 11, standart sapması 3.05, çarpıklık -.108, ve basıklık -.381 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular, OÖDÖ "olumlu duygu" alt boyut puanlarının normal bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir.

NSEG "soyutlama becerileri" alt boyutu için aritmetik ortalama 13.83, ortanca 15 standart sapması 1.90, çarpıklık -2.156 ve basıklık 5.201 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular, NSEG "soyutlama becerileri" alt boyut puanlarının normal bir dağılıma sahip olmadığını göstermektedir.

NSEG "bilişsel esneklik" alt boyutu için aritmetik ortalama 10.48, ortanca 10 standart sapması 3.32, çarpıklık -.248 ve basıklık -.954. olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular, NSEG "bilişsel esneklik" alt boyutu puanlarının normal bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir.

Temel Değişkenler Arası İlişkiler

Yürütücü işlevler "soyutlama becerileri" alt boyut puanı ile duygu düzenleme becerileri puanları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için Spearman Brown Korelasyon Katsayıları analizi yapılmıştır.

Tablo 2. Yürütücü İşlevler "Soyutlama Becerileri" Alt Boyut Puanları ile Duygu Düzenleme Becerileri Puanı Arasındaki Spearman Brown Korelasyon Katsayıları

Değişken	Duygu düzenleme becerileri	Soyutlama becerileri
Duygu düzenleme becerileri	1.00	.133
Soyutlama becerileri		1.00

*p<0.05, **p<0.01

Tabloda gösterildiği gibi soyutlama becerileri ile duygu düzenleme becerileri arasında ($r=.133$; $p>0.05$) anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Yürütücü işlevler "bilişsel esneklik" alt boyut puanı ile duygu düzenleme becerileri puanları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı analizi yapılmıştır.

Tablo 3. Yürütücü İşlevler "Bilişsel Esneklik" Alt Boyut Puanları ile Duygu Düzenleme Becerileri Puanı Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Değişken	Duygu düzenleme becerileri	Bilişsel esneklik
Duygu düzenleme becerileri	1.00	.320**
Bilişsel esneklik		1.00

*p<0.05, **p<0.01

Tabloda görüldüğü gibi bilişsel esneklik ile duygu düzenleme becerileri arasında ($r=.320$; $p<0.01$) pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre bilişsel esneklik düzeyi arttıkça duygu düzenleme becerilerinin artacağı söylenebilir

TARTIŞMA

Yürütücü İşlevler ile Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki

Yürütücü işlevler "soyutlama becerileri" alt boyutu ile duygu düzenleme becerilerine ilişkin yapılan Spearman Brown Korelasyon Katsayısı sonucunda duygu düzenleme becerileri ile yürütücü işlevler "soyutlama becerileri" alt boyutu arasında ($r=.133$; $p>0.05$), istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Yürütücü işlevler "bilişsel esneklik" alt boyutu ile duygu düzenleme becerilerine ilişkin yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı sonucunda duygu düzenleme becerileri ile yürütücü işlevler "bilişsel esneklik" alt boyutu arasında ($r=.320$; $p<0.01$), pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Bu sonuçlar doğrultusunda bilişsel esneklik arttıkça duygu düzenleme becerilerinin artacağı söylenebilir. Bilişsel esneklik ile duygu düzenleme becerileri arasında ilişki olması beklenen bir durumdur. Bu alt bölümde, bilişsel esneklik ve duygu düzenleme becerilerine ilişkin sonuçlar literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Garnefski ve diğerleri (2001) duygu düzenlemenin geniş bir alanda biyolojik, sosyal, davranışsal alanın yanı sıra bilinçli ve bilinçsiz bilişsel süreçler olduğunu belirtmektedirler. Bireyin yaşamında bilişler aracılığıyla duygu düzenlemenin kaçınılmaz olarak düşünülebileceği, bilişler ya da bilişsel süreçlerin duygularımızı ya da hislerimizi yönetmemize ya da düzenlememize yardım edebileceğini belirtmişlerdir. Örneğin; tehlikeli bir deneyim ya da stresli bir olay süresince veya sonrasında, duygularımızı kontrol altında tutmamızı sağlayabileceğimizi ifade etmişlerdir (Garnefski vd., 2001: 1312; Onat ve Otrar, 2010: 124-125).

Bireyler duygusal olarak tepki vermeden önce karşılaştıkları herhangi bir durumla ilgili olarak ilk önce, bilişsel öğeler geliştirmekte ve daha sonra da duygusal bir tepki vermektedirler (Lazarus, 1999, akt. Onat ve Otrar, 2010: 124). Bir durum karşısındaki verilen duygusal tepki olayların nasıl algılandığına göre değişmektedir. Bireyin bir durum karşısında tepki vermeden önce ortaya çıkan duygusal durumunu bilişsel olarak zihninde yeniden değerlendirmesi, durumun farklı yönlerini görebilmesi, duruma farklı açılardan bakabilmesi ortaya çıkacak duygusal tepkinin yoğunluğunu azaltabilir. Bu da kişinin esnek bir düşünme yapısına sahip olmasıyla mümkün olabilmektedir. Bazı insanlar problemleri bir durumla karşılaştığında problemi çözerken duygusal olarak zorlanma yaşayabilirler. Bilişsel olarak esnek düşünebilen bireyler problemleri bir durumla karşılaştıklarında duygusal durumların baskın olma eğilimini kontrol altında tutarak probleme farklı bir perspektiften bakabilir, alternatif çözümler üretebilirler. Siemer ve Reizenzein (2007) Bilişsel katılığın, kişilerin durumu değerlendirmesini etkileyen bir etken olduğunu ifade etmektedir. Algı ve dikkatteki bilişsel yanlılıklar katı, otomatik ve bilinçdışı gerçekleşen durum değerlendirilmesiyle duygu durumunun düzenlemenin gerçekleştirilmesini zorlaştırmaktadır (Akt. Ataman, 2011: 9).

Bununla birlikte duygular ve bilişsel süreçlerde (gözlem, sınıflama, tahmin etme, sonuç çıkarma vb.) karşılıklı bir etkileşim olabileceği düşünülmektedir. Esther, Antonio, Aranzazu ve Camino (2010: 2078) duyguların bireyin düşünme, öğrenme ve hareketlerini düzenlenmesine yardım edebileceğini ve bilişsel süreçlerin de duyguların düzenlenmesinde rol oynadığını ifade etmiştir. Stawski, Almeida, Lachman, Tun ve Rosnick (2010: 340) esnek bilişsel becerilerin (fluid cognitive ability) duygusal reaksiyonların düzenlenmesinde ve günlük yaşamın karmaşıklığını idare etmede önemli olduğunu belirtmektedir. Helmeke ve diğerleri (2001)' ne göre pozitif

(duygusal bağlanmanın oluşumu) veya negatif (örn. annenin ayrılması veya kaybı) duygusal deneyim, olgunlaşmamış sinaptik bağlantıların gelişmekte olan nöron ağında kalıcı iz bırakabilir ve böylece yaşamın ileriki evrelerinde beynin işlevsel kapasitesini artırabilir veya azaltabilir (Helmeke, Ovtcharoff, Poeggel ve Braun, 2001: 717; Schore, 2011: 55) Haliyle erken dönemde yaşanan olumsuz deneyimler frontal loplara işlevlerini yerine getirebilmesi için gerekli olgunluğa ulaşmasını etkiler. Yoğun stres altında büyüyen çocukların frontal korteksinde gerilikler olması kaçınılmazdır. Sonuç olarak çocukların bilişsel esneklikleri ile duygu düzenleme becerileri arasında ilişki olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Ardilla, A. (2008). On The Evolutionary Origins of Executive Functions. *Brain and Cognition*, 68, 92–99.
- Ataman, E. (2011). Stres Veren Yaşam Olayları Karşısında Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Depresyon ve Kaygı Düzeyini Belirlemedeki Rolü, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Brock, L., Kaufman, S. R., Nathanson, L. & Grimm, K. J. (2009). The Contributions of ‘Hot’ and ‘Cool’ Executive Function to Children's Academic Achievement, Learning- Related Behaviors and Engagement in Kindergarten. *Early Childhood Research Quarterly*, 24, 337–349.
- Campbell, C., Landry, O., Russo, N., Flores, H., Jacques, S. & Burack, J. A. (2013). Cognitive Flexibility Among Individuals with Down Syndrome: Assessing the Influence of Verbal and Nonverbal Abilities. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 118 (3), 193–200.
- Esther, G. A., Antonio, H. M. J., Aranzazu, A. & Camino, F. A., (2010). Emotional Regulation and Executive Function Profiles of Functioning Related to The Social Development of Children. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 2077–2081.
- Fuster, J. M. (2002). Frontal Lobe and Cognitive Development. *Journal of Neurocytology*, 31, 373–385.
- Garnefski, N., Kraaij, V. & Spinhoven, P. (2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327.
- 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.
- Gross, J. J. (1999). Emotion and Emotion Regulation. <http://courses.washington.edu/dbt560/Gross1999.pdf>, Erişim Tarihi: 05.04.2015.
- Helmeke, C., Ovtcharoff, W. J., Poeggel, G. & Braun, K. (2001). Juvenile Emotional Experience Alters Synaptic Inputs on Pyramidal Neurons in The Anterior Cingulate Cortex. *Cerebral Cortex*, 11, 717-727.

- İyisoy, M. S. (2006). Antisosyal Kişilik Bozukluğu Olan Bireylerde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Eştanısı ve Yürütücü İşlevlerle İlişkisi, Uzmanlık Tezi, Gülhane Askeri Tıp Akademisi, İstanbul.
- Jacques, S. & Zelazo, P. D. (2001). The Flexible Item Selection Task (FIST): A Measure of Executive Function in Preschoolers. *Developmental Neuropsychology*, 20 (3), 573–591.
- Karakaş, S.ve Karakaş, H. M. (2000). Yönetici İşlevlerin Ayrıştırılmasında Multidisipliner Yaklaşım: Bilişsel Psikolojiden Nöroradyolojiye. *Klinik Psikiyatri*, 3, 215-227.
- Ochsner, K. N. & Gross, J. J. (2005). The Cognitive Control of Emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9 (5), 242-249.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31, 123 - 143.
- Schmeichel, B. J. & Tang, D. (t. y.) The Relationship Between Individual Differences İn Executive Functioning And Emotion Regulation: A Comprehensive Review. <http://www.sydney-symposium.unsw.edu.au/2013/chapters/SchmeichelSSSP2013.pdf> Erişim Tarihi: 10.05.2015.
- Schore, A. N. (2011). Gelişimsel Nörobilim ve Bağlanma Kuramı. (Çeviren: Menekşe Arık). İstanbul: Özak Yayınevi.
- Stawski, R. S., Almeida, D. M., Lachman, M. E., Tun, P. A & Rosnick, C. B. (2010). Fluid Cognitive Ability is Associated with Greater Exposure and Smaller Reactions to Daily Stressors. *Psychology and Aging*, 25 (2), 330–342.
- Şahin, G. (2015). Okul Öncesi Çocukların Yürütücü İşlevlerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Bağlanma Örüntüleri Açısından İncelenmesi Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tanrıbuyurdu, E. F. ve Yıldız. T. G. (2014). Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ): Türkiye Uyarlaması Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 39 (176), 317-328.
- 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.
- Wong, S. S., Jacques, S. & Zelazo, P. D. (2008). A Preliminary Investigation of The Effects of Emotional Stimuli on 4-Year-Old Children's Abstraction and Cognitive Flexibility on The Flexible Item Selection Task (FIST). *Journal of Undergraduate Life Sciences*, 2 (1), 34-42.
- Yıldız, T. (2013). Bir Kelime Neyi Değiştirir? Boyut Değiştirerek Eşleme Görevine Kavramsal Ağların Etkisi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1 (1), 1-19.
- Zelazo, P. D., Muller, U., Frye, D. & Marcovitch, S. (2003). The Development of Executive Function in Early Childhood. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 68 (3).
- (<http://www.klinilk.com>)