

4–6 Yaş Aralığındaki Çocukların Bağlanma Stillerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi¹

An Examination on Emotion Regulation and Attachment Patterns of Children Aged Between 4-6 Years Old

Leyla Burçe Tulpar¹, Z. Deniz Aktan² Eda Yardımcı^{3*}

¹Klinik Psikolog, Eyüboğlu Eğitim Kurumları, burcetulpar@gmail.com, 0000 0002 4969

²Dr. Klinik Psikolog, Işık Üniversitesi, deniz.aktan@isikun.edu.tr, 0000 0003 1757 2024

³Klinik Psikolog, Işık Üniversitesi, edayardimci@gmail.com, 0000 0002 0645 9563 *Sorumlu Yazar

Geliş tarihi/Received :22.09.2020

Kabul tarihi/Accepted:05.11.2020

Yayın tarihi/Published:15.12.2020

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, 4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stilleri ile duygu düzenleme becerilerini karşılaştırmaktır. Araştırmanın çalışma grubunu, 4-6 yaş aralığındaki çocuklardan okul öncesine devam edenler oluşturmaktadır. İstanbul'da bulunan özel ve devlet okullarından 60 okul öncesi çağındaki çocuk çalışmaya alınmıştır. Araştırmanın tüm verileri Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu, Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği ve Güvenli Yer Senaryoları Testi ile toplanmıştır. Verilerin analizinde Güvenli Bağlanma Düzeyi ve Duygu Düzenleme Becerisi arasındaki ilişkiyi ölçmek için Pearson analizi, duygu düzenleme becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki farklılıkları test etmek için Bağımsız Örneklem T testi analizi uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre Güvenli Bağlanma Düzeyi ile Duygu Düzenleme Becerisi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<.01$). Buna ek olarak güvenli ve güvensiz bağlanma sınıflamasında elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanan çocukların ($N=30$), güvensiz bağlanan çocuklara ($N=30$) göre duygu düzenleme becerilerinin daha gelişmiş olduğu bulunmuştur ($t(45.61)=6.33, p<.001$). Yine güvenli bağlanan çocukların dikkat/dürttü kontrolü güvensiz bağlanan çocuklara göre daha yüksek bulunmuştur ($t(58)=6.33, p<.001$). Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar, çocuk ile bakım veren arasındaki bağlanma stiline, çocukların duygu düzenleme becerileri üzerine önemli bir faktör olduğunu vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Duygu düzenleme becerisi, okul öncesi, bağlanma stilleri, güvenli yer senaryoları, öz düzenleme

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the emotion regulation and attachment patterns of children aged between four to six years old. The sample of the present study consisted of randomly chosen 38 girls and 22 boys, 60 children in total, between the ages of 4-6 years from private and public schools, in Istanbul. All data were collected by applying Sociodemographic Characteristics and Information Forms, Preschool Self Regulation Assessment-PSRA in Turkish context and Safe Place Scenarios Test. Data were analyzed using the Pearson Correlation and Independent T-Test. Results indicated that there was a significant positive correlation between Secure Attachment Level and Emotion Regulation Skill ($p<.01$). In addition, according to the findings obtained from the classification of secure and insecure attachment, it was found that children ($N=30$) with secure attachment patterns had more advanced emotion regulation skills than the children ($N=30$) who had insecure attachment patterns ($t(45.61)=6.33, p<.001$). Again, the attention/impulse control of children with a secure attachment patterns were found to be higher than the children with insecure attachment patterns ($t(58)=6.33, p<.001$). The results support the knowledge that the attachment style between the child and the caregiver in the literature is an important factor in emotion regulation. Keywords: emotion regulation, preschool, attachment styles, safe location scenarios, self regulation.

Keywords: Emotion regulation, preschool, attachment styles, safe location scenarios, self regulation

¹ Bu makale Leyla Burçe Tulpar'ın 2018 yılı Haziran ayında Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında yazdığı tezden türetilmiştir.

GİRİŞ

Bağlanma kuramcıları bakım verenlere bağlanma türünün çocukların duygu düzenleme stratejilerinde farklılıklar oluşturduğunu ifade etmektedirler (akt. Brumariu, 2015). Darling ve Steinberg (1993) ebeveynlerin çocukları ile kurdukları ilişkinin ve çocuklarına karşı yaklaşımlarının kalitesinin, çocukların duygu düzenlemelerinde büyük bir öneme sahip olduğunu belirtmektedirler. Bowlby'e (1969; 1982) göre güvenli bağlanan çocuklar sıkıntılı ve olumsuz durumlara maruz kaldıklarında annelerinden duygularını saklamak yerine paylaşma, doğrudan aktarma ve olan biteni ifade etmeye açıktır. Bowlby bu durumu güvenli bağlanma çerçevesinde zaman içinde çocuk ile bakım veren arasında inşa edilen, çocuğun duygularına ve ihtiyaçlarına eşzamanlı karşılık verilmesi sonucunda ortaya çıkan ilişki paternine bağlar.

Bowlby'nin bağlanma örüntüleri ile ilgili çalışmalarından itibaren güvensiz bağlanma örüntüsünün yaşamın ilerleyen dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olduğu güvenli bağlanmanın ise sağlıklı ilişki süreçlerini kapsadığı ortaya konmaktadır (Nakash-Eisikovits ve ark., 2000). Bowlby (1973), çocukların bakım vereni ile yakın olma isteği içinde olduğunu ve güvenli ortamın kurulması için bakım vereni ile ilişkinin önemli bir yerinin olduğunu ifade etmektedir. Bebek doğduktan sonra yaşamını sürdürebilmek için bir yetişkine, bir bakım verene ihtiyaç duymaktadır. Bu ihtiyaç hem duygusal hem biyolojik olarak bağlanma ilişkisi ile karşılanmaktadır. Bireyin doğuştan getirmiş olduğu bağlanma eğilimi hayatta kalabilmesine ve dış dünya ile temas kurabilmesine olanak sağlamaktadır. Bowlby'ye göre birey bebeklikte, bakım veren ile kurulan ilişkisini içselleştirerek kendisi ve diğerleri hakkında zihinsel temsiller oluşturmaktadır. Böylece bu temsillerle, ilerde bireyin diğerleriyle kurduğu ilişkinin şeması oluşmakta ve onların yaklaşımını yorumlamasına yardımcı olmaktadır. Bu zihinsel temsiller bireyin kurduğu bağlanma stilinde ve diğerleriyle kuracağı ilişkilerin şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Furman, Simon, Shaffer ve Bouchey, 2002).

Ainsworth (1989) ise bebeklerin anne ile kurduğu ilk yakın ilişkinin içgüdüsel olarak ortaya konan ağlama, yapışma, emme ve gülümseme gibi davranışlar ile kurulduğunu ifade etmektedir. Bu içgüdüsel davranışların amacı annenin ilgisini çekmek ve bebeğin ihtiyaçlarının karşılanması olarak belirtilmiştir. Bebeğin bu davranışları ile birlikte anne bakım vermek üzere harekete geçmektedir. Bebek tarafından bu içgüdüsel davranışlar ilk aylarda herkese karşı yapılırken, esas bakım veren ile ilişki süreci ilerledikçe ve bağlanma ilişkisi geliştikçe yalnızca bakım vereni ile gerçekleştiğini ifade etmektedir.

Bu bilgiler doğrultusunda literatürde bağlanma stillerini inceleyen birçok araştırma yer almaktadır. Turner (1991) dokuz yaşındaki çocuklarla bağlanma ve arkadaş ilişkileri üzerine bir araştırma yapmıştır. Bu çalışmaya göre bakım verenine güvensiz bağlanan çocukların daha saldırgan, kırıncı ve bağımlı olabildikleri sonucu ortaya konulmuştur.

Jacobson ve Wille (1986) yaptığı bir çalışma sonucunda bakım vereni ile güvenli, kaçınmacı veya karşı koyucu bir ilişki örüntüsü kurmuş olan çocukların akranlarına olan yaklaşımında bir farklılık bulunmadığını ancak akranlarının yaklaşımlarının farklılaştığını bulmuştur. Buna ek olarak güvenli bağlanmış olan çocukların, kaçınmacı bağlanma örüntüsüne sahip çocuklara nazaran daha çok sayıda olumlu iletişim kurdukları ve olumlu tepkiler aldığı ifade edilmektedir. Literatürde bağlanma ile yakından ilişkili olduğu düşünülen bir diğer kavram ise duygu düzenleme olmuştur. Duygu düzenleme süreci bireyin durumlara yaklaşımını belirleyen, bireyin gelişim dönemlerinde bakım vereni ile kurmuş olduğu bağlanma ilişkisi üzerinde önemli bir etkisinin olduğu düşünülen ve yaşam boyu gelişmekte olan bir öğrenme sürecidir. Duygu düzenleme kişinin bir amaca yönelik davranışlarında duygularını izleyebilme, kontrol edebilme ve onları değerlendirip değiştirebilme yeteneği olarak da ifade edilmektedir (Gross ve Thompson, 2006). Duygu düzenlemenin doğuştan gelmeyen, bireyin normal şartlarda erken dönemlerde geliştirdiği bir tepki sistemi olduğu ifade edilmektedir (Dodge ve Garber, 1991).

Bu ifadeden hareketle yaşamının erken dönemlerindeki evrelerin duygu düzenleme becerisi üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Duygu düzenlemede önemli olan faktörlerden biri duygusal farkındalıktır. Duyguların farkına varılmasının uyumlu duygu düzenleme için güçlü bir destekleyici olduğu belirtilmektedir. Duygu düzenlemede önemli olan ikinci faktör ise duygu düzenlemenin hedefine ulaşılmasıdır (akt. Gross ve Jazaieri, 2014, Barrett, Gross, Christensen ve Benvenuto, 2001; Farb, Anderson, Irving ve Segal, 2014). Duygu düzenleme sürecinin sosyolojik, fizyolojik, davranışsal, bilinçli, bilinçdışı ve biyolojik süreçler bakımından oldukça karmaşık ve çok boyutlu olduğu ifade edilmektedir. Fizyolojik olarak nabzın ve solunum hızının artması, terleme gibi duygusal uyarılmalar yoluyla vücudumuzun verdiği tepkiler ile duygular düzenlenebilmektedir. Başka bir süreç olarak sosyolojik açıdan ise kişinin, bireysel ihtiyaçlarını karşılayabilmek üzere toplumsal kaynaklara ulaşma çabası ile düzenlenebilmektedir. Davranışsal olarak ise bireye sıkıntı yaratan durumlarla baş etmek üzere kişi bir takım davranışsal tepkiler vererek duygularını düzenleyebilmektedir (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001).

Duygu düzenleme aktif bir süreçtir ve bu süreçte genetik özellikler, mizaç, ebeveyn tutumları gibi dışsal ve içsel mekanizmalar rol almaktadır. Bebeklikte ve ilk çocukluk döneminde yani okul öncesinde duygular ebeveyn tarafından düzenlenip yönetiliyorken, okul çağı ve ergenlik dönemi ile birlikte duygu düzenlemeyi, geçmişte içselleştirdiği süreçler sayesinde, birey kendisi yapmaktadır. Okul öncesi çocuklarda, özellikle 2-3 yaş gurubunda, anne odaklı duygu düzenleme davranışları arasında anneye göz kontağı kurma, tensel temas ve sarılma gibi davranışlar görülürken, bağımsız duygu odaklı davranışlarda ise kendine dokunma, kendini uyarma (sürtünme, ritmik hareketler gibi) ya da huzursuzluk gibi davranışlar görüldüğü ifade edilmektedir (Premo ve Kiel, 2014).

Duygu düzenleme becerimizin sosyal çevreden gördüğümüz yöntemler sayesinde başka duygu düzenleme becerilerinin de mümkün olduğunu fark etmemizle birlikte gelişebildiği ifade edilmektedir (Campos, Campos ve Barrett, 1989). Buradan hareketle doğumdan itibaren duygu düzenleme sürecinin başladığı ve yaşam boyu gelişim süreçlerimizde çeşitli duygu düzenleme stratejilerinin öğrenilebileceği sonucuna varabiliriz. Çocukluk döneminin duygu düzenleme becerisi gelişimi için önemli olduğu ve becerinin gelişiminde kişinin yetiştiği ortamda duyguların ifade edilmiş şekli, süresi ve yoğunluğunun önemli etmenler olduğu belirtilmektedir. Bu etmenlere göre çocukların geliştirecekleri duygularının ve duygu yaşantılarının şekil alacağı ifade edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Bağlanma kuramına göre bebek, hayatta kalabilmek için bağlanma nesnesine ihtiyaç duymaktadır ve gelişim sürecinde bağlanma nesnesi ile yakınlığını koruyabilmek için de duygu düzenlemeye ihtiyacı olacaktır. Bu durumda çocuk ile bakım veren arasında bağlanma ilişkisinin sürebilmesi için çocuk bu amaca yönelik bir duygusal tepkiyi yani bu amaca hizmet edecek olan tepkiyi seçmektedir. Bu süreçte çocuk ile bakım veren arasındaki ilişkinin nasıl kurulduğu ve nasıl devam ettirildiği önem taşımaktadır. Bakım verenin çocukla kurduğu ilişki duygu düzenleme açısından önemli rol oynamaktadır (Thompson, 1994).

Schore (2001) bağlanma kuramı ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi annenin, bebeğin tepkilerine, ihtiyaçlarına ve duygu-durumuna yönelik sezgisel ve bilinçdışı düzeyde cevap vererek duygu düzenleme yapması olarak ifade etmektedir. Bağlanma stillerinden güvenli bağlanma örüntüsüne sahip çocukların ebeveynleri ile rahatsız veya tehdit edici olan duygularını rahatça paylaştıkları ve duygusal farkındalıklarının geliştiği bu sayede de duygu düzenleme konusunda daha becerikli oldukları ifade edilmektedir. Güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip çocukların ise ebeveynleri tarafından duygu paylaşımı konusunda eleştirilen, dikkate alınmayan ve saygı görülmeyen durumunda oldukları belirtilmektedir. Bu durum ise çocuklar için duygu düzenleme davranışını zorlaştırmaktadır. Bu şartlarda güvenli bağlanan

çocuklar ile güvensiz bağlanan çocuklar arasında duygu düzenleme konusunda farklılıklar oluşmaktadır (Thompson ve Meyer, 2007).

Literatürde ebeveyn nitelikleri ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi bağlanma kuramı çerçevesinde ele alan bir araştırmada (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003) çocuk tehdit algıladığında, temel bakım vereninden (bağlanma figürü olan) bir yakınlık aradığında ve bakım verenin erişilebilir olmadığı durumlarda şekillenen bağlanma stiline olumsuz duygu düzenleme ile ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Örneğin kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireylerin özerkliğe vurgu yaparak yakınlıktan kaçınma ve korkuyu inkâr eden ketleyici duygu düzenleme stratejilerini kullandığı belirtilmektedir (akt. Gökçe, 2013). Ebeveyn ile çocuk arasında kurulan ilişkinin niteliğinin çocuğun sağlıklı gelişimi ve toplumsal uyumu açısından önemli olduğu ifade edilmektedir. Bağlanma kuramının, ebeveyn ile çocuk arasında kurulan ilişkinin çocuk açısından önemini ayrıntılı bir şekilde açıkladığı belirtilmektedir (Özgün, 2013). Bağlanma kuramının temel alındığı bu çalışmada, duygu düzenleme ve bağlanma türü arasındaki ilişkinin önemi araştırılmaktadır. Ülkemizde duygu düzenleme becerileri ve bağlanma türü üzerine birçok araştırma olmasına karşılık ikisi arasındaki ilişkiyi çocukların oluşturduğu örneklem ile inceleyen araştırma sayısı oldukça sınırlıdır. Literatürde, özellikle okul öncesi dönemdeki çocuklar ile yapılan araştırmalarda genellikle ebeveynlerden elde edilen verilerin kullanıldığı görülmüştür. Bu çalışma çocuklardan toplanan veriler ile yürütülmüştür ve literatürde bulunan ebeveynlerden veri toplanarak yürütülmüş benzer çalışmalar ile paralel sonuçlar elde edilip edilmeyeceği hakkında bilgi sahibi olunması amaçlanmıştır. Ural ve arkadaşları 2015 yılında 60–72 aylık çocuklardaki bağlanma stilleri ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmanın bulgularına göre annelerine güvenli bağlanan çocukların duygu düzenleme becerileri daha yüksekken, güvensiz bağlanan çocuklara göre değişkenlik ve olumsuzluk duygularının daha düşük olduğu ifade edilmektedir (Ural, Güven, Sezer, Efe-Azkeskin ve Yılmaz, 2015). Buradan hareketle bu çalışmanın sonucunda elde edilen verilerin alanyazında bulunan çalışmalar ile paralel sonuçlar elde edilip edilmeyeceği hakkında bilgi sahibi olunması planlanmaktadır.

Bu çalışmanın hipotezleri şu şekildedir;

1. Bakım verenlerine güvenli bağlanan çocukların duygu düzenleme becerileri, bakım verenlerine güvensiz bağlanan çocukların duygu düzenleme becerilerine anlamlı olarak farklılaşacaktır.
2. Duygu düzenleme becerileri yüksek olan çocukların ebeveyninden ayrılığa verdiği tepki, duygu düzenleme becerileri düşük olan çocukların ebeveyninden ayrılığa verdiği tepkiye göre anlamlı olarak farklılaşacaktır.
3. Duygu düzenleme becerileri yüksek olan çocukların okula adaptasyonu, duygu düzenleme becerileri düşük olan çocukların okula adaptasyonuna göre anlamlı olarak farklılaşacaktır.
4. Duygu düzenleme becerileri yüksek olan çocukların akranları ile ilişkisi, duygu düzenleme becerileri düşük olan çocukların akranları ile ilişkisine göre anlamlı olarak farklılaşacaktır.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri analizi alt başlıklarına yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu çalışmada 4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stilleri ile duygu düzenleme becerilerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır dolayısıyla araştırmanın tarama modeli nedensel karşılaştırma modelidir.

Çalışma Grubu

Bu çalışmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Milli Eğitim Müdürlüğü'nden alınan gerekli izin ile birlikte İstanbul Anadolu yakasındaki özel ve devlet anaokullarında eğitim gören 4, 5 ve 6 yaşlarında 38'i kız 22'si erkek olmak üzere 60 çocuk ile araştırmanın örnekleme oluşturmuştur. Bu süreçte 7 farklı okulda toplam 110 veliye Bilgilendirilme Onam Formu ile ulaşılmış olup yalnızca 60 veli çalışmaya katılmayı kabul etmiştir. Kullanılan ölçekler göz önünde bulundurulduğunda, çocukla birebir uygulamalı bir çalışma yürütülmüş olup her bir ölçeğin uygulaması yaklaşık 30-40 dakika sürmüştür ve kullanılan ölçekler ile ilgili literatür taraması yapılarak örneklem büyüklüğünün 60 çocuktan oluşması verilerin bilimselliği açısından yeterli bulunmuştur (Uluç ve Ökten, 2010). Çocuk ile ölçeklerde bulunan çalışmalar yapılmadan önce, çocuğun materyalleri tanınması ve çocuk üzerinde belirsizliğin oluşturabileceği kaygının azalması amacıyla tanışma üzerine kısa bir süre iletişim kurulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Bu bölümde çalışmada veri toplama araçları olarak kullanılan Bilgilendirilmiş Onam Formu, Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği ve Güvenli Yer Senaryoları Testine dair bilgilere yer verilmiştir.

Bilgilendirilmiş Onam ve İzin Formu

Bu form ebeveyni, yapılan çalışma hakkında bilgilendirme ve gönüllülük esasına dayalı olarak katılım sağlanması amacıyla oluşturulmuştur. Formda çalışmanın amacı, içeriği ve işlem kısımları açıklanmaktadır. Bu formu dolduran ve çocuğu ile çalışma yapılmasına izin veren ebeveynlerin çocukları ile araştırma gerçekleştirilmiştir.

Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu

Bu form çocuğun ebeveyni tarafından doldurulacak olup; çocuğun yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı, anne-baba yaşı, medeni durumu, çalışma durumu, bakım veren bilgisi, anne sütü bilgisi, doğum süresi gibi detaylı bilgi edinmek üzere soruları yer almaktadır. Formda çocuğun tıbbi durumu ile ilgili sorular, örneklem seçiminde dışlama kriterine yönelik sorulardır. Bu form çalışmacı tarafından hazırlanan bir soru formudur.

Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ)

Smith-Donald, Raver, Hayes, ve Richardson, (2007) tarafından geliştirilen Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ), performans dayalı değerlendirme yapılmasını sağlayan bir ölçme aracıdır. Ölçekte yer alan Uygulayıcı Değerlendirme Formu, uygulayıcıya, çocuğun duygu, dikkat düzeyi ve davranışlarını uygulayıcı-çocuk etkileşimine dayanarak değerlendirme olanağı sunmaktadır. Uygulayıcı Değerlendirme Formu, 0'dan 3'e kadar puanlanarak kullanılan maddelerden oluşan rubrik tipi bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Ezgi Fındık Tanrıbuyurdu ve Güler Yıldız tarafından 2012 yılında yapılmıştır. Yapı geçerliliği kapsamında gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda ise ölçeğin iki faktörlü olduğu ortaya konmuştur. Bu faktörler; Dikkat/Dürtü Kontrolü ve Olumlu Duygu'dur. Ölçeğin son haliyle 16 maddeden oluştuğu görülmektedir. Ölçeğin tamamını oluşturan 16 maddeye ilişkin güvenilirlik katsayısı (α) .83 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Dikkat/Dürtü Kontrolü faktörünün 10 maddeye ilişkin güvenilirlik katsayısı .88, ikinci faktör olan Olumlu Duygu için ise güvenilirlik katsayısı .80 olarak

belirlenmiştir. Bu çalışmada ise; ölçeğin tamamını oluşturan 16 maddeye ilişkin güvenilirlik katsayısı (α) .94 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Dikkat/Dürtü Kontrolü faktörünün 10 maddeye ilişkin güvenilirlik katsayısı .93, ikinci faktör olan Olumlu Duygu için ise güvenilirlik katsayısı .86 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin ilk uygulaması hakkında notlar alınarak ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasını yapan Ezgi Fındık-Tanrıbuyurdu (2012) ile iletişime geçilmiştir. Uygulama konusunda düzeltilmesi ya da dikkat edilmesi gereken noktalar not edilip, uygulamaya sürecine başlanmıştır. Her bir çocukla yapılan görüşme bireysel olarak ve çocuğun dikkatini dağıtmayacak ve güvende hissedeceği bir alanda yapılmıştır.

Güvenli Yer Senaryoları Testi (GYST)

Öykü aktarımı tekniğini temel alan Güvenli Yer Senaryoları Testi Bretherton, Ridgeway ve Cassidy (1990) tarafından okul öncesi çocuklarda bağlanma örüntülerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilmiştir. Bu yaklaşımda, uygulamacı tarafından başlatılan kısa öykülerin, çocuk tarafından, oyuncak insan figürleri ve oyuncak eşyalar kullanarak tamamlanması beklenmektedir. Ölçek, ilki ısınma öyküsü olmak üzere toplam 6 öyküden oluşmaktadır. Bağlanmayla ilişkili beş öyküde, öykü içeriğinin yarattığı kaygı aracılığıyla "Güvenli Yer Senaryolarının" harekete geçirilmesi amaçlanmaktadır. Çocuğun alışma süresi göz önünde bulundurularak ilk öykü olan ısınma öyküsü yansız, yüksüzdür. Katılımcının süreci, işlemi anlaması için kullanılmakta ve puanlamaya katılmamaktadır. Öykü temalarının sıralaması aşağıdaki gibidir: (1) çocuk kahvaltıda meyve suyunu döker; (2) parkta gezi sırasında kayadan düşerek incinir; (3) uyumak için yatağına gittiği sırada korkar; (4) anne-baba bir süreliğine çocuğu bakıcıya bırakarak evden ayrılır; (5) çocuk ve anne-baba yeniden bir araya gelir. Kodlama sırasında 4 ölçüt göz önünde bulundurulmaktadır: (1) duyguların açık bir biçimde ifade edilmesi (2) ebeveyn-çocuk ilişkisinin doğası (örneğin, ebeveynin duyarlılık ve tepkisellik düzeyi), (3) öyküdeki çatışmanın olumlu olarak çözümlenmesi ve (4) çocuğun aktarımlarının öykünün temasıyla tutarlılık içermesi. Genel sınıflama güvensiz öykü sayısı temel alınarak yapılmaktadır. Üç ve daha fazla güvensiz öykü içeren protokoller güvensiz olarak sınıflanmaktadır. Ölçek, Uluç (2005) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanan formunda genel bağlanma sınıflaması için yargıcılar arası güvenilirliğin Kappa = .83 ($n= 45$, $p<.001$) ve her bir öykü için yargıcılar arası güvenilirliğin Kappa = .81 ile 1.0 ($n=45$, $p<.001$) arasında değiştiği belirlenmiştir (Uluç, 2005). Bu çalışmada ise bağlanma sınıflaması yargıcılar arası güvenilirliğin Kappa= .96 ($n= 60$, $p<.001$) ve her bir öykü için yargıcılar arası güvenilirliği Kappa=.77 ile .83 arası değiştiği belirlenmiştir.

İşlem

Veri toplama işlemine başlamadan önce araştırma protokolü hazırlanarak Işık Üniversitesi Etik Kurul Komitesi tarafından onay alınmıştır. Ardından İstanbul Milli Eğitim İl Müdürlüğü'nden okullarda çocuklar ile yapılacak ölçek ve çalışmalar için izin alınmıştır. Veri toplamaya başlamadan evvel ölçeklerin Türkçe'ye çevirme çalışmasını yapmış olan Sait Uluç ve Ezgi Fındık Tanrıbuyurdu ile iletişime geçilip ölçekler hakkında bilgi toplanmıştır. Ezgi Tanrıbuyurdu ile Ankara Üniversitesi'nde öngörüşme yapılarak kısa bir eğitim alınmıştır. Ölçeğin yurtdışındaki uygulamaları esnasında çekilmiş video görüntüleri izlenmiştir ve uygulama sürecinde dikkat edilmesi gereken gerekli düzenlemeler not edilmiştir. Yapılan çalışma için Milli Eğitim İl Müdürlüğü'nün okullarda çocukların görüntü kaydının alınmasının yasak olmasından dolayı görüşmeler süresince eşlik eden gözlemci psikologlar tarafından izlenerek ve uygulayıcı tarafından gözlem raporu tutularak kayıt altına alınmıştır. Bu raporlar 2 gözlemci psikolog yargıcı tarafından da yansız olması açısından değerlendirilmiştir.

Gönüllülük esasına dayalı olan çalışmanın Bilgilendirilmiş Onam Formu ve Veli İzin Belgesi çalışmanın yapıldığı okullardaki velilere ulaştırılmıştır. Velilerden gelen onay ile birlikte

uygulama yapılan okullarda çocukla birebir çalışma yapılabilecek sessiz bir oda kullanılmıştır. Ortalama bir ölçeğin süresi 30 dakika olmak üzere her bir ölçek 1 hafta arayla iki oturum şeklinde uygulanmıştır. Bir çocuktan elde edilen veriler toplam 1 saat sürmüştür. Veriler, velilerden gelen Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu ile çocukla oyun aracılığıyla yürütülen ölçek çalışmalarından elde edilmiştir. Her bir çocuğa kod numarası verilmiş, aileden alınan bilgiler (isim-soyisim gibi) silinerek bu numaralar kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Bu araştırmadan elde edilen nicel verilerin analizi SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı) 24.0 paket programı ile yapılmıştır. Öncelikle veri toplama araçlarından elde edilen veriler programa aktarılmıştır. Tüm ölçeklerin alt boyut, varsa ters madde ve toplam puanları hesaplanmıştır.

Analize geçmeden önce değişkenlerin normal dağılımı hakkında bilgi almak için Kolmogorov Smirnov testi yapılmıştır. Bu kapsamda araştırmada;4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stilleri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek üzere Bağımsız t-testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ ve $p < .001$ olarak alınmıştır.

Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeğinin alt boyutlarından olan, Olumlu Duygu puanı ile Güvenli Bağlanma Düzeyi ve Dikkat ve Dürtü Kontrolü puanı ile Güvenli Bağlanma Düzeyi arasındaki ilişkiyi anlamak üzere Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Duygu Düzenleme Becerileri ile Bağlanma Düzeyi Arasındaki Korelatif İlişkilerin İncelenmesi

Tablo 1. Bağlanma Stili Puanı, Okul Öncesi Öz Düzenleme Puanı, OÖDÖ / Olumlu Duygu Puanı, OÖDÖ / Dikkat-Dürtü Kontrolü Puanı Arasındaki İlişki

Değişken	(1)	(2)	(3)	(4)
1. Bağlanma Stili Puanı	1	.59**	.50**	.66**
2. Öz Düzenleme Puanı		1	.91**	.76**
3. OÖDÖ / Olumlu Duygu Puanı			1	.58**
4. OÖDÖ / Dikkat-Dürtü Kontrolü Puanı				1

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

Araştırmanın temel hipotezlerinin sınıdığı ilk bölümde katılımcıların bağlanma stilleri ölçeğinden aldıkları puanlar ile öz düzenleme ölçeği toplam puanları ve alt boyut puanları arasındaki ilişkiye odaklanılmış ve söz konusu değişkenler arası korelatif ilişkiler incelenmiştir, aşağıda detaylıca verilmiş olan bulgular Tablo 1’de görülebilir. Analizlerden elde edilen sonuçlara göre katılımcıların bağlanma ölçeğinden elde ettikleri puanlarla Öz Düzenleme ölçeğinden elde edilen toplam puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu

görülmüştür ($r=.59$; $p<.01$). Diğer bir deyişle, bağlanma ölçeğinden elde edilen puanlar yükseldikçe, öz düzenleme ölçeğinden elde edilen puanların da yükseldiği görülmüştür. Katılımcıların bağlanma ölçeğinden elde ettikleri puanlarla Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği/Olumlu Duygu alt boyutundan elde edilen toplam puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.50$; $p<.01$). Bir başka deyişle bağlanma ölçeğinden elde edilen puanlar yükseldikçe, olumlu duygu alt ölçeğinden elde edilen puanların da yükseldiği görülmüştür. Katılımcıların bağlanma ölçeğinden elde ettikleri puanlarla Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği/Dikkat-Dürtü Kontrolü alt boyutundan elde edilen toplam puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.66$; $p<.01$). Bağlanma ölçeğinden elde edilen puanlar yükseldikçe, dikkat-dürtü kontrolü alt ölçeğinden elde edilen puanların da yükseldiği görülmüştür. Katılımcıların Öz Düzenleme ölçeğinden elde ettikleri puanlarla Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği / Olumlu Duygu alt boyutundan elde edilen puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.91$; $p<.01$). Bununla birlikte katılımcıların Öz Düzenleme ölçeğinden elde ettikleri puanlarla Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği/Dikkat-Dürtü Kontrolü alt boyutundan elde edilen puanlar arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.76$; $p<.01$). Katılımcıların Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği/Olumlu Duygu alt boyutundan elde ettikleri puanlarla Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği/Dikkat-Dürtü Kontrolü alt boyutundan elde edilen puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r=.58$; $p<.01$).

Duygu Düzenleme Becerileri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 2. Öz Düzenlemenin Bağlanma Stiline Göre İncelenmesi

Bağlanma Stili	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Güvenli Bağlanma	30	38,30	4,29	44,35	7,80	.000
Güvensiz Bağlanma	30	25,33	8,01			

Araştırmanın hipotezlerinin sınıandığı bu ilk adımında katılımcıların öz düzenleme becerileri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı analiz edilmiş, bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 2’de gösterilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların öz düzenleme puanlarının bağlanma stillerine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüş, ($t(44.35) = 7,80$, $p<.001$) ve güvenli bağlanan çocukların öz düzenleme puanlarının ($x=38,30$), güvensiz bağlanan çocuklara göre ($x=25,33$) anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Olumlu Duygu Alt Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarla Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 3. Olumlu Duygu Düzenleme Düzeyinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi

Bağlanma Stili	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Güvenli Bağlanma	30	13.37	1.90	45.61	6.33	.000
Güvensiz Bağlanma	30	8.87	3.39			

Hipotezlerin sınıandığı bir sonraki adımda ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden olumlu duygu alt boyut puanlarının bağlanma stillerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine odaklanılmış ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Katılımcıların olumlu duygu alt puanlarının bağlanma stillerine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmekle birlikte, $t(45.61) = 6.33, p < .001$, söz konusu farklılığın güvenli bağlanan gruptan kaynaklandığı saptanmıştır. Diğer bir deyişle güvenli bağlanan çocukların olumlu duygu puanlarının ($x = 13,37$), güvensiz bağlanan çocuklara ($x = 8,87$) göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır (Bkz. Tablo 3). Özetle ölçeğin duygu düzenleme becerisi bulgularını veren olumlu duygu alt boyutu analizi, güvenli bağlanan çocukların duygu düzenleme becerilerinin güvensiz bağlanan çocukların duygu düzenleme becerilerinden daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Dikkat-Dürtü Kontrolü Alt Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarla Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 4. Öz Düzenleme Dikkat/Dürtü Kontrolü Düzeyinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi

Bağlanma Stili	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Güvenli Bağlanma	30	16.80	1.86	58	9.40	.000
Güvensiz Bağlanma	30	12.87	1.33			

Hipotezlerin sınıandığı bir diğer analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü alt boyut puanlarının bağlanma stillerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 4'te verilen bulgular incelendiğinde katılımcıların dikkat-dürtü kontrolü alt puanlarının bağlanma stillerine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($t(58) = 9.40, p < .001$). Buna göre, güvenli bağlanan çocukların dikkat ve dürtü kontrolü becerilerinin ($x = 16,80$), güvensiz bağlanan çocukların dikkat ve dürtü kontrolü becerilerine ($x = 12,87$) göre daha gelişmiş olduğu görülmektedir.

Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocukların Ebeveyninden Ayrılığa Verdiği Tepki Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 5. Olumlu Duygu Düzeyinin Ebeveyninden Ayrılığın Verilen Tepkiye Göre İncelenmesi

Ayrılığa Verdiği Tepki	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Kaygılı-Gergin	19	8,95	3,45	58	-3,52	.002
Kabullenici-Rahat	41	12,12	3,14			

Hipotezlerin sınındığı bir diğer analizde katılımcıların öz düzenleme becerilerinden olumlu duygu alt boyut puanlarının, katılımcıların ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepkiye göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine odaklanılmış ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi uygulanmıştır. Katılımcıların olumlu duygu düzeyi alt puanları ebeveyn ayrılığın göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($t(58) = -3.52, p < .05$). Buna göre, ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kaygılı-gergin olan çocukların duygu düzenleme becerisi ($x = 8,95$), ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kabullenici-rahata olan çocukların duygu düzenleme becerisine ($x=12,12$) göre daha zayıf olduğu görülmektedir (Bkz. Tablo 5).

Tablo 6. Dikkat-Dürtü Kontrolü Düzeyinin Ebeveyninden Ayrılığın Verilen Tepkiye Göre İncelenmesi

Ayrılığa Verdiği Tepki	N	\bar{X}	S	Sd	t	p
Kaygılı-Gergin	19	13,11	1,52	54,03	-4,77	.000
Kabullenici-Rahat	41	15,63	2,54			

Hipotezlerin sınındığı bir başka analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü alt boyut puanlarının ebeveyninden ayrılmaya verilen tepkiye göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 6'da verilen bulgular incelendiğinde katılımcıların dikkat-dürtü kontrolü alt puanlarının ebeveyninden ayrılmaya verilen tepkiye göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($t(54)=-4.77, p < .001$). Buna göre, ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kaygılı-gergin olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolünün ($x = 13,11$), ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kabullenici-rahata olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne ($x=15,63$) göre daha gelişmiş olduğu görülmektedir.

Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocuğun Okula Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 7. Olumlu Duygu Düzeyinin Okula Uyuma Göre İncelenmesi

Okul Adaptasyonu	N	\bar{X}	S	Sd	t	p
Kolay	24	12,88	2,54	57,87	3,65	.001
Zor	36	9,94	3,66			

Araştırmada hipotezlerin sınıandığı bir diğer analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden olumlu duygu alt boyut puanlarının okula adaptasyona göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 7'ye bakıldığında olumlu duygu düzeyi, okul adaptasyonuna göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($t(57,87) = 2.54, p < .05$). Buna göre, okula adaptasyonu zor olan çocukların duygu düzenleme becerisinin ($x=9,94$), okula adaptasyonu kolay olan çocukların duygu düzenleme becerisine ($x = 12,88$) göre daha zayıf olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Dikkat-Dürtü Kontrol Düzeyinin Okula Adaptasyonuna Göre İncelenmesi

Okul Adaptasyonu	N	\bar{X}	S	Sd	t	P
Kolay	24	16,29	2,21	58	4,06	.000
Zor	36	13,86	2,30			

Hipotezlerin sınıandığı bir başka analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü alt boyut puanlarının okula adaptasyona göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 8'de verilen bulgular incelendiğinde katılımcıların dikkat-dürtü kontrolü alt puanlarının okula adaptasyonuna göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($t(58) = 4.06, p < .001$). Buna göre, okula adaptasyonu kolay olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolü ($x=16,29$), okula adaptasyonu zor olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne ($x = 13,86$) göre daha gelişmiş olduğu görülmektedir.

Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocuğun Akranlarıyla İlişki Kurma Girişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 9. Olumlu Duygu Düzeyinin Akranlarla İlişki Kurma Girişimine Göre İncelenmesi

Akranlarıyla İlişki Kurma	N	\bar{X}	S	Sd	t	P
Kolay	41	11,85	3,38	58	2,46	.017
Zor	19	9,53	3,45			

Araştırmada hipotezlerin sınıandığı bir başka analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden olumlu duygu alt boyut puanlarının akranlarla ilişki kurma girişimine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 9'a bakıldığında olumlu duygu düzeyi, akranlarıyla ilişki kurma girişimine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t(58)= 2.46$, $p<.05$). Buna göre, akranlarıyla ilişki kurma girişimi zor olan çocukların duygu düzenleme becerisinin ($x =9,53$), akranlarıyla ilişki kurma girişimi kolay olan çocukların duygu düzenleme becerisine ($x =11,85$) göre daha zayıf olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Dikkat-Dürtü Kontrolü Düzeyinin Akranlarla İlişki Kurma Girişimine Göre İncelenmesi

Akranlarıyla İlişki Kurma	N	\bar{X}	S	Sd	t	P
Kolay	41	15,34	2,46	58	2,35	.022
Zor	19	13,74	2,44			

Hipotezlerin sınıandığı bir başka analizde ise katılımcıların öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü alt boyut puanlarının akranlarla ilişki kurma girişimine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve bu doğrultuda bağımsız örneklem için T testi analiz adımları uygulanmıştır. Tablo 10'da verilen bulgular incelendiğinde katılımcıların dikkat-dürtü kontrolü alt puanlarının akranlarla ilişki kurma girişimine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($t(58)= 2.35$, $p<.05$). Buna göre, akranlarla ilişki kurma girişimi kolay olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolü ($x =15,34$), akranlarla ilişki kurma girişimi zor olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne ($x =13,74$) göre daha gelişmiş olduğu görülmektedir.

Tartışma

Bu çalışmada ilk olarak temel hipotezlerden olan bağlanma stilleri puanı ile öz düzenleme ölçeği puanları arasındaki korelatif ilişkiler ele alınmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların güvenli bağlanma puanları arttıkça öz düzenleme puanlarının da arttığı görülmektedir. Buna ek olarak katılımcıların Öz Düzenleme Ölçeği'nin olumlu duygu alt boyutundan alınan toplam puanı artması duygu düzenleme becerisinin yüksekliğini temsil

etmektedir. Buna göre katılımcıların güvenli bağlanma puanları arttıkça duygu düzenleme becerilerinin de arttığı görülmektedir. Literatürde bu çalışmaya paralel olarak, Şahin'in (2015) altı yaş çocuklarının bağlanma örüntülerinin ve duygu düzenleme becerilerinin incelendiği 137 öğrenciden oluşan çalışmada duygu düzenleme becerisinin güvenli bağlanma ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Araştırma kapsamında okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stilleri ile "olumlu duygu" alt ölçeğinden elde edilen duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Buna göre analiz sonuçları incelendiğinde güvenli bağlanan çocukların duygu düzenleme becerileri, güvensiz bağlanan çocukların duygu düzenleme becerilerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte yapılan çalışmada bağlanma stillerine göre duygu düzenleme alt kategorisi olarak ele alınan dikkat-dürtü kontrolünün güvenli bağlanma örüntüsüne sahip çocuklarda daha yüksek olduğu, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan çocuklarda daha düşük olduğu saptanmıştır. Duygu düzenleme becerisi ve dikkat-dürtü kontrolünün bağlanma stillerine göre farklılık göstermesine ilişkin bulgular, bu alt kategorilerin genel değerlendirilmesinde ele alınan çocukların öz düzenlemelerine göre de anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde bu çalışmadan elde edilen bulgulara paralel olarak, ebeveynlerine güvenli bağlanan çocukların duygu düzenleme becerilerinin ebeveynlerine güvenli bağlanmayan çocukların duygu düzenleme becerilerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Contreras, Kerns, Weimer, Gentzler ve Tomich, 2000; Ackerman ve Dozier, 2005; Goodal, Trenjnowska ve Darling, 2012; Kullik ve Peterman, 2013; Roque, Verissimo, Fernandes ve Rebelo, 2013; Brumariu, 2015). Türkiye'de 2015 yılında 60-72 aylık 224 çocukla yapılan, bağlanma ve duygu düzenleme becerilerini inceleyen bir araştırmada ise yine çalışmamızla aynı doğrultuda bulgulara rastlanmıştır (Ural, Güven, Sezer, Efe-Azkeskin ve Yılmaz, 2015). Buna göre literatürdeki bilgilere bakıldığında güvenli bağlanan çocukların güvensiz bağlanan çocuklara göre duygu düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu bulgusu desteklenmektedir.

Katılımcıların duygu düzenleme becerileri ile ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki incelendiğinde, ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kaygılı-gergin olan çocukların duygu düzenleme becerisinin, ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki kabullenici-rahatsız olan çocukların duygu düzenleme becerisine göre daha zayıf olduğu görülmektedir. Katılımcıların dikkat- dürtü kontrolü alt puanlarının ebeveyninden ayrılığa verilen tepkiye göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Ebeveyninden ayrılmaya verilen tepkinin kaygılı-gergin tepki olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolünün, ebeveyninden ayrılmaya verilen tepkinin kabullenici-rahatsız olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne göre daha gelişmiş olduğu saptanmıştır. Literatürde doğrudan çocukların duygu düzenleme becerileri ile ebeveyninden ayrılmaya verdiği tepki arasındaki farka bakan bir araştırmaya rastlanmamıştır, çalışmamızda elde ettiğimiz bu bulgu literatüre ışık tutması açısından önemlidir.

Özellikle ilk okul deneyiminin yaşandığı okul öncesi dönemde, duygu düzenleme becerilerinin gelişmemesi halinde sosyal ilişkiler ve okula uyum süreci ile ilgili bazı zorluklar yaşanabilmektedir. Bu sebeple erken çocukluk dönemine tekabül eden okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerilerini kazanması açısından önem arz etmektedir (Calkins ve Hill, 2007). Çalışmamızda okula adaptasyonu zor olan çocukların duygu düzenleme becerisinin, okula adaptasyonu kolay olan çocukların duygu düzenleme becerisine göre daha zayıf olduğu görülmektedir. Yine duygu düzenleme becerisinin alt kategorilerinden olan dikkat ve dürtü kontrolü değişkenine bakıldığında okula adaptasyonu kolay olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolünün, okula adaptasyonu zor olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne göre daha gelişmiş olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulgulara ek olarak literatüre bakıldığında duygu düzenleme ile okula geçiş döneminin daha kolay ya da zor olması arasında anlamlı ilişki olduğu görülen araştırmaya rastlanmaktadır (Suchodoletz, Trommsdorff,

Heikamp, Wieber ve Gollwitzer, 2009). Örnekleme 16 erkek 12 kızdan oluşan ve toplamda 28 Alman çocuk ile yapılan bu çalışmada okul öncesi dönemdeki çocuklardan duygularını kontrol etmede geride olanların, duygularını kontrol etmede ileride olanlara göre okula uyumunun daha uzun ve zor olduğu saptanmıştır.

Bireyin duygu düzenleme becerisini yaşamının ilk yıllarından itibaren geliştiriyor olması akran ilişkilerine, sosyal becerilerine ve akademik anlamda başarı elde etmesine olumlu katkılar sağlamaktadır (Bronson, 2000). Çalışmamızda akranlarıyla ilişki kurma girişimi zor olan çocukların duygu düzenleme becerisi, akranlarıyla ilişki kurma girişimi kolay olan çocukların duygu düzenleme becerisine göre daha zayıf olduğu görülmektedir. Akranlarla ilişki kurma girişimi kolay olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolü, akranlarla ilişki kurma girişimi zor olan çocukların dikkat ve dürtü kontrolüne göre daha gelişmiş olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde okul öncesi dönemdeki 4 yaşlarındaki 96 çocuk ile yapılan bir çalışmada duygu düzenleme becerisi düşük olan çocukların akranlarıyla serbest oyun zamanında kaygılı ve sıkıntılı oldukları ve akranlarıyla ilişki kurarken çekingen davrandıkları görülmektedir (Rubin, Coplan, Fox ve Calkins 1995). Buna ek olarak düşük sosyal etkileşime ve duygu düzenleme becerisine sahip çocukların serbest oyun sırasında daha kaygılı davranışlar sergilediği görülmüştür. Alanyazında duygu düzenleme ile ilgili yapılan diğer çalışmalarda da bu çalışmadaki bulgulara paralel bulguların elde edildiği görülmektedir. Kim ve Cicchetti (2010) 6-12 yaş aralığındaki 421 çocuk ile yapmış olduğu çalışmada, duygu düzenleme becerisi yüksek olan çocukların akranları tarafından daha çok kabul edildiği ve bununla birlikte çocuğun akranlarıyla geliştireceği ilişkiler sayesinde psikolojik iyi oluş durumunu da olumlu etkilemesi yönünden önemli olduğu bulunmuştur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Duygu düzenleme becerilerinin erken çocukluk döneminde ele alınmasının önemi ortadadır, buradan hareketle öğretmenlere, bu konuda çocukların desteklenebilmesi için eğitim verilmesi yararlı olacaktır. Duygu düzenleme sürecinin önemini kavranması ve temel bakım veren olarak kendilerine düşen görevlerin farkındalığının kazandırılması için okullar aracılığı ile anne-babalara eğitim ve bilgilendirme çalışmaları yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen veriler her ne kadar literatürle uyumlu olsalar da çalışmanın kurgulanması sürecinde bazı sınırlılıklar da yer almaktadır. Örneğin, örneklem büyüklüğünün yetersizliği bu çalışmanın en önemli sınırlılığdır. Ölçeklerin uygulama ve değerlendirme sürecinin uzun olması sebebiyle örneklem sayısı sınırlı kalmıştır. Hücre başına düşen vaka sayısının 5'ten az olduğu durumlar analize katılamamıştır. Araştırmaya katılan çocukların okul süreci ile ilgili bilgiler aileden alınan veriler ile sınırlıdır. Bu durumda okul ile ilgili ortak bilgilerin edinilmesi konusunda öğretmenler ile de iş birliği yapılarak, onlardan alınan bilgiler de araştırmaya dahil edilebilir. Çalışmada kullanılan ölçekler göz önünde bulundurulduğunda tüm uygulamaların araştırmacı tarafından yapılması, bilimsel körlük açısından önemli bir sınırlılık olabilmektedir. Tüm çocuklara aynı özenin gösterilmesine rağmen uygulayıcının aynı kişi olması durumu yanlılık olasılığını arttırabilmektedir. Daha kalabalık örneklem ile duygu düzenleme becerileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin farklı değişkenler (gelişim alanları, mizaç, empati, aile ile ilgili değişkenler vb.) açısından ele alındığı çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Ackerman, J. P., ve Dozier, M. (2005). The influence of foster parent investment on children's representations of self and attachment figures. *Applied Developmental Psychology*, 26, 507–520. Booth-LaForce, C., Oh, W., Kim, A. H., Rubin, K. H., Rose. doi:10.1016/j.appdev.2005.06.003.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Barrett, F., Gross J., Christensen, T. & Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition & Emotion*, 15(6), 713-724.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol.I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bretherton, I., Ridgeway, D., & Cassidy, J. (1990). Assessing internal working models of the attachment relationship: An attachment story completion task for 3-year-olds. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation series on mental health and development. Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*. U.S.A.: University of Chicago Press.
- Bronson, M. B., (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture*. New York, NY: Guilford Press.
- Brumariu, L. E. (2015). Parent–child attachment and emotion regulation. In G. Bosmans, ve K. A. Kerns (Ed.), *New Directions For Child And Adolescent Development*, Vol. (148), 31–45. Hoboken, NJ: Wiley.
- Buhrmester, D.(2009). Methods and measures: The network of relationships inventory: Behavioral systems version. *International Journal of Behavioral Development*, 33, 470-478.
- Calkins, S. D. ve Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation. In J. Gross (Ed.) *Handbook of emotion regulation*, 229-248. London: Guilford Press.
- Campos J. J., Campos R. G. ve Barrett K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology*, Vol 25(3), 394-402.
- Contreras, J. M., Kerns, K. A., Weimer, B. L., Gentzler, A. L. ve Tomich, P. L. (2000). Emotion regulation as a mediator of associations between mother–child attachment and peer relationships in middle childhood. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 111-124.
- Dodge, K. A. ve Garber, J. (1991). Domains of emotion regulation.. J. Garberand ve K. A. Dodge (Ed.). In *The Development of emotion regulation and dysregulation*, 3-14. England: Cambridge University Press.

- Farb, N. A. S., Anderson, A. K., Irving, J. A., & Segal, Z. V. (2014). Mindfulness interventions and emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press. 548-567.
- Fındık-Tanrıbuyurdu, E. (2012). Okul öncesi öz düzenleme ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Yayınlanmış Yüksek lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Furman, W., Simon, V. A., Shaffer, L. ve Bouchey, H. A. (2002). Adolescents' working models and styles for relationships with parents, friends, and romantic partners. *Child Development*, 73 (1), 241-255.
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30:1311-1327.
- Goodall, K., Trejnowska, A. ve Darling, S. (2012). The relationship between dispositional mindfulness, attachment security and emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 52(5), 622-626.
- Gökçe, G. (2013). Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Granot, D. ve Maysel, O. (2001). Attachment security and adjustment to school in middle childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 530- 541.
- Gross, J.J. ve Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: an affective science perspective. *Clinical Psychological Science Special Series*, Vol. 2(4) 387-401.
- Gross, J. J. ve Thompson, R. A. (2006). Emotion regulation: Conceptual foundations. J. J. Gross (Ed.). *Handbook of emotion regulation*, 3-25. New York: The Guilford Press.
- Jacobson, J. L., ve Wille, D. E. (1986). The influence of attachment pattern on developmental changes in peer interaction from the toddler to the preschool period. *Child Development*, 57(2), 338-347.
- Kim, J., & Cicchetti, D. (2010). Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of child psychology and psychiatry*, 51(6), 706-716.
- Kullik, A. ve Petermann, F. (2013). Attachment to parents and peers as a risk factor for adolescent depressive disorders: the mediating role of emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(4), 537-548.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and emotion*, 27(2), 77-102.
- Nakash-Eisikovits O, Dutra L, Westen D. (2000). Relationship between attachment patterns and personality pathology in adolescents. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 41(11) 111-1123).
- Özgün, Ö. (2013). Ebeveynlik ile ilgili kuramlar ve araştırmalar, Z. F. Temel (Ed.). *Aile Eğitimi ve Erken Çocukluk Eğitiminde Aile Katılım Çalışmaları*, 72-109. 2. Baskı, Ankara: Anı Yayıncılık.

- Premo, J. E. & Kiel, E.L. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: moderation by toddler gender. *American Psychological Association*, 14(4), 782-793.
- Roque, L., Veríssimo, M., Fernandes, M., & Rebelo, A. (2013). Emotion regulation and attachment: Relationships with children's secure base, during different situational and social contexts in naturalistic settings. *Infant behavior and development*, 36(3), 298-306.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., Fox, N. A., ve Calkins, S. D. (1995). Emotionality, emotion regulation, and preschoolers' social adaptation. *Development and Psychopathology*, 7, 49-62.
- Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.
- Smith-Donald, R., Raver, C. C., Hayes, T., & Richardson, B. (2007). Preliminary construct and concurrent validity of the Preschool Self-regulation Assessment (PSRA) for field-based research. *Early Childhood Research Quarterly*, 22(2), 173-187.
- Suchodoletz, A., Trommsdorff, G., Heikamp, T., Wieber, F. ve Gollwitzer, P. M., (2009). Transition to school: The role of kindergarten children's behavior regulation. *Learning and Individual Differences*, 19, 561-566.
- Şahin, G. (2015). *Okul öncesi çocukların yürütücü işlevlerinin ve duygu düzenleme becerilerinin bağlanma örüntüleri açısından incelenmesi* (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition: the development of emotion regulation and dysregulation: biological and behavioral aspects. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). Socialization of Emotion Regulation in the Family. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (p. 249–268). The Guilford Press.
- Turner, P. J. (1991). Relations between attachment, gender, and behavior with peers in preschool. *Child development*, 62(6), 1475-1488.
- Ural, O., Güven, G., Sezer, T., Efe-Azkeskin, K. ve Yılmaz, E. (2015). Okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma biçimleri ile sosyal yetkinlik ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 11, 589-598.
- Uluç, S. (2005). *Okul Öncesi Çocuklarda Benliğe İlişkin İnançlar, Kişilerarası Şemalar ve Bağlanma İlişkisinin Temsilleri Arasındaki İlişki: Ebeveynlerin Kişilerarası Şemalarının ve Bağlanma Modellerinin Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Uluç, S. ve Öktem, F. (2010). Okul öncesi çocuklarda güvenli yer senaryoları ve kişilerarası beklentiler arasındaki ilişkiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17/3,139-147.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.