



**T.C.**

**İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ VE ERİŞKİN  
BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN  
DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Burcu FIRAT**

**165180135**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Pervin TUNÇ**

**İstanbul, 2020**



**T.C.**

**İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı**

**ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ VE ERİŞKİN**

**BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN**

**DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Tezi Hazırlayan: Burcu FIRAT**



## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Erişkin Bağlanma Stillerine Göre, 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, kullanılan eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullandıkları yerlerde atıflar yapıldığını belirtir ve bunu onurum ile doğrularım.

**Burcu Fırat**



**ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ VE ERİŞKİN  
BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE 48-72 AYLIK ÇOCUKLARIN DUYGU  
DÜZENLEME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ**

**FIRAT, Burcu**

**Klinik Psikoloji Yüksek Lisans**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi. Pervin TUNÇ**

**Şubat, 2020**

**ÖZET**

**Amaç:** Araştırmanın amacı; annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca, bu çalışmada 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin demografik özelliklere göre incelenmesi hedeflenmiştir.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemi, İstanbul’da yaşayan 48-72 aylık çocukları olan 491 anneden oluşmaktadır. Araştırmada, annelerden anket onayı almak için Bilgilendirilmiş Onam Formu, anneler ve çocukları hakkında genel bilgi edinmek için Demografik Bilgi Formu, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek amacıyla anneleri tarafından doldurulacak olan Duygu Düzenleme Ölçeği, annelerin duygu düzenleme güçlüklerini değerlendirmek amacıyla Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve annelerin erişkin bağlanma stillerini saptamak amacıyla Erişkin Bağlanma Stilleri Ölçeği kullanılmaktadır. Araştırmada Bağımsız Gruplar t Testi, Anova Testi, Korelasyon ve Regresyon analizi kullanılmaktadır.

**Bulgular:** Çocukların duygu düzenleme becerilerinin; annelerin eğitim durumuna, evlilik süresine ve çocukların yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme becerilerinin; çocuğun cinsiyetine, annelerin çalışma durumuna ve annelerin yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Annelerin kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Annelerin güvenli bağlanma stili ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin ve annelerin erişkin bağlanma stillerinin ortak etkisine bakıldığında; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin % 1' ini açıklayabildiği ve modelin zayıf olduğu bulunmuştur. Araştırma ile ilgili literatür incelenmiş, araştırma bulguları ile karşılaştırılarak tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Sonuç:** Bu çalışma, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini etkilediğini göstermektedir. Aynı zamanda bazı demografik özellikler de (çocuğun yaşı, annenin çalışma durumu, annenin yaşı) çocukların duygu düzenleme becerilerini etkilemektedir. Bu bağlamda, yapılan bu çalışmanın, anne-çocuk arasındaki ilişkinin kalitesine, duygusal becerilerin gelişimine, psikolojik rahatsızlıkları çözümlenmede terapistlere ve ülkemizdeki anne-çocuk arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler;** Erişkin bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri, duygu düzenleme güçlükleri, 48-72 aylık çocuk.

**Çalışma Türü:** Araştırma.

**INVESTIGATION OF EMOTIONAL REGULATION SKILLS OF 48-72  
MONTHS CHILDREN ACCORDING TO MOTHERS' EMOTIONAL  
REGULATION DIFFICULTIES AND ADULT ATTACHMENT STYLES**

**FIRAT, Burcu**

**Klinik Psikoloji Yüksek Lisans**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Pervin TUNÇ**

**February, 2020**

**ABSTRACT**

**Aim:** Purpose of the research; adult attachment styles of mothers, the emotional regulation difficulties of mothers and the relationship between emotion regulation skills of 48-72 months old children. In addition, in this study, it was aimed to examine the emotional regulation skills of 48-72 months old children, adult attachment styles of mothers and emotional difficulties of mothers according to demographic characteristics.

**Method:** The sample of the study consists of 491 mothers with 48-72 months old children living in Istanbul. In the research, Informed Consent Form to receive survey approval from mothers, Demographic Information Form to obtain general information about mothers and their children, Emotion Regulation Scale to be filled by their mothers in order to evaluate their emotional regulation difficulties. Emotion Difficulty Difficulty Scale and Adult Attachment Styles Scale are used to determine mothers' adult attachment styles. Independent Groups t Test, Anova Test, Correlation and Regression Analysis are used in the research.

**Results:** Children's emotion regulation skills; It was found that there was no statistically significant difference according to the education level of the mothers, the duration of marriage and the age of the children. Children's emotion regulation skills; It was found that there was a statistically significant difference according to the gender of the child, the working status of the mothers and the age of the mothers. It was found that there was a statistically significant and negative relationship between the emotional regulation difficulties of the mothers and their children's emotional regulation skills.

It was found that there was a statistically significant, negative relationship between the anxious-indecisive and avoidant attachment styles of the mothers and their emotional regulation skills. A statistically significant, positive correlation was found between the mothers' secure attachment style and their children's emotion regulation skills. Considering the common effect of mothers' emotional regulation difficulties and mothers' adult attachment styles; It was found that the children could explain 1% of their emotion regulation skills and the model was weak. The literature related to the research was examined, compared with the research findings and discussed and suggestions were made.

**Conclusion:** This study shows that adult attachment styles of mothers and their emotional regulation difficulties affect their children's emotional regulation skills. At the same time, some demographic characteristics (child's age, mother's working status, mother's age) affect children's emotional regulation skills. In this context, it is thought that this study will contribute to the quality of the relationship between the mother-child, the development of emotional skills, therapists in analyzing psychological disorders and the research conducted in the relationship between mother-child in our country.

**Keywords:** Adult attachment styles, emotion regulation skills, emotion regulation difficulties, 48-72 months child.

**Type of Study:** Research



## ÖNSÖZ

Çocuklukta kendi annelerimizle veya bakım verenlerimiz ile kurduğumuz duygusal bağ, duygu düzenleme becerilerimizde, bağlanma stillerimizde, sosyal ortama uyum sağlamamızda, olumlu davranış kalıpları oluşturmamızda, ruh sağlığımızı korumamızda ve duygusal gelişim başta olmak üzere bütün gelişim alanlarımızda oldukça önemlidir. Bu yüzden, yapılan araştırmada anne-çocuk iletişimi, annenin çocuğuna duyarlılığı, çocuğuna yönelik güven oluşturmasıyla önemli bir ilişkisi olan çocuklukta bağlanma, duyguları anlama, tanıma, ifade etme, duygu düzenleme becerileriyle ilişkili olan duygusal beceri konuları ele alınırken, aynı zamanda annenin yetişkinlik dönemi bağlanma biçimleri, çocuklarının duygu düzenlemelerinde annenin rolü, annenin duygu düzenleme güçlüğü konuları ele alınmıştır. Bu bağlamda, araştırmadan elde edilecek bulguların, 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin geliştirilmesinde, annelerin erişkin bağlanma stilleri ve kendi duygu düzenleme güçlükleriyle ilgili farkındalık kazanmasında, duygusal becerileri geliştirmeye yönelik yapılan okul öncesi eğitim çalışmalarına ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Öncelikle, tez süresi boyunca bütün sorularıma bıkmadan cevap veren, kendi bilgilerini aktarıp bu süreçte daha verimli bir şekilde ilerlememi sağlayan, zor zamanlarımda yardımcı olan tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Pervin Tunç'a yardımları için çok teşekkür ederim. Tezimdeki verilerin analizini yaparken, kendi bilgileriyle beni geliştiren doğru analiz yorumları yapmamı sağlayan, analizlerimin güvenilirliğinde istatistik bilgisiyle destek olan Seval Aydınli 'ya çok teşekkür ederim. Ayrıca, lise dönemimden bu yana yanımda olan, dostluğuyla, manevi desteğiyle yanımda olduğunu her zaman hissettiren arkadaşım Serap Bulut'a çok teşekkür ederim. Beni bu zamana kadar yetiştirip bu günlere getiren, maddi manevi desteklerini esirgemeyen, hayatımı her zaman kolaylaştırmaya çalışan canım annem Gönül Fırat'a, fikirleriyle geleceğime yön veren canım babam Salih Fırat'a ve tez sürecinde de her zaman olduğu gibi desteklerini esirgemeyen tüm sevdiklerime çok teşekkür ederim. Son olarak, çocukluğumdan bu zamana kadar gösterdikleri sevgi ve merhametiyle, tez sürecimde de her zaman yanımda olan kardeşlerim Sevgi Fırat ve Duygu Fırat'a çok teşekkür ederim.

**Burcu Fırat**

## İÇİNDEKİLER

ÖZET .....	II
ABSTRACT.....	IV
ÖNSÖZ .....	VI
İÇİNDEKİLER .....	VII
TABLolar.....	XIII
ŞEKİLLER.....	XIV
EKLER .....	XV
KISALTMALAR .....	XVI
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ .....	1
1.1. PROBLEM DURUMU .....	1
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	2
1.2.1. ARAŞTIRMA SORULARI.....	3
1.2.1.1. Çocuğun cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır? .....	3
1.2.1.2. Çocuğun yaşına göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır? .....	3
1.2.1.3. Annenin çalışma durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	3
1.2.1.4. Annenin yaşına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır? .....	3
1.2.1.5. Annenin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	3

1.2.1.6. Annenin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	3
1.2.1.7. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? .....	4
1.2.1.8. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	4
1.2.1.9. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	4
1.2.1.10. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	4
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ .....	4
1.4. VARSAYIMLAR .....	5
1.5. SINIRLILIKLAR .....	5
1.6. TANIMLAR .....	6
<b>BÖLÜM II .....</b>	<b>7</b>
<b>BAĞLANMAYA İLİŞKİN KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....</b>	<b>7</b>
<b>VE.....</b>	<b>7</b>
<b>İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....</b>	<b>7</b>
2.1. BAĞLANMANIN KÖKENİ .....	7
2.1.1. Bowlby'nin Bağlanma Modeli .....	7
2.1.2. Mary Ainsworth ve Üçlü Bağlanma Modeli .....	8
2.1.3. Main ve Yetişkin Bağlanma Görüşmesi .....	10
2.1.4. Hazan ve Shaver Yetişkin Üçlü Bağlanma Modeli .....	11
2.1.5. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli.....	12
2.2. BAĞLANMA İLE İLGİLİ GÖRÜŞLER .....	14
2.3. BAĞLANMANIN TANIMI VE ÖNEMİ .....	16
2.4. BAĞLANMA VE PSİKOPATOLOJİ .....	16

2.5. BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME .....	17
2.5.1. 48-72 AYLIK ÇOCUKLARDA BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME... 17	
2.5.1.1. Çocuklarda Güvenli Bağlanma ve Duygu Düzenleme .....	17
2.5.1.2. Çocuklarda Kaçınan Bağlanma ve Duygu Düzenleme.....	18
2.5.1.3. Çocuklarda Kaygılı-Kararsız Bağlanma ve Duygu Düzenleme .....	18
2.5.2. ERİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME .....	18
2.5.2.1. Erişkinliklerde Güvenli Bağlanma ve Duygu Düzenleme.....	19
2.5.2.2. Erişkinlerde Kaçınan Bağlanma ve Duygu Düzenleme .....	19
2.5.2.3. Erişkinlerde Kaygılı-Kararsız Bağlanma ve Duygu Düzenleme .....	20
2.6. BAĞLANMA İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	20
<b>BÖLÜM III.....</b>	<b>22</b>
<b>DUYGU DÜZENLEMeye İLİŞKİN KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....</b>	<b>22</b>
<b>VE.....</b>	<b>22</b>
<b>İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....</b>	<b>22</b>
3.1. OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN GELİŞİMİ.....	22
3.1.1. Fiziksel Gelişim.....	22
3.1.2. Bilişsel Gelişim .....	23
3.1.3. Sosyal Gelişim.....	24
3.1.4. Dil Gelişimi.....	25
3.1.5. Duygusal Gelişim.....	26
3.2. DUYGUNUN KÖKENİ .....	27
3.3. DUYGU İLE İLGİLİ GÖRÜŞLER.....	28
3.4. DUYGUNUN TANIMI VE ÖNEMİ .....	29
3.5. DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ .....	29
3.5.1. 48-72 Aylık Çocuklarda Duygusal Beceri Gelişimi.....	30
3.5.1.1. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları Tanıma Becerisi .....	30
3.5.1.2. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları Anlama Becerisi.....	30
3.5.1.3. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları İfade Etme Becerisi.....	31

3.5.1.4. 48-72 Aylık Çocuklarda Duygu Düzenleme Becerisi .....	31
3.5.1.5. Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinde Ebeveyn Etkisi.....	32
3.5.2. YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ.....	34
3.5.2.1. Yetişkinlerde Duyguları Tanıma Becerisi .....	34
3.5.2.2. Yetişkinlerde Duyguları Anlama Becerisi.....	35
3.5.2.3. Yetişkinlerde Duyguları İfade Etme Becerisi .....	35
3.5.2.4. Yetişkinlerde Duygu Düzenleme Becerisi.....	36
3.6. YETİŞKİNLERDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ.....	36
3.7. DUYGU DÜZENLEME VE PSİKOPATOLOJİ.....	37
3.8. DUYGU İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....	39
<b>BÖLÜM IV .....</b>	<b>41</b>
<b>YÖNTEM .....</b>	<b>41</b>
4.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	41
4.2. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ.....	41
4.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	41
4.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	42
4.3.2. Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ).....	42
4.3.3. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) .....	43
4.3.4. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (EBBÖ) .....	44
4.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ.....	45
<b>BÖLÜM V .....</b>	<b>49</b>
<b>BULGULAR VE YORUM.....</b>	<b>50</b>
5.1. KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ.....	50
5.2. ARAŞTIRMA SORULARI .....	52
5.2.1. Çocukların cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır? .....	52
5.2.2. Çocukların yaşına göre; annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?.....	53

5.2.3. Annelerin çalışma durumuna göre; çocukların duyu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duyu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır? .....	55
5.2.4. Annelerin yaş gruplarına göre; çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duyu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır? .....	56
5.2.5. Annelerin eğitim durumuna göre; çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duyu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır? .....	58
5.2.6. Annelerin evlilik süresine göre; çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duyu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır? .....	60
5.2.7. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duyu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duyu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? ..	61
5.2.8. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duyu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	63
5.2.9. Annelerin duyu düzenleme güçlüğü, çocuklarının duyu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	64
5.2.10. Annelerin duyu düzenleme güçlüğü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duyu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	65
<b>BÖLÜM VI.....</b>	<b>67</b>
<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>67</b>
6.1. TARTIŞMA .....	67
6.1.1. ARAŞTIRMA SORULARI.....	67
6.1.1.1. Çocukların cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duyu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır? .....	67
6.1.1.2. Çocukların yaşlarına göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duyu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır? .....	68
6.1.1.3. Annelerin çalışma durumuna göre; çocuklarının duyu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duyu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	69

6.1.1.4. Annelerin yaşlarına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	71
6.1.1.5. Annelerin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	73
6.1.1.6. Annelerin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır? .....	75
6.1.1.7. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? .....	75
6.1.1.8. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	79
6.1.1.9. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	81
6.1.1.10. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır? .....	82
6.2. SONUÇ .....	84
6.2.1. ARAŞTIRMANIN KISITLILIKLARI .....	86
6.3. ÖNERİLER .....	87
6.3.1. Ebeveynlere Yönelik Öneriler .....	87
6.3.2. Öğretmenlere Yönelik Öneriler .....	88
6.3.3. Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....	89
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>90</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>109</b>

## TABLolar LİSTESİ

### TABLolar

Tablo 4.1. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının Normalliğinin İncelenmesi .....	45
Tablo 5.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular .....	50
Tablo 5.2. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının Çocukların Cinsiyetine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi.....	52
Tablo 5.3. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Çocukların Yaşlarına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi .....	54
Tablo 5.4. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi.....	55
Tablo 5.5. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi.....	56
Tablo 5.6. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi .....	58
Tablo 5.7. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Alt Boyut Puanlarının Annelerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi .....	60
Tablo 5.8. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanları Arasında Spearman Korelasyon Analizi .....	62
Tablo 5.9. Annelerin Erişkin Bağlanma Alt Boyut Puanlarının Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi .....	63
Tablo 5.10. Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanının Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi ....	65
Tablo 5.11. Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Erişkin Bağlanma Ölçek Puanlarının Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi.....	66



## ŞEKİLLER LİSTESİ

### ŞEKİLLER

Şekil 2.1.: Bağlanma Sistemi.....	8
Şekil 2.2. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli .....	13
Şekil 3.3.: Annelik Empatisi .....	33



## **EKLER LİSTESİ**

### **EKLER**

Ek.1 Bilgilendirilmiş Onam Formu .....	109
Ek.2 Demografik Bilgi Formu .....	110
Ek.3 Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) .....	111
Ek.4 Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (EBBÖ) .....	113
Ek.5 Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ).....	114

## **KISALTMALAR**

**DDGÖ:** Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği

**DDÖ:** Duygu Düzenleme Ölçeği

**EBBÖ:** Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği

**EBBÖGB:** Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Güvenli Bağlanma

**EBBÖKB:** Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Kaçınan Bağlanma

**EBBÖKKB:** Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Kaygılı-Kararsız Bağlanma



# BÖLÜM I

## GİRİŞ

### 1.1.PROBLEM DURUMU

Toplumsal yaşamın temeli insan ilişkileridir. İnsan ilişkileri ve iletişim, bireylerin düşünce, duygu ve bilgilerini çeşitli yöntemler ile başkalarına aktarmasıdır ve duygular iletişimde önemli bir yere sahiptir (Yıldırım, 1999). Duygular, bireyler için kimin ve neyin önemli olup olmadığını anlamayı, diğerleriyle olan ilişkileri yönetmeyi veya önlemler almayı kolaylaştırdığı için bireylerin hayatta kalmasında ve yaşamdaki mücadelesinde çok kritik rollere sahiptir (Berk, 2013, s. 250; Southam-Gerow, 2014, s. 12).

Duygusal gelişimin başlangıcı, yaşamın ilk yıllarında çocuğun kendine bakım veren kişi ile ilişkisine dayanmaktadır. Birey ile kendine yakın gördüğü anne veya bakım veren kişi arasındaki duygusal bağlılık üzerinde duran Bowlby'nin (1969) duygusal bağlanma kuramına göre; bağlanma çocukta güven duygusunu sağlayıp duygusal yaşantılarını düzenlemesine destek olmaktadır ve çocuğun duygularını söyleyebilmesine katkı sağlamaktadır. Buna bağlı olarak da sosyal uyumunu, akran ilişkilerini, empati becerilerini, duygusal becerilerini ve ileride yaşayacağı yakın ilişkileri, anne-baba tutumlarını şekillendirmektedir.

Güvenli bağlanma stili, bakım verenlerin davranışlarını düzenlemekle beraber empati ve yardım etme motivasyonuna ortaya çıkaran psikolojik bir alt yapı da sunmaktadır. Empati ve yardım etme motivasyonu ile güvenli bağlanan anneler, kendi annelerinden ideal bakımı gördükleri için çocuklarına da olması gereken bakımı verebilmektedirler (Collins & Feeney, 2000; Kuncze & Shaver, 1994). Aynı zamanda, bağlanma stillerinin etkisiyle duygu düzenleme becerilerinin de çocukluktaki gibi erişkinlikte de devam ettiği düşünüldüğünde, bağlanmanın psikolojik rahatsızlarla da ilişkili olabileceği görülmektedir.

Ayrıca, okul öncesi dönemde, çocukların pozitif duygularını söyleyebildikleri gibi, negatif duygularını da uygun bir şekilde ifade etmeyi öğrenmesi gerekmektedir. Çünkü, sosyal ilişkileri geliştirebilmek ve devam ettirebilmek için, gerginlik durumunda duyguları düzenleyebilmek ve diğerleri olumsuz duygular yaşarken onlara uygun biçimde tepkiler verebilmek önemlidir (Eisenberg & Fabes, 1992). Bu bağlamda, Bowlby, stresle baş etme kapasitesinin belirli annelik tutumu ile alakalı olduğunu söylemektedir (Bowlby, 2012: 14). Çocukta oluşan gerginliği ve olumsuz duyguları sağaltan annenin, olumsuz duyguların olumlu duygulara dönüşmesinde önemli bir etkisinin olduğu söylenmektedir (Malatesta- Magai, 1991: 218; Schore, 2012: 13).

Sonuç olarak, çocuk ile bağlanma birlikteliğinde, annenin duyarlılığı ve kendi bağlanma stillerinin, çocuğun bağlanma sürecini etkilediği görülmektedir. Bu nedenle, bu araştırmada, çocukların duygusal gelişimlerinde en önemli yaş aralığı olan 4-8 yaş aralığı incelenerek, çocukların ileriki yaşlarında sosyal uyum sorunları, davranış bozuklukları, duygu düzenleme güçlükleri ve psikolojik rahatsızlık yaşamalarının engellenmesi hedeflenmektedir. Hedeflenen bu durumun gerçekleşmesi için de çocukların duygu düzenleme becerileri ile beraber annelerinin erişkin bağlanma stilleri ve duygu düzenleme güçlüklerinin de araştırılmasına ihtiyaç olduğu görülmektedir.

## **1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI**

Çocukların duygu düzenleme becerilerinde, çocuk ile arasında duygusal bir bağ olduğu söylenen anne önemli bir etkidir. Bebekliğinden bu yana çocuğunun yanında olan annenin, çocuğunun olumlu duygusunu devam ettirmesinde veya olumsuz bir duyguyla nasıl baş edip edemeyeceğine yardımcı olmasında, çocuğuna katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu sebeple, yapılan tez çalışmasında, 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri, annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve annelerin erişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflenmektedir.

Ayrıca, araştırmada annelerin erişkin bağlanma stilleri alt boyutları, annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı ve 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı belirlenerek; ölçekler arası korelasyon, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin, 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordama gücü ve kullanılan ölçeklerde demografik özelliklere göre (cinsiyet, çocuğun yaşı, annenin yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik süresi) farklılaşma olup olmadığı incelenerek çocukların duygusal beceri gelişiminde diğer değişkenlerin etkisinin olup olmadığı araştırılacaktır.

Verilen bilgiler doğrultusunda araştırma soruları oluşturulmuştur.

### **1.2.1. ARAŞTIRMA SORULARI**

**1.2.1.1.** Çocuğun cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?

**1.2.1.2.** Çocuğun yaşına göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?

**1.2.1.3.** Annenin çalışma durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır?

**1.2.1.4.** Annenin yaşına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır?

**1.2.1.5.** Annenin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır?

**1.2.1.6.** Annenin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır?

**1.2.1.7.** Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu dzenleme gúçlüęü ve çocuklarının duygu dzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

**1.2.1.8.** Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duygu dzenleme becerilerini yordamakta mıdır?

**1.2.1.9.** Annelerin duygu dzenleme gúçlüęü, çocuklarının duygu dzenleme becerilerini yordamakta mıdır?

**1.2.1.10.** Annelerin duygu dzenleme gúçlüęü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu dzenleme becerilerini yordamakta mıdır?

### **1.3. ARAşTIRMANIN ÖNEMİ**

Anne teşviki ve esnek karşılık verme, çocukların duygu dzenleme becerilerinde oldukça önemlidir. Çocukların, özellikle 4-8 yaş döneminde, anne desteği olmadan kendi duygularını dzenleyemedikleri görülmektedir. Çocuk, yaşadığı olumlu ve olumsuz duyguları nasıl yönetmesi gerektiğini, annesi ile kurduğu duygusal bağ sayesinde öğrenmektedir. Çocuğun kendi hislerinin farkına varması ve ifade edebilmesi için annenin, çocuğunun duygularını sözlü ve sözsüz mesajlar ile anlamlandırması gerekmektedir.

Annenin çocuğunun duygularına duyarlı olabilmesi ve çocuğu ile güvenli bağlanabilmesi için annenin de güvenli bağlanabilmesi gerekmektedir. Çünkü, bağlanma kuramına göre, annenin kendi çocuğu ile kurduğu ilişki, kendi ailesi ile kurduğu ilişkinin tekrarı eğilimindedir. Bu bağlamda, ailelerin çocuklarına karşı duyarsız olması, çocuklarının duygularına kızgın bir şekilde tepki vermesi ilerleyen süreçlerde çocukları sosyal, duygusal ve davranışsal açıdan olumsuz yönde etkilemektedir.



Sonuç olarak, çocukların duygusal beceri gelişiminde; anne duyarlılığının, duygu düzenleme güçlüklerinin ve bağlanma stillerinin önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Annelerin duyarlı olmaması, çocuğunu cezalandırması, empati kuramaması, stresle baş edememesi, kendi duygularını düzenleyememesi çocuğunun zamanla sessizleşmesine ve duygularını bastırmasına neden olmaktadır. Duyguların bastırılması, duyguların kontrol edilmesi demek değildir, duyguların yok sayılmasıdır. Bu yüzden, çocukların ilerleyen zamanlarda sosyal, duygusal, davranışsal ve akademik sorunlar yaşamaması için duyguları tanınması, anlaması ve ortama uygun bir şekilde ifade etmesi gerekmektedir. Bu sebeple, yapılan çalışmanın, bu konularla ilgili farkındalık sağlayarak annelerin ve çocukların duygusal beceri gelişimine, psikolojik sağlıklarına olumlu etki edeceği, psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde terapistlere yardımcı olacağı ve anne-çocuk ilişkisi ile ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **1.4. VARSAYIMLAR**

- Bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri ve güçlükleri bilimsel olarak ölçülebilen kavramlardır.
- Anneler, ölçme araçlarındaki sorulara samimi, yansız ve doğru bir şekilde cevap vermişlerdir.
- Kullanılan ölçme araçları geçerli ve güvenilirlerdir.

#### **1.5. SINIRLILIKLAR**

- Araştırma 48-72 aylık çocuklar ile sınırlıdır.
- Araştırma, amaçlardaki sorularla sınırlıdır.
- Araştırma, yapılan literatür taramasıyla sınırlıdır.

## **1.6. TANIMLAR**

Bu bölümde içsel çalışan modeller, duygusal beceri, duygu düzenleme becerileri tanımlanacaktır.

### **İçsel Çalışan Modeller**

Çocuklukta asıl bakım verenle olan yaşantılarla temelleri atılan, benliğe ve diğerlerine dair beklentileri içeren içsel çalışan modeller bağlanma sisteminin temel bilişsel bileşenleridir (Yüksel, 2014: 6).

### **Duygusal Beceri**

Bireyin kendisinin ve diğerlerinin hislerini farkında olma, tanıma, doğru anlama ve uygun şekilde anlatabilme yeteneğidir (Faupel, 2003).

### **Duygu Düzenleme Becerileri**

Duygu düzenleme becerileri, “duygusal bir uyarıcı ile karşı karşıya kalan bireyin, yaşadığı ortam ile ahenkli bir şekilde kendi duygusunu düzenleyebilme yeteneğidir” (Eisenberg & Spinrad, 2004, s. 336-338).

## BÖLÜM II

### BAĞLANMAYA İLİŞKİN KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### VE

### İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın ikinci bölümünde; bağlanmanın tanımı ve önemi, bağlanmanın kökeni, bağlanmayla ilgili görüşler, bağlanma ve psikopatoloji, bağlanma ve duygu düzenleme, 48-72 aylık çocuklarda bağlanma, erişkinlikte bağlanma ve ilgili araştırmalar açıklanacaktır.

#### 2.1. BAĞLANMANIN KÖKENİ

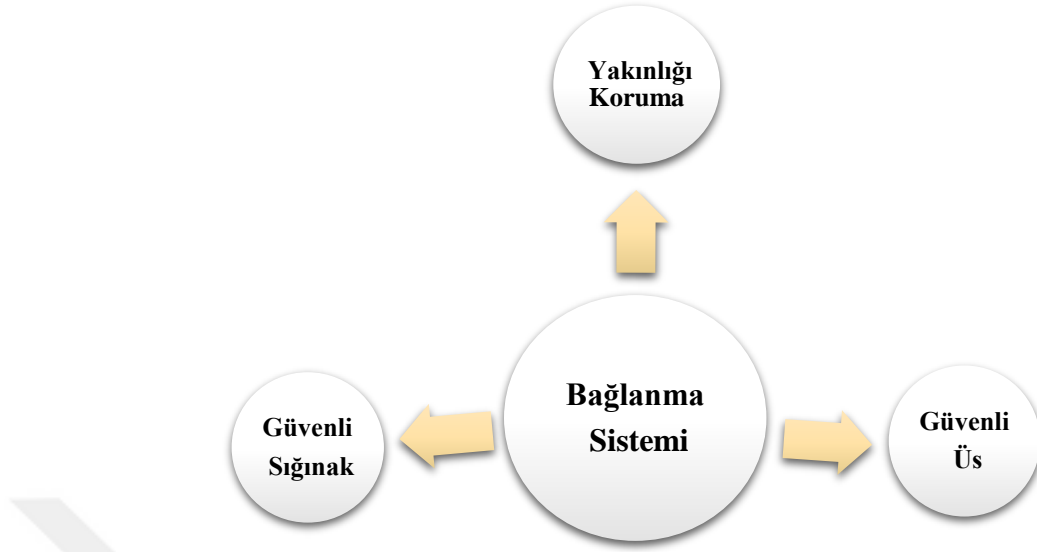
##### 2.1.1. Bowlby'nin Bağlanma Modeli

Bağlanma kuramını ilk kez Bowlby, Londra'da İngiliz Psikanaliz Topluluğu'nda klasik kabul edilen “Çocuğun Annesine Bağının Doğası” (1958), “Ayrılma Kaygısı” (1959) ve “Bebeklik ve Erken Çocuklukta Keder ve Matem (1960) adlı üç makalede takdim etmiştir (Bretherton, 1992).

Bowlby'nin ilk sistemli çalışmaları; 1944 yılında, Londra'da bir çocuk kliniğinde, 44 çocuk hırsız ve onların erken dönem anne-çocuk birlikteliklerini araştırması üzerine başlamıştır. Bu araştırmada, 44 hırsızlık yapan çocuk ve ergenin, annelerinden uzun süreli olarak ayrıldığında, anneden bakım almadıklarında birçok olay karşısında duygularını belli edemedikleri görülmüştür. Bu çocukların; kurum içerisinde yeme-içme, uygun ortamda yaşama gibi temel ihtiyaçları karşılandığı halde endişe ve sıkıntı yaşadıkları gözlenmiştir (Ainsworth & Bowlby, 1991).

Bowlby'nin belirttiği beş davranış türü vardır. Bunlar “emme, yapışma, izleme, ağlama ve gülmedir”. Bowlby'a göre bebek anneye veya anne bebeğe bu beş davranış türünde yaklaşmaktadır ve bu davranışlar bağlanma yaklaşımını ifade etmektedir (Söhmen, Tarihsiz; akt. Çağdaş ve Seçer, 2004).

Bowlby'a (1973) göre yakınlığı koruma, güvenli üs, güvenli sığınak bağlanmanın üç betimleyici özelliği ve bağlanma sisteminin üç temel görevidir.



**Şekil 2.1.: Bağlanma Sistemi**

Çocuklar, annesinin olmadığını fark ettiğinde çevresindekileri tehlikeli olarak algılamaktadırlar ve bir rahatsızlık hissettiğinde bakım verene karşı yakınlığı koruma ve ayrılığa karşı çıkma eğilimindedirler. Buna "yakınlık arama ve yakınlığı koruma" temel işlevi denmektedir. Yakınlık yeniden kurulduğunda ve bağlanma yeniden yaşandığında, çocuk daha önceki aktivitesine geri dönmektedir. Daha sonra, bebeğin etrafını keşfetmek için bağlanma modelinden ayrı kalabilmesi bebeğin bakım vereni "güvenli üs" olarak gördüğünü göstermektedir. Ancak, çocuklar bir tehdit algıladığında, yeni bir şeyler keşfetme davranışlarını bırakıp destek ve rahatlık alabilmek için bakım verene yönelmektedirler. Buna bağlanmanın "güvenli sığınak" unsuru denmektedir.

### **2.1.2. Mary Ainsworth ve Üçlü Bağlanma Modeli**

Ainsworth, "annesel duyarlılık" kavramını geliştirmiş ve bebek-anne bağlanma sürecinde annesel duyarlılık rollerini tanımlamıştır (Bretherton, 1992; Morsünbül ve Tümen, 2008).

Ainsworth'a göre duyarlı bir anne şunları yapar:

- ⇒ Çocuktan gelen işaretleri dikkatle ve anında algılar.
- ⇒ Bu işaretleri bebeğin açısından doğru bir şekilde yorumlar ve örneğin bir ağlamanın açlık için mi yoksa kötü hissetme, acı veya sıkıntıdan mı ortaya çıktığını bilir.
- ⇒ Çocuğun işaretlerine uygun şekilde tepki gösterir.
- ⇒ Çocuğun hayal kırıklıklarına, onun tolere edebileceği bir sürede yanıt verir (Ruppert, 2014: 58).

Ainsworth ve arkadaşları (1978), yabancı ortam olarak tanımladıkları laboratuvar ortamında 10-18 aylık bebeklerin bağlanma güvenliklerindeki bireysel farklılıkları incelemiştir. Bu deneyde anne ve bebek bir laboratuvar odasına alınmış, bebek aralıklarla anneden uzak bırakılarak yabancı bir odaya götürülmüş, ardından tekrar anne ile bir araya getirilmiştir. Hem annenin hem de bebeğin davranışları, uzak kalmadan önce ve sonra incelenmiştir. Araştırmalar sonucunda bebekler; güvenli, kaçınan, endişeli/kararsız olarak üç kategoriye ayrılmıştır (Levy, Blatt & Shaver, 1998).

### **Güvenli Bağlanma:**

Bu kategoride değerlendirilen bebekler; anneleri yanındayken serbest bir şekilde keşif yaparken, annesi gittiğinde bulunduğu yerin farkında olup yabancı biri odaya girdiğinde kaygıya kapılmamıştır. Annesi geri döndüğünde ise annesini karşılamış ve kısa bir stres yaşasa bile kısa bir sürede bu durumun üstesinden gelebilmiştir (Bowlby, 2012: 405).

### **Kaçınan Bağlanma:**

Bu kategoride değerlendirilen bebekler; anneleri odada iken yabancıya ve oyuncaklara karşı alakalı olup annelerinden bağımsız davranmışlardır. Durum karşısındaki duygularını anneleriyle paylaşmamışlar ve anneleri ayrılıp odaya geri döndükten sonra da anneleriyle ilgilenmeyip oyun oynamaya devam etmiş ve annelerini görmezlikten gelmişlerdir (Hortaçsu, 2012: 65).

## **Kaygılı/Kararsız Bağlanma:**

Anne çocuğun ihtiyaçlarını tutarsız cevapladığında, çocuğun istediği faaliyetlere devamlı engel olduğunda, kaygılı bağlanma stili gelişmektedir. Bu durumda, çocuk, anneye karşı hem yakın olmak istemekte hem de kızgınlık belirtisi gösteren davranışlar sergilemektedir (Ainsworth, Blehar, Walters & Walls, 1978). Bu kategoride değerlendirilen bebekler; odada annelerinin olduğu zaman bile etrafı araştırma girişiminde bulunmamış ve yabancı ile kaldıklarında oldukça fazla korkuya kapılmışlardır. Annelerinin yokluğunda mutsuzluk hissetmelerine rağmen anneleri odaya geri geldiğinde onu karşılamamışlardır (Bowlby, 2012: 406).

### **2.1.3. Main ve Yetişkin Bağlanma Görüşmesi**

Main, yetişkin bağlanma görüşmesinde, aile içi ilişkileri incelemiştir. Yetişkin bağlanma görüşmesinde, bebekler yabancı ortamda gözlenirken aynı zamanda ailelerin de kendi bağlanma durumları araştırılmıştır. Ayrıca, ailelerin kendi anne-babalarına olan bağlanmaları, bağlanmaya ilişkin hatıraları ve aileleri ile şu anki ilişkileri olmak üzere bir bağlanma sınıflandırılması yapılmıştır. Buna bağlı olarak, “Yabancı Durum” ve “Yetişkin Bağlanma Görüşmesi” arasında paralellik olduğu görülmüştür (Crittenden, 1990, Waters, 2004).

Bu görüşme sonucunda, özerk, saplantılı ve kayıtsız olmak üzere üç bağlanma biçimi ortaya çıkmıştır (Main, Kaplan & Cassidy, 1985). Güvenli bağlanan yetişkinler kendi ailelerini, nazik, tutarlı şeyler anlatan bireyler olarak tanımlamıştır (Waters, 2004). Kayıtsız bağlanan yetişkinler, kendi aileleri ile olan deneyimlerini hatırlamakta zorlanmışlar, tutarsız şeyler anlatıp sorunlu yaşantıları olduğunu söylemişlerdir. Ayrıca, kendilerini bağımsızlığına düşkün olan bireyler olarak tanımlayıp geçmişteki negatif deneyimlerin kişilikleri üzerinde etkisinin olmadığını söyleyerek ailelerini idealize etmişlerdir (Main vd., 1985). Saplantılı bağlanan yetişkinler ise, zihinlerinde halen aileleri ile olan sorunlarının çözülmemiş olarak kaldığını söylemişlerdir (Waters, 2004).

Ayrıca, Main ve Solomon (1986), yaptıkları araştırma sonuçlarına göre Ainsworth'un sınıflandırmalarına ek olarak "tanımlanamayan" grubu da eklemişlerdir. Atkinson ve arkadaşları (1995) ise "tanımlanamayan" grupta olanların tutarsız davranışlar sergilediğini belirtmişlerdir. Bu tutarsız davranışlar; ilk temasta çılglık şeklinde tepkiler verme, kayıtsız olup duygusal tepki vermeme, bebeğin anneye bakmadan yaklaşım uzaklaşması şeklindedir. Bu bebeklerin, bakım verenleri veya anneleri genelde şefkati, sevgiyi daha az gösterdikleri için bu bireylerin duygusal duyarlılıklarının daha az olduğu söylenilmektedir (Yunger, Corby & Perry, 2005).

#### **2.1.4. Hazan ve Shaver Yetişkin Üçlü Bağlanma Modeli**

Hazan ve Shaver (1987), güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız olmak üzere yetişkin bağlanmasını üç sınıfa ayırmıştır. Güvenli bağlanan yetişkinleri; kendine güvenen, sosyal yönden cesaretli, rahatlıkla yakın ilişkiler kurabilen bireyler olarak tanımlamışlardır. Kaygılı-kararsız bağlanan yetişkinleri; güvensiz, reddedilmekten ve terkedilmekten korkan bireyler olarak tanımlamışlardır. Kaçınan bağlanan yetişkinleri ise; sosyal olarak baskı hisseden, yakın ilişkilerden uzak duran ve kendini ortaya koymaktan çekinen bireyler olarak tanımlamışlardır (Cooper, Shaver & Collins, 1998).

Bu modelin önemli olma sebebi; yetişkinlikte bağlanmanın bebeklikteki bağlanma ile ilişki olması ve bu ilişki doğrultusunda yetişkinlikteki bağlanmanın bebekken olan bağlanmadan etkilenmesidir (Hazan & Shaver, 1987). Ayrıca, Hazan ve Shaver (1987) romantik ilişkilerdeki tutum ile Ainsworth ve ark. (1978) tarafından yapılan sınıflandırmaların birbiri ile bağlantılı olduğunu ve bu ilişkinin de devamlılık sağladığını öne sürmüşlerdir. Bu nedenle de ikili ilişkilerdeki davranışları bağlanma stillerine göre düzenlemişlerdir. Bu bağlamda, güvenli bağlanan yetişkinlerin romantik ilişkilerinde daha olumlu deneyimler yaşadığı; kaygılı-kararsız bağlanan yetişkinlerin duygusal dengesizliklerinin fazla olduğu ve romantik ilişkilerde takıntılı olduğu; kaçınan bağlanan yetişkinlerin romantik ilişkilerde yakın olmaktan kaçan, en az güvenen, olumsuz inançları çok fazla olan bireyler olduğu görülmektedir (Hazan & Shaver, 1987; Main vd., 1985).

### 2.1.5. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Bakım veren ile oluşan ilişkiler aracılığıyla, bebekler ne bekleyeceklerini öğrenip davranışlarını buna göre düzenlemektedirler. Bu beklentiler içsel çalışan modelleri oluşturmaktadır ve bu modeller çevredeki diğer bireylerin ulaşılabilirlik ve duyarlılığını anlamada kullanılmaktadır (Hazan & Shaver, 1994). İçsel çalışan modeller birbiri ile ilişkili iki farklı bilişsel şemayı içermektedir (Bowlby, 1969; Pietromonaco & Barrett, 2000). Bunlardan benlik modeli; bireyin kendilik değerine ve diğerleri tarafından sevmeye değer olup olmaması ile ilişkili algılarını; başkaları modeli ise, bireyin yakın çevresindeki insanlar ile bağ kurabilmesini ve güven verebilmelerine ilişkin algılarını içermektedir (Lopez, Melendez, Sauer, Berger & Wyssmann, 1998).

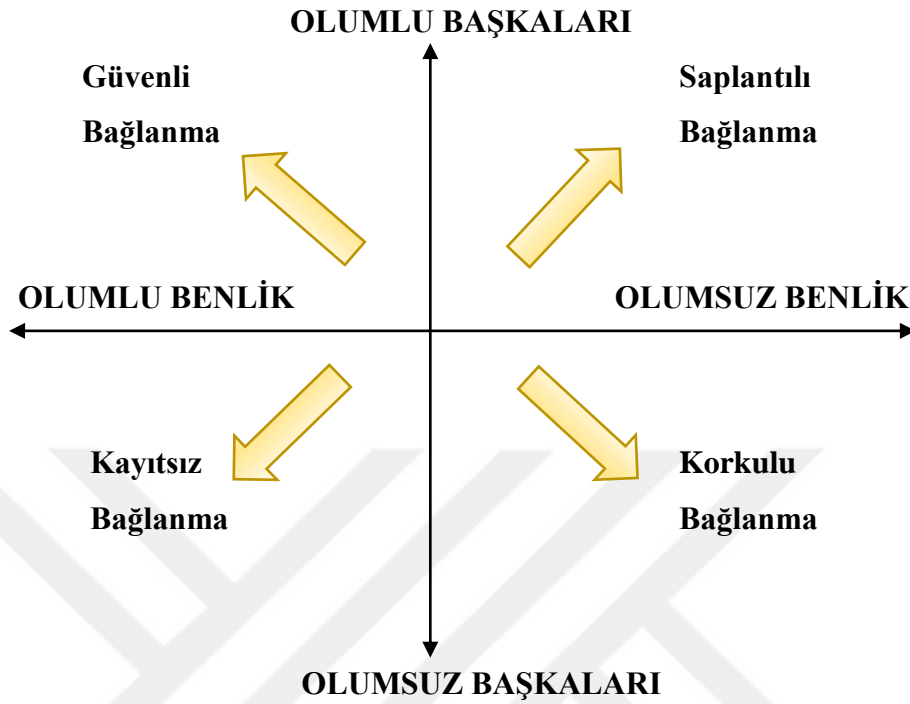
Bartholomew ve arkadaşları (1991), Bowlby'nin zihinsel temsil ve bağlanma sisteminden oluşan çocuklukta bağlanma sınıflandırmalarından yola çıkarak, benlik ve başkaları modellerinin bir araya gelmesinden ortaya çıkan dörtlü bağlanma modelini tanımlamışlardır. Dörtlü bağlanma modelinin temelinde, bireyin kendisini ve başkalarını olumlu veya olumsuz olarak algılaması vardır (Çalışır, 2009).

Olumlu benlik modeli başkalarından onay almadan sevilme duygusunun oluşmasını ve özsaygıyı; olumsuz benlik ise başkalarının onayı olmadan sevmeye değer olduğunu anlamamayı ve özsaygının düşük olmasını içermektedir.

Olumlu başkaları modeli yardım isterken çekinmemeyi, başkaları hakkında olumlu bir beklenti içinde olmayı, romantik ilişkilerde yakınlık kurabilmeyi; olumsuz başkaları ise başkaları hakkında olumsuz bir beklenti içinde olmayı içermektedir (Bartholomew & Horowitz, 1991; Feeney & Noller, 1990).



**Şekil 2.2. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli**



Tanımlanan bu boyutların birleşiminden güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu olmak üzere dört farklı bağlanma stili elde edilmiştir (Bartholomew & Horowitz, 1991).

#### **Güvenli Bağlanma:**

Bu modele göre güvenli bağlanma, olumlu benlik ve olumlu başkalarının birleşiminden oluşmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler, olumlu benlikleri ile ilişkili olarak kendilerinin sevgiye layık ve değerli insan olarak algılamakta ve başkalarının onayına ihtiyaç duymamaktadırlar. Ayrıca, bu kişiler başkalarını güvenilir olarak görmektedirler (Bartholomew & Horowitz, 1991).

#### **Saplantılı Bağlanma:**

Bu modele göre saplantılı bağlanma, olumsuz benlik ve olumlu başkalarının birleşiminden oluşmaktadır. Saplantılı bağlanan bireylerin, ilişkilerinde takıntılı, mantıklı olmayan beklentiler içerisinde olduğu görülmektedir (Sümer, 2006). Ayrıca, saplantılı bağlanan bireylerin, çocuklukta aile sevgisini yeterince alamadıkları görülmektedir (Crain, 1992).

### **Korkulu Bağlanma:**

Bu modele göre korkulu bağlanma, olumsuz başkaları ve benliğin birleşiminden oluşmaktadır. Korkulu bağlanan bireyler, olumsuz benlikleri ile ilişki olarak güvensiz bağlanan, kendilerini değersiz olarak algılayan bireylerdir. Olumsuz başkaları ile ilişki olarak da başkalarının güvenilmez olduğunu düşünen bireylerdir. Ayrıca bu bireyler ilişki kurmak istemelerine rağmen, reddedilmekten korktuğu ve kendine güvenmedikleri için yakın ilişkilerden uzak duran bireylerdir (Sümer ve Güngör, 1999).

### **Kayıtsız Bağlanma:**

Bu modele göre kayıtsız bağlanma, olumlu benlik ve olumsuz başkalarının birleşiminden oluşmaktadır. Kayıtsız bağlanan bireyler, olumlu benlik ile ilişkili olarak yüksek benlik saygısı taşırlar ve yakın ilişkilerde kendini değerli olarak görürler. Olumsuz başkaları ile ilişkili olarak diğerlerini değersiz olarak algırlar. Ayrıca reddedilmenin yarattığı hayal kırıklıklarından kurtulmak ve özerkliğini korumak için yakın ilişkilerden kaçınırlar (Bartholomew & Horowitz, 1991).

## **2.2. BAĞLANMA İLE İLGİLİ GÖRÜŞLER**

Bilişsel yaklaşıma açısından; çocuğun zihinsel gelişiminin temelinde bağlanma vardır. Çocuğun zihinsel gelişimleri; annelerini tanımaları, anneyi takip etmeleri, herhangi bir tehlike durumunda veya üzgün olduklarında herkes içinden anneyi seçip onun yanında sakinleşmeleri gibi durumlarla ilişkilidir (Cüceloğlu, 1992). Bağlanma ve yakın olma davranışları, çocuk annesi ve çevresindeki diğer kişiler arasındaki algısal farklılıkları bilişsel olarak ayırt etmeye başladıkça ortaya çıkmaktadır. Örneğin, çocuk iki yaşından sonra yani Piaget'in kuramında yer alan nesne sürekliliği kavramını kazandıktan sonra, anne fiziksel olarak orada olmasa da var olduğunu bilmekte ve anne-bebek arasındaki bağlanma gittikçe daha kuvvetli bir seviyeye gelmektedir (Görünmez, 2006).

Davranışçı yaklaşım açısından, bağlanma bir dizi uyarıcı-tepki mekanizmasından oluşmaktadır (Turner & Helms, 1991). Klasik koşullanma yaklaşımına göre, çocuk ve anne-baba arasındaki bağlanma çocuğun beklenti anındaki tepkisi ve anne duyarlılığı arasındaki uyarıcı-tepki mekanizmasını ifade etmektedir. Çocuk altını ıslattığında, karnı acıktığında veya başka bir nedenle rahatsızlık hissettiğinde ağlamaktadır. Çocuğunun ağladığını gören anne veya bakım veren kişi, çocuğun yanına gelip sorununu çözmektedir. Bu yüzden çocuk, rahatlama duygusu ile annesi arasında bir bağlantı kurmakta ve annesine ilişkin pozitif duygular geliştirmektedir (Cüceloğlu, 1992).

Edimsel koşullanmada ise; çocuk annesine bakıp gülümsediği zaman anne çocuğuna sevgi ve şefkat gösteriyor ona güzel şeyler söylüyorsa, çocuğun anneye gülümseyerek bakma davranışlarında artış olduğu görülmektedir. Çünkü, çocuğun olumlu yüz ifadesinden hemen sonra anne tarafından sözel veya sözel olmayan ifadelerle gösterilen memnuniyet hali pekiştireç görevi görmekte ve o davranışın tekrarlanma olasılığını arttırmaktadır (Rushton & Teachman, 1978).

Psikanalitik yaklaşıma göre; Freud, bireyin çocukluk yıllarındaki ilişki ve deneyimlerini incelediğinde, erişkinlik kişiliğini anlamak adına önemli bir adım atılacağını savunur (Yavuzer, 1990). Freud'a göre oral iletişim, çocuğun yaşamının ilk yılında en önemli iletişim faktörüdür. Bunun nedeni, yemek yemenin gelişimin ilk basamağı olmasıdır. Bu sebeple çocuk, bu doyumunu elde edebildiği kişi ile arasında önemli bir bağ kurmaktadır ve emme, yeme yolu ile bu minneti göstermektedir (Hurlock, 1964). Ancak, aktarılan kuramın geçerliliği üzerindeki bazı problemler yavru Rhesus maymunları ile yapılan deneylerde çözülmeye çalışılmıştır.

Harlow (1958), maymunlar ile yapmış olduğu çalışmalar ile anne yoksunluğu üzerinde çalışmıştır. Bu deneylerde, yavru maymunlar annelerinden ayrılarak, biri telden göğsünde biberon bulunan bir maymun; diğeri ise kumaştan yapılmış ve yavruyu beslemeyen bir maymun maketi kullanılmıştır. Deney sonucunda yavru maymunların sütünü içip geri kalan zamanlarını kumaş kaplı annenin yanında geçirdikleri, ona sarılıp uydukları gözlenmiştir.

Sonuç olarak, Harlow'un araştırmasına göre, bağlanma sürecinde, dokunmanın verdiği güven hissi ve beslenmeye baktığımızda, dokunmanın, daha önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

### **2.3. BAĞLANMANIN TANIMI VE ÖNEMİ**

Bağlanma, çocuk ve bakım veren arasında özellikle gergin olan ortamlarda belirginleşen, ilişki kurma, çocuğun bakım veren kişiyi arama ve yakınlık arayışı davranışları ile kendini gösteren ve kalıcı bir şekilde devam eden duygusal bağ olarak tanımlanmaktadır (Pehlivan Türk, 2004).

Kobak ve Sceery (1988), bağlanmanın zihinsel modellerinin, bireysel farklılıklarla beraber stresli durumlara ilişkin bireylerin vermiş oldukları duygusal tepkileri yönlendiren bir yapı olarak tanımlanabileceğini ifade etmektedir (Hamarta, Deniz & Durmuşoğlu Saltalı, 2009). Örneğin; stresli durumlarda bağlanma figürü tarafından çocuğun ihtiyaçları karşılanmazsa, çocuk sadece annesinin reddedici olduğuna dair içsel çalışan modeli geliştirmez, aynı zamanda kendisiyle ilgili de sevgiye ve ilgiye değer olmayan kişi olarak model geliştirmektedir (Bowlby, 1973).

### **2.4. BAĞLANMA VE PSİKOPATOLOJİ**

Bowlby (1969), bağlanma ve psikopatoloji ilişkisini içsel çalışan modellerle açıklamıştır. Bireylerin erken dönemde yaşadıkları deneyimlerin, diğerlerini ve kendilerini ile ilgili olan algılarını etkilediğini belirterek bunu yakın ilişkilere aktarıldığını ifade etmiştir (Meins, Jones, Fernyhough, Hurndall & Koronis, 2008).

Bayramkaya'ya (2009) göre, güvensiz bağlanan bireyler yakın ilişkilerinde güven ve yakınlık kurmayla ilgili sorunlar yaşamaktadır. Ayrıca, bu bireylerin güvenli bağlananlara göre psikopatoloji yaşama ihtimalinin daha fazla olduğu görülmektedir (Eng, Heimberg, Hart, Schneier & Liebowitz, 2000; Mickelson, Kessler & Shaver, 1997).

Bowlby'e (1980) göre; bebeklik, çocukluk ve ergenlik döneminde güvenli bağlanmanın gerçekleştirilememesi, daha sonraki yıllarda depresyon ve anksiyete gelişimine neden olmaktadır (Abramson vd., 1989). Bu durum; çocuğun, kendisi ve dünya hakkında çaresiz, karamsar ve pesimist bir zihinsel model oluşturarak depresyona zemin hazırlamaktadır. Ayrıca, çocuğun dünyayı güvenli olmayan, risklerle dolu bir yer olarak algılamasına neden olarak anksiyete bozukluğuna zemin hazırlamaktadır (Kohut & Wolf, 1978).

## **2.5. BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME**

Bağlanma sistemi oluşması ile bireyin yakınlık arayışında, duygu düzenleme önemli bir kavram haline gelmektedir. Aynı zamanda Bowlby'nin de dediği gibi "bağlanma kuramı bir duygu düzenleme kuramıdır" (Kobak & Sceery, 1988; Feeney, 1995). Bağlanma örüntülerindeki bireysel farklılıklar bireyin duygu içerikli olayları nasıl değerlendirdiğini, nasıl düzenlediğini ve duygu ifadelerini etkilemektedir ve bu nedenle bağlanma ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin normatif ilişkinin ötesinde olduğu görülmektedir (Mikulincer & Shaver, 2007).

### **2.5.1. 48-72 AYLIK ÇOCUKLARDA BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME**

#### **2.5.1.1. Çocuklarda Güvenli Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Ainsworth'un temel koşulu, güven temeli sağlaması için annenin duyarlı olmasıdır. Annesinin varlığıyla güçlenen çocuk, ilerlemeye ve etrafını keşfetmeye hazırdır. Eğer bu durum eksikse çocuğun keşfi engellenmiş olduğu için çocuk güven sağlayamamaktadır (Karen, 1990). Ayrıca, okul öncesi dönemde yapılan oyun alanı gözlemleri, güvenli bağlanma gösteren çocukların daha az sinirlendiklerini, daha az hayal kırıklığı yaşadıklarını ve çabuk pes etmediklerini; yaşlılarıyla ilişki kurma ve sürdürme, neşeli olma hususunda oldukça başarılı olduklarını göstermektedir. Bu dönemde, duygu kontrolü şekillenmeye başlamakta ve çocuk baskın duygularını dışa vurmaktadır. Çocuk duygularını dışa vurmanın toplum tarafından onaylanabilir biçimlerini artan bilişsel gelişim ve dil gelişimine paralel olarak keşfetmeye ve kullanmaya başlamaktadır (Güngör, 2005).

### **2.5.1.2. Çocuklarda Kaçınan Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Bebegin bağ kurma çabasını bakım veren kişiler reddettiğinde, bebeklerin kaçınan bağlanma stili gerçekleştirdiği görülmüştür (Selçuk, Günaydın, Sümer, Harma, Salman, Hazan, Doğruyol ve Öztürk, 2010). Yaşadıkları hayal kırıklıkları nedeniyle bağlanmakta zorlanan bu çocuklar, uzaktan bakıldığında çok korkusuz gibi algılanmaktadırlar. Bu çocukların, keşif davranışlarını devam ettirmelerinin ve yabancılarla rahatlıkla iletişim kurabilmelerinin nedeni; kişilerden ziyade nesnelere bağlanabilmesi ve üstünkörü bir sosyalleşme gösterebilmesidir (Bowlby, 1982).

### **2.5.1.3. Çocuklarda Kaygılı-Kararsız Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Kaygılı-kararsız bağlanan çocuklar, annesini; reddedici, duyarsız, fiziksel veya sözel olarak varlığını hissettirmeyen, bedensel yakınlık kurma ihtiyacını geri çeviren bir birey olarak algılamaktadır. Bu durumda bağlanma, beraberinde yoğun bir yakınlık isteği ve kaçınma çatışması getirmektedir. Bu çocuklar, diğer bebekler gibi anneleriyle yakınlık kurmak isteseler de reddedilecek korkusu ile sanki anneleriyle aralarında hiçbir bağlanma yaşanmamış yokmuş gibi davranmaktadırlar (Orhan, 2010: 70).

## **2.5.2. ERİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE DUYGU DÜZENLEME**

Erişkinlik döneminde bağlanma, bebeklik dönemi bağlanmasından bazı temel benzerliklere rağmen farklılıklar da göstermektedir.

- Bebek ve çocuklar kendilerini güvende hissetmek için fiziksel yakınlık ararken, ilerleyen dönemlerde bağlanma figürü ile yakınlık sağlayabileceğini bilmek erişkinin güvende hissetmesi için yeterlidir (Dönmez, 2000).
- Erişkinlikteki bağlanma, duygusal boyutta yani arkadaşına veya eşe bağlanma şeklindeyken; çocuklukta bağlanma anne veya bakım veren kişi ile ilişkilidir (Bayramkaya, 2009; Yaka, 2011).

- Erişkinlikteki bağlanma, eşler/çiftler birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılıklı olarak doyurup hem bakım alıp hem de bakım verdiği için karşılıklı; bebeklikteki bağlanma, bakım veren bebeğin beslenme, güvenlik ihtiyaçlarını karşılayıp çocuktan bakım almadığı için tamamlayıcı niteliktedir (Onur, 2006).

### **2.5.2.1. Erişkinliklerde Güvenli Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Güvenli bağlanma biçimine sahip olan bireyler; çocuklukta yaşadığı güvenli bağlanma sayesinde, yetişkinlik döneminde özsaygıları yüksektir ve onay arama davranışlarında bulunmamaktadırlar. Kendilerini kıymetli ve sevgiye değer olarak görmektedirler (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Güvenli bağlanan bireyler, başkaları ile yakın ilişkiler kurma, aşırı yakın olma veya terk edilme gibi konularda endişe yaşamamaktadır. Mutlu ve güvenilir olarak tanımladıkları uzun süreli ikili ilişkiler yaşamakta ve yakın ilişkilerde uyumlu ve saygıya değer olduklarını düşünmektedirler (Ainsworth vd, 1978).

### **2.5.2.2. Erişkinlerde Kaçınan Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Kaçınan bağlanması olan bireyler, yaşadıkları duygular karşısında soğukkanlı ve cesur bir görünüm sergileseler de duygularını engelleyerek bu duyguları bastırmaktadırlar (Cassidy, 1994). Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, tehdit edici duyguları etkin bir biçimde düzenleyemedikleri, problem çözme ve bilişsel yeniden yapılandırma konusunda zorluklar yaşadıkları için olumsuz duygularla karşılaştıklarında endişe duymaktadırlar. Bu bağlamda duygusal mesafe için gösterilen yaklaşımın aslında duyguları düzenlemek için yapıldığı görülmektedir (Lopez, Gover, Leskela, Sauer, Schirmer & Wyssmann, 1997).

Ayrıca, yetişkinlerin yakın ilişkilerinin incelendiği çalışmalarda, kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip eşlerin, karşı cinse sevgilerini gösterme konusunda kaygılı ve güvenli bağlanan yetişkinlere göre yetersiz oldukları görülmektedir. Bu durumda eşlerine karşı sevgisiz olan annelerin, kendi çocuklarına karşı da soğuk, duyarsız ve sevgisiz olduğu düşünülmektedir (Hazan & Shaver, 1987).

### **2.5.2.3. Erişkinlerde Kaygılı-Kararsız Bağlanma ve Duygu Düzenleme**

Güvenli veya kaçınan bağlanma stili olan bireylerden farklı olarak kaygılı bağlanan bireyler, negatif duyguları devam ettirme veya miktarını artırma eğilimi göstermektedirler (Lopez vd., 1997). Ayrıca, bağlanma örüntüsü kaygılı olan bireylerin, anlık olumsuz tepkilerinin daha baskın olduğu görülmektedir (Carnelley, Israel & Brennan, 2007; Collins & Feeney, 2004; Gentzler, Kerns & Keener, 2010). Bu bireyler, çocukken olan anne-çocuk arasındaki bağı hala çözemediği için, yetişkin hayattaki duygusal süreçlerinde dengesizlikler yaşamaktadırlar. Buna bağlı olarak da bu bireylerde düşük değerlilik ve daha az güven yaşamadan dolayı yüksek kaygı ortaya çıkmaktadır (Collins & Read, 1990).

## **2.6. BAĞLANMA İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR**

Sümer ve ark. (2009), yetişkin bağlanma stilleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi Türk örneklemini üzerinde incelemiştir. Araştırma sonucunda, tanı almamış bireylerin kaygı ve kaçınma boyutları daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, obsesif kompulsif bozukluk ve panik bozukluk tanısı almış kişilere göre depresyon tanısı almış kişilerin kaçınan bağlanmaları daha yüksek bulunmuştur.

Kobak ve Sceery (1988), stresle baş etme ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada, güvenli bağlanan bireylerin başkalarının problemlerine yardım etmede ve onları anlamada istekli oldukları ve negatif duygular ile mücadele edebildikleri bulunmuştur. Kaçınan bağlanan bireylerin, olumsuz duygularını kabul etmedikleri bulunmuştur. Kaygılı bağlanan bireylerin ise, olumsuz duygularının çok fazla farkında olduğu, öfkelerinin ve korkularını yüksek olduğu bulunmuştur.

Pamir-Arıkoğlu (2003), sosyal-duygusal durum ve bağlanmanın kaygı, kaçınma boyutu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kayıtsız bağlanan bireylerin negatif duygu düzenleme beklentileri yüksek; kaygı ve kaçınma boyutlarının düşük olduğu bulunmuştur.



Saplantılı bağlanan bireylerin, kaçınma boyutu ve negatif duygu düzenleme beklentilerinin düşük; kaygılarının yüksek olduğu bulunmuştur. Korkulu bağlanan bireylerde ise, negatif duygu düzenleme beklentilerinin düşük; kaygı ve kaçınmalarının yüksek olduğu bulunmuştur.

Kobak ve Sceery (1988), bağlanma stilleri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi de incelemişlerdir. Güvenli bağlanan bireylerin duygularıyla baş etmede yeterli olduğu, sosyal ilişkilerinde hem sosyal destek arayan hem de yeri geldiğinde destek veren konumunda olduğu bulunmuştur. Kayıtsız bağlanan bireylerin, negatif duygularını kabul etmede zorlanmalarına rağmen sosyal yeterlilikte güvenli bağlanan bireyler ile benzer sonuçlar aldığı bulunmuştur. Saplantılı bağlanan bireylerin ise, endişelerinin yüksek olduğu ve devamlı negatif duygulara takılıp kaldığı bulunmuştur.

**BÖLÜM III**

**DUYGU DÜZENLEMeye İLİŞKİN KAVRAMSAL ÇERÇEVE**

**VE**

**İLGİLİ ARAŞTIRMALAR**

Çalışmanın bu bölümünde okul öncesi dönemdeki çocukların gelişimi, duygunun tanımı ve önemi, duygunun kökeni, duygu ile ilgili görüşler, duygu düzenleme, duygu düzenleme ve psikopatoloji, duygu düzenleme güçlükleri ve ilgili araştırmalar açıklanacaktır.

### **3.1. OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN GELİŞİMİ**

Fiziksel, bilişsel ve duygusal gelişimle paralel olarak çocuğun duygusal gelişimi ilerlemektedir. Çocuklar, duygularını anlatmaya, kendini başkalarının yerine koymaya, çevresindekilerin istek ve duygularını anlamaya özellikle dil ve bilişsel gelişimdeki ilerlemeler ile başlamaktadırlar (Güngör, 2005).

#### **3.1.1. Fiziksel Gelişim**

Bebekler, yaşamının ilk yıllarında reflekslerinin etkisindedir. Refleksler, içten ve dıştan gelen uyarıcıların sebep olduğu, kendiliğinden ortaya çıkan tepkilerdir (Sevimay, 2009). Bebeğin, fiziksel gelişimi iki yaş civarında daha fazla gelişmektedir. Yürüme, koşma gibi temel hareketleri kullanmaya ve zıplama, kayma gibi motor becerileri gelişmeye başlamaktadır (Payne, 2012; Sezer, 2015).

2-6 yaş aralığında çocuk, yoğun bir fiziksel gelişim dönemindedir. Bu dönemde çocuk, yeni öğrendiği becerileri bedeni ile uyumlu bir şekilde kullanarak fiziksel gelişimini sürdürmektedir (Yavuzer, 1997). Olgunlaşma ile beraber yaşı ilerleyen çocuk, sıçramaya, denge üstünde durmaya, farklı yönlere koşmaya, merdivenleri ayak değiştirerek inip çıkmaya başlamaktadır. Ayrıca, çocuğun yaş ile birlikte ince motor gelişimi ve el-göz koordinasyonu da gelişmektedir. Bu dönemde çocuklar, bazı geometrik şekilleri kopyalamaya, insan çizmeye, makas tutmaya, taşırmadan boyamaya başlamaktadırlar (San Bayhan ve Artan, 2004; Şahin, 2010).

### 3.1.2. Bilişsel Gelişim

Bilişsel becerilerin gelişimi ile duyguların anlamlandırılması ve buna bağlı olarak da duyguların düzenleme süreci gerçekleşmektedir. Bir çocuk hangi durumlarda hangi duyguyu yaşadığını ancak düşünme süreciyle gerçekleştirmektedir.

Bebekler, iki yaşına kadar olan dönemde, çevrelerini anlamak için genellikle hareket ve algılarını kullanmaktadır. Piaget, bu dönemi duyuşsal-motor dönemi olarak adlandırmaktadır (Trawick, 2014). Bebekler bu dönemde, duyuşları aracılığıyla uyarıcıları fark ederek, motor hareketleriyle tepki vermektedir. Örneğin; sadece çingırağı görüp onun sesini duymamakta, aynı zamanda çingırağın ses çıkarması için nasıl sallayacağını da öğrenmektedir. Bebekler, duyuş-motor becerilerini geliştirerek problemleri çözmeye, dünyayı tanımaya ve anlamlandırmaya başlamaktadır (Yavuzer, 2016; Yazgan, 2008).

Nesne sürekliliği, duyuşsal-motor dönemin belirgin özelliklerindedir. Nesne sürekliliği, doğrudan algılanmadıklarında bile nesnelerin var olduğu anlamına gelmektedir. Bebekler, nesne sürekliliğini belirli aşamalardan geçtikten sonra kazanmaktadırlar. Örneğin, 5 aylık bir bebek gözünün önünde saklanan bir nesnenin gerçekten yok olduğunu düşünmektedir. Ancak, 8 aylık bir bebek gözünün önünde nesne saklandıktan sonra onu aramaya devam etmektedir (Senemoğlu, 2008).

48-72 aylık çocukların gelişimi ise, Piaget'in gelişim kuramına göre işlem öncesi döneme (2-7 yaş aralığı) denk gelmektedir. Bu dönemde, çocuklar, gözlerinin önünde olmayan nesnelere veya insanlar, duymadıkları, göremedikleri veya dokunamadıkları şeyler hakkında düşünebilmektedir. Çevrelerinde olmayan nesnelere ve insanları hayal edebilmekte, gelecekteki olaylar hakkında fikir yürütebilmekte ve geçmiş olayları hatırlayabilmektedirler (Trawick, 2014). Ayrıca, bu dönemdeki çocuklar bütün soruların yanıtlarını ilkel düşünceyi kullanarak öğrenmek istemektedirler. Sezgisel olarak bazı şeyleri bildiklerini söyleseler de mantıksal düşünceyi kullanamamaktadırlar. Dikkatleri kısa olduğu için tek bir konuya odaklanmaktadırlar (San Bayhan ve Artan, 2004).

### 3.1.3. Sosyal Gelişim

Duyguları tanıma, anlama ve ifade etme çocuğun sosyal becerilerini gösterebilmesi için oldukça önemlidir. Bu durum sosyal ve duygusal gelişimin birbirini etkileyen kavramlar olduğunu göstermektedir. Çocuk, sosyal geçişleri ve ondan beklenen uygun davranışları okul öncesi dönemde anlamaya başladığı için diğer bireyler ile etkileşimi bu dönemde daha çok artmaktadır. Buna bağlı olarak da çocuk arkadaşlarıyla benzer durumları yaşayarak kendi de duyguları hissetmeyi, empati kurabilmeyi, yardım etmeyi deneyimlemeye başlamaktadır (Saarni, 2011). Ayrıca, beraber yaşadığı insanlarla yardımlaşmayı, iş birliği içinde olmayı, onlarla bir şeyler paylaşmayı başarıp oluşan pozitif etkiyle başarılı ve mutlu bir hayat yaşamaktadır (Çağdaş ve Sezer, 2002).

Çocukların annelerine olan bağlılığı, ilk gözlenen sosyal davranıştır. Çocuklar, kendilerini annesinin bir parçası olarak algıladığı için bağlılık geliştirmektedir. Altıncı aya kadar annelerine ya da bakım verene gülümsemeleri, uzaklaştığında ağlamaları yakınlık kurma ihtiyacından kaynaklanmaktadır. Çocuğun bedenini tanıması ve kendini sosyal olarak bir birey olarak algılaması yaklaşık altı ay civarında yaşanmaktadır. Çocukların ilk yıllardaki en iyi sosyal becerileri; gülümseme, mimiklerini kullanma, bazı sözel ifadeler, nesnelere paylaşma ve oyun davranışlarından oluşmaktadır (Yavuzer, 2016; Trawick, 2016; Sezer, 2015; Davaslıgil, 2016).

Çocuklar, 2-3 yaşına geldiklerinde oyunlarda kısa süreli de olsa 1-2 arkadaş edinebilmektedir. Arkadaşlarıyla grup oyunları oynamaya başlayıp oyun içerisinde problemle karşılaştığında çözüm bulmak için iletişim kurmaktadır. Çocuklar, bu etkileşim ve iletişim sayesinde ilk toplumsal deneyimlerini oluşturmaktadırlar. Bu durum, ilişkilerin devamlılığı ve problem çözümlerinde ileride çocuklara yardımcı olmaktadır (Yazgan, 2008; Yavuzer, 2016; Trawick, 2016; Sezer, 2015).

Çocuklar 4-6 yaş aralığında ise, ailelerinden çok yaşlılarıyla beraber zaman geçirmek istemektedirler. Çocukların sosyal ortamlarda daha fazla bulunması sosyal uyumlarını, akran ilişkilerini, empati becerilerini geliştirmelerinde yardımcı olmaktadır.

Bu yüzden, bu dönemdeki çocuklara, ailelerin sunabildiği fırsatların oldukça önemli olduğu görülmektedir. Özellikle bu dönemde çocukların okul öncesi eğitime başlamasının, toplumsal kuralları öğrenmesine ve o toplumda nasıl davranacağına ilişkin yargılarını geliştirmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Demircioğlu, 2016).

### 3.1.4. Dil Gelişimi

Çocuklar, büyüme ile beraber dil gelişimde de hızlı bir artış yaşadığı için sözel ifadeler kullanmaya başlamakta ve diğerlerinin duygularını daha kolay anlamaktadır. Duyguları anlamaya başladığında ise çocuğun aynı zamanda duyguları çeşitlenmekte ve buna bağlı olarak da çevresi tarafından duygularını kontrol altına alması beklenmektedir. Çocuklar bireysel farklılıkları olmakla beraber genellikle neşelerini gülümseyerek; öfkelerini nesnelere, bireylere vurarak, nesnelere fırlatarak; korku ve mutsuzluklarını ağlayarak, sarılarak, yüz ifadelerine mutsuzluklarını yansıtırak üzgün üzgün etrafa bakarak ifade etmektedir (Cole M. & Cole S., 2001: 413).

Çocuklar, yaklaşık 6-10 aylıkken tek kelime ile kendini ifade etmeye başlamaktadırlar. 18-24 aylıkken, sözcükleri anlamaya, ilk sözcüklerini söylemeye, iki kelimeli cümleler kurmaya başlamaktadırlar. Bu dönemde, çocukların kelime dağarcığı artarak “sözcük patlaması” yaşanmaktadır. Ancak, bu durum çocuktan çocuğa farklılık göstermektedir (Yazgan, 2008; Yavuzer, 2016; Trawick, 2016; Turan, 2016; Oktay, 2016).

Çocuklar dört yaşına geldiklerinde, daha az dilbilgisi yanlışı olan cümleler kurarak, yetişkene benzer şekilde konuşmaktadırlar (Yazgan, 2008; Turan, 2016). Çevrelerinde olup bitenleri anlayabilmek için “Neden?” “Ne zaman?” “Nasıl?” ve “Niçin” sorularıyla sözcükleri ve olayları anlamaya çalışmaktadırlar. 5 yaşına geldiklerinde ise “Bu niçin böyledir?”, “Şu nasıl kullanılır?” gibi sorular sorarak ayrıntılı bilgi almaya çalışmaktadırlar (Yavuzer, 2016).

### 3.1.5. Duygusal Gelişim

Çocukluk döneminde bilişsel ve sosyal becerilerin temelinde yer alan duygusal gelişimin yaşamın ilk yıllarında başladığını ve bireyin bütün hayatı üzerinde önemli sonuçları olduğunu gelişim ile ilgili yapılan bilimsel araştırmalar göstermektedir (Greenberg, Kusche, Cook, Quamma, 1995).

Bebekler, duygusal ifadeleri anlatan pek çok tepkiyi bir yaşının içindeyken daha ilk 3-4 aydan itibaren sergilemektedirler. Bu dönemde, bebekler etrafındakilere mutluluk, kızgınlık gibi duygusal tepkiler gösterdiği için yetişkin tarafından içsel nitelikteki duygusunun isimlendirilmesi gerekmektedir (Türk, 2007).

Çocuklar iki yaşlarındaiken, iletişimde duygusal ifadelerini, tepkilerini kullanmaya devam etmektedir. Olaylar ve kişilerle daha yakından ilgilenmeye başlamasına rağmen yabancı ile karşılaştığında utangaç tavırlar sergilemektedirler. Bu dönemde, iki yaş çocuğu her şeyi kendi yapmak isteyip “benim” kavramını yaşamına dahil etmektedir. Ancak, yaşından dolayı sonuca ulaşmada yetersiz kaldığı için hayal kırıklığı yaşamakta ve öfkeli davranışlar göstermektedir (Honig & Brophy, 1996). Ayrıca, bu yaş çocukları, ebeveynlerden uzak kalma endişesinin yanı sıra iri hayvanlar, yılanlar, karanlık yerler, gece duyulan tuhaf sesler gibi durumlarda da yoğun bir korku yaşamaktadırlar (San Bayhan ve Artan, 2004).

Çocuklar dört yaşından sonra duyguları anlamlandırırken bilişsel becerilerini de kullanarak duyguyu ifade etmektedirler. Örneğin, gülen bir yüz gösterdiğinizde “mutlu çünkü bisikleti seviyor” açıklamasından çok “mutlu çünkü babası bisikletini tamir etmesine yardım etti” gibi daha detaylı, düşünceye dayalı ifadeler kullanmaktadırlar (Berk, 2005: 362). Beş yaşta ise çocuğun benliği gelişmektedir. Bu yaş döneminde çocuk, başkalarının haklarına, eşyalarına saygılı olmakta ve kendi duygu ve arzularını kontrol altına alabilmektedir. Ayrıca, çocuk bu dönemde yaşadığı kültürde ve toplumdaki değerler ile dengeli olarak doğruyu yanlış, güzeli, çirkini anlamaya ve öğrenmeye başlamaktadır (Kagan, 1984).

Altı yaş ise çocuğun en fırtınalı yaşıdır, çocuk bencildir, kavgacıdır. Hata yaptığında sorumlulukları annesine atıp kızgınlığını ondan çıkarmaktadır. Ancak bu dönemde çocuk, kızgınlık, mutluluk, sevgi gibi duygularını ifade edip başkalarının duygularını da anlayabilmekte ve duyguları anlarken ifade ederken dramatik oyunu ve çeşitli yöntemleri kullanabilmektedir (Polat Unutkan, 2003). Ayrıca, altı yaş çocuklarında rekabet, kavga gibi davranışların yanı sıra başkaları ile sempati, paylaşma, iş birliği içerisinde olma gibi davranışlar da gözlenilmektedir (Çağdaş ve Şahin-Seçer, 2015).

### **3.2. DUYGUNUN KÖKENİ**

Darwin'in "İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi" adlı eserinin yayınlanması duygu ile ilgili kuramsal yaklaşımları başlatmıştır. Darwin, en güçlü olanın hayatta kaldığını, bunun devam etmesi için de duyguların değişmesi gerektiğini ve bu koşulun tüm kültürlerde ortak olduğunu belirtmektedir. (Barnes, 2014, s. 237-238).

Williams James ve Carl Lange ise, duyguların oluşumunu açıklamaktadırlar. Bu kurama göre duygular; kasların gerilmesi, kalp çarpıntısı, titreme, nefes alma gibi fiziksel değişimlerden oluşmaktadır. Sonuç olarak; hissedilen duygu sonucunda vücuttaki bazı değişiklikler olmaya başlamakta, ortaya çıkan bu duygusal tepkiler gözlenerek de duygusal deneyim oluşmaktadır.

Cannon-Bard kuramı ise; fizyolojik tepkilerimizin duygularımızın nedeni değil sonucu olduğunu vurguladığı için James-Lange kuramına eleştiri olarak ortaya çıkan bir diğer kuramdır (Kuşat, 2011, s. 27). Kurama göre, bireyin etrafında gerçekleşen heyecan verici bir durum yani uyarıcının, hipotalamus ile ilişkisi vardır. Hipotalamusun karmaşık iki görevi vardır; birincisi sinir sistemini uyarmak için fizyolojik tepkileri ortaya çıkarmak; ikincisi ise uyarıcının fark edilmesi için beyin kabuğuna sinirsel akımlar iletmektir (Cüceloğlu, 2011, s. 267).

### 3.3. DUYGU İLE İLGİLİ GÖRÜŞLER

Bilişsel yaklaşıma göre, duygu oluşumunda, Goleman (1995) hislerin hem bilişten önce gelebileceğini hem de bilişten sonra gelebileceğini vurgulamıştır. Ayrıca, biliş ve duygular, çocukluktan yetişkinliğe giderken uyum içinde ilerlemektedir. Duygular oluşurken öncelikli olarak otonom sinir sistemi bireyin çevresel olaylarından, anılarından, davranışlarından dolayı uyarılmakta, daha sonra bu uyarım kortikal incelemeden geçmekte ve bireyin duyguları oluşmaktadır (Denham, 1998).

Davranışçı yaklaşımı savunan Watson'a göre ise; klasik koşullanma sonucu bir uyarıcıya gösterilen duygusal tepkiler öğrenilebilmektedir. Bu duruma örnek olarak, Albert'in on bir yaşındayken tüylü beyaz fareyi görünce verdiği korku tepkisi gösterilmektedir. Ayrıca, bebeklerin duygularının edimsel koşullanma ile oluştuğunu gösteren benzer araştırmalarda da bakım verenlerin bebeklerin gülme ve ağlama tepkilerini ceza ve ödül yöntemini kullanarak şekillendirdiği görülmektedir (Berk, 2003).

Sosyal öğrenme kuramına göre ise; çocuklar çevrelerinde ortaya çıkan durumları gözleyip nasıl tepkiler verildiğini incelemektedirler. Daha sonrasında da gözlemlediklerini özümseyerek model alma yoluyla öğrenmektedirler (Berk, 2003). Örneğin, Bandura'nın 1960 yılında gerçekleştirdiği üç deneye göre; birinci deneyde, modelin bebekle agresif oynamasının çocuğun davranışını etkilediği ve çocuğun aynı davranışı gösterdiği gözlenmektedir (Biehler, 1978).

İkinci deneyde ise, gerçek insanlar bebekle saldırgan bir şekilde oynamaktadır. Deney sonucuna göre, en fazla saldırganlık gösteren çocukların sırasıyla; çizgi film karakterini izleyen çocuklar, filmde olan insanları izleyen çocuklar ve son olarak da gerçek insanları izleyen çocuklar olduğu gözlenmektedir (Koç, 2005). Üçüncü deneyde ise; 4-6 yaşlarında olan çocuklar üçe ayrılarak, beş dakikalık bir filme maruz bırakılmaktadır. Bu filmde "bobo doll" isimli bir ayıyla yetişkin saldırganca oynamaktadır. Deney sonucuna göre, saldırganlığın cezalandırılmasının çocukların davranışlarında etkili olduğu ve çocuklarda saldırganlığı azalttığı gözlenmektedir (McGraw, 1980; Slavin, 2000; akt. Koç, 2005).



### 3.4. DUYGUNUN TANIMI VE ÖNEMİ

İç ve dış çevre tarafından gelen tepkiler ile kişinin haz veya keder türünden izlenimler oluşturması, duygu olarak tanımlanmaktadır (Başal, 2004. s. 115). Goleman (2003) duyguyu; “Bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik, biyolojik ve bir dizi hareket eğilimi ve harekete geçmemizi sağlayan dürtüler olarak” farklı iki şekilde tanımlamaktadır. Farklı şekillerde tanımlanan duygular aynı zamanda kendi içerisinde de farklılık göstermekte ve ikiye ayrılmaktadır. Birincil duygular; sevgi, tikslenme, haz ve korkudur. İkincil duygular ise, bireyin hayatı boyunca elde ettiği deneyimler sonucu ortaya çıkan kıskançlık, utanma, suçluluk gibi duygulardır (Campos, Barrett, Lamb, Goldsmith & Stenberg, 1983; Damasio, 2006).

Ayrıca, duygular yeni bilgiler öğrenmemize katkı sağladığı gibi tatmin duygusu ile ödüllenen güdüleyici bir davranışın ileride ortaya çıkma olasılığını da arttırmaktadır. Örneğin; birey saldırmaya hazırlanan bir köpekle karşılaştığında tehlike olduğunu hissetmekte, duygusal tepki oluşturmakta ve buna bağlı olarak da kaçma davranışı göstermektedir. Yani bu durum, olaylar sonucunda ortaya çıkan duygusal tepkinin davranışı belirlediğini ve bunun sonucu olarak da bireyin benzer durumlarda kaçması gerektiğini göstermektedir (Feldman, 1997).

### 3.5. DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ

Gündelik hayatta önemli bir yeri olan duygusal beceriler, düşünce, inanç, ve karar verme süreçleriyle etkileşim halinde olup davranışların oluşmasına neden olmakta ve buna bağlı olarak da bireyin çevresi ile uyum göstermesine yol açmaktadır. Duygular, sadece bireyin kendi davranışlarını şekillendirmesinde önemli değildir, diğerlerinin zihinsel süreçlerini algılamak için bireye yardımcı da olmaktadır ve buna bağlı olarak da bireyin sosyal uyumunu düzenlemektedirler (Salah, 2006). Bu sebeple, duygusal becerilerin gelişiminde karşımıza çıkan “duyguları tanıma, duyguları anlama, duyguları ifade etme ve duyguları düzenleme” kavramları açıklanacaktır.

### **3.5.1. 48-72 Aylık Çocuklarda Duygusal Beceri Gelişimi**

#### **3.5.1.1. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları Tanıma Becerisi**

Duyguları tanıma becerisi, bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygusu hakkında bilgi sahibi olmasını ve bu duyguları birbirinden ayırt etmesini sağlamaktadır. Bireylerin deneyimler kazanması ve bu deneyimler üzerine düşünmesi duyguları fark etmesini geliştirmektedir.

Çocuklarda duygusal farkındalık, bilişsel gelişim ile önem kazanmaktadır. Çocuklar, yaklaşık 7-10 aylıkken karşısındaki kişinin ses tonundan ve yüz ifadesinden hangi duyguyu hissettiğini çıkarabilmektedirler. Yani gördüğü duygunun hangi anlama geldiğini, karşısındakinin yüz ifadesini inceleyerek kendi yüz ifadeleriyle cevaplamaktadırlar. Güvensiz hissettiği durumlarda bakım veren veya anneden duygusal bir yanıt beklemekte ve ona göre ortamdaki duygularını anlamaya çalışmaktadırlar (Berk, 2003). Çocuklar, üç yaşından önce ise jest ve mimikler, ses tonu gibi sözel olmayan ipuçlarını kullanarak, yetişkinlerden gözlemlendiği üzüntü, mutluluk, korku gibi duyguları ayırt edip isimlendirmeyi öğrenmektedirler. Ancak çocuğun ayırt ettiği; mutluluk, üzüntü, korku, şaşkınlık, gurur, utanma, suçluluk, aşağılanma gibi duyguların isimlendirilmesinin dışında, yaşamda iz bırakarak anlamlı olması da gerekmektedir (Karayılmaz, 2008).

#### **3.5.1.2. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları Anlama Becerisi**

Okul öncesi dönem çocukları tek bir şeye odaklanabildiği için olumlu ve olumsuz duyguların ayırımını yaparken zorlanmaktadırlar. Örneğin, hangi durumlarda üzgün, hangi durumlarda mutlu olduklarının ayırımını yapamamaktadırlar. Bunun için, çocukların bilişsel gelişimle beraber bilişsel becerilerini de arttırmaları gerekmektedir (Poole, Waren & Nunez, 2007). Okul öncesi dönemde yaşanan deneyimlere göre çocuğun duygusal sonuçları anlama becerisi gelişmektedir. Çocuk, deneyimleri sonucunda özellikle mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve korku duygularını anlamaya çalışarak bu duyguların hangisinin nelere sebep olabileceğini öğrenmektedir (Dunn, 2000).

Ayrıca, çocuğun sosyal becerilerinin gelişiminde de duyguları anlama becerisi çok önemlidir. Çünkü, karşıdaki kişinin duygusunu anlamadan çocuk farklı bir tepki verdiği veya arkadaşının o duygusunu anlamadığı için duyarsız olduğunda, gösterilen duygu ile çocuğun arkadaşına gösterdiği tepki arasında uyumsuzluk ortaya çıkmaktadır. Örneğin, çocuk arkadaşının mutsuz olduğunu anlamadan, o duyguyu karşılamadan farklı bir tepki ile örneğin kızgınlık duygusu ile yaklaştığında bu iki duygu arasında uyumsuzluk olmaktadır. Uyumsuz duygu sonrasında ise çocuğun arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşanmaktadır (Dunn & Hughes, 1998).

### **3.5.1.3. 48-72 Aylık Çocuklarda Duyguları İfade Etme Becerisi**

Bireyin karşı tarafa yansıttığı duygunun anlaşılabilir olması ve karşıdan gelen tepki ile uyumlu olması duyguları ifade etme becerisinde çok önemlidir. Çünkü, buna bağlı olarak sosyal uyum gerçekleşmektedir. Örneğin, bir çocuk arkadaşları ile beraberken sürekli öfkeli bir davranış sergiliyorsa, hatta öfke gösterirken çevresine de zarar veriyorsa bir süre sonra arkadaşları ile çocuk arasında anlaşmazlıklar ortaya çıkmaktadır. Bu durum da çocuğun sosyal uyum problemleri yaşamasına neden olmaktadır (Denham, 1998).

Ayrıca, çocuğun duygularını anlamlı ve uyumlu bir şekilde ifade etmesi, yetişkinden rahatlıkla yardım isteyebileceği için oldukça faydalıdır. Örneğin, çocuk herhangi bir şeyden korktuğunda yüzünde o duygusal tepki ile ilişkili olarak korku tepkisi varsa ebeveynin çocuğu anlaması kolaylaşmaktadır. Tam tersi çocuk öfke duyduğunda da korku hissettiğinde de üzülmediğinde de duygusal tepkilerinde benzerlikler oluyorsa, ebeveyn tarafından duygusu ayırt edilemiyorsa çocuğun anlaşılması zorlaşmakta ve bu da çocuğun ruhsal durumunu olumsuz etkimektedir (Sroufe, 1997).

### **3.5.1.4. 48-72 Aylık Çocuklarda Duygu Düzenleme Becerisi**

Duygu düzenleme, “duygusal bir uyarıcı ile karşı karşıya kalan bireyin, içinde bulunduğu ortam ile uyumlu bir şekilde kendi duygusal durumunu düzenleyebilme becerisidir” (Eisenberg & Spinrad, 2004, s. 336-338).

Okul öncesi dönemde çocukların sosyal gelişimleri için olumlu ve olumsuz duygularını ifade etmeleri ile birlikte bu duyguları düzenlemeyi de öğrenmeleri gerekmektedir. Özellikle olumsuz duygularını düzenlerken zorlanan çocuklar akranları tarafından daha sık reddedilmektedir (Coie, Dodge & Kupersmith, 1990).

“Çocuğun doğumundan itibaren gelişimin bütün evrelerinde en sık rastlanan duygusal tepkilerden biri öfkedir” (Kandır, 2004, s. 64). Öfke, doğal bir duygudur ama; öfkenin kontrolü ve nasıl ifade edildiği çok önemlidir. Öfkenin kontrol edilmesi, kişinin öfke duygusunu bastırması anlamına gelmemektedir, kişinin duygu düzenleme becerisini kazanarak öfkesini uyumlu bir şekilde ifade edebilme becerisini anlatmaktadır. Çünkü, doğru bir şekilde ifade edilen öfke, zarardan çok kişilerarası ilişkileri ve iletişimi düzenleyebilen bir duygudur. Öfke, eğer düzenlenmezse kişi bu durumla baş edemediği için kontrolden çıkmakta ve o zaman kişinin ilişkilerine, çevresine, hayatına zarar vermektedir (Kökdemir, 2004, s. 7; San Bayhan ve Artan, 2011, s. 225; Soykan, 2003, s. 19). Ayrıca, heyecan ve öfke gibi yoğun duygular ile baş edebilen çocukların oyunlarını sürdürmede, oyun içerisindeki çatışma ve küçük düşme hallerinde problem çözmede ve buna bağlı olarak da sosyal etkileşimde daha başarılı olduğu görülmektedir (Hubbard & Coie, 1994).

### **3.5.1.5. Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinde Ebeveyn Etkisi**

Duygusal beceri gelişiminde aileler çok önemlidir. Anne-babalar kendi aralarında anlaşamadığı zaman, problemlerini iletişim kurarak çözemediği zaman, çocuklar sağlıklı bir aile ortamında büyümektedirler. Böyle bir ortamda büyüyen çocuklar, karşılaştığı sorunlarla baş edebilmeyi öğrenemediği için hem davranışsal hem de duygusal sorunlar yaşamaktadırlar. Bu durumda çocukta; utangaçlık, güvensizlik, aşağılık gibi duygular gelişmekte ve saldırganlık, itaatsizlik, düşmanlık gibi anti-sosyal davranışlar ortaya çıkabilmektedir. Bu nedenle, anne-baba arasındaki anlaşmazlık, çocukta uyum problemlerine yol açarak çocuğun gelişimine etki etmektedir (Kazdin, 1995; Kalyencioğlu, 2010).

“Ailenin çocuğun duygu düzenleme becerilerine etkisini gösteren üç parçalı model örneği” ile Morris ve arkadaşları (2007) aile, çocuk ve duygusal düzenleme arasındaki ilişkiyi detaylı bir şekilde göstermişlerdir. Bu model incelendiğinde üç önemli nokta dikkatimizi çekmektedir.

- Çocuğun çevresini gözlemlemesi, bireyleri model alması ve sosyal etkileşim becerileri,
- Ailenin yaklaşımı, duygusal tepkilerde, duyguların ifade edilmesinde ve duygular ile başa çıkmada çocuğuna rehberliği,
- Ailenin birbirine bağlılığı, aile içi ilişkiler ve ailenin çocuğunu yetiştirirken olan tutumu (Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson, 2007).

Ailenin, çocukların duygusal beceri gelişimleri için gösterdikleri davranış, tutum, değer, inanç ve amaçlarının birleşimini anlatan bu model aslında duygunun sosyalleştirilmesidir (Eisenberg, Cumberland & Spinard, 1998). Ayrıca, annelerin çocuğun duygularını anlamasında empatinin de önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir. Annenin, çocuğunun ne yapmak istediğini anlayabilmesi, annelik empatisinde yer alan içgüdüsel sezgiler ile ilişkilidir (Geçtan, 1993). Annelik empatisi; annenin çocuğundan gelen duygusal tepkileri fark etmesi, tepkilere uyum göstermesi, duygusal tepki ile uyumlu çocuğuna yararlı olacak şekilde duygu içinde olması ve buna bağlı olarak da yansıttığı duygu ile çocuğunun davranışını etkilemesidir (Kilpatrick & Hine, 2006).



**Şekil 3.3.: Annelik Empatisi**

Sonuç olarak; çocuklarının başarılarını takdir eden, yaptıkları etkinliklerde yanında olan, onları destekleyen, görüşlerine saygı duyan onlara söz hakkı veren, ihtiyaçlarına önem veren duyarlılık gösteren, stresli durumlarında baş etme yöntemlerini gösteren ve buna bağlı olarak da çocukları ile iletişimde başarılı olan aileler, çocuklarının duygusal gelişiminde olumlu bir etki yaratmaktadırlar. Aynı zamanda yapılan destekler duygusal beceri gelişimine katkı sağladığı gibi çocuğun okul olgunluğunu da artırmakta ve evde, okulda davranış problemlerini de azaltmaktadır. Bu yüzden okul öncesi eğitim kurumlarında duygular ile ilgili çalışmalar yapılırken ailelerde bu etkinliklere dahil edilmektedir (Moore, 1992).

### **3.5.2. YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ**

Bireylerin, duygu bilgisi olmadan duygu düzenlemesi gerçekleşmemektedir. Duyguların fiziksel sinyalleri, duyguların nedenleri, duyguların ifade edici davranışı ve duyguları değiştirme yolları duygu bilgisini oluşturmaktadır. Ayrıca, duygular hakkında bilgi sahibi olunması; çevreye uyum sağlayarak duygusal deneyimin yaşanıp yaşanmamasını belirlediği için duygu düzenlemeyi kolaylaştırmaktadır (John & Gross, 2004). Bu sebeple, duyguyu anlayabilmek için, duygusal becerilerin gelişiminde karşımıza çıkan “duyguları tanıma, duyguları anlama, duyguları ifade etme ve duyguları düzenleme” kavramlarına yer verilmektedir.

#### **3.5.2.1. Yetişkinlerde Duyguları Tanıma Becerisi**

İnsanların duygusal tepkilerini doğru olarak tanıyabilmek, sözel olmayan iletişimin önemli bir parçasıdır ve bu durum bulunduğumuz ortama uyum sağlamak için önemli olan kişilerarası ilişkilerde gerekli bir yetidir. Yüz ifadeleri ile gösterilen duygular, bireylerin içsel olarak hangi duyguyu yaşadığına dair bilgi verdiği için sosyal biliş ve iletişim için çok önemlidir. Yüze yansıyan duyguları tanımak; kişilerarası ilişkiler, sosyal uyum ve çatışma ile ilişkili olan sosyal-bilişsel becerilerin gelişimi için oldukça önemlidir (Erol, Ünal, Gülpek ve Mete, 2009). Ayrıca, bireylerin ruhsal olarak iyi olmaları için, özellikle depresyon ve kaygı bozukluklarında, duygularını tanıması ve duygularına dikkat etmesi çok önemlidir (Hoffman, Sawyer, Witt & Oh, D., 2010).

### **3.5.2.2. Yetişkinlerde Duyguları Anlama Becerisi**

Duygusal durumların farkında olma, duygusal durumların nedenlerini ve aralarındaki ilişkiyi kavrama becerisi duyguları anlama yetisini oluşturmaktadır (Bohnert, Crnic & Lim, 2003). Birey yaşadığı deneyimler ile hangi duyguyu göstereceği arasındaki bağlantıyı yaşantılarını değerlendirerek oluşturmaktadır. Bu yüzden, duyguları anlarken yaşantılar çok önemli bir etkiye sahiptir (Sroufe, 1997).

Duyguları anlamada önemli olan, duyguların kaynağını öğrenmek ve duyguların neden olacağı sonuçlar hakkında bilgi sahibi olmaktır (Davis, 2004). Örneğin; 2 yaşındaki bir çocuk, resme bakarken korku dolu bir şey gördüğü için korkmuş halde yetişkine baktığında, anne bu duygunun farkına varıp anlar ve çocuğunu rahatlatırsa, çocuk gelecekte daha etkili baş etme yöntemleri geliştirebilecektir ve ona göre duygusunu düzenleyebilecektir. Bu durum bize, duyguların farkında olma ve anlama konusunda becerikli olan bireylerin, ilerleyen dönemlerde çocuğunun duygu düzenlemesinde ne kadar etkili olabileceğini göstermektedir (Ramey & Ramey, 1999).

### **3.5.2.3. Yetişkinlerde Duyguları İfade Etme Becerisi**

Gross (1998), duygu düzenleme kavramını, “bireylerin hangi durumda hangi duyguya ne kadar süreyle sahip olacaklarını, bu duyguları ne şekilde deneyimleyeceklerini ve ne şekilde ifade edeceklerini belirleyen süreçler olarak” tanımlamıştır.

Bireylerin aslında hissetmek istediği ile ifade ettiği duygular arasında bazen farklılar olmaktadır ve bu durumun kişilerarası ilişkilerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bireyler, bulunduğu çevrenin etkisiyle, bazen diğerlerinin duygularını korumak için kendi duygularını düzenleyebilmektedir. Örneğin, aslında pek beğenmediğimiz bir hediye aldığımızda, karşımızdaki insanı kırmamak için, hayal kırıklığımızı göstermeyecek bir duygu ifade edebiliriz veya üzgün bir anneyi düşündüğümüzde, çocukları yanında olduğu için onlar üzülmesin diye sanki hiç mutsuz değilmiş gibi bir durum içerisinde kendini ifade ettiğini gözlemleyebiliriz (John & Gross, 2004).

Ayrıca, yetişkinlerin iş hayatında duyguların deneyimlenmesi ve ifade edilmesini yöneten kuralları öğrendikçe duygu düzenleme becerilerinin gelişmeye devam ettiği görülmektedir. İş hayatında, duyguların ifade edilişi, “Profesyonel tutum” olarak adlandırılmaktadır (Gross & Munoz, 1995).

#### **3.5.2.4. Yetişkinlerde Duygu Düzenleme Becerisi**

İnsanlar hayatları boyunca daima duygusal uyarılarla karşı karşıya kalabilirler. Bazı insanlar, duygusal uyarılarla karşılaştığında hemen dikkatini başka bir noktaya yönlendirebilir. Bazı insanlar ise duygusal uyarılara odaklanmadan duramaz ve bunun sonucunda da o duygu ile baş etmede zorlanırlar. Bu noktada duygu düzenleme kavramı ortaya çıkar ve bireyler duyguları ile başa çıkmada stratejiler geliştirirler (Koole, 2009).

İnsanlar duygularını kendileri için yaralayıcı bulduklarından, kişisel nedenlerden, duygularını istedikleri şekilde ifade ettiğinde duygularının diğerlerini yaralayacaklarını düşündüklerinden; kültürel değerlere ve sosyal ilişkilere uyum sağlamak için de düzenleyebilmektedirler (John & Gross, 2004).

Ayrıca, duygu düzenleme sadece negatif duyguların değil, pozitif duyguların da düzenlenmesi ile alakalıdır. Yani duygu düzenleme için negatif ve pozitif duygular ile baş ederken oluşan stratejiler, duygusal beceriler ve buna bağlı olarak da gözlenen davranışlardır denilebilir (Gottman & Katz, 2002 s. 266; Koole, 2009, s. 6).

#### **3.6. Yetişkinlerde Duygu Düzenleme Güçlüğü**

Duygular düzenlenirken; duyguların çok yoğun ve uzun sürmesi, işlevselliğin bozulması, bireyin daima olumlu duygu beklentisi içerisinde olması, olumsuz duygu ile baş edememesi gibi durumlar duygu düzenleme sürecinde problem yaratabilmektedir (Werner & Gross, 2010). Yetişkinlerin duygularını olumsuz değerlendirmesi, ifade ettiği duygularının çevreyle ve kendi hissettikleriyle uyum içerisinde olmaması; duygusal zorlanma ve duygu düzenleme güçlüğü ile oldukça bağlantılıdır (Greenberg & Safran, 1987).



Duygu düzenleme güçlüğü, duyguların farkında olmama, duyguları anlamama ve çevreyle uyumlu bir şekilde ifade edememe, olumsuz durumlar karşısında dürtü kontrolü sağlayamama ve sonuç olarak da amaca uygun davranışlarda bulunmama ile ilişkilidir (Gratz & Roemer, 2004). Yetişkinlerin duyguyu değiştirmeden, kontrol etmeye çalışmadan duygusal deneyim yaşaması duygusal zorlanmadır. Duygu düzenleme güçlüğü ise; duygusal uyarana yoğun dikkat ve uzun süre o duygunun sürmesi, duygusal tepkilere verilen cevapların yetersiz kalmasıdır (Linehan, 1993).

Duygu düzenlemede güçlüğü yaşayan yetişkinler, çevresel problemler ve kişilerarası zorluklar karşısında suçlama, ağlama, öfke, çatışma, sorun çıkartma gibi abartılı duygusal tepkiler vermektedirler. Bu bağlamda, yaşanan bu duygusal dengesizliğin, kişilerarası ilişkilerin tutarsız olmasının, terk edilmekten kaçınmak için yoğun çaba göstermenin, öfke patlamalarının duygu düzenleme güçlükleri ile beraber psikolojik sorunlarla da ilişkili olduğu düşünülmektedir (Cole, Michel & Teti, 1994). Bu yüzden duygu düzenleme güçlükleri yerine başarılı bir duygu düzenleme becerisi gerçekleşmesi için; fiziksel iyi olma, bilişsel performans, yaşam tatmini, sosyal ilişkiler gibi korucu faktörlerin olması gerekmektedir (John & Gross, 2004).

### **3.7. DUYGU DÜZENLEME VE PSİKOPATOLOJİ**

DSM-V'teki psikopatolojilerde, özellikle duygudurum ve anksiyete bozukluklarında, duyguları düzenleyememe oldukça önemlidir. Duygudurum ve endişe duygusundan kaynaklı bozukluklarda duygu düzenlemenin yer alması, duyguların ve duygudurumun etkileşim içerisinde olduğunu göstermektedir. Bu yüzden psikopatolojileri çözümlerken tedavide duygu düzenleme kavramı üzerinde durmak çok önemlidir (Werner & Gross, 2010).

Depresyonda olan yetişkinler, olumsuz duygularını azaltma konusunda, olumlu duyguları devam ettirme konusunda yetersizdir. Bu sebeple, ortaya çıkan duygusal yetersizlikler zamanla depresyona yol açmaktadır (Berking, Wirtz, Svaldi & Hoffmann, 2014).

Yetişkinlerin yaşadıkları kaygı ile duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkiye baktığımızda da tehlikelere karşı aşırı tetikte olma ve dikkati sürekli kaygı yaratan uyaran üzerinde devam ettirme kaygı bozukluğu yaşanmasına neden olmaktadır (Muris, Kindt, Bogels, Merckelbach, Gadget & Moulaert, 2000; Vasey & ark., 1995). Örneğin, sosyal kaygı bozukluğunda yetişkinlerin olumsuz değerlendirilmekten korktukları için sürekli sosyal uyaranlara karşı tetikte olduğu ve buna bağlı olarak duygu düzenleme güçlükleri yaşadığı görülmektedir (Goldin, Lee, Jazaieri, Heimberg, & Gross, 2014).

Obsesif kompulsif bozukluğunun ortaya çıkmasında ise; duygunun olumsuz değerlendirilmesi, olumsuz duyguların (kaygı, öfke) kendisinden ziyade yaşattığı durumun tehlikeli olarak algılanmasından dolayı kaygının etkili olabileceği düşünülmektedir (Smith, Wetterneck, Hart, Short & Björgvin Son, 2012).

Duyguları reddetme ve duyguyu bastırma ile ilişkili olan panik bozukluğunda ise; kaygı daha yüksek olduğunda bireylerin duyguları daha az kabul ettikleri, duygusal bastırmayı daha fazla kullandıkları görülmektedir (Feldner, Hekmat & Zvolensky, 2006; Kashdan, Zvolensky & McLeish, 2008).

Travma sonrası stres bozukluğuna baktığımızda ise; psikolojik travma ile duygu düzenleme güçlükleri arasında ilişki olduğu görülmektedir. Baltaş'a (2009) göre "psikolojik travmalar insanın, zihinsel, duygusal ve fiziksel bütünlüğüne zarar vererek, günlük yaşamını etkileyen veya ruhsal sıkıntılara sebep olan trajik olaylardır". Bilim (2012), çocukluk çağı travmaları ile kişilerarası tarz, duygu düzenleme gücü ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, çocukluk çağı travma yaşantısının diğer değişkenlerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca duygu düzenleme gücünün ve engelleyici kişilerarası tarzın çocukluk çağı travmalarda aracı rolü olduğu bulunmuştur.

### 3.8. DUYGU İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Lindsey ve Colwell (2003), okul öncesi dönemdeki çocukların duyguları anlama becerisini incelemek için çocuklarla görüşmeler yapmışlardır. Araştırma sonucunda, duyguları düzenleme ve duyguları anlama becerisi yüksek olan çocukların akranlarıyla daha iyi geçindiği bulunmuştur. Ayrıca duyguları anlama becerisi iyi olan çocukların fiziksel oyundan çok hayali oyunlar oynadığı bulunmuştur.

Rubin, Coplan, Fox ve Calkins (1995), dört yaşlarındaki çocukların duygu düzenleme becerisi ve sosyal etkileşimine göre sosyal uyumunu araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, sosyal etkileşim ve duygu düzenleme becerisi düşük olduğunda çocukların oyunlarda daha sıkılgan ve kaygılı davranışlar sergilediği bulunmuştur.

Miller, Fine, Gouley, Seifer, Dickstein, Shields (2006), sosyo ekonomik seviyesi düşük olan okul öncesi kurumlarında 3-5 yaş aralığındaki çocukların duygusal becerilerini ve sınıf davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Duyguları tanıma becerisine yüz ifadeleri ile; duyguları anlama becerisine hikayedeki çocuğun ne hissettiği ile; duygu düzenlemelerine ise ölçekle bakılmıştır. Araştırma sonucunda, duyguları tanıma becerisinin duygu düzenlemede önemli olduğu; duyguları olumsuz ifade etmenin saldırgan davranışlar ile; duyguları düzenleme becerisinin sosyal becerilerle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bardeen ve arkadaşları (2014), kaygı ve duygu düzenleme güçlüklerini cinsiyet açısından incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, duyguların açıklığı ve anlaşılması konusunda kadınların daha zayıf olduğu ve böylece daha fazla kaygı yaşadığı; erkeklerin ise duyguyu engelledikleri için, duygu düzenleme etkililiklerindeki farklılıklardan dolayı daha az kaygı yaşadıkları bulunmuştur.

## **Annelerin Erişkin Bağlanma Stilleri, Annelerin Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki**

Çocuğun duygusal sinyalleri tanımları, duyguların nedenlerini, sonuçlarını ve davranışsal sonuçlarını öğrenmeleri için en uygun zaman 4-8 yaş dönemidir (Berk, 1994). Çocuğun duygularını düzenleyebilmesi için, annenin duygulara cevap verme yeteneği önemlidir. Çünkü, araştırmalar çocukların yetişkin desteği olmadan duygularını düzenleyemediklerini göstermektedir (Kopp, 1989; Kerns, Abraham, Schlegelmilch & Morgan, 2007).

Anneler, çocuklarının duygusal tepkilerinin farkına vardıkça, çocuklarının olumsuz duygulardan kaynaklı yaşayacağı stres seviyesini düzenleyebilmekte ve pozitif bir strateji ile duygu yoğunluğu olan durumlara çocukları yavaşça maruz bırakarak, çocuklarının duygu düzenlemesini sağlayabilmektedirler (Sroufe, 2000). Ayrıca, ebeveyninden çocukluğunda yeterli sevgi ve alaka görmeyenlerin, yetişkinlik döneminde güvensiz bir karaktere sahip olduğu görülmektedir. Bu durum bize bağlanmanın yetişkinlikte de önemli olduğunu göstermektedir (Fraley & Shaver, 2000).

Bağlanma, ev ve iş hayatını, arkadaşlık ilişkilerini ve hayatın tümünü değiştirebilme etkisine sahip olduğu için sosyal ve duygusal anlamda yetişkinleri de etkilemektedir (Ainsworth, 1982). Güvensiz bağlanan yetişkinlerin, iş hayatında, yakın ilişkilerde başarısızlık ve buna bağlı olarak da üzüntü, hayal kırıklığı yaşamasının; problemleri çözerken zorlanma, planlama yapamama ve harekete geçememe ile ilgili durumlardan kaynaklandığı görülmektedir. (Dozier, Stevenson, Lee & Velligan, 1991). Ayrıca, kaygılı bağlanmaları olan yetişkinlerin, olumsuz durumlara çok fazla yoğunlaşıp negatif duygu ve düşüncelere kapılması; bilişsel becerilerini olumsuz etkileyerek duygu düzenleme güçlükleri, öfke patlamaları ve buna bağlı olarak da psikopatoloji yaşamalarına neden olabilmektedir (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Bu sebeple, annenin erişkin bağlanma stilleri, duygu düzenleme güçlükleri ve çocuğunun duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkide anne duyarlılığının, kurulan duygusal bağın, annenin psikolojik durumunun, annenin duygusal sinyalleri anlama yeteneğinin önemli olduğu söylenilmektedir.

## BÖLÜM IV

### YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde; araştırmanın modeli, örnekleme, veri toplama araçları, veri analizine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

#### 4.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

48-72 aylık çocukları olan annelerinin erişkin bağlanma stillerinin, duygu düzenleme güçlüklerinin ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin incelendiği bu araştırma, ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. İlişkisel tarama, iki veya daha fazla değişken arasındaki farklılıkların miktarını belirleyen araştırma modelidir (Karasar, 2010).

#### 4.2. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ

Araştırmada basit tesadüfi örneklem yöntemi kullanılmaktadır. Araştırmanın örneklemini, İstanbul'da yaşayan 48-72 aylık çocukları olan 491 anne oluşturmaktadır. Araştırmada, annelerden onay almak için Bilgilendirilmiş Onam Formu, anneler ve çocuklar hakkında genel bilgi edinmek için, araştırmacı tarafından oluşturulan Demografik Bilgi Formu kullanılmaktadır. Ayrıca, 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek amacıyla Duygu Düzenleme Ölçeği, annelerin duygu düzenleme güçlüklerini değerlendirmek amacıyla Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve annelerin erişkin bağlanma stillerini saptamak amacıyla Erişkin Bağlanma Stilleri Ölçeği kullanılmaktadır.

#### 4.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada, 48-72 aylık çocukları olan anneler internet yoluyla anketlere cevap vermiştir ve anketlerin internet yolu ile gönderilip tamamlanması yaklaşık olarak beş ay sürmüştür. Anketler cevaplanmadan önce annelerden Bilgilendirilmiş Onam Formu aracılığıyla onay alınmıştır.

Bu onay formunda araştırmanın konusu yer almakta olup annelerin araştırmaya katılıp katılmakta özgür olduğu, kişisel bilgilerinin yer almayacağı, istedikleri zaman anket uygulanışı hakkında bilgilendirileceği ve araştırmanın konusunun ne olduğu ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### **4.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Katılımcılara ait çeşitli demografik bilgilere ulaşılması amacıyla araştırmada kullanılan ölçeklere ek olarak araştırmacı tarafından demografik bilgi formu hazırlanmıştır. Formda; annelerin yaşı, eğitimi, çalışma durumu, medeni durumu, evlilik süreleri, çocuklarının yaşı ve cinsiyeti vb. bilgilere yer verilmiştir. Formda yer alan çocukların psikolojik rahatsızlığı ve fizyolojik rahatsızlığı; annelerin psikolojik rahatsızlığı ve fizyolojik rahatsızlığı olup olmadığına yönelik sorular, anket uygulanırken kullanılmıştır. Ancak, çocuklarla ilgili 5 kişi, annelerle ilgili 6 kişi sorulara evet yanıtlarını vermiştir. Bu sebeple, katılımcı yetersizliğinden dolayı araştırmaya sınırlılık yarattığı düşünüldüğünden araştırmada bu sorular kullanılmamıştır ve diğer değişkenler açısından araştırma soruları oluşturulmuştur.

#### **4.3.2. Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ)**

Duygu düzenleme ölçeği, Shields ve Cicchetti tarafından 1997 yılında geliştirilmiş, Altan tarafından 2006 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. Bu ölçek, okul öncesi ve okul çağındaki çocukların duygularını ortama göre düzenleyip ifade etmelerini belirlemektedir. Araştırmamızda duygu düzenleme ölçeği, 48-72 aylık çocukları olan anneler tarafından doldurulmaktadır.

Duygu düzenleme ölçeği, dayanıksızlık-olumsuzluk ve duygusal düzenleme olmak üzere iki alt ölçekten ve toplamda 24 maddeden oluşmaktadır. Dayanıksızlık-olumsuzluk alt ölçeği; tepkisellik, öfke kontrolü, huysuzluk, esnek olmama, harekete geçme maddelerini içerirken; duygu düzenleme alt ölçeği empati, uyumlu duygu sergileme ve duygusal farkındalığa yönelik maddeleri içermektedir (Shields & Cicchetti, 1997). Ölçeğin değerlendirilmesinde, hiçbir zaman 1 puan; bazen 2 puan; sık sık 3 puan; her zaman seçeneği ise 4 olarak puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksek olması, duygu düzenleme becerisinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Orijinal ölçekte, cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı dayanıksızlık-olumsuzluk alt ölçeği için 0,96; duygu düzenleme alt ölçeği için ise 0,83 olarak bulunmuştur (Shields & Cicchetti, 1997). Altan (2006), 4-6 yaşındaki 145 çocukla yaptığı araştırmada ölçeğin geneli için iç tutarlılık katsayısı anne formu için 0,75; öğretmen formu için ise 0,84 olarak bulunmuştur. Ayrıca, anne formu için cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı Batum ve Yağmurlu (2007) tarafından 0,73; Yağmurlu ve Altan (2010) tarafından 0,75 olarak bulunmuştur. Yapılan araştırmalarda ölçeğin iç tutarlılık katsayıları yüksek bulunduğu için ölçek güvenilir bulunmuştur. Bu araştırmada ise ölçek genel puana göre yorumlanmıştır. Anne beyanına göre çocukların duygu düzenleme becerileri genel puanı hesaplanmış ve cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı 0,62 olarak bulunmuştur. Buna bağlı olarak da ölçeğin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

#### **4.3.3. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ)**

Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği, Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen 36 maddeden oluşan bir ölçektir. Araştırmada, bu ölçek anneler tarafından doldurulmuştur. Ölçek, duygusal farkındalık, açıklık, duygusal tepkileri reddetme, duygu düzenleme stratejilerinde kısıtlılık, olumsuz duyguları düzenlerken dürtü kontrolünde zorlanma, olumsuz duyguları deneyimlerken amaç odaklı davranışlarda zorlanma olmak üzere altı boyuttan oluşmaktadır (Rugancı, 2008). Ölçek, hemen hemen hiç 1 puan ile hemen hemen her zaman 5 puan arasında olan değerlendirmelerle likert tipinde puanlanmaktadır.

Ölçekten alınan puanların yüksek olması duygu düzenleme güçlüğüne yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin özgün formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Gratz ve Roemer (2004) tarafından yapılmış ve cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı 0,93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının 0,88 ve 0,89 arasında değiştiği, test-tekrar test güvenilirliğinin ise 0,88 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Rugancı (2008) tarafından yapılmış; Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından gözden geçirilmiş ve son halini almıştır. Ölçeğin Türkçe formunun iç tutarlılık katsayısı 0,94; alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları 0,75- 0,90 arasında değiştiği bulunmuştur.

Bu araştırmada ise, ölçek genel puana göre yorumlanmıştır. Annelerin duygu düzenleme güçlükleri genel puanı hesaplanmış ve cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı 0,85 olarak bulunmuştur. Buna bağlı olarak da ölçeğin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

#### **4.3.4. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (EBBÖ)**

Erişkin bağlanma biçimi ölçeği, Hazan ve Shaver (1987) tarafından yetişkin bağlanma stillerini ölçmek için geliştirilen, 18 maddeden oluşan bir ölçektir. Oluşturulan ilk ölçekte yetişkinin çocuklukta bakım vereni ile kurduğu ilişki hakkında özelliklerin yer aldığı üç cümle yer almaktadır ve bu cümlelerden yaptığı seçim ile erişkin bağlanma biçimi belirlenmektedir.

Mikulincer ve arkadaşları (1990) tarafından eklenen ikinci bölümde ise 1-7 puanlamanın yapıldığı 15 soru yer almaktadır. Ölçeğin 5 sorusu güvenli; 5 sorusu kaygılı-kararsız; 5 sorusu kaçınan bağlanma stillerini ifade etmektedir. Ancak tek ifadenin yer aldığı sorular yeterince açık görülmediği için soru sayıları arttırılarak tekrar düzenlenmiştir. Bununla beraber her madde için 7’li likert sistemi kaldırılıp her maddenin cevabı doğru veya yanlış olarak düzenlenmiştir. Ölçeğin 3., 4., 7., 13., 14., 16. maddeleri güvenli; 8.,9.,10., 11., 12., 18. maddeleri kaygılı-kararsız; 1., 2.,5., 6., 15., 17. maddeleri kaçınan bağlanmayı anlatmaktadır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Kesebir, Dereboy ve Kökçü (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma için sırası ile 0,72, 0,82 ve 0,85 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ise annelerin erişkin bağlanma stilleri alt boyutlara göre hesaplanmış ve güvenli, kaçınan ve kaygılı/ kararsız bağlanma için cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları sırası ile; 0,62, 0,65 ve 0,68 olarak bulunmuştur. Buna bağlı olarak da ölçeğin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.



#### 4.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Verilerin analizinde ilk olarak hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına karar vermek için karşılanması gereken varsayımlar test edilmiştir.

Bağımsız iki grup karşılaştırılmasında t-test (Independent sample t-testi) ilişkisiz iki veya daha fazla grupların karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi ve farkın kaynağının belirlenmesi için post hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiye Spearman korelasyon katsayısı ile bakılmıştır. Korelasyon katsayısının (-) değer alması ilişkinin ters orantılı olduğunu gösterirken; (+) değer alması ilişkinin doğru orantılı olduğunu göstermektedir (Durmuş, Yurtkoru ve Çinko, 2013: 144). Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisine yönelik yapılan bir istatistiksel analiz yöntemidir. Bağımlı değişken hakkındaki bilgilerden bağımsız değişken tahmin edilmektedir (Eymen, 2007: 93).

**Tablo 4.1. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının Normalliğinin İncelenmesi**

Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,05$ ) ve normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinden yararlanılmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerleri  $\pm 2,0$  arasında olduğunda (George & Mallery, 2010) değerlerin normal dağıldığı kabul edilmiştir.

Ölçekler	Anne Yaşı	Kolmogorov-Smirnov				
		İstatistik	Sd	P	Çarpıklık	Basıklık
DDGÖ	25-29	0,11	145	0,01	-0,17	0,68
	30-34	0,07	216	0,02	0,18	0,53
	35-39	0,14	103	0,01	1,23	1,08
	40-44	0,13	27	0,20	-0,31	0,48
DDÖ	25-29	0,09	145	0,01	0,40	-0,78
	30-34	0,10	216	0,01	-0,11	-0,55
	35-39	0,15	103	0,01	0,76	-0,95
	40-44	0,21	27	0,01	-0,38	-0,52

<b>EBBÖ GB</b>	25-29	0,22	145	0,01	-0,67	0,43
	30-34	0,14	216	0,01	-0,90	-0,09
	35-39	0,17	103	0,01	-0,75	0,13
	40-44	0,17	27	0,01	-1,13	-0,33
<b>EBBÖ KB</b>	25-29	0,20	145	0,01	-0,56	-0,44
	30-34	0,17	216	0,01	-0,86	-0,16
	35-39	0,15	103	0,01	-1,22	-0,19
	40-44	0,15	27	0,13	-1,44	0,13
<b>EBBÖ KKB</b>	25-29	0,19	145	0,01	-0,28	0,66
	30-34	0,20	216	0,01	0,34	0,92
	35-39	0,17	103	0,01	-0,05	0,60

#### Kolmogorov-Smirnov

Ölçekler	Evlilik Süresi	İstatistik	Sd	P	Çarpıklık	Basıklık
<b>DDGÖ</b>	0-5	0,11	90,00	0,01	0,66	0,06
	5-10	0,08	302,00	0,01	0,60	-0,04
	10-15	0,15	83,00	0,01	1,20	1,49
	15 ve üstü	0,09	16,00	2,00	0,03	-0,60
<b>DDÖ</b>	0-5	0,14	90,00	0,01	-1,00	1,08
	5-10	0,10	302,00	0,01	-0,64	0,08
	10-15	0,13	83,00	0,01	-1,01	1,28
	15 ve üstü	0,18	16,00	0,17	-0,74	0,31
<b>EBBÖ GB</b>	0-5	0,12	90,00	0,01	-0,07	-0,96
	5-10	0,20	302,00	0,01	-0,32	-0,86
	10-15	0,16	83,00	0,01	-0,16	-0,99
	15 ve üstü	0,17	16,00	0,20	-0,05	-1,31
<b>EBBÖ KB</b>	0-5	0,15	90,00	0,01	-0,07	-0,83
	5-10	0,16	302,00	0,01	0,20	-0,80
	10-15	0,16	83,00	0,01	-0,21	-0,96
	15 ve üstü	0,22	16,00	0,04	0,05	0,50
<b>EBBÖ KKB</b>	0-5	0,21	90,00	0,01	0,81	0,19
	5-10	0,19	302,00	0,01	0,78	-0,12
	10-15	0,18	83,00	0,01	0,50	-0,49
	15 ve üstü	0,21	16,00	0,06	0,81	1,64

#### Kolmogorov-Smirnov

Ölçekler	Eğitim Durumu	İstatistik	Sd	P	Çarpıklık	Basıklık
<b>DDGÖ</b>	Ortaokul	0,07	36,00	0,20	0,46	0,14
	Lise	0,12	129,00	0,01	0,70	0,27
	Lisans	0,09	260,00	0,01	0,73	0,28
	Yüksek Lisans ve Üstü	0,11	66,00	0,04	0,77	0,41

<b>DDÖ</b>	Ortaokul	0,09	36,00	0,20	-0,25	-0,51
	Lise	0,14	129,00	0,01	-0,62	-0,41
	Lisans	0,11	260,00	0,01	-0,78	0,90
	Yüksek Lisans ve Üstü	0,12	66,00	0,02	-1,24	1,47
<b>EBBÖ GB</b>	Ortaokul	0,15	36,00	0,05	-0,12	-0,97
	Lise	0,20	129,00	0,01	-0,44	-0,56
	Lisans	0,16	260,00	0,01	-0,18	-0,96
	Yüksek Lisans ve Üstü	0,17	66,00	0,01	0,09	-1,30
<b>EBBÖ KB</b>	Ortaokul	0,17	36,00	0,01	0,40	-0,59
	Lise	0,19	129,00	0,01	0,14	-0,83
	Lisans	0,15	260,00	0,01	0,10	-0,91
	Yüksek Lisans ve Üstü	0,14	66,00	0,01	-0,20	-0,49
<b>EBBÖ KKB</b>	Ortaokul	0,17	36,00	0,01	0,47	-0,60
	Lise	0,17	129,00	0,01	0,68	-0,09
	Lisans	0,19	260,00	1,00	0,75	0,01
	Yüksek Lisans ve Üstü	0,26	66,00	0,01	1,39	1,86

**Kolmogorov-Smirnov**

Ölçekler	Çalışma Durumu	İstatistik	Sd	P	Çarpıklık	Basıklık
<b>DDGÖ</b>	Çalışıyor	0,09	228,00	0,01	0,81	0,61
	Çalışmıyor	0,09	263,00	0,01	0,62	-0,01
<b>DDÖ</b>	Çalışıyor	0,12	228,00	0,01	-0,99	1,30
	Çalışmıyor	0,09	263,00	0,01	-0,55	-0,05
<b>EBBÖ GB</b>	Çalışıyor	0,14	228,00	0,01	-0,08	-0,87
	Çalışmıyor	0,18	263,00	0,01	0,23	-0,76
<b>EBBÖ KB</b>	Çalışıyor	0,14	228,00	0,01	-0,02	-1,05
	Çalışmıyor	0,19	263,00	0,01	-0,44	-0,66
<b>EBBÖ KKB</b>	Çalışıyor	0,19	228,00	0,01	0,81	0,51
	Çalışmıyor	0,22	263,00	0,01	0,76	-0,25

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>						
<b>Ölçekler</b>	<b>Çocuk Cinsiyet</b>	<b>İstatistik</b>	<b>Sd</b>	<b>P</b>	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
<b>DDGÖ</b>	Erkek	0,07	254,00	0,01	-0,12	0,50
	Kız	0,11	237,00	0,01	0,74	0,92
<b>DDÖ</b>	Erkek	0,12	254,00	0,01	0,22	-0,71
	Kız	0,08	237,00	0,01	0,56	-0,74
<b>EBBÖ GB</b>	Erkek	0,17	254,00	0,01	-0,96	0,09
	Kız	0,15	237,00	0,01	-0,76	0,09
<b>EBBÖ KB</b>	Erkek	0,19	254,00	0,01	-0,81	-0,39
	Kız	0,15	237,00	0,01	-0,96	-0,09
<b>EBBÖ KKB</b>	Erkek	0,18	254,00	0,01	-0,26	0,64
	Kız	0,20	237,00	0,01	0,52	0,95

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>						
<b>Ölçekler</b>	<b>Çocuk yaş</b>	<b>İstatistik</b>	<b>Sd</b>	<b>P</b>	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
<b>DDGÖ</b>	4 yaş	0,11	236,00	0,01	0,78	0,46
	5 yaş	0,09	129,00	0,01	0,62	-0,20
	6 yaş	0,09	126,00	0,01	0,52	-0,36
<b>DDÖ</b>	4 yaş	0,11	236,00	0,00	-0,87	0,71
	5 yaş	0,09	129,00	0,01	-0,50	0,08
	6 yaş	0,15	126,00	0,01	-0,77	0,07
<b>EBBÖ KB</b>	4 yaş	0,16	236,00	0,01	-0,17	-1,02
	5 yaş	0,18	129,00	0,01	-0,28	-0,59
	6 yaş	0,18	126,00	0,01	-0,37	-0,95
<b>EBBÖ GB</b>	4 yaş	0,15	236,00	0,01	0,07	-0,89
	5 yaş	0,16	129,00	0,01	0,03	-0,96
	6 yaş	0,17	126,00	0,01	0,20	-0,69
<b>EBBÖ KKB</b>	4 yaş	0,19	236,00	0,01	0,64	-0,15
	5 yaş	0,19	129,00	0,01	0,93	0,47
	6 yaş	0,19	126,00	0,01	0,86	0,04

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>					
<b>Ölçekler</b>	<b>İstatistik</b>	<b>Sd</b>	<b>P</b>	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
<b>DDGÖ Puanı</b>	0,09	491,00	0,01	0,71	0,27
<b>DDÖ Puanı</b>	0,10	491,00	0,01	-0,75	0,41
<b>EBBÖ Puanı</b>	0,12	491,00	0,01	0,47	0,09
<b>EBBÖ KB Puanı</b>	0,17	491,00	0,01	-0,24	-0,92
<b>EBBÖ GB Puanı</b>	0,16	491,00	0,01	0,09	-0,87
<b>EBBÖ KKB Puanı</b>	0,19	491,00	0,01	0,78	0,05

## BÖLÜM V

### BULGULAR VE YORUM

Bu çalışmada, annelerin duygu düzenleme güçlükleri, annelerin erişkin bağlanma stilleri ve 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerileri incelenmiştir.

Annelerin erişkin bağlanma alt boyutlarının, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordayıp yordamadığı; annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordayıp yordamadığı; annelerin duygu düzenleme gücü puanlarının ve erişkin bağlanma stilleri puanlarının etkileşimsel olarak 48-72 aylık çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Ayrıca, 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri, annelerin erişkin bağlanma stilleri ve annelerin duygu düzenleme güçlükleri, demografik özellikler açısından da incelenmiştir.

#### 5.1. KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ

Araştırmaya 491 anne-çocuk katılmış olup demografik özelliklerine göre dağılımlarına aşağıda yer verilmiştir.

**Tablo 5.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular**

<b>Annenin yaşı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
25-29	145	29,5
30-34	216	44,0
35-39	103	21,0
40-44	27	5,5
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Eğitim durumu</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Ortaokul	36	7,3
Lise	129	26,3
Lisans	260	53
Yüksek lisans ve üstü	66	13,4
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Çalışma durumu</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Çalışıyor	228	46,4
Çalışmıyor	263	53,6
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Medeni durum</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Evli	472	96,1
Dul	2	,4
Boşanmış	17	3,5
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Kaç yıllık evli</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
0-5 yıl	90	18,3
5-10 yıl	302	61,5
10-15 yıl	83	16,9
15 yıl ve üstü	16	3,3
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Çocuğun yaşı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
4 yaş	236	48,1
5 yaş	129	26,3
6 yaş	126	25,7
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

<b>Çocuğun cinsiyeti</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Erkek	254	51,7
Kız	237	48,3
<b>Toplam</b>	<b>491</b>	<b>100,0</b>

Araştırmaya katılan annelerin yaşlara göre dağılımları, 25-39 yaş aralığı 145 kişi (%30), 30-34 yaş aralığı 216 kişi (%44); 35-39 yaş aralığı 103 kişi (%21); 40-44 yaş aralığı (%6). Araştırmaya katılan annelerin ağırlıklı olarak 30-34 yaş grubu aralığında olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan annelerin eğitim durumuna göre dağılımları; ortaokul mezunu olanlar 36 kişi (%7), lise mezunu olanlar 129 kişi (%26), lisans mezunu olanlar 260 kişi (%53), yüksek lisans ve üstü olanlar 66 kişi (%13). Araştırmaya katılan annelerin ağırlıklı olarak lisans mezunu olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan annelerin çalışma durumuna göre dağılımları; çalışan anneler 228 kişi (%46), çalışmayan anneler 263 kişi (%53). Araştırmaya katılan annelerin ağırlıklı olarak çalışan annelerden oluştuğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan annelerin medeni durumuna göre dağılımları; evli olan anneler 472 kişi (%96), dul olan anneler 2 kişi (%4), boşanmış olan anneler 17 kişi (%4). Araştırmaya katılan annelerin ağırlıklı olarak evli olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan annenin kaç yıldır evli olduğuna göre dağılımları; 0-5 yıldır evli olan anneler 90 kişi (%18), 5-10 yıldır evli olan anneler 302 kişi (%62), 10-15 yıldır evli olan anneler 83 kişi (%17), 15 yıl ve daha fazla süre evli olan anneler 16 kişi (%3). Araştırmada ağırlıklı olarak 5-10 yıldır evli olan annelerin olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan çocukların yaşlara göre dağılımları; 4 yaşında olanlar 236 kişi (%48), 5 yaşında olanlar 129 kişi (%26), 6 yaşında olanlar 126 kişi (%26). Araştırmaya katılan çocukların yaşlarının ağırlıklı olarak, 4 yaş olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan çocukların cinsiyete göre dağılımları; erkekler 254 kişi (%52), kızlar 237 kişi (%48). Araştırmaya katılan çocukların ağırlıklı olarak erkek oldukları görülmüştür.

## 5.2. ARAŞTIRMA SORULARI

### 5.2.1. Çocukların cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?

Çocukların cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinin, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bağımsız gruplar için t testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.2. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının Çocukların Cinsiyetine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi**

Ölçekler	Cinsiyet	N	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	P
DDGÖ	Erkek	254	98,17±16,53	1,14	489,00	0,26
	Kız	237	96,44±17,26			
DDÖ	Erkek	254	66,75±7,019	-2,27	489,00	0,02
	Kız	237	68,11±6,281			



<b>EBBÖ</b>	Erkek	254	0,527±0,270	-0,02	489,00	0,98
<b>GB</b>	Kız	237	0,528±0,263			
<b>EBBÖ</b>	Erkek	254	0,562±0,287	1,80	489,00	0,07
<b>KB</b>	Kız	237	0,515±0,289			
<b>EBBÖ</b>	Erkek	254	0,325±0,256	1,59	489,00	0,11
<b>KKB</b>	Kız	237	0,289±0,250			

\*p<0,05

Tablo 5.2. incelendiğinde annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı, annelerin erişkin bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kaygılı- kararsız bağlanma alt boyut puanları, çocukların cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p>0,05).

Ancak, çocukların duygu düzenleme beceri puanları, çocukların cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir (p<0,05). Ayrıca, ortalamalara bakıldığında erkek çocukların duygu düzenleme becerilerinin ( $\bar{X}$  : 66,75), kız çocukların duygu düzenleme becerilerinden ( $\bar{X}$ : 68,11) daha düşük olduğu bulunmuştur.

### **5.2.2. Çocukların yaşına göre; annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?**

Çocukların yaşına göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinin, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine Anova testi ile bakılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunan durumlarda, farkın hangi gruplarda olduğuna post hoc testlerinden Tukey testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.3. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Çocukların Yaşlarına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi**

Ölçek	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Top.	Kareler Ort.	F	P
<b>DDGÖ</b>	4	236	97,40	18,19	Gruplar Arası	235,32	117,66	0,41	0,66
	5	129	98,23	16,39	Gruplar İçi	139602,88	286,07		
	6	126	96,32	14,84	Toplam	139838,20			
<b>DDÖ</b>	4	236	66,66	6,73	Gruplar Arası	260,77	130,38	2,93	0,06
	5	129	67,97	6,50	Gruplar İçi	21748,13	44,57		
	6	126	68,25	6,75	Toplam	22008,90			
<b>EBBÖ KB</b>	4	236	0,53	0,30	Gruplar Arası	0,19	0,10	1,14	0,32
	5	129	0,53	0,27	Gruplar İçi	40,73	0,08		
	6	126	0,57	0,29	Toplam	40,92			
<b>EBBÖ KKB</b>	4	236	0,32	0,25	Gruplar Arası	0,10	0,05	0,76	0,47
	5	129	0,28	0,25	Gruplar İçi	31,56	0,06		
	6	126	0,32	0,27	Toplam	31,65			
<b>EBBÖ GB</b>	4	236	0,54	0,27	Gruplar Arası	0,06	0,03	0,44	0,64
	5	129	0,52	0,27	Gruplar İçi	34,83	0,07		
	6	126	0,52	0,26	Toplam	34,90			

\*p<0,05

Tablo 5.3. incelendiğinde; çocukların duygu düzenleme beceri puanının, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma stilleri alt boyut puanlarının, çocukların yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur (p>0,05).

**5.2.3. Annelerin çalışma durumuna göre; çocukların duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır?**

Annelerin çalışma durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bağımsız gruplar için t testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.4. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi**

Ölçekler	Çalışma Durumu	N	$\bar{X} \pm Ss$	t	Sd	P	Cohen's d
DDGÖ	Çalışıyor	228	97,13±17,01	-0,25	489,00	0,80	
	Çalışmıyor	263	97,52±16,81				
DDÖ	Çalışıyor	228	68,20±6,367	2,45	489,00	0,01	0,07
	Çalışmıyor	263	66,72±6,917				
EBBÖ GB	Çalışıyor	228	0,568±0,268	3,13	489,00	0,01	0,01
	Çalışmıyor	263	0,493±0,261				
EBBÖ KB	Çalışıyor	228	0,502±0,297	-2,70	489,00	0,01	0,01
	Çalışmıyor	263	0,572±0,278				
EBBÖ KKB	Çalışıyor	228	0,305±0,241	-0,19	489,00	0,85	
	Çalışmıyor	263	0,309±0,264				

\*p<0,05

Tablo 5.4. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p>0,05). Annelerin erişkin bağlanma stilleri alt boyutlarından kaygılı-kararsız bağlanma alt boyut puanı, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p>0,05).

Ancak, çocukların duygu düzenleme beceri puanları, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p < 0,05$ ). Ortalamalara bakıldığında; çalışan annelerin ( $\bar{X}$ : 68,20) çocuklarının duygu düzenleme beceri puanlarının, çalışmayan annelere göre ( $\bar{X}$ : 66,72) daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Annelerin erişkin bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma alt boyut puanları, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p < 0,05$ ). Çalışan annelerin ( $\bar{X}$ : 0,568) güvenli bağlanma puanlarının, çalışmayan annelere göre ( $\bar{X}$ : 0,493) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışan annelerin ( $\bar{X}$ : 0,502) kaçınan bağlanma puanlarının, çalışmayan annelere göre ( $\bar{X}$ : 0,572) daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca, hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's  $d = 0.07, 0.01, 0.01$ ).

#### 5.2.4. Annelerin yaş gruplarına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır?

Annelerin yaş gruplarına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerinin duygu düzenleme güçlüklerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine Anova testi ile bakılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunan durumlarda farkın hangi gruplarda olduğuna post hoc testlerinden Tukey testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.5. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi**

Ölçek	Yaş	N	$\bar{X}$	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	Sd	Kareler Ort.	F	P	Fark
DDGÖ	a.25-29	145	98,79	Gruplar Arası	823,32	3	274,44	0,96	0,41	
	b.30-34	216	97,19	Gruplar İçi	139014,88	487	285,45			
	c.35-39	103	96,71	Toplam	139838,20	490				
	d.40-44	27	93,15							

<b>DDÖ</b>	a.25-29	145	66,37	Gruplar Arası	500,27	3	166,76	3,78	0,01	a<d
	b.30-34	216	67,41	Gruplar İçi	21508,62	487	44,17			
	c.35-39	103	68,00	Toplam	22008,90	490				
	d.40-44	27	70,78							
<b>EBBÖ KB</b>	a.25-29	145	0,57	Gruplar Arası	0,43	3	0,14	1,71	0,16	
	b.30-34	216	0,53	Gruplar İçi	40,49	487	0,08			
	c.35-39	103	0,54	Toplam	40,92	490				
	d.40-44	27	0,45							
<b>EBBÖ KKB</b>	a.25-29	145	0,36	Gruplar Arası	0,78	3	0,26	4,10	0,01	a>b,d
	b.30-34	216	0,29	Gruplar İçi	30,87	487	0,06			
	c.35-39	103	0,30	Toplam	31,65	490				
	d.40-44	27	0,22							
<b>EBBÖ GB</b>	a.25-29	145	0,50	Gruplar Arası	0,24	3	0,08	1,14	0,33	
	b.30-34	216	0,54	Gruplar İçi	34,65	487	0,07			
	c.35-39	103	0,52	Toplam	34,90	490				
	d.40-44	27	0,59							

\*p<0,05

Tablo 5.5. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı, erişkin bağlanma alt boyutlarından güvenli ve kaçınan bağlanma alt boyut puanları, annelerin yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ). Çocukların duygu düzenleme beceri puanları, annelerin yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ).

Hangi yaş grupları arasında farkın olduğunu bulmak için yapılan Tukey testi sonucunda; 25-29 yaş aralığındaki annelerin, 40-44 yaş aralığındaki annelere göre çocuklarının duygu düzenleme beceri puanlarının istatistiksel olarak anlamlı ve daha düşük olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's  $f= 0.14$ ).

Annelerin erişkin bağlanma alt boyutlarından kaygılı-kararsız bağlanma alt boyut puanı, annelerin yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ).

Hangi yaş grupları arasında farkın olduğunu bulmak için yapılan Tukey testi sonucunda; 25-29 yaş aralığındaki annelerin, 30-34 ve 40-44 yaş aralığındaki annelere göre kaygılı-kararsız bağlanma alt boyut puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's  $f= 0.13$ ).

### 5.2.5. Annelerin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır?

Annelerin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerinin duygu düzenleme güçlüklerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine Anova testi ile bakılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunan durumlarda farkın hangi gruplarda olduğuna post hoc testlerinden Tukey testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.6. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanlarının, Annelerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi**

Eğitim	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	Kareler Ort.	F	P	Fark
a. Ortaokul	36	99,06	17,1	G.	276,31	92,10			
D D G Ö	b. Lise	129	98,05	18,2	G. Arası	139561,8	286,5		
	c.Lisans	260	97,03	16,4	G. İçi	89	7	0,32	
				2	Toplam	139838,2			0,81
d.Yüksek lisans ve Üstü	66	96,23	16,1						
a. Ortaokul	36	66,00	7,04	G.	314,05	104,6			
D D Ö	b. Lise	129	66,56	7,13	G. Arası	21694,8	44,55		
	c.Lisans	260	67,67	6,56	G. İçi	4		2,35	
					Toplam	22008,9			0,07
d.Yüksek lisans ve üstü	66	68,82	5,95						

E B B Ö K B	a. Ortaokul	36	0,67	0,24	G. Arası	1,13	0,38		a> cd
	b. Lise	129	0,57	0,26	G. İçi	39,79	0,08		
	c. Lisans	260	0,53	0,29	Toplam	40,92		4,62	0,01
	d. Yüksek lisans ve üstü	66	0,46	0,32					
E B B Ö K K B	a. Ortaokul	36	0,40	0,28	G. Arası	0,79	0,26		a, b>d
	b. Lise	129	0,34	0,27	G. İçi	30,87	0,06		
	c. Lisans	260	0,30	0,25	Toplam	31,65		4,15	0,01
	d. Yüksek lisans ve üstü	66	0,24	0,22					
E B B Ö G B	a. Ortaokul	36	0,45	0,25	G. Arası	0,76	0,25		a, b<d
	b. Lise	129	0,50	0,27	G. İçi	34,14	0,07		
	c. Lisans	260	0,53	0,27	Toplam	34,90		3,60	0,01
	d. Yüksek lisans ve üstü	66	0,61	0,26					

\*p<0,05

Tablo 5.6. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı, annelerin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p>0,05).

Ancak, annelerin erişkin bağlanma alt boyutları, annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir (p<0,05). Hangi eğitim grupları arasında farkın olduğunu bulmak için yapılan Tukey testi sonucunda; ortaokul mezunu annelerin kaçınan bağlanma puanlarının, lisans, yüksek lisans ve üstü eğitim almış annelere göre istatistiksel olarak anlamlı ve daha yüksek olduğu bulunmuştur (p<0,05). Hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's f= 0.13,5).

Ortaokul ve lise mezunu annelerin, kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının; lisans, yüksek lisans ve üstü eğitim almış annelere göre istatistiksel olarak anlamlı ve daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's  $f= 0.14$ ). Ortaokul ve lise mezunu annelerin, güvenli bağlanma puanlarının; yüksek lisans ve üstü eğitim almış annelere göre istatistiksel olarak anlamlı ve daha düşük olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Hesaplanan etki büyüklüğü değeri, gruplar arası farklılıkların küçük düzeyde olduğunu göstermektedir (cohen's  $f= 0.12$ ).

#### 5.2.6. Annelerin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinde farklılık var mıdır?

Annelerin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerinin duygu düzenleme güçlüklerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine Anova testi ile bakılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunan durumlarda farkın hangi gruplarda olduğuna post hoc testlerinden Tukey testi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.7. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Alt Boyut Puanlarının Annelerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Testi**

	Evlilik Yılı	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	Sd	Kareler Ort.	F	P
DDGÖ	0-5 yıl	90	96,61	18,39	G. Arası	184,15	3	61,38	0,21	0,89
	5-10 yıl	302	97,69	16,21	G. İçi	139654,04	487	286,7		
	10-15 yıl	83	96,54	18,21	Toplam	139838,20	490	6		
	15 yıl ve üstü	16	99,06	14,73						
DDÖ	0-5 yıl	90	67,48	6,43	G. Arası	167,31	3	55,77	1,24	0,29
	5-10 yıl	302	67,12	6,59	G. İçi	21841,59	487	44,85		
	10-15 yıl	83	68,61	7,33	Toplam	22008,90	490			
	15 yıl ve üstü	16	66,25	6,72						



<b>EBBÖ KB</b>	0-5 yıl	90	0,50	0,30	G. Arası	0,38	3	0,13	1,50	0,21
	5-10 yıl	302	0,55	0,29	G. İçi	40,54	487	0,08		
	10-15 yıl	83	0,51	0,29	Toplam	40,92	490			
	15 yıl ve üstü	16	0,63	0,28						
<b>EBBÖ KKB</b>	0-5 yıl	90	0,33	0,26	G. Arası	0,57	3	0,19	2,95	0,06
	5-10 yıl	302	0,31	0,27	G. İçi	31,09	487	0,06		
	10-15 yıl	83	0,24	0,21	Toplam	31,65	490			
	15 yıl ve üstü	16	0,40	0,17						
<b>EBBÖ GB</b>	0-5 yıl	90	0,57	0,27	G. Arası	0,52	3	0,17	2,44	0,06
	5-10 yıl	302	0,51	0,26	G. İçi	34,38	487	0,07		
	10-15 yıl	83	0,57	0,27	Toplam	34,90	490			
	15 yıl ve üstü	16	0,45	0,22						

\*p<0,05

Tablo 5.7. incelendiğinde; çocukların duygu düzenleme becerilerinin, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin ve erişkin bağlanma alt boyut puanlarının, annenin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ( $p > 0,05$ ).

### **5.2.7. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme gücü ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Çocukların duygu düzenleme becerileri, annelerin erişkin bağlanma alt boyutları ve annelerin duygu düzenleme gücü puanları arasındaki ilişkiye Spearman korelasyonu ile bakılmıştır.

**Tablo 5.8. Ölçek Puanları ve Erişkin Bağlanma Stilleri Alt Boyut Puanları Arasında Spearman Korelasyon Analizi**

		DDGÖ	DDÖ	EBBÖ KKB	EBBÖ GB	EBBÖ KB
<b>DDGÖ</b>	R	1,00	-0,31	0,43	-0,14	0,33
	P		0,00	0,00	0,00	0,00
<b>DDÖ</b>	R	-0,31	1,00	-0,28	0,10	-0,29
	P	0,00		0,00	0,03	0,00
<b>EBBÖ KKB</b>	R	0,43	-0,28	1,00	-0,07	0,34
	P	0,00	0,00		0,13	0,00
<b>EBBÖ GB</b>	R	-0,14	0,10	-0,07	1,00	-0,52
	P	0,00	0,03	0,13		0,00
<b>EBBÖ KB</b>	R	0,33	-0,29	0,34	-0,52	1,00
	P	0,00	0,00	0,00	0,00	

\*p<0,05

Tablo 5.8. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanı ile çocuklarının duygu düzenleme beceri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: -0,31, p<0,05).

Annelerin kaygılı-kararsız bağlanmaları ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: 0,43, p<0,05). Annelerin kaçınan bağlanmaları ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: 0,33, p<0,05). Annelerin güvenli bağlanmaları ile duygu düzenleme güçlükleri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: -0,14, p<0,05).

Annelerin kaygılı-kararsız bağlanmaları ile çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: -0,28, p<0,05). Annelerin kaçınan bağlanmaları ile çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (r: -0,29, p<0,05).

Annelerin güvenli bağlanmaları ile çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: 0,10$   $p<0,05$ ).

### 5.2.8. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?

Annelerin erişkin bağlanma alt boyutları olan; kaçınan, kaygılı-kararsız ve güvenli bağlanma puanlarının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanını yordayıp yordamadığına, hangi erişkin bağlanma alt boyutunun daha çok etki ettiğine regresyon analizi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.9. Annelerin Erişkin Bağlanma Alt Boyut Puanlarının Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi**

Bağımlı Değişken: Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanı							
Bağımsız değişken	B	Standart Hata	B	T	P	Durbin-Watson	VIF
Sabit	3,02	0,048		63,02	0,01		
Kaçınan Bağlanma	-0,23	0,05	-0,24	-4,42	0,00	1,88	1,569
Güvenli Bağlanma	-0,04	0,05	-0,04	-0,73	0,47		1,391
Kaygılı-kararsız Bağlanma	-0,22	0,05	-0,20	-4,48	0,00		1,155
<b>R: 0,349</b>	<b>F: 22,51</b>						
<b>Düzeltilmiş R<sup>2</sup>: 0,116</b>	<b>P: 0,01</b>						

\* $p<0,05$

Tablo 5.9. incelendiğinde; yapılan analizde Durbin-Watson değerleri 1,88 olarak bulunmuştur. Bu değer hata terimleri arasında oto korelasyon olmadığı anlamına gelmektedir.

Yapılan analizde, varyans büyütme faktörü, (VIF) 1,391 ile 1,569 arasında değiştiği için çoklu bağlantı sorunu olmadığı görülmektedir. Tablo 5.9. incelendiğinde modelin anlamlı olduğu görülmektedir (Düzeltilmiş  $R^2$ : 0,116,  $p < 0,05$ ). Düzeltilmiş  $R^2$  değeri, bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni ne oranda açıkladığını belirtmektedir. Modelde, annelerin erişkin bağlanma alt boyut puanlarının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanlarının %11,6'sını açıkladığı görülmektedir.

Standardize regresyon katsayısına göre, kaçınan, güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma bağımsız değişkenlerinin, çocukların duygu düzenleme beceri puanı üzerindeki önem sırasının; kaçınan bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve güvenli bağlanma şeklinde olduğu görülmektedir.

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin sonuçlara bakıldığında ise annelerin güvenli bağlanma puanlarının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanına anlamlı etkisinin olmadığı ( $p > 0,05$ ); kaçınan bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının ise anlamlı ve negatif yönde etkisinin olduğu görülmektedir ( $p < 0,05$ ).

### **5.2.9. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?**

Annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanını yordayıp yordamadığına basit doğrusal regresyon analizi ile bakılmıştır.

**Tablo 5.10. Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanının  ocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi**

Bağımlı Değişken: Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanı						
Bağımsız değişken	B	Standart Hata	B	T	P	Durbin-Watson
Sabit	3,303	0,070		46,997	0,01	1,929
Duygu Düzenleme Güçlüğü Puanı	-0,01	0,01	-0,31	-7,14	0,01	
<b>R: 0,307</b>		<b>F: 50,91</b>				
<b>R<sup>2</sup>: 0,09</b>		<b>P: 0,01</b>				

\*p<0,05

Tablo 5.10. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanı üzerinde anlamlı ve negatif yönde etkisinin olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Annelerin duygu düzenleme güçlüğü puanının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanına ilişkin varyansın. %9' unu açıkladığı görülmektedir ( $R^2: 0,09$ ).

#### **5.2.10. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?**

Annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma puanlarının etkileşimsel olarak çocuklarının duygu düzenleme beceri puanını yordayıp yordamadığına regresyon analizi ile bakılmıştır. Regresyona başlamadan önce annelerin duygu düzenleme güçlüğü, erişkin bağlanmaları ve çocuklarının duygu düzenleme beceri puanları ortalanmış, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma gözlemsel değerleri birbiri ile çarpılarak etkileşimsel değişken (ortak etki) oluşturulmuştur.

**Tablo 5.11. Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Erişkin Bağlanma  lek Puanlarının ocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi**

<b>Bağımlı Değişken: Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Puanı</b>						
<b>Bağımsız değişken</b>	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>T</b>	<b>P</b>	<b>Durbin-Watson</b>
Sabit	2,82	0,01		212,07	0,01	1,89
Ortak etki	-0,03	0,01	-0,12	-2,68	0,01	
<b>R: 0,12</b>	<b>F: 7,2</b>					
<b>R<sup>2</sup>: 0,015</b>	<b>P: 0,01</b>					

\*p<0,05

Tablo 5.11. incelendiğinde; annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma puanlarının, çocuklarının duygu düzenleme beceri puanını yordamada istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir (p<0,05, R<sup>2</sup>: 0,01). Ancak R<sup>2</sup> değerine bakıldığında modelin zayıf olduğu, bağımlı değişkendeki varyansın %1'ini açıklayabildiği görülmektedir.

## BÖLÜM VI

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 6.1. TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, bulgular ve literatürden elde edinilen sonuçlar karşılaştırılarak araştırma sorularının yanıtı aranmıştır.

##### 6.1.1. ARAŞTIRMA SORULARI

###### 6.1.1.1. Çocukların cinsiyetine göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?

Birinci bulgu; annelerin güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma stillerinin olması ve annelerin duygu düzenleme güçlükleri, çocuklarının cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ). Cinsiyet ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu, yapılan bazı araştırmalar (Vaughn & Waters, 1990; Jump, 1998; Hill, 1997; Seven, 2006) tarafından desteklenmektedir. Ayrıca, Arı ve Seçer'in (2004) araştırmasında, duygusal yüz ifadelerini tanıma becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Bağlanma sistemi cinsiyete bakılmaksızın annenin duyarlılığı, çocuğunun ihtiyaçlarını karşılaması ve annenin ulaşılabilirliği ile ilişki olduğu için cinsiyet açısından farklılık yaratmadığı düşünülmektedir (Ainsworth, 1967). Bu durum, annenin çocuğun cinsiyetine bakılmaksızın, çocuğunun ihtiyaçlarını karşıladığını ve kendi duygu düzenlemelerinin farklı değişkenler açısından (yakın ilişkiler, hamilelik süreci, aile içi problemler vb.) incelenmesi gerektiğini düşündürmektedir.

İkinci bulgu; çocukların duygu düzenleme becerileri, çocukların cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ). Yapılan analizlerde ortalamalara bakıldığında; erkek çocukların duygu düzenleme becerilerinin, kız çocuklara göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

Cinsiyet değişkeni açısından duygu düzenleme incelendiğinde, kızların daha olumlu oldukları, erkeklerin daha saldırgan oldukları bulunmuştur (Fivush 2007). Brown ve Dunn'un (1996), 3-6 yaş çocuklarla yaptıkları çalışmada; kız çocuklarının duyguları anlama performanslarının, erkek çocuklara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bosacci ve Moore'nin (2004), çocukların karışık ve basit duyguları anlamaları ile ilgili okul öncesi çocukları ile yaptıkları çalışmada, kız çocuklarının karışık duyguları tanıma, isimlendirme ve anlama bakımından yüksek puanlar aldığı bulunmuştur.

Cole, Zahn- Waxler ve Smith (1994), 4-5 yaşlarındaki kız ve erkek çocukların, olumsuz duyguları ifade etme ve duygu düzenleme becerilerini incelemiştir. Çalışmada, çocukların hoşuna gitmeyen, hayal kırıklığı yaşayacağı bir hediye çocuklara verilmiştir ve duyguyu ifade etme ve duygu düzenleme becerileri gözlenmiştir. Çalışma sonucunda, kız çocuklarının erkeklere göre duygu düzenleme ve duyguyu ifade etme becerilerinin daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Maccoby & Jacklin, 1974).

Ayrıca, erkek egemen bir toplumda yaşadığımız için erkek çocuklarına daha güçlü olmaları ve "erkek adam ağlamaz" şeklinde empoze edilen düşüncelerden dolayı, erkek çocukların duygularını ifade etmede saldırgan oldukları, duygu düzenlemede güçlükler yaşadıkları düşünülmektedir. Kız çocuklarına ise yetişkine saygı duymaları, duygusal olmaları, yakın ilişkilerde anlayışlı olmaları, yardımsever olmaları, tepkilerini öfke ile göstermemeleri öğretildiği için farklılıklar yaratabileceği düşünülmektedir.

#### **6.1.1.2. Çocukların yaşlarına göre; annelerin erişkin bağlanma stillerinde, annelerin duygu düzenleme güçlüğünde ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde farklılık var mıdır?**

Annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin, erişkin bağlanma stillerinin ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin, çocukların yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ( $p>0,05$ ).



Tenenbaum, Visscher, Pons ve Harris (2004) çalışmasında, 4-7 yaş ve 8-11 yaş aralığında olan köyde yaşayan çocukların, duyguları anlama becerilerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, 8-11 yaş grubundaki çocukların 4-7 yaş grubundaki çocuklara göre duyguları anlama becerisi daha yüksek bulunmuştur. Kestenbaum ve Gelman (1995), okul öncesi dönem çocuklarının karmaşık duyguları fark etme ve anlamaları üzerine yaptıkları araştırmada 4 ve 5 yaş çocuklarının karmaşık duyguları (hem mutlu hem üzgün vb.) anlayabildiklerini ortaya koymuşlardır.

Cole, Dennis, Smith-Simon ve Cohen'e (2009) göre bebeklikten itibaren kazanılan duygu düzenleme becerileri okul öncesi dönemdeki deneyimler ile daha fazla gelişmektedir. Çünkü, çocuğun yaşı büyüdükçe sözcük dağarcığı da genişlemektedir ve buna bağlı olarak da duyguyu ifade etme becerisi gelişmektedir. Örneğin, çocuk beş yaşına geldiğinde mutlu, üzgün, öfkeli, neşeli, hayal kırıklığı gibi kelimeleri kendisi için ve başkaları için ifade etmeye başlamaktadır. Ayrıca, çocuğun kelime dağarcığı ve duyguyu ifade etme becerisi düşünüldüğünde okul dönemine geçiş ile yani somut işlemler dönemi ile ilerleyen duygusal beceri gelişimlerinin ergenlik ve yetişkinlikte de devam ettiği görülmektedir (Başal, 2012, s. 155-156; Erden, 2016, s. 189).

Bu nedenle, yapılan çalışmada, sadece 48-72 aylık çocukları olan anneler ile çalışıldığı ve kullanılan ölçekte çocukların duygu düzenleme becerileri hakkında bilgi verilmediği için farklılıklar olduğu düşünülmektedir.

### **6.1.1.3. Annelerin çalışma durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme gücünde farklılık var mıdır?**

Birinci bulgu; annelerin duygu düzenleme gücünü, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ). Literatürde bu bulgu ile ilişkili bir bilgiye rastlanmamıştır. Bu nedenle, daha sonraki çalışmalarda, annelerin çalışması ve duygu düzenleme güçlükleri çeşitli değişkenler açısından ele alınırsa daha kapsamlı bilgilere ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Ancak, eşlerin maddi manevi birbirlerine destek olmalarının ve ekonomik zorluklardan dolayı çalışmanın normal bir süreç olarak algılanmasının duygu düzenleme güçlüklerinin daha az yaşanmasına sebep olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, daha sonra yapılacak olan çalışmalarda evlilik ilişkisi, iş doyumu, anne-baba tutumu, çocuk bakımında babanın desteği vb. konularda araştırmaların yapılması ile daha kapsamlı bir sonuç elde edileceği düşünülmektedir.

İkinci bulgu; annelerin güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma stilleri, çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ). Çalışan annelerin, çalışmayan annelere göre güvenli bağlanmaları daha yüksektir; kaçınan bağlanmaları daha düşüktür.

Kaçınan bağlanan bireylerin, duygularını açığa çıkarmamak için bastırdıkları ve buna bağlı olarak da uzaktan bakıldığında daha korkusuz ve soğukkanlı algılandıkları görülmektedir. Bu bireyler, bastırma mekanizmasını kullandıkları için mücadele, zorluklarla savaşıma gibi durumlarda zayıf hissetme ve hiçbir şeyin üstesinden gelemeyeceklerini düşünmektedir. Özellikle yüzleşmeyi gerektiren, zor problemlerde, uzun süredir stres veren durumlarda mücadele etmekten kaçmaktadırlar ve bu sebeple de bu bireylerin duygusal gelişimlerinde düşüşler görülmektedir (Cassidy, 1994). Ayrıca, güvenli bağlanan bireylerin, beklenmedik bir şeyle karşılaştıklarında problem çözme, planlama ve bilişsel yeniden yapılandırma becerilerini daha iyi düzenleyebildikleri söylenmektedir (Lopez vd., 1997).

Sonuç olarak, çalışan annelerin, gün içinde karşılaştığı problemleri çözebilmelerinin ve oluşan stresli durumlara karşı duygu düzenleme stratejileri geliştirmelerinin güvenli bağlanma stilleriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, çalışan annelerin, gün içinde karşılaştığı problemleri çözmek için yetersiz hissetme, dışsal kaynakları reddetme, iş hayatındaki zorluklar ile mücadeleden kaçma gibi davranışlarda bulunmadığı varsayıldığından, elde edilen bulgunun literatür tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Üçüncü bulgu; çocukların duygu düzenleme becerileri, annelerin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p < 0,05$ ). Ortalamalara bakıldığında; çalışan annelerin ( $\bar{X}$ : 68,02) çocuklarının duygu düzenleme becerileri, çalışmayan annelere göre ( $\bar{X}$ : 66,72) daha yüksek bulunmuştur.

Toplumumuzdaki iş yoğunluğu düşünüldüğünde, çalışan annelerin yoğun, stresli bir iş hayatı içerisinde olduğu düşünülmektedir. Annenin işe gitmesi bebeğin, annesini fiziksel ve duygusal olarak ulaşamaz olarak algılamasına sebep olmaktadır (Vaughn, Gove & Egeland, 1980). Bazı çalışan annelerin iş hayatının stresi, temposu ile çocukları ile yeterince ilgilenemediği görülürken, bazı annelerin yoğun bir iş temposu olmaması nedeniyle çocukları ile kaliteli zaman geçirebildiği görülmektedir (Ainsworth & Bowlby, 1991).

Belsky ve Rovine (1988), uzun süre anne bakımından uzak olan (haftada 20 saat ve üzeri) bebeklerin, evde anne bakımı alan bebeklerden annelerine daha güvensiz bağlanabileceklerini söylemişlerdir. Aynı zamanda, yapılan çalışmalarda annesi çalışan çocukların kaygı düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir (Demiriz, 2003). Sonuç olarak, bebeğin anneden uzak kalmasının, anne-çocuk arasındaki duygusal bağı ve çocuğun duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir.

#### **6.1.1.4. Annelerin yaşlarına göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır?**

Birinci bulgu; annelerin duygu düzenleme güçlüğü, annelerin yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p > 0,05$ ).

Timur'un (2008), yaptığı araştırmada, psikolojik iyi oluş ile yaş değişkeni arasında ilişki olmadığı bulunmuştur. Houghton Mifflin (2003), psikolojik iyi oluşu, kişinin duygusal ve bilişsel yeteneklerini kullanabildiği, toplumda düzenleyebildiği ve gündelik hayatın standart taleplerini yerine getirdiği bir verimlilik hali olarak tanımlamaktadır (Ryff & Keyes, 1995). Bu durumun annelerin duygu düzenleme güçlüğüne göre anlamlı bir farklılık göstermemesi ile benzerlik gösterebileceği düşünülmektedir.

Çünkü, psikolojik iyi oluş kavramının, duygusal ve mental açıdan iyi durumda olmayı ifade eden bir kavram olduğu görülmektedir. Ancak, daha sonraki çalışmalarda, annelerin yaşları ve duygu düzenleme güçlükleri çeşitli değişkenler açısından ele alınırsa (sosyal uyum, kültürel farklılıklar, duygusal okuryazarlık, romantik ilişkiler, iş doyumu, evlilik kalitesi, çocuk bakımında eş desteği vb.) daha kapsamlı sonuçlar elde edilebileceği düşünülmektedir.

İkinci bulgu; çocukların duygu düzenleme becerileri, annelerin yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ). 25-29 yaş aralığındaki annelerin, 40-44 yaş aralığındaki annelere göre çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin daha düşük olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Ancak, Kurbet'in (2010), 5-6 yaşlarındaki çocuklar ile yaptığı çalışmada duygu düzenleme ve annenin yaşı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İlgili literatür incelendiğinde erişilen kaynaklar üzerinden annenin yaşının çocuğun duygu düzenleme becerisini etkilediğine dair herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple, araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, farklılığın sebebi olarak genç annelerin çocuk bakımı ve çocuklarının duygu düzenlemelerine yönelik daha az bilgi sahibi olması sebebiyle daha az rol model olabileceği düşünülmektedir. Çünkü, yapılan araştırmada çoğunlukla genç anneler ile çalışılmıştır ve genç annelerin çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin daha düşük olduğu bulunmuştur.

Üçüncü bulgu; annelerin kaygılı-kararsız bağlanma stili, annelerin yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ). 25-29 yaş aralığındaki annelerin kaygılı-kararsız bağlanmalarının, 30-34 ve 40-44 yaş aralığındaki annelere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Gross, Richards ve John (2006) tarafından yapılan bir röportaj çalışmasında genç yetişkinlerin duygunun deneyimsel ve davranışsal yönleri üzerinde durarak başta öfke, üzüntü ve kaygı olmak üzere olumsuz duyguları azaltarak düzenledikleri ifade edilmiştir (Gross, Richards & John, 2006: 8; Gross & Thompson, 2007: 8).

Bu röportaj çalışması ile yapılan araştırmanın benzerlik göstermemesinin nedeni olarak, genç yetişkinlerin anne olmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Çünkü, çalışmada yer alan genç yetişkinler annedir. Bu yüzden, günümüzde annelik kavramının çevre baskısı yüzünden sürekli yeterli, iyi bir anne miyim baskılarıyla pekiştirilmesinden dolayı, genç erişkinlerin deneyimsizlikleriyle kaygı düzeyleri arasında ilişki yaratabileceği söylenebilir.

#### **6.1.1.5. Annelerin eğitim durumuna göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme gücünde farklılık var mıdır?**

Birinci bulgu; annelerin duygu düzenleme gücü ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri, annelerin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

Fabes ve arkadaşlarının (2001) okul öncesi çocuklar ile yaptığı çalışmada, annenin eğitimi ile çocukların duyguları anlama becerileri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Kılıç (2012), yaptığı çalışmada çocukların duyguları anlama becerilerinin annenin öğrenimine göre farklılaşmadığı sonucunu elde etmiştir. Özer (2012), ebeveynlerin eğitim durumu ile çocuğun depresyonu arasındaki ilişkiye incelemiştir ve ebeveynlerin eğitim düzeyi açısından gruplar arasında bir fark bulamamıştır.

Gelgör (2016) tarafından yapılan bir çalışmada ise çocuğun anne ve babasından algıladığı ebeveyn kabul-red ve kontrolü ile anne ve babanın çocuğuna gösterdiği kabul-red/kontrolün çocuğun duygu düzenleme becerisi ile ilişkisi araştırılmış ve anne ve babanın eğitim düzeyine göre çocuğun duygu düzenleme becerisinin farklılaşmadığı ortaya konmuştur. Literatürde daha önce tamamlanan bir çalışmada ise ebeveynin eğitim durumunun, çocuğun kaygısı ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı görülmüştür. (Alisinanoğlu, Ulutaş, 2003). Sonuç olarak, yapılan çalışma ile literatür arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

Annenin duygu düzenleme güçlüğü açısından baktığımızda ise, Kılıç (2012), annelerin destekleyici olan (duyguya odaklanma, probleme odaklanma, dışavurumcu) ve destekleyici olmayan (küçümseyici ve cezalandırıcı) tepkilerinin annenin eğitim durumuna göre farklılaşmadığını ortaya koymuştur.

Uçmaz (2004), annelerin empati beceri düzeyi ve çocuk yetiştirme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu araştırmasında, anne empatik beceri düzeylerinin, annelerin bazı demografik özelliklerine göre farklılaştığı görülmüştür. Üniversite ve yüksek okul mezunu annelerin, empati beceri düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Buna göre; yapılan çalışmamızda, annelerin eğitim durumu çoğunlukla lisans, yüksek lisans ve üstü olduğu için empati becerilerinin yüksek olduğu ve bu sebeple de duygu düzenleme güçlüklerinden kaynaklı farklılıkların ortaya çıkmadığı düşünülmektedir. Daha sonra yapılan araştırmalarda farklı değişkenlerin yer alması ile daha kapsamlı bir sonuç elde edilebileceği düşünülmektedir.

İkinci bulgu; erişkin bağlanma alt boyutları, annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ortaokul mezunu annelerin, lisans ve lisansüstü eğitim almış annelere göre kaçınan bağlanmaları daha yüksektir. Ortaokul ve lise mezunu annelerin, yüksek lisans ve üstü eğitim almış annelere göre kaygılı-kararsız bağlanmaları daha yüksektir. Ortaokul ve lise mezunu annelerin, yüksek lisans ve üstü eğitim almış annelere göre güvenli bağlanmaları daha düşüktür.

Eğitim düzeyinin düşük olması, bağlanmanın kaygılı-kararsız boyutunda önemli bir etkidir (Batıgün ve Büyükşahin, 2008). Ayrıca eğitim düzeyi arttıkça bağlanmanın boyutlarından olan kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanmalarının da azaldığı görülmektedir (Oktay ve Batıgün, 2014). Örneğin, Öksüzler ve Sürekçi (2010), bağlanma ve ailenin eğitim düzeyini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, anlamlı ve en çok etki edenin üniversite mezunu anneler olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, çalışmadaki ikinci bulguda, yetişkinlikteki güvenli bağlanma biçimi ile bireylerin eğitim düzeyinin yüksek olması arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunduğu için elde edilen bulgular ile literatür arsında tutarlılık olduğu görülmektedir.

#### **6.1.1.6. Annelerin evlilik süresine göre; çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde, annelerin erişkin bağlanma stillerinde ve annelerin duygu düzenleme güçlüğünde farklılık var mıdır?**

Annelerin duygu düzenleme güçlüğü, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin annenin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ( $p > 0,05$ ).

Elde edilen bulgularda 25-34 yaş aralığındaki annelerin, araştırmanın %74 'lük bir kısmını karşıladığı görülmektedir. Bu bağlamda, genç annelerin evlilik süresinin azlığından dolayı, çocuklarının duygu düzenlemeleriyle ilgili az bilgi sahibi olabildiği ve bu yüzden çocuklarına daha az rol model olabilecekleri düşünülmektedir. Bu sebeple, yapılan çalışmada annelerin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı düşünülmektedir.

Ayrıca, sosyo-ekonomik düzey, kültürel farklılıklar, erken evlenme, çocuk bakında babanın desteği, evlilik ilişkisi gibi çeşitli değişkenler açısından incelendiğinde daha kapsamlı sonuçlar elde edilebileceği düşünülmektedir.

#### **6.1.1.7. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Birinci bulgu; annelerin duygu düzenleme güçlüğü ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü, orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: -0,31, p < 0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin duygu düzenleme güçlüğü arttıkça çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin azaldığı; annelerin duygu düzenleme güçlüğü azaldıkça çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin arttığı söylenilmektedir.

Garner ve arkadaşları (1997) yaptıkları çalışmada; annelerin kız çocuklarına karşı daha olumlu, daha az olumsuz duygu beklentisi içinde oldukları, duyguları anlama becerisinde annenin olumsuz duygularının erkek çocukların becerileriyle zıt ilişkili olduğu, kız çocukların erkek çocuklara oranla daha olumlu duygular gösterdikleri ve duygu kontrolünü daha fazla kullandıkları görülmektedir (Garner 1997).

Alisinaoğlu ve Ulutaş'ın (2003) yaptığı çalışmada, annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile çocukların sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda da annelerin kaygı düzeyleri ile çocukların kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Alisinaoğlu, Ulutaş, 2003). Sonuç olarak, yapılan çalışma ve literatür arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

İkinci bulgu; annelerin güvenli bağlanması ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü, düşük düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: -0,14, p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin güvenli bağlanması yükseldiğinde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin azaldığı; annelerin güvenli bağlanmaları düştüğünde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin arttığı söylenilmektedir. Simpson (1990), romantik ilişkilerde, olumsuz duygularla başa çıkma ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, güvenli bağlanan bireylerin, kaçınan ve endişeli bireylere göre olumlu duygularının olumsuz duygularından daha çok olduğu bulunmuştur.

Annelerin kaygılı-kararsız bağlanması ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü, orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: 0,43, p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin kaygılı-kararsız bağlanmaları yükseldiğinde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin arttığı; annelerin kaygılı-kararsız bağlanmaları düştüğünde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin azaldığı söylenilmektedir.



Annelerin kaçınan bağlanması ile annelerin duygu düzenleme güçlükleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü, orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: 0,33, p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin kaçınan bağlanması yükseldiğinde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin arttığı; annelerin kaçınan bağlanması düştüğünde, annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin azaldığı söylenilmektedir.

Görgü (2018) çalışmasında, annelerin bağlanma stilleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, güvensiz bağlanan annelerin endişe düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sümer ve arkadaşları (2009), yetişkin bağlanma boyutlarıyla psikopatoloji türleri ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, depresyon tanısı almış kişilerin bağlanma kaçınması düzeylerinin, obsesif kompulsif ve panik bozukluk tanısı almış kişilere göre yüksek olduğu bulunmuştur.

Ayrıca, kaygılı/kararsız bağlananların, güvenli bağlanan bireylere göre depresif belirtiler göstermeye daha yatkın oldukları bulunmuştur (Bifulco, Moran, Ball & Lillie, 2002; Oakley, 1980; Cummings & Cicchetti, 1993). Başka bir araştırmada da kaçınan bağlanan bireylerin, depresyon puanlarının güvenli bağlanan bireyler ile kaygılı/kararsız bağlanan bireylerin arasında yer aldığı bulunmuştur (Cooper vd., 1998).

Strodl ve Noller'in (2003) çalışmasında da depresyon ve bağlanma biçimleri arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur (Salahur, 2010). Kaçınan bağlanma biçimindeki kişilerin depresyona yatkın olduğu; yalnızlık, aşırı bağımsız olma ve aşırı başarı belirtileri sergiledikleri saptanmıştır. Kaygılı bağlanma biçimindeki kişilerin ise reddedilme ve terk edilme korkularıyla beraber aşırı bağımlı belirtiler gösterdikleri tespit edilmiştir (Shaver, Schacher ve Mikulincer, 2005, akt; Sümer ve ark., 2009). Sonuç olarak, literatür ile araştırma sonuçları arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

Üçüncü bulgu; annelerin kaygılı-kararsız bağlanması ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü, düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: -0,28, p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin kaygılı-kararsız bağlanması yükseldiğinde, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin azaldığı; annelerin kaygılı-kararsız bağlanması düştüğünde, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin arttığı söylenilmektedir. Annelerin kaçınan bağlanması ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü, düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: -0,29, p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin kaçınan bağlanması yükseldiğinde, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin azaldığı; annelerin kaçınan bağlanması düştüğünde, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin arttığı söylenilmektedir.

Annelerin güvenli bağlanması ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü, düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r: 0,10 p<0,05$ ). Bu sonuca göre; annelerin güvenli bağlanması yükseldiğinde, çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin arttığı; annelerin güvenli bağlanması düştüğünde çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin azaldığı söylenilmektedir.

Destekleyici araştırma; okul öncesi eğitimin önemli bir parçası olan annelerin bağlanma boyutlarının incelendiği araştırmaya göre, annelerin hem bağlanma kaygıları hem de bağlanma kaçınmalarıyla, çocuklarının tepkilerine karşı duyarlı olmayan davranışları arasında ilişki bulunmuştur (Selçuk vd., 2010). Bu durum, çocukları herhangi bir nedenden dolayı olumsuzluk yaşadığında, yardımcı olan, duyguyu anlayıp problemi çözmeye çalışan annenin güvenli bağlandığını; çocuğunun duygusal tepkisi karşısında ne yapacağını bilmeyen, problemi çözmek yerine kaçmaya, o durumu bastırmaya, yok saymaya çalışan annenin kaçınan bağlandığını göstermektedir.

Duygu düzenleme becerileri daha iyi olan çocukların güvenli bağlananlardan olduğu, kaçınan ve güvensiz bağlanan çocukların duyguyu düzenlemede zorlandıkları görülmektedir (Şahin ve Arı, 2015). Güvenli bağlanan bireylerin çatışma çözmeye başarılı oldukları; kaçınan bağlanan bireylerin ise çatışmaları çözmek yerine kaçtığı görülmektedir (Shi, 2003).

Aileleri ile güvenli bağlanan çocukların güven ve koruma duygusuna sahip oldukları, başkalarının duygularına ve ihtiyaçlarına daha çok cevap verdikleri görülmektedir. Buna bağlı olarak, Sullivan, Mussen ve Eisenberg gibi birçok araştırmacı, annenin psikolojik durumunun ve duygularının çocuğun empati kurarak cevap vermesini etkilediğini söylemektedir. Bu durum çocuğun anne ile geliştirdiği duygusal bağ ve çevreye gösterdiği duygusal tepki arasında ilişki olduğunu göstermektedir (Kabapınar, 2015, s. 16). Sonuç olarak, literatür ile araştırma sonuçları arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

#### **6.1.1.8. Annelerin erişkin bağlanma stilleri, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?**

Elde edilen bulgu; annelerin kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanmaları, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde etkilemektedir. Ancak, annelerin güvenli bağlanmaları, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini etkilememektedir. Bu sonuca göre; erişkin bağlanma ölçeğinin kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma alt boyutlarından yüksek puan alan annelerin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerine olumsuz etki ettiği söylenilmektedir.

Waters ve arkadaşlarının (2000), bağlanmanın uzun süreli etkisini incelediği araştırmada bireyin yaşamının ilk dönemlerindeki yaşantının ileriki dönemlerde de devam ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Allen ve Miga (2010), kişilerdeki duygu düzenleme becerilerinin oluşmasındaki etkili olan durumun, çocukluk döneminde güvenli bağlanma davranışının meydana gelmesi olduğunu öne sürmüşlerdir (Allen ve Miga, 2010: 187).

Sroufe (2005), yaptığı araştırmada bağlanma, özgüven ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, güvenli bağlanma ile çocuğun özgüveni ve duygu düzenlemesi arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bakım veren kişi ile güvensiz bağlanmaya ve kaygılı bir ilişkiye sahip çocukların ileriki yıllarda daha bağımlı oldukları ve daha düşük düzeyde özgüvene sahip oldukları bulunmuştur.

Güvenli bağlanma gösteren çocuklar; olaylar karşısında esnek olma, stres oluşturan durumlarla duygusal olarak mücadele edebilme gibi becerileri daha çok sergilerken; güvensiz bağlanma gösteren çocuklar kısıtlanmışlık, daralma ve bilinmeyen ortamlarda kaygılı olma gibi duygular yaşamaktadırlar.

Muris, Meesters, Merckelbach ve Hülsenbeck (2000) yaptıkları çalışmada, çocukların bağlanma stili ve çocuklardaki endişe düzeyi arasındaki etkileşimi araştırmışlardır. Güvenli bağlanan çocuklarda, güvensiz bağlanan çocuklara göre düşük kaygıya rastlanmıştır. Eğer anne sıcak ve şefkatli davranıyorsa ise çocuklarındaki endişe miktarı azalmıştır.

Hall ve Geher'in (2003) yaptığı bir araştırmada güvensiz bağlanan bireylerin planlı bir şekilde stresle baş edemedikleri bulunmuştur. Bu nedenle, bağlanma stillerine göre duygu düzenlemenin değiştiği görülürken, doğumdan itibaren çocuğu ile ilgilenen annenin olumsuz yaklaşımlarının da çocuğun duygu düzenlemesine etkili edeceği görülmektedir.

Güvensiz bağlanan ailelerin, çocuklarının duygusuna duyarsız kaldığı, özellikle olumsuz duygulara karşı eleştirdiği ve çocukları duygularını ifade ettiğinde onları eleştirdiği görülmektedir (Gürsoy, Aral, Bütün-Ayhan ve Aydoğan, 2004; Thompson & Meyer, 2007; Stahl, 2014; Savage, 2014). Bu ailelerin, çocukları ile oynarken, ilgilenirken yetersiz hissettiği; ilişki kurarken daha katı ve saldırgan olduğu için çocuklarını korkuttukları ve buna bağlı olarak ortaya çıkan çocuk davranışlarından kendilerinin de korktuğu görülmektedir. Sonuç olarak, ortaya çıkan bu çelişki çocukta neye, kime güvenmesi ile ilgili kararsızlık yarattığı için çocukta kaygıya sebep olmaktadır (Ruppert, 2011).

Ayrıca, annelerin bağlanma stillerinin, yaşadığı psikolojik rahatsızlıklarının çocuğun davranış problemleri üzerinde etkili olduğu da görülmektedir (Bolattekin, 2014; Gürşimşek, Girgin, Harmanlı ve Ekinci, 2006). Bu bağlamda, yapılan çalışma ve literatür arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

### **6.1.1.9. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?**

Elde edilen bulgu; annelerin duygu düzenleme güçlüğü'nün, çocuklarının duygu düzenleme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde etkisinin olduğudur. Çocuklarının duygusal tepkilerine duyarlı olan, duygusal tepkilerini anlamlandıran, duygularına rehberlik eden ailelerin, çocuklarının duygusal becerilerine daha fazla etki ettiği ve geliştirdiği görülmektedir (Denham, Copeland, Strandberg, Auerbach & Blair, 1997).

Destekleyici çalışmalara baktığımızda; Klinnart (1981), annenin tepkilerinin bebeklerin yabancı nesnelere tepki verme biçimini değiştirebileceğini ortaya koymuştur. Çalışmada, bebekler arasında on dört yirmi iki aylık olanların, altı dokuz aylık olanlara göre, annenin yüzünün en iyi bilgi kaynağı olduğunun daha fazla farkında oldukları gözlenmektedir. Bebekler, annelerin yüz ifadelerini bir rehber olarak kullanmaktadırlar. Eğer, anne bir oyuncağa korkuyla tepki verirse bebekler anneye doğru yaklaşmaktadır. Eğer anne oyuncağa pozitif bir tepki verirse, bebekler oyuncağa yaklaşmaktadır. (Akt: Hetherington ve Parke, 1993). Ayrıca, annelerin duyguya ve probleme odaklanma tepkileri çocukların duyguları anlama becerisini olumlu yönde etkilemektedir (Eisenberg, Fabes & Spinard, 2006).

Zahn ve Waxler (1990) yaptıkları çalışmada, depresyon geçiren anneler ile geçirmeyen annelerin duygusal durumunun çocukların duygusal durumu üzerindeki etkisi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda; depresyon geçiren annelerin, çocuklarında daha çok suçluluk duygusu, aşırı karmaşıklık ve azalan duygusal düzenleme görülmüştür.

Ayrıca, duygu düzenleme becerisinin, duyguyu anlama becerisinden yola çıkılarak oluşturulduğu düşünüldüğünde literatürdeki benzer araştırmalar duyguyu anlama ve düzenleme becerisinde annenin olumlu duygu sosyalizasyon tepkilerinin etkisini ortaya koymaktadır. Annelerin, duygu sosyalizasyonu boyutlarından olan duygu odaklı tepkileri kullanmasının, çocuğun duyguya dayalı gösterilen yüz ifadelerini tanımasında ve isimlendirmesinde olumlu bir etki yarattığı görülmektedir (Dunsmore & Karn, 2001).

Bir diğerk araştırmada ise duygusal farkındalığı az olan annelerin daha fazla olumsuz duygu sosyalizasyonu tepkilerinde bulunduğu ve buna bağlı olarak da çocuklarının daha olumsuz ve dengesiz olduğu görülmektedir (Atay, 2009). Sonuç olarak, yapılan çalışma ve literatür arasında tutarlılık olduğu görülmektedir.

#### **6.1.1.10. Annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve annelerin erişkin bağlanma stilleri, etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamakta mıdır?**

Elde edilen bulgu; annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma stillerinin etkileşimsel olarak, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini yordamada istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğudur.

Destekleyici çalışmalara baktığımızda; Wei ve arkadaşları (2005), çalışmalarında kaygılı ve kaçınan bağlanma boyutlarının farklı duygu düzenleme stratejileri ile karakterize olduğunu, kaygılı boyutun olumsuz duygulanımı devam ettiren duygusal hareketliliğin yoğun olduğu duygu düzenleme ile kaçınmanın ise duygulanımı kesmekle ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Tolan'ın (2002) araştırmasında, benlik modelinin ilişkilerde yaşanan kaygıyla ilişki olduğunu belirtilmektedir. Güvensiz bağlanan bireylerin, sürekli kaygı düzeylerinin, güvenli bağlanan bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Brumariu ve Kerns (2010), araştırmasında bağlanma alanındaki zorlukların duygu düzenleme glğlerine neden olduğunu, duygu düzenleme glğlerinin de anksiyete bozukluğunun ortaya çıkmasında önemli rol oynadığını bulmuşlardır. Eng ve arkadaşları (2000), araştırmasında yetişkin sosyal anksiyete bozukluğu olanların, sosyal anksiyete düzeyleriyle güvensiz bağlanmanın ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Spinrad ve arkadaşları (2004) yaptıkları çalışmada çocukların gündün güne daha iyi bir düzenleyici olduklarını, annelerin öz düzenleme stratejilerinin çocukların bu beceriyi kazanımında etkili olduğunu vurgulamıştır. Bulgulara göre; annelerinin jest, mimik ve sözel ifadeleri olumlu olan çocuklarda, yaptığı etkinliğe devam etme gülme, kahkaha atma gibi olumlu dönütler, buna karşılık olumsuz jest, mimik ve sözel ifade ile karşılaşan çocuklarda etkinliği sonlandırma, ağlama, çığlık atma gibi olumsuz dönütler görülmüştür (Spinrad 2004:44).

Eisenberg, Pidada ve Liew (2001) yaptıkları çalışmada ailelerin duygusal durumunun çocukları olumlu ya da olumsuz etkilediği, olumlu duygusal durumun çocukların olumsuz duygusal durumlarını düzenlemede etkili olduğu görülmektedir (Eisenberg, Liew 2001:1755,1756).

Strayer ve Roberts (2004); Denham ve Kochanoff (2002) yaptıkları çalışmalarda, anne teşviki ve desteğinin, çocuğun duyuşsal gelişimi ve sosyal etkileşimleri açısından önemli olduğu belirtilmiştir.

O'Neal ve Magai, (2005), duygulara daha az kabullenici aile dönütlerini, çocuklarda duyuşsal zorluklar ve /akıl hastalıklarıyla ilişkilendirmişlerdir. Bir başka çalışmada ise çocuklarının duygularını göz ardı eden ailelerin çocuklarının daha üzgün ve korku dolu oldukları belirtilmiştir (Denham, 2007).

Sonuç olarak, yapılan çalışmanın ve literatürün tutarlı olduğu görülmektedir. Ancak, yapılan çalışmada, annelerin duygu düzenleme güçlüğü ve erişkin bağlanma stillerinin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini etkileşimsel olarak %1 açıklayabildiği görülmektedir. Bu etki, modelin zayıf olduğunu gösterdiği için, daha sonraki çalışmalarda bağlanma ve duygu düzenleme süreçlerinin daha kapsamlı bir şekilde incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 6.2. SONUÇ

Bu çalışma, annelerin erişkin bağlanma stillerinin ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini etkilediğini göstermektedir.

Anne-çocuk arasında bebeklikten itibaren kurulan duygusal bağ, çocuğun hem çevresini hem benliğini algılamasında ve yorumlamasında çok önemlidir. Yapılan araştırmalar, bağlanma alanındaki zorlukların duygu düzenleme güçlüklerine neden olduğunu göstermektedir. Özellikle, duygudurum ve anksiyete bozukluklarında, duyguları düzenleyememenin çok önemli olduğu görülmektedir.

Çocuğun, kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıması, anlaması, ortama uygun şekilde duygusunu ifade edebilmesi için annenin çocuğuna karşı duyarlı olması gerekmektedir. Annelerin, duygulara yönelik olumlu tepki ve davranışları, çocuklarının duyguyu öğrenmelerini geliştirmektedir. Çocuklarının duygu düzenleme becerilerini olumlu etkileyen ailelerin; çocuklarının duyguyu ifade etmesini kolaylaştıran, çocuklarını duyguya yönelik problemlerin çözümünde destekleyen, çocuklarının duygusal tepkilerinde onlara duygu odaklı, duyarlı, olumlu duygusal tepkiler verebilen bireyler olabileceği düşünülmektedir.

Çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin olumsuz etkileyen ve buna bağlı olarak da duygusal gelişimlerinde, doğru davranışı geliştirmelerinde yetersiz kalan ailelerin ise; çocuklarının olumsuz duygularını cezalandıran, eleştiren ve çocuklarının duygusal tepkilerine duyarsız kalan, empati kuramayan, stresle baş edemeyen bireyler olabileceği düşünülmektedir. Örneğin, kaygılı anneler, sürekli olumsuzluğa karşı tetikte olduğu için çocuklarının yolladığı duygusal sinyalleri olumsuz olarak algılamakta ve çocuklarına sağlıksız duygusal tepkiler vermektedir. Buna bağlı olarak da çocuklarının güvensiz bağlanmalarına neden olmaktadır. Ayrıca, özellikle kaygı bağlanan annelerin, olumsuz duygulara çok fazla odaklandığı için kendilerinin de duygu düzenleme güçlükleri ve buna bağlı olarak da psikopatoloji yaşayabilecekleri görülmektedir.



Çocuğun ilerleyen dönemlerde, yetişkin desteği olmadan kendi duygularını düzenleyebilmesi için annenin teşvikine, esnekliğine, empati becerisine ihtiyacı vardır. Annenin kendi çocuğuna karşı duyarlı olması, yeterli bakımı verebilmesi için ise kendi çocukluğunda tutarlı ebeveyn ilişkilerine, ilgiye, şefkate sahip olması gerekmektedir. Çünkü, yapılan araştırmalar kendi çocukluğunda annesi ile iletişimde eksiklik yaşayan, duygusal gelişiminde sorunlar yaşayan güvensiz bağlanan annelerin; duygusal farkındalıklarının, duygusal becerilerinin gelişmediğini göstermektedir.

Güvensiz bağlanan annelerin, çocukları ile oynarken yeterince sıcak olmadığı, kendine güvenmedikleri ve çocukları ile yapması gereken etkinliklerde organize olamadıkları görülmektedir. Buna bağlı olarak annelerin yeterince ilgili ve sıcak olmaması ve anne-çocuk iletişimde yetersizlikten dolayı çocuklarda duygu düzenleme güçlükleri yaşandığı görülmektedir.

Ayrıca, çocukların duyguları tanımaya, anlamaya çalışırken en çok olumsuz duyguları ifade etmekte zorlandıkları görülmektedir. Çünkü, yaşadığımız toplumda üzüntü, öfke, korku, kıskançlık gibi olumsuz duygular hoş karşılanmadığı için ebeveynler tarafından da bu duygular görmezden gelinmektedir. Ancak, bu duyguların yok sayılması, yaşanmadığı anlamına gelmemektedir. Örneğin; çocuğunun yaşadığı korkuyu görmezden gelerek engellemeye çalışan ebeveyn, çocuğunun o duygusunu bastırarak hiç yaşamadığını düşünmektedir. Oysa ki, çocuk, içinde hala o korku ile yaşamaktadır. Çünkü, duyguyu bastırmak, duyguyu düzenlemek değildir. Çocuk, ebeveynin baskısından dolayı içinde yaşanan duyguyu anlamakta zorlandığı için ilerleyen zamanlarda bu bastırılmış duygu; sosyal, duygusal ve akademik anlamda çocukta uyumsuzluklar yaratmaktadır. Bu yüzden, çocukların duygu düzenleme becerilerinin gelişmesi için; duygusal tepkilerine uyumlu cevap verilmesi, olumsuz duygularını ifade ederken engellenmemesi ve ortaya çıkan bu olumsuz duyguları da sosyal ortama uygun şekilde düzenlemesi gerekmektedir.

Sonuç olarak, yapılan çalışmanın, annelerin ve çocukların duygusal beceri gelişimlerinde, çocukların akademik başarılarının olumlu etkilenmesinde, akran ilişkilerinin sosyal ortama uygun şekilde gerçekleştirilmesinde, annenin erişkin bağlanma stillerinin ve kendi duygu düzenleme güçlüklerinin farkında olmasında, psikolojik rahatsızlıkları çözümlemede terapistlere ve ülkemizdeki anne-çocuk arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalarda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **6.2.1. ARAŞTIRMANIN KISITLILIKLARI**

Birinci kısıtlılık; araştırma kesitsel bir çalışma olduğu için 48-72 aylık çocukları olan anneler ile sınırlıdır. Duygusal beceri gelişiminin yaşa göre ilerleme gösterdiği düşünüldüğünde, bu durum yaşa göre çocukların duygu düzenleme becerilerinde nasıl bir etki yarattığı ile ilgili kısıtlılık getirmektedir. Daha sonra bu konularda çalışacak olan araştırmacılar boylamsal bir çalışma yapıp çocuğu ilkököl yıllarına kadar olan yaş aralığında inceleyebilirler.

İkinci kısıtlılık; araştırmada sadece oluşturulan sorularla ilgili analizler yapılmıştır. Bağlanma ve duygu düzenleme süreçlerini etkileyen; çevre, anne-baba ilişkisi, evlilik doyumu, evlilik ilişkisi, babanın destekleyici rolü vb. kavramlara yer verilmediğinden araştırma amaçlardaki sorularla sınırlıdır.

Üçüncü kısıtlılık; araştırma kapsamında çocukların ve annelerin duygusal beceri gelişimi ve annenin erişkin bağlanma stilleri ele alınmıştır. Ancak, duygu düzenleme ve bağlanma kavramları çok geniş bir alana yayıldığından, literatür taraması araştırmacının elde ettiği kaynaklarla sınırlıdır.

Dördüncü kısıtlılık; araştırmaya 502 kişi katılmış olup araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerinden alınan, psikolojik ve fiziksel rahatsızlık var mı sorularına evet yanıtını veren; çocuklar için 5 kişi, anneler için 6 kişi olduğundan, bu kişiler araştırmadaki analizlere dahil edilmemiştir. Bu sebeple, psikolojik ve fizyolojik rahatsızlık değişkenleri analiz edilemediği için, araştırmayı sınırlandırdığı söylenebilir. Daha sonraki çalışmalarda annelerin ve çocukların psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıkları, duygu düzenleme açısından ayrıntılı bir şekilde incelenebilir.

Beşinci kısıtlılık; araştırmaya katılan kadınların, neredeyse tamamı evlidir. Boşanmış olan, eşini kaybeden kişi sayılarının az olması sebebiyle, bu demografik özelliklerin ölçeklere göre etkisi incelenememiştir. Bu nedenle medeni durum değişkeninin kısıtlılık yarattığı söylenebilir. Daha sonraki çalışmalarda annelerin duygu düzenleme güçlükleri ele alınırken medeni durumlarındaki farklılıklar da ayrıntılı olarak incelenebilir.

### **6.3. ÖNERİLER**

#### **6.3.1. Ebeveynlere Yönelik Öneriler**

Anne-çocuk arasındaki ilişkinin, çocuğun ve annenin bağlanma stillerinde, annenin duygu düzenleme güçlüklerinde, çocuğun duyguyu tanıma, anlama, ifade etme becerisinin gelişiminde, çocuğun duygu düzenleme becerilerinde önemli bir etki yarattığı görülmektedir. Ancak, günümüz koşullarında, özellikle çalışan anneler ve çalışmayan babaların oldukça fazla olduğu düşünüldüğünde, çocuklarının duygu düzenleme süreçlerinde, çocuk bakımında babaların da eşlerine destek olduğu görülmektedir.

Bu bağlamda, çocukların duygularını anlama, ifade etme ve duygu düzenleme ile ilgili yapılan çalışmalarda, annelerin ve babaların beraber eğitim almalarının çocuklarının gelişiminde olumlu bir etki yaratacağı düşünülmektedir. Ancak günümüz koşullarında ailelerin; evlilik ilişkisi, aile içi iletişim, iş hayatı, çocukluk yaşantıları, yakın ilişkiler, sosyo-ekonomik düzey vb. durumlardan dolayı stresli durumlarla karşılaştığı, duygularını kontrol edemedikleri ve öfke patlamaları yaşadığı görülmektedir. Yaşanılan olumsuz duyguların ise özellikle aile ortamında, eşe, çocuğa ve kişinin kendisine yansıtıldığı ve hatta bu olumsuz duyguların aile içi şiddete kadar gidebildiği görülmektedir. Ayrıca, yapılan araştırmalar bireylerin yaşadığı duygu düzenleme güçlüklerinin, psikolojik rahatsızlıklara yol açabileceğini de göstermektedir.

Çocuğuna rol model olan, çocuğunun duygu düzenleme becerilerini geliştiren, çocuğu ile duygusal bir bağ kuran ebeveynin öncelikle kendi duygu düzenleme süreçlerinin ele alınması gerekmektedir.

Bu sebeple, ortaya çıkan stresin, olumsuz duyguların kaynağının ne olduğunun uzmanlar tarafından anlaşılmasının, bireyin yaşam kalitesine, duygu düzenleme süreçlerine olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu süreçte, psiko-eğitimin, stres yönetiminin, özellikle bilişsel davranışçı terapinin, duygu düzenleme güçlüklerinde bireye yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Çünkü, bilişsel davranışçı terapi, bireylerin kendilerini tanımalarına, anlamalarına, bilişsel yapılandırma sayesinde duygularının farkında olmalarına, duygularını düzenleyebilmelerine katkı sağlamaktadır.

Sonuç olarak, alan uzmanları tarafından ailelere yönelik eğitimler sunulması, duygu kontrolü, empati kurma, stresle başa çıkma vb. çalışmaların yapılması ve duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ailelerin terapiye yönlendirilmesi, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini geliştirmede katkı sağlayacaktır.

### **6.3.2. Öğretmenlere Yönelik Öneriler**

Okul öncesi öğretmenlerin, 48-72 aylık çocukların gelişiminde, bakım veren konumunda olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bakım verenler ile güvenli bağın gelişmesi için de okulda bakım veren konumunda olan öğretmenlerin duygu düzenleme becerilerine önem verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Bu sebeple, çocukların duygu düzenleme becerilerine, bağlanma süreçlerine katkı sağlayan öğretmenlerin çalıştığı kurum tarafından kendi duygusal beceri gelişimleri için rehberlik hizmeti almasının daha doğru olacağı düşünülmektedir. Öğretmenlerin çocukların duygusal beceri gelişiminde uyguladığı yöntemlerin öğretici bir süreç oluşturması için; öğretmenlerin duygusal beceri gelişimi ile ilgili seminerlere katılması, drama etkinliklerinin öğretilmesi, duyguların nasıl düzenlenmesi gerektiği ile ilgili görsel medyada öğretici programların yer alması gerekmektedir.

### 6.3.3. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Yapılan çalışmada, kadınların, neredeyse tamamı evlidir. Boşanmış olan, eşini kaybeden kişi sayılarının az olması sebebiyle, evlilik sürelerinin medeni durumlar ile ilişkili olup olmadığı incelenememiştir. Bu nedenle, daha sonraki çalışmalarda annelerin duygu düzenleme güçlükleri, bağlanma stilleri ele alınırken, medeni durum ve evlilik süreleri arasındaki ilişkiye göre araştırmalar yapılması literatüre katkı sağlayacaktır.

Çocukların duygu düzenleme becerileri, akran ilişkileri, bağlanma stilleri, psikolojik sorunları; annelerin evlilik ilişkisi, iş hayatı, ruhsal durumu ile ilgili görüşmeler ve nicel değerlendirmeler ele alınarak güvenli bağlanan ve güvenli bağlanmayan annelerin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerine nasıl etki ettiği araştırılabilir.

Ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri araştırılırken, duygusal okuryazarlık kavramına yer verilebilir. Çünkü, ebeveynler duygusal okuryazarlığa sahip olduklarında; duygusal beceriler, empati kurma, sosyal beceriler, iletişim becerileri ve duygu düzenleme açısından donanımlı hale gelirler. Buna bağlı olarak da çocukları ile kurdukları etkileşimde bu becerileri göstererek çocuklarına rol model olabilirler.

Ayrıca, daha sonraki araştırmalarda, evlilik kalitesi, çocuğa okula başlamadan önce kimin baktığı, ebeveyn kaybı olup olmadığı, babanın destekleyici rolü, çalışan anneler-çalışmayan babalar arasındaki ilişkinin çocuğun duygu düzenleme becerilerine nasıl etki ettiği gibi konularda çalışmalar yapılabilir. Çünkü yapılan çalışmada, annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve erişkin bağlanma stillerinin, çocuklarının duygu düzenleme becerilerini etkilediği ama; modelin zayıf olduğu bulunmuştur. Bu yüzden duygu düzenleme kavramı ele alınırken birçok değişkenin ele alınması gerektiği düşünölmektedir.

## KAYNAKÇA

- Abramson, L. Y., Metalsky G. I. & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological review*, 96(2), 358.
- Ainsworth, M. D. S. (1967). *Infancy in Uganda: Patterns of Attachment Behavior*. 13 Mayıs 2007. ([http://www.psychology.sunysb.edu/attachemnt/pdf/md\\_uganch20.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachemnt/pdf/md_uganch20.pdf)).
- Ainsworth, M. D. S., Blehar M., Walters E. & Walls S. (1978). *Patterns of Attachment*, Hillsdale. NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M.D.S. (1982). *Attachment: Retrospect and prospect*. C.M. Parkes & J.
- Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*, 46, 333-341.
- Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28(128).
- Allen, J. P. & Miga, E. M. (2010). Attachment In Adolescence: A Move To The Level Of Emotion Regulation. *Journal Of Social And Personal Relationship*, 27(2): 181-190.
- Altan, Ö. (2006). *The Effects of Maternal Socialization and Temperament on Children's Emotion Regulation*. Master Art. Koç University.
- Arı, R. & Şahin Seçer, Z. (2004). Okulöncesi dönemdeki çocukların duygusal yüz ifadelerini tanıma becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (11), 67-84.
- Atay, S. Z. (2009). *The relationship between maternal emotional awareness and Emotion socialization practices*. (Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atkinson, R. L., Atkinson R. C. ve Hilgard E.R. (1995). *Psikolojiye giriş I*. (Çev. K. Atakay, M. Atakay ve A. Yavuz). İstanbul, cilt 1,2, Sosyal yayınları, 538-539.
- Baltaş, A. (2009). *İnsana ve İşe Değer Katan Yeni İnsan Kaynakları*, Remzi Kitabevi, (Ed. Necla Feroğlu), Birinci Basım, Nisan, İstanbul.

- Bardeen, J. R., Tull M. T., Stevens E. N. & Gratz K. L. (2014). Exploring the Relationship between positive and negative emotional avoidance and anxiety symptom severity: The moderating role of attentional Control. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 45, 415-420.
- Barnes, J. (2014). *Temel biyolojik psikoloji*. (A. Altındağ Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Bartholomew, K. & Horowitz L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Başal, H. A. (2004). *Nasıl Mutlu Bir Çocuk Yetiştirebilirim*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Başal, H. A. (2012). *Gelişim ve Psikoloji: Nasıl Mutlu ve Başarılı Bir Çocuk Yetiştirebilirim*. Bursa: Ekin Basım Yayın Dağıtım.
- Batıgün, A. D. & Büyüksahin A. (2008). Alexithymia: Psychological Symptoms and Attachment Styles. *J Clin Psy.*, 11(3): 105-114.
- Batum, P. & Yağmurlu B. (2007). What counts in externalizing Behaviors. The contributions of emotion and behavior regulation, *Current Psychology*, 25(4), 272-294.
- Bayhan P.S., Artan İ. (2004) *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi*, 1. Baskı, Morpa Kültür Yayınları Ltd. Ş., İstanbul.
- Bayramkaya, E, (2009). *Sosyal Fobi Belirtileri, Yetişkin Bağlanma Boyutları ve Kişiler Arası İlişki Biçimleri Arasındaki İlişkiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Belsky, J. ve Rovine, M. (1988). Nonmaternal Care in the First Year of Life and Security of Infant-Parent Attachment. *Child Development*, 59(1), 157-167.
- Berk, L. (1994). *Child Development*. Massachusetts: Allyn and Bacon, 3. Baskı.
- Berk, L. E. (2003). *Development through the lifespan* (3. Baskı). USA: Pearson Education Inc.
- Berk, L. (2005). *Infants Children and Adolescence*.
- Berk, E. L. (2013). *Bebekler ve çocuklar*. (N. Işıkoğlu-Erdoğan, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Berking, M., Wirtz C. M., Svaldi J. & Hoffmann S. G. (2014). Emotion Regulation predicts symptoms of depression over five years. *Behaviour Research and Therapy*, 5713-20.
- Biehler, R. F. (1978). *Psychology applied to teaching*. Houghton Mifflin Company: Boston.
- Bifulco, A., Moran P. M., Ball C. & Lillie A. (2002). Adult attachment style. II: Its relationship to psychosocial depressive- vulnerability. *Social Psychiatry and psychiatric epidemiology*, 37(2), 60-67.
- Bilim, G. (2012). *Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları: Duygu Düzenleme, Kişilerarası Tarz ve Genel Psikolojik Sağlık Açısından Bir İnceleme*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Bohnert, A. M., Crnic K. A. & Lim K. G. (2003). Emotional competence and Aggressive behavior in school age children-1, *Journal of Abnormal Child Psychology*, 31(1), 79-9 775.
- Bolattekin, A. (2014). *Anne-Babanın Bağlanma Stilleri, Anne-Baba Tutumları ve Çocuklarındaki Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Bosacci, Sandra Leanne ve Moore, Chris. (2004). "Preschooler's Understanding of Simple and Complex Emotions; Links with Gender and Language." *Sex Roles*, 50(9/10); 659-675.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment: Attachment and Loss*. London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. New York: Random House.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Bowlby: vol. 1. Attachment (2. Basım)*. New York: Basic Books.
- Bowlby J. (2012). *Bağlanma*. 2. Basım. (Çev T. V. Soylu), İstanbul: Pinhan Yayıncılık (orjinal baskı tarihi, 1969).
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Development Psychology*, 28, 759.
- Brown, J. R. & Dunn, J. (1996). Continuities İn Emotion Understanding From Three To Six Years. *Child Development*, 67.



- Brumariu L, Kerns KA. Parent-child attachment and internalizing symptoms in childhood and adolescence: A review of empirical findings and future directions. *Dev psychopathol* 2010; 22: 177-203.
- Campos, J. J., Barrett K. C., Lamb M. E., Goldsmith H. H. & Stenberg C. (1983). Socioemotional Development. In A Müssen (Series Ed.) & J. J. Campos & M. H. Haith (Vol. Eds.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 2. Infancy and developmental psychobiology*. New York: Wiley.
- Carnelley, K. B., Israel S. & Brennan K. A. (2007). The Role of Attachment In Influencing Reactions To Manipulated Feedback From Romantic Partners. *European Journal of Social Psychology*, 37, 968-986.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 228-283.
- Coie, J. D., Dodge K. A. & Kupersmith J. G. (1990). Peer Group Behavior and Social Status. Asher, S. R. & Coie, J. D. (Eds.). *Peer Rejection in Childhood* (Pp. 17-59). Cambridge, UK: Cambridge Univ.
- Cole P. M., Michel M.K. & Teti L.O.D. (1994). The Development of Emotion Regulation and Dysregulation: A Clinical Perspective. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 59(2-3):73-102.
- Cole, P. M., Zahn-Waxler C. & Smith K. D. (1994). Expressive Control During A Disappointment: Variations Related to Preschooler Behavior Problems. *Developmental Psychology*, 30, 835-846.
- Cole, M. & Cole S. (2001). *The Development of Children*. Worth Publishers.
- Cole P. M., Dennis T. A., Smith-Simon K. E., Cohen L. H. (2009). Preschoolers' Emotion Regulation Strategy Understanding: Relations with Emotion Socialization and Child Self-regulation. *Social Development*, 18(2):324-52.
- Collins, N. L. & Read S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Collins, N. L. & Feeney B. C. (2000). A safe haven: An Attachment Theory Perspective on Support Seeking and Caregiving in Intimate Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1053–1073.

- Collins, N. L. & Feeney B. C. (2004). Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence from Experimental and Observational Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 363-383.
- Cooper, M. L., Shaver P. R. & Collins N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380.
- Crain, W. (1992). *Theories of Development: Concepts and Applications*, USA: Prentice – Hall, Inc.
- Crittenden, P. M. (1990). Internal Representational Models of Attachment Relationships. *Infant Mental Health Journal*, 11(3), 259-277.
- Cummings, E. M. & Cicchetti D. (1993). Toward a Transactional Model of Relations between Attachment and Depression. *Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention*, 339.
- Cüceloğlu, D. (1992). “İnsan ve Davranışı”. *Remzi Kitabevi*, İstanbul. III. Baskı.
- Cüceloğlu, D. (2011). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*. (22. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağdaş, A. ve Seçer Z. Ş. (2002). *Çocuk ve Ergende Sosyal ve Ahlak Gelişimi*. Nobel Yayınları, İstanbul.
- Çağdaş, A. ve Seçer Z. Ş. (2004). *Anne-Baba Eğitimi*. Editör: Aysel Çağdaş. Eğitim Kitabevi. Konya.
- Çağdaş, A. ve Şahin-Seçer (2015). *Anne-baba eğitimi*. Ankara: Eğiten Kitap.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(3).
- Davashgil, Ü. *Bebeklik dönemi*. Yavuzer H., editör. *Ana-baba okulu*. 20. basım. İstanbul: Remzi Kitabevi; 2016.
- Davis, M. (2004). EQ duygusal zekasını ölçün. Çev. Solina Silahlı. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Demircioğlu, H. *Sosyal duygusal gelişim*. Metin N., editör. *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi*. Ankara: Pegem Akademi; 2016.
- Demiriz, S. ve Ulutaş İ. (2003). 9-12 Yaş Çocuklarının Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*. (3), 1: 1-9.

- Denham, S. A., Mitchell-Copeland J., Strandberg K., Auerbach S. & Blair K. (1997). Okul öncesi çocukların duygusal yeterliklerine ebeveyn katkıları: Doğrudan ve dolaylı etkiler. *Motivasyon ve Duygu*, 21 (1), 65-86.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. New York: The Guilford Press.
- Damasio, A. R. (2006). Emotion and The Human Brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 935(1), 101-6.
- Dozier, M., Stevenson A. L., Lee S. W. & Velligan D. I. (1991). Attachment Organization and Familial Overinvolvement For Adults with Serious Psychopathological Disorders. *Development and Psychopathology*, 3(4), 475-489.
- Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir Çerçeve. *Türk Psikoloji Bülteni*, 16 (17), 29-50.
- Dunn, J. & Hughes C. (1998). Young Children's Understanding of Emotions Within Close Relationships. *Cognition and Emotion*, 12, 171-190.
- Dunn, J. (2000). Mind-reading, emotion understanding, and relationships. *International Journal of Behavioral Development*, 24 (2), 142-144.
- Dunsmore, J. C. & Karn M. A. (2001). Mother's Beliefs About Feelings and Children's Emotional Understanding. *Early Education and Development*, 12, 117-138.
- Durmuş, B., Yurtkoru S. E. ve Çinko M. (2013). *Sosyal Bilimlerde SPSS ile Veri Analizi*, 5. Baskı, Beta Basım, İstanbul.
- Eisenberg, N. & Fabes R. A. (1992). *Emotion and its regulation in early development: New directions for child development*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Eisenberg N., Cumberland A. & Spinard T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry*, 9(4):241-73.
- Eisenberg, N., Pidada, S., & Liew, J. (2001). The relations of regulation and negative emotionality to Indonesian children's social functioning. *Child Development*, 72, 1747-1763.
- Eisenberg, N. & Spinrad T. L. (2004). Emotion-Related Regulation: Sharpening the Definition. *Child Development*, 75(2), 334-339.

- Eisenberg, N., Fabes R. A. & Spinrad T. L. (2006). Prosocial development. In N. Eisenberg, W. Damon ve R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (6th ed.). 646–718. New York, NY: Wiley.
- Eng, W., Heimberg R. G., Hart T. A., Schneier F. R. & Liebowitz M. R. (2000). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365.
- Erden, Ş. (2016). Duygusal gelişim. M. E. Deniz (ed.), *Erken Çocukluk Döneminde Gelişim*, (184-218). Ankara: Maya Akademi.
- Erol, A., Ünal E. K. Gülpek D. & Mete L. (2009). Yüzde Dışa Vuran Duyguların Tanınması ve Ayırt Edilmesi Testlerinin Türk Toplumunda Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 10,116-123.
- Eymen, U. E. (2007). SPSS 15.0 Veri Analiz Yöntemleri, İstatistik Merkezi. ([www.istatistikmerkezi.com](http://www.istatistikmerkezi.com)).
- Fabes, R. A., Leonard S. A., Kupanoff K. & Martin C. L. (2001). Parental Coping with Children's Negative Emotions: Relations with Children's Emotional and Social Responding. *Child Development*, 72, 907–920.
- Faupel, A. (2003). *Emotional Literacy: Assessment and Intervention Ages 11–16*. London, nfer Nelson.
- Feeney, J. A. & Noller P. (1990). Attachment style as a predictor of adult Romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291.
- Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2,143–159.
- Feldman, S. R. (1997). *Essentials of understanding psychology*. New York: McGraw Hill Company Inc. 3rd ed.
- Feldner, M. T., Hekmat H. & Zvolensky M. J. (2006). The Role of Experiential Avoidance İn Acute Pain Tolerance: A laboratory test. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 37, 146–158.
- Fivush R. (2007). Maternal Reminiscing Style And Children's Developing Understanding Of Self And Emotion. *Clin Soc Work J* 35:37–46.
- Fraley, R. C. & Shaver P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, And Unanswered Questions. *Review of general psychology*, 4(2), 132.

- Garner, D. ve Garfinkel, P. (Ed.). (1997). Handbook of Treatment for Eating Disorders. Second Edition. New York, The Guilford Press.
- Geçtan, E. (1993). Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Gelgör, F.Z. Anne, baba ve çocuk tarafından algılanan ebeveyn kabul-red ve kontrolünün çocuğun duygu düzenleme becerisi ile ilişkisi: Hasan Kalyoncu Üniversitesi; 2016.
- George, D. & Mallery M. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10 aed.) Boston: Pearson.
- Gentzler, A. L., Kerns K. A. & Keener E. (2010). Emotional Reactions and Regulatory Responses to Negative and Positive Events: Associations with Attachment and Gender. *Motivation and Emotion*, 34, 78-92.
- Goldin, P. R., Lee I., Ziv M., Jazaieri H., Heimberg R. G. & Gross J. J. (2014). Trajectories of change in emotion regulation and social anxiety during cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 567-15.
- Goleman D. (1995). Emotional Intelligence (why it can matter more than IQ). Çev. Banu Seçkin Yüksel, Varlık Yayınları, 2005; 67-71.
- Goleman, D. (2003). Duygusal Zekâ, İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. M & Katz L. F. (2002). Children's Emotional Reactions to Stressful Parent-Child Interactions: the link between emotion regulation and vagal tone. *Marriage & Family Review*, 34(3), 265-283.
- Görgü, E. (2018). Okula Devam Eden 5-6 Yaş Grubu Çocukların Annelerinin Bağlanma Biçimleri, Kişilik Özellikleri ve Çocukların Bağlanma Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (1), 186-209.
- Görünmez, M. (2006). "Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zekâ Yetenekleri", Bursa.
- 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.
- Greenberg, L. S. & Safran J. D. (1987). Emotional Psychotherapy. New York: The Guilford Press.

- Greenberg, M. T., Kusche C. A., Cook E. T. & Quamma J. P. (1995). Promoting emotional competence in school-aged children: The effects of the Paths curriculum. *Development and Psychopathology*, 7, 117-136.
- Gross, J. J. & Munoz R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2, 151-164.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Gross, J. J., Richards J. M. & John O. P. (2006). Emotion Regulation in Everyday Life. (<http://Media.Rickhanson.Net/Papers/Emotregdaily%20life.Pdf>).
- Gross, J. J. & Thompson R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. (Edited By: James. J. Gross). *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press, 3-24.
- Güngör, A. (2005). Toplumsal ve Duygusal Gelişim. Ulusoy, A. (Ed.). *Gelişim ve Öğrenme*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Gürsoy, F., Aral N., Bütün-Ayhan A. ve Aydoğan Y. (2004). Annesi Çalışan ve Çalışmayan Çocukların Bağımlılık Eğilimlerinin İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi. Eğitim Fakültesi Dergisi, 26, 62-71.
- Gürşimşek, I., Girgin G., Harmanlı Z. ve Ekinci D. (2006). Annenin Ruhsal Belirtiler ile 5-6 Yaş Dönemi Çocuklarının Davranış Problemleri Arasındaki ilişkinin incelenmesi. Uluslararası Okul Öncesi Eğitimi Kongresi. Kongre Kitabı, 3: 359-369.
- Hall, S.E., Geher, G. (2003). Behavioral and personality characteristics of children with reactive attachment disorder. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*. 137:145–162.
- Hamarta, E., Deniz M. E. & Durmuşoğlu Saltalı N. (2009). Attachment Styles as A Predictor of Emotional Intelligence. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9, 195-229. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Harlow, H. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13, 673-685.
- Hazan, C. & Shaver P. R. (1987). Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C. & Shaver P. R. (1994). Attachment as An Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.

- Hetherington, E. M. & Parke, R. D. (1993). *Child Psychology*. New York:McGrawHill.
- Hill, P. K. (1997). *Maternal and Infant Factors Related to the Security of the Infant Mother Attachment Relationship When Considering Employed and Stay-At Home Mothers*. Doctoral Dissertation, University of Southern California, United States -- Los Angeles. ProQuest Digital Dissertations database. (Publication No. 9816030).
- Hoffmann, S. G., Sawyer A. T., Witt A. A. & Oh D. (2010). The Effect of Mindfulness- Based Therapy on Anxiety and Depression: a meta-analytic review. *Journal of Consult Clinical Psychology*, 78, 169.
- Honig, A. S. & Brophy H. E. (1996). *Talking with Your Baby: Family as The First School*. Syracuse: Syracuse University Press.
- Hortaçsu, N. (2012). *İnsan İlişkileri*. 4. baskı. Ankara: İmge Kitabevi.
- Hubbard, J. A. & Coie, J. D. (1994). Emotional Correlates of Social Competence in Children's Peer Relationships. *Merrill-Palmer Quarterly*, 40(1), 1-20.
- Hurlock E. B. (1964), *Child Development*, 6.th Edition, Tata McGraw-Hill, New York.
- John, O. P. & Gross J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1333.
- Jump, V. K. (1998). *Effects of Infant Massage on Aspects of the Parent-Child Relationship: An Experimental Manipulation*. Doctoral Dissertation, Utah State University. United States – Logan-Utah. ProQuest Digital Dissertations database. (Publication No. 9926527).
- Kabapınar, Y. (2015). "Empatiyle Gelişmek Empatiyi Geliştirmek: Çocuk ve Empati", Pegem A., Ankara.
- Kagan, J. (1984). *The nature of the child*. ABD: Basic Boks.
- Kalyencioğlu D, Kutlu Y. Ergenlerin Aile işlevi algılarına göre uyum düzeyleri. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*. 2010; 18 (2): 56-62.
- Kandır, A. (2004). *Gelişimde 3–6 yaş: çocuğum büyüyor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları, 2. Basım.
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım.

- Karayılmaz, D. (2008). Ana Sınıfına Devam Eden Çocukların Duygusal Zekâ ve Sosyal Uyum Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Karen, R. (1990). Becoming Attached: The Atlantic Monthly, 23 Temmuz 2007, (<http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/karen.pdf>).
- Kashdan, T. B., Zvolensky M. S. & McLeish A. C. (2008). Anxiety Sensitivity and Affect Regulatory Strategies: Individual and Interactive Risk Factors for Anxiety-Related Symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 429–440.
- Kazdin, A. Child, parent and family dysfunction as predictors of outcome in cognitive-behavioral treatment of antisocial children. *Behavioral Research Therapy*. 1995; 33 (3): 271-281.
- Kerns, K. A., Abraham M. M., Schlegelmilch A. & Morgan T.A. (2007). Mother–Child Attachment in Later Middle Childhood: Assessment approaches and associations with mood and emotion regulation. *Attachment & Human Development*, 9(1):33-53.
- Kesebir, S., Kavzoğlu S. ve Üstündağ M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 3(2), 321-342.
- Kesebir, S., Dereboy F. ve Kökçü F. (2012). Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması.
- Kestenbaum, R., & Gelman, S. A. (1995). Preschool children's identification and understanding of mixed emotions. *Cognitive Development*, 10(3), 443-458.
- Kılıç, Ş. (2012). 48-72 Aylık Çocukların Duyguları Anlama Becerisi ve Annelerin Duyguları Sosyalleştirme Davranışları Arasındaki İlişki. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kilpatrick, K. & Hine D. (2006). Parental Empathy and Child Maltreatment. *Research to Practice Notes*.
- Kobak, R. R. & Sceery A. (1988). Attachment in late adolescence: Working Models, Affect Regulation and Representations of Self and Others. *Child Development*, 59, 135–146.
- Koç, G. (2005). Sosyal Öğrenme Kuramı. Ulusoy, A. (Ed.). *Gelişim ve Öğrenme*. Ankara: Anı Yayıncılık.



- Kohut, H. & Wolf E. S. (1978). The Disorders of the Self and Their Treatment. *International Journal of Psychoanalysis*, 59, 413- 425.
- Koole, S. (2009). The psychology of emotion regulation: an integrative review. *Cognition and Emotion*, 1, 4-41.
- Kopp, C. B. (1989). Regulation of Distress and Negative Emotions: A Developmental View. *Developmental Psychology*, 25(3):343.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve Öfke Kontrolü. *Pivolka*, 3(12), 7-10.
- Kunce, L. J. & Shaver P. R. (1994). An Attachment-Theoretical Approach to Caregiving in Romantic Relationships. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships*, 205-237 London, England:Kingsley.
- Kurbet, H. (2010). Anaokuluna Devam Eden 5-6 Yaş Çocuklarının Duygusal Düzenleme Becerileri ile Annelerinin Empatik Eğilim ve Tutumlarının İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Kurt, F. K. (2015). Anasınıfına devam eden 60-72 aylık çocukların duygusal beceri düzeylerinin ve problem davranışlarının incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.*
- Kuşat, A. (2011). Bedensel ibadetlere psikofizyolojik bir yaklaşım. *İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13(2), 21 36.
- Levy, K. N., Blatt S. J. & Shaver P. R. (1998). "Attachment Styles and Parental Representations", *Journal of Personality and Social Psychology*, 74.
- Lindsey, E. W. & Colwell M. J. (2003). Preschoolers' emotional competence: Links to pretend and ponical play. *Child Study Journal*, 33(1), 39-52.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York: Guilford Press.
- Lopez, F. G., Gover M. R., Leskela J., Sauer E. M., Schirmer L. & Wyssmann J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. *Personal Relationships*, 4(2), 187-199.
- Lopez F. G., Melendez M. C., Sauer E. M., Berger E. & Wyssmann J. (1998). Internal Working Models, Self-Reported Problems and Help- Seeking Attitudes Among College Students. *Journal of Counseling*, 45, 79-83.
- Maccoby, E. E. & Jacklin C. N. (1974). *The psychology of sex differences*. Stanford: Stanford University Press.

- Main, M., Kaplan N. & Cassidy J. (1985). Security in Infancy, Childhood, And Adulthood: A Move to The Level of Representation. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 50, 66-104.
- Main, M. & Solomon J. (1986). Discovery of An Insecure-Disorganized/ Disoriented Attachment Pattern: Procedures, Findings and Implications for The Classification of Behavior. T. B. Brazelton & M. Yogman (Ed), *Affective Development in Infancy*, 95-124. Norwood, NJ: Ablex.
- Malatesta-Magai, C. (1991). Emotional Socialization: Its Role in Personality and Developmental Psychopathology. (Edited By: Dante Cicchetti & Sheree L. Toth). *Internalizing and Externalizing Expression of Dysfunction, Rochester Symposium on Developmental Psychopathology*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 203- 224.
- Meins, E., Jones S. R., Fernyhough C., Hurndall S. & Koronis P. (2008). Attachment dimensions and schizotypy in a non-clinical sample. *Personality and Individual Differences*, 44(4), 1000-1011.
- Mickelson, K. D., Kessler R. C. & Shaver P. R. (1997). Adult Attachment in A Nationally Representative Sample. *Journal of personality and social psychology*, 73(5), 1092.
- Mikulincer, M., Florian V. & Tolmacz R. (1990.) Attachment Styles and Fear of Death: A Case of Affect Regulation. *J. Pers Soc. Psychol.*, 58: 273-280.
- Mikulincer, M. & Shaver P. R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics and Change*. New York: Guilford Press.
- Miller, A. L., Fine S. E., Gouley K. K., Seifer R., Dickstein S. & Shields A. (2006). Showing and telling about emotions: interrelations between facets of emotional competence and associations with classroom adjustment in head start preschoolers. *Cognition and Emotion*, 20 (8): 1170-1192.
- Moore, S. G. (1992). *The Role of Parents in The Development of Peer Group Competence*. Urbana: ERIC Digest.
- Morris, A.S, Silk J. S., Steinberg L., Myers S. S. & Robinson L. R. (2007). *The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation*. Blackwell Publishing Ltd. 361-389.
- Morsünbül, Ü. ve Tümen B. (2008). Ergenlik Döneminde Kimlik ve Bağlanma İlişkileri: kimlik statüleri ve bağlanma stilleri üzerinden bir inceleme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (1).

- Muris, P., Kindt M., Bogels S., Merckelbach H., Gadget B. & Moulart V. (2000). Anxiety and threat perception abnormalities in normal children. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 22 (2), 183-199.
- Oakley, A. (1980). *Women confined: Toward a sociology of childbirth*.
- Oktaý, B. ve Batıgün, A. (2014). Aleksitimi: Baęlanma, Benlik Algısı, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke. *Türk Psikoloji Yazıları*. 17(33): 31-40.
- Oktaý, A. Okul öncesi dönemi. Yavuzer H, editör. *Ana-baba okulu*. 20. basım. İstanbul: Remzi Kitabevi; 2016.
- Onur, N. (2006). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Orhan, K. Ş. (2010). *Bebeklerde ve Çocuklarda Bağlanma ve Ayrılma/Ayrılık Kaygısı* (Editör: Tarık Solmuş). *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi Türkiye Bağlanma El Kitabı*. İstanbul: Sistem Kitabevi, 65-79.
- Öksüzler, O. ve Sürekçi D. (2010). İlköğretimde Başarıyı Etkileyen Faktörler: Bir Sıralı Lojit Yaklaşımı. *Finans Politik & Ekonomik Yorumlar*, 47 (543), 93-103.
- Pamir-Arıkoğlu, A. A. (2003). *Attachment Styles and Social Emotional Adjustment in Turkish College Students*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Payne, V.G., Isaacs, L.D. *Human motor development: a lifespan approach*. 8<sup>th</sup> ed. United States: McGraw-Hill; 2012.
- Pehlivan Türk, B. "Otistik Bozukluğu Olan Çocuklarda Bağlanma", *Türk Psikiyatri Dergisi*, Cilt: 15, Sayı: 1, 2004.
- Pietromonaco, P. R. & Barrett L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the selfrelation to others? *Rev. Gen. Psychol.*; 4: 155-173.
- Polat Unutkan, Ö. (2003). *Marmara İlköğretime Hazır Oluş Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Standardizasyonu*. Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Poole, D., Warren A. & Nunez N. (2007). *Human Development*.

- Ramey, T. C. & Ramey S. L. (1999). Right from birth: building your child's foundation for life. Goddard Press.
- Rubin, K. H., Coplan R. J., Fox N. A. & Calkins S. D. (1995). Emotionality, Emotion Regulation and Preschoolers' Social Adaptation. *Development and Psychopathology*, 7, 49-62.
- Rugancı, R. N. (2008). Bağlanma Biçimi, Duygulanım Düzenleme, Psikolojik Rahatsızlık ve İlişkisel Dünyanın Zihinsel Yapılanması Arasındaki İlişki. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Rugancı, R. & Gençöz T. (2010). Psychometric Properties of a Turkish Version of The Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*,66(4), 442-455.
- Ruppert, F. (2011). Travma, bağlanma ve aile konstellasyonları. (Çeviren: Fatma Zengin). (1. Basım), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Ruppert, F. (2014). Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek. (Çeviren: Fatma Zengin). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Rushton, J. P. & Teachman G. (1978). The Effects of Positive Reinforcement, Attributions and Punishment on Model Induced Altruism in Children. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4(2), 322-325.
- Ryff, C. D. & Keyes C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 4, 719- 727.
- Saarni, C. (2011). Emotional Development in Childhood. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1-7.
- Salah, A. A. (2006). İnsan ve Bilgisayarda Yüz Tanıma. Uluslararası Kognitif Nörobilim Sempozyumu; Türkiye.
- San Bayhan, P. ve Artan, İ. (2011). Çocuk gelişimi ve eğitimi. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- San Bayhan, P. ve Artan İ. (2014). Çocuk gelişimi ve eğitimi. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Savage, J. (2014). The association between attachment. Parental Bonds and Physically Aggressive and Violent Behavior: a comprehensive review. *Aggression and Violent Behavior*, 19 (2),164-178.

- Schore, A. N. (2012). Duygulanımın Düzenlenmesi ve Kendiliğın Onarımı. (Çeviren: Öznur Karakaş). İstanbul: Özak Yayınevi.
- Selçuk, E., Günaydın G., Sümer N., Harma M., Salman S., Hazan C., Doğruyol B. ve Öztürk A. (2010). Self-reported romantic attachment style predicts everyday maternal caregiving behavior at home. *Journal of Research in Personality*, 44, 544-549.
- Senemeoğlu, N. (2018). Gelişim öğrenme ve öğretim. Ankara, Anı yayıncılık.
- Seven, S. (2006). "Altı Yaş Çocuklarının Sosyal Beceri Düzeyleri ile Bağlanma Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Ankara.
- Sevimay-Özer D, Özer K. Çocuklarda motor gelişim. 6. basım. Ankara: Nobel Yayınları; 2009.
- Sezer T, Yoleri S. Okul öncesi çocuğunun temel özellikleri ve gereksinimleri. Uyanık Balat G, editör. Okul öncesi eğitime giriş. 5. basım. Ankara: Nobel Yayınları; 2015.
- Shi, L. (2003). The Association Between Adult Attachment Styles and Conflict Resolution in Romantic Relationships. *Am J Fam Ther* 31:143-57.
- Shields A. & Cicchetti D. (1997). Emotion Regulation Among School-Age Children: The Development and Validation of a New Criterion Q-Sort Scale. *Developmental Psychology*, 33(6):906.
- Simpson, J. A. (1990). Influence Of Attachment Styles On Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980.
- Smith, A. H., Wetterneck C. T., Hart J. M., Short M. B. & Björgvin Son T. (2012). Differences in obsessional beliefs and emotion appraisal in obsessive compulsive symptom presentation. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1, 54-61.
- Southam-Gerow, M. A. (2014). Çocuklar ve ergenlerde duygusal düzenleme (M. Artıran Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Spinrad, L., Stifter, C., Turner, L. (2004) Mothers Regulation Strategies İn Response To Toddler's Affect: Links To Later Emotion Self Regulation. *Social Development Blackwell Publishing Ltd*.13(1) 40-56.
- Sroufe, L. A. (1997). Emotional Development: The Organization of Emotional Life in The Early Years. UK: Cambridge: Cambridge University Press.

- Sroufe, L. A. (2000). Early Relationships and The Development of Children. *Infant Mental Health Journal*, 21(1), 67-74.
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A Prospective, Longitudinal Study from Birth to Adulthood. *Attachment and Human Development*, 7(4), 349-367.
- Stahl, S. (2014). Bağlanma korkusu. (Çev. Ceyda Aydın) İstanbul. Kuraldışı Yayıncılık.
- Strodl, E., & Noller, P. (2003). The Relationship Of Adult Attachment Dimensions To Depression And Agoraphobia. *Personal Relationships*, 10(2), 171-186.
- Sümer, N. ve Güngör D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stillerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106; 35-62.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N., Ünal S., Selçuk E., Kaya B., Polat R. & Çekem B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38.
- Şahin, S. (2010), 0-6 Yaş Arası Çocukların Temel Gelişimsel Özellikleri: Fiziksel ve Sosyal-Duygusal Gelişim, Erken Çocukluk Eğitimi, (Ed.) Diken İ.H., 1. Baskı, Pegem Akademi, Ankara, 169-208.
- Şahin, G.ve Arı R. (2015). Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinin Bağlanma Örüntüleri Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (5), 1-12.
- Tenenbaum, H. R., Visscher P., Pons F. & Harris P. L. (2004). Emotional Understanding in Quechua Children from An Agro-Pastoralist Village. *International Journal of Behavioral Development*, 28 (5), 471-478.
- Thompson, R. A. & Meyer S. (2007). The Socialization of Emotion Regulation in The Family. J. Gross (ed.). *Handbook of emotion regulation*, New York: Guilford Press.
- Timur, M. S. (2008). Boşanma Sürecinde Olan ve Olmayan Evli Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Tolan, Ç. Ö. (2002). Üniversite Öğrencilerinde Kaygı Belirtileri ve Bağlanma Biçimleri Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Trawick-Smith, J. (2014). Erken çocukluk döneminde gelişim. Akman B, Çev. Editörü. 5. basım. Ankara: Nobel Yayınları.
- Turan F, Topcu G. İletişim ve dil gelişimi. Metin N, editör. Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi. Ankara: Pegem Akademi; 2016.
- Turner, P. J. (1991). Relations Between Attachment, Gender, and Behavior with Peers in Preschool. *Child Development*, 62(6), 1475-1488.
- Türk, E. (2007). Çocukta duygusal gelişimin din eğitimi etkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uçmaz, H., İ. (2004). Annelerin Empati Beceri Düzeyi İle Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Vasey, M. W., Daleiden E. L., Williams L. L. & Brown L. M. (1995). Biased Attention in Childhood Anxiety Disorders: A preliminary study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 23, 267-279.
- Vaughn, B. E., Gove F. L. & Egeland B. (1980). The relationship between Out-Of Home Care and Quality of Infant-Mother Attachment in an Economically Disadvantaged Population. *Child Development*, 51(4), 1203-1214.
- Vaughn, B. E. & Waters E. (1990). Attachment Behavior at Home and in the Laboratory: Q-Sort Observations and Strange Situation Classification of One-Year Olds. *Child Development*, 61(6), 1965-1973.
- Yağmurlu, B. & Altan O. (2010). Maternal Socialization and Child Temperament as Predictors of Emotion Regulation in Turkish Preschoolers. *Infant and Child Development*, 19(3), 275-296.
- Yaka, A. İ. (2011). Bağlanma, Erken Döneme Yönelik Şemalar, Öz-Yönetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yavuzer, H. (1990). "Çocuk Psikolojisi", Remzi Kitabevi, 5. baskı, İstanbul.
- Yavuzer, H. (1997). "Çocuğunuzun İlk 6 Yılı", Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yavuzer, H. Çocuğunuzun ilk 6 yılı. 34. basım. İstanbul: Remzi Kitabevi; 2016.

- Yazgan-İnanç B., Bilgin, M., Kılıç-Atıcı M. Gelişim psikolojisi. 4. basım. Ankara: Pegem Yayınları; 2008.
- Yıldırım, S. S. (1999). Zihin Engelli Çocukların Duygusal Yüz İfadelerini Tanıma Durumlarının değerlendirilmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Yunger, J. L., Corby B. C. & Perry D. G. (2005). Dimensions of Attachment in Middle Childhood. K. A. Kerns, & R.A. Richardson (Ed), Attachment in Middle Childhood, 89-114. New York. London: The Guilford Press.
- Yüksel, B. (2014). Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif ve Negatif Duygu Düzenleme ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D. ve Crowell, J. ve Albersheim, L. (2000). Attachment Security In Infancy And Early Adulthood: A Twenty-Year Longitudinal Study. *Child Development*, 71, 684-689.
- Waters, T. (2004). Learning to Love: From Your Mother's Arms to Your Lover's Arms. *Voice of the University of Toronto*, 30, (19).
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L. M. ve Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 368-377.
- Werner, K. & Gross J. J. (2010). Emotion Regulation and Psychopathology: A Conceptual Framework, (Edited By: Anna M. Kring & Denise M. Sloan), *Emotion Regulation and Psychopathology*. New York: Guilford Press, 13-37.
- Zahn-Waxler, C. & Radke-Yarrow, M. (1990). The origins of empathic concern. *Motivation and Emotion*, 14, 107-130.



## EKLER

### Ek.1 Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sayın Katılımcı,

Katılmak üzere olduğunuz araştırma hakkında sizi kısaca bilgilendirmek istiyorum. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Programı'nda yürüttüğümüz bu çalışma bir yüksek lisans tezi olup Dr. Öğr. Üyesi Pervin TUNÇ danışmanlığında, Burcu Fırat tarafından yürütülmektedir. Bu çalışmada, 4-6 yaş grubu çocuğu olan annelerin erişkin bağlanma stilleri, annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve çocuklarının duygu düzenleme becerileri araştırılmaktadır.

Katılacağınız çalışmada toplanan veriler bireysel olarak değil, toplu olarak değerlendirileceğinden, sizden kimliğinizi gösteren, isim, soy isim gibi kişisel bilgiler istenmemektedir. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık 15 dk. sürmektedir. İçtenlikle vereceğiniz cevaplar araştırmaya katkı sağlayacaktır. Formun tamamının doldurulması, araştırma açısından sizden beklenmekle birlikte, istediğinizde, hiçbir neden belirtmeden formu doldurmaktan vazgeçebilirsiniz. Araştırmanın sonuçları ile ilgili bilgi talep edebilirsiniz ve form ile ilgili herhangi bir sorunuz olduğunda araştırmacıya doğrudan sorabilirsiniz.

Burcu Fırat

[psk.firatburcu@gmail.com](mailto:psk.firatburcu@gmail.com)

Bu bilgiler ışığında araştırmaya katılmayı ve vermiş olduğum verilerin araştırmacı tarafından araştırmada kullanılmasını:

Kabul ediyorum  Kabul etmiyorum

Araştırmacının Adı/Soyadı: Burcu FIRAT

İmza:

## Ek.2 Demografik Bilgi Formu

<b>1. Yaşınız</b> <input type="radio"/> 25-29 <input type="radio"/> 30-34 <input type="radio"/> 35-39 <input type="radio"/> 40-44 <input type="radio"/> 45 ve üstü
<b>2. Eğitim Durumunuz</b> <input type="radio"/> Okuryazar değil <input type="radio"/> İlkokul <input type="radio"/> Ortaokul <input type="radio"/> Lise <input type="radio"/> Lisans <input type="radio"/> Yüksek Lisans ve üstü
<b>3. Çalışma Durumunuz</b> <input type="radio"/> Çalışıyor <input type="radio"/> Çalışmıyor
<b>4. Medeni Durumunuz</b> <input type="radio"/> Evli <input type="radio"/> Dul <input type="radio"/> Boşanmış
<b>5. Kaç yıllık evlisiniz/evliyediniz?</b> <input type="radio"/> 0-5 yıl <input type="radio"/> 5-10 yıl <input type="radio"/> 10-15 yıl <input type="radio"/> 15 yıl üstü
<b>6. Herhangi bir fiziksel rahatsızlığınız var mı?</b> <input type="radio"/> Evet <input type="radio"/> Hayır
<b>7. Bir önceki soruya evet dediyseniz lütfen belirtiniz.</b>
<b>8. Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?</b> <input type="radio"/> Evet <input type="radio"/> Hayır
<b>9. Bir önceki soruya evet dediyseniz lütfen belirtiniz.</b>
<b>10. Çalışmaya konu olan çocuğunuzun yaşı?</b> <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/> 6
<b>11. Çalışmaya konu olan çocuğunuzun cinsiyeti?</b> <input type="radio"/> Erkek <input type="radio"/> Kız
<b>12. Çalışmaya konu olan çocuğunuzun herhangi bir fiziksel rahatsızlığı var mı?</b> <input type="radio"/> Evet <input type="radio"/> Hayır
<b>13. Bir önceki soruya evet dediyseniz lütfen belirtiniz.</b>
<b>14. Çalışmaya konu olan çocuğunuzun herhangi bir psikolojik rahatsızlığı var mı?</b> <input type="radio"/> Evet <input type="radio"/> Hayır
<b>15. Bir önceki soruya evet dediyseniz lütfen belirtiniz.</b>

### Ek.3 Duygu Dzenleme Gçlçğü Ölçeği (DDGÖ)

	Hiçbir zaman	Bazen	Yarı yarıya	Çoğu zaman	Her zaman
1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.					
2. Ne hissettiğimi dikkate alırım.					
3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.					
4. Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.					
5. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.					
6. Ne hissettiğime dikkat ederim.					
7. Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.					
8. Ne hissettiğimi önemserim.					
9. Ne hissettiğim konusunda karmaşıa yaşıırım.					
10. Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.					
11. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendime kızarırım.					
12. Kendimi kötü hissettiğim zaman utanırım.					
13. Kendimi kötü hissettiğime işlerimi bitirmekte zorlanırım.					
14. Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkmaya başlarım.					
15. Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.					
16. Kendimi kötü hissetmenin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.					
17. Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.					
18. Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.					
19. Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığıım duygusu yaşıırım.					
20. Kendimi kötü hissediyor olsam da yine de işlerimi yapabilirim.					
21. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygudan dolayı kendimden utanırım.					

22. Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağıma inanırım.					
23. Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.					
24. Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolüm altındadır.					
25. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için suçluluk duyarım.					
26. Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım.					
27. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.					
28. Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapabileceğim hiçbir şey olmadığına inanırım.					
29. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.					
30. Kendimi kötü hissettiğimde kendim için çok fazla endişelenmeye başlarım.					
31. Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.					
32. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.					
33. Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte zorlanırım.					
34. Kendimi kötü hissettiğimde duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.					
35. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygunun geçmesi çok uzun zaman alır.					
36. Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz olur.					

#### Ek.4 Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği (EBBÖ)

1.	Kendimi rahat bırakıp başka insanlara bağlanmak zor gelir. Doğru / Yanlış
2.	İhtiyacın olduğunda başkaları asla orada olmaz. Doğru / Yanlış
3.	Başka birine rahatça bağlanırım. Doğru / Yanlış
4.	İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağını bilirim. Doğru / Yanlış
5.	İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağına her zaman güvенеbileceğimden emin değilim. Doğru / Yanlış
6.	Başka bir insana tümüyle güvenmek zor gelir. Doğru / Yanlış
7.	Sıklıkla terk edilme kaygıları yaşamam. Doğru / Yanlış
8.	Sıklıkla birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği endişesine kapılırım. Doğru / Yanlış
9.	Başkalarının benimle benim istediğim kadar yakınlık kurmadıklarını düşünürüm. Doğru / Yanlış
10.	Sıklıkla birlikte olduğum kişinin benimle kalmak istemeyeceği endişesi yaşarım. Doğru / Yanlış
11.	Başka bir insanla tümüyle bütünleşmek isterim. Doğru / Yanlış
12.	Başka bir insanla tümüyle bir olma arzum insanları benden uzaklaştırır. Doğru / Yanlış
13.	Başkalarıyla yakın ilişkiler kurmayı kolay bulurum. Doğru / Yanlış
14.	Başka birinin benimle çok yakın olma isteğinden rahatsız olmam. Doğru / Yanlış
15.	Başka birinin benimle çok yakınlaşması beni endişelendirir. Doğru / Yanlış
16.	Başka birini kendime yakınlaştırmak konusunda rahatımdır. Doğru / Yanlış
17.	Sıklıkla birlikte olduğum kişi benimle benim kendimi rahat hissedebileceğimden daha çok yakınlaşmak ister. Doğru / Yanlış
18.	Sıklıkla birlikte olduğum kişi ile onun kendini rahat hissettiğinden daha yakın olmak isterim. Doğru / Yanlış

## Ek.5 Duygu Dzenleme leği (DDÖ)

	Hiçbir Zaman	Bazen	Sık Sık	Her Zaman
1. Neşeli bir çocuktur.				
2. Duygu hali çok değişkendir (ocuğunun duygudurumunu tahmin etmek zordur çünkü neşeli ve mutluyken kolayca zgünleşebilir).				
3. Yetişkinlerin arkadaşça veya sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumlu karşılık verir.				
4. Bir faaliyetten diğerine kolayca geçer; kızıp sinirlenmez, endişelenmez (kaygılanmaz), sıkıntı duymaz veya aşırı derecede heyecanlanmaz.				
5. züntüsünü veya sıkıntısını kolayca atlatabilir (örneğin, canını sıkan bir olay sonrasında uzun süre surat asmaz, endişeli veya zgün durmaz).				
6. Kolaylıkla hayal kırıklığına uğrayıp sinirlenir (huysuzlaşır, öfkelenir).				
7. Yaşıtlarının arkadaşça veya sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumlu karşılık verir.				
8. Öfke patlamalarına, huysuzluk nöbetlerine eğilimlidir.				
9. Hoşuna giden bir şeye ulaşmak için bekleyebilir. (Örneğin; şeker almak için sırasını beklemesi gerektiğinde keyfi kaçmaz veya heyecanını kontrol edebilir).				
10. Başkalarının sıkıntı hissetmesinden keyif duyar (örneğin, biri incindiğinde veya ceza aldığında güler; başkalarıyla alay etmekten zevk alır).				
11. Heyecanını kontrol edebilir (örneğin, çok hareketli oyunlarda kontrolünü kaybetmez veya uygun olmayan ortamlarda aşırı derecede heyecanlanmaz).				
12. Mızızdır ve yetişkinlerin eteğinin dibinden ayrılmaz.				
13. Ortalığı karıştırarak çevresine zarar verebilecek enerji patlamaları ve taşkınlıklara eğilimlidir.				
14. Yetişkinlerin sınır koymalarına sinirlenir.				
15. zöldüğünü, kızıp öfkeleniğini veya korktuğunu söyleyebilir.				
16. zgün veya halsiz görünüş.				

17. Oyuna başkalarını katmaya çalışırken aşırı enerjik ve hareketlidir.				
18. Yüzü ifadesizdir; yüz ifadesinden duyguları anlaşılmaz.				
19. Yaşıtlarının arkadaşça veya sıradan (nötr) yaklaşımlarına olumsuz karşılık verir (örneğin, kızgın bir ses tonuyla konuşabilir veya ürkek davranabilir).				
20. Düşünmeden, ani tepkiler verir.				
21. Kendini başkalarının yerine koyarak onların duygularını anlar; başkaları üzgün veya sıkıntılı olduğunda onlara ilgi gösterir.				
22. Başkalarını rahatsız edecek veya etrafa zarar verebilecek kadar aşırı enerjik, hareketli davranır.				
23. Yaşıtları ona saldırgan davranır veya zorla işine karıştırsa, bu durumlarda hissedebileceği olumsuz duygularını (kızgınlık, korku, öfke, sıkıntı) uygun bir şekilde gösterir.				
24. Oyuna başkalarını katmaya çalışırken olumsuz duygular gösterir (örneğin, kızgınlık, üzüntü).				