



T.C.

İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

TEMEL EĞİTİM ANABİLİM DALI

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DUYGU DÜZENLEME
BECERİLERİ İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALARIN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Berivan IŞIK

Malatya-2022

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANABİLİM DALI
OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DUYGU DÜZENLEME
BECERİLERİ İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALARIN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Berivan IŞIK

Doç. Dr. Bahadır KÖKSALAN

Malatya-2022

ONUR SÖZÜ

Doç. Dr. Bahadır KÖKSALAN'ın danışmanlığında yüksek lisans tezi olarak hazırladığım *Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Duygu Düzenleme Becerileri ile İlgili Yapılan Çalışmaların İncelenmesi* başlıklı bu çalışmanın bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın tarafımdan yazıldığını ve yararlandığım bütün yapıtların hem metin içinde hem de kaynakçada yöntemine uygun biçimde gösterilenlerden oluştuğunu belirtir, bunu onurumla doğrularım.

Berivan IŞIK



ÖNSÖZ

Okul öncesi dönem olarak adlandırılan yaşamın ilk yıllarında çocuklar bilişsel, sosyal, duygusal ve fiziksel alanlarda büyük gelişimler yaşar. Duygusal alanda olan gelişimler hem diğer alanları destekleyen hem de diğer alanlardan etkilenen bir yapıya sahiptir. Bu anlamda duygusal becerilerin gelişiminin takip edilerek desteklenmesi büyük önem taşımaktadır. Duygusal becerilerden olan duygu düzenleme becerisi duyguları tanıma, anlama ve ifade etme süreçlerini de içererek duyguların sağlıklı bir şekilde yönetimini sağlar. Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi bu araştırmanın konusu olmuştur.

Araştırma fikrinin oluşmasında ve araştırma süresince birçok değerli insanın katkısı olmuştur. Öncelikle yüksek lisans eğitimim boyunca deneyimlerinden yararlandığım, zorlandığım zaman yüreklendiren, yol gösteren ve çalışmanın tamamlanmasında büyük emekleri olan danışman hocam Doç. Dr. Bahadır KÖKSALAN'a,

Yüksek lisans tez savunma jürimde bulunarak çalışmamı inceleyen ve kıymetli vakitlerini ayırarak çalışmama katkı sağlayan hocalarım Doç. Dr. Serpil PEKDOĞAN'a ve Dr. Öğr. Üyesi Burcu GEZER ŞEN'e,

Bir okul öncesi eğitim sınıfında birlikte tüm duyguları yaşayarak deneyimlediğimiz, onlardan çok şey öğrendiğim ve duygu düzenleme becerileri alanında bana ilham olan canım çocuklara,

Tez yazma sürecimde her ne kadar uzakta da olsam manevi destekleriyle hep yanımda olduklarını hissettiğim sevgili arkadaşlarım Dilan AY SALĞIN ve Nurdan KIZILAY'a,

Ve eğitim-öğretim hayatım boyunca bana her zaman destek olan canım aileme çok teşekkür ederim.

Berivan IŞIK

ÖZET

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALARIN İNCELENMESİ

IŞIK, Berivan

Yüksek Lisans, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Bahadır KÖKSALAN
Haziran-2022, VIII+79 sayfa

Bu araştırmada okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili 2013-2021 yılları arasında Türkiye’de yayımlanan bilimsel makalelerin, yüksek lisans ve doktora tezlerinin içeriklerinin incelenerek genel eğilimlerini ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Araştırmada, pdf formatında bilgisayar ortamına kaydedilen çalışmalar nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi modeliyle değerlendirilmiştir. Veriler hazırlanan analiz formu aracılığıyla toplanmıştır. Bu formda araştırmaların; türü, yayımlanma yılları, yazar sayıları, yaptıkları bilim dalları, yöntemleri, örneklemeleri, örneklemelerindeki çocuk sayısı, çocukların yaş grupları ve araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları bölümlerine yer verilmiştir. Bu araştırma için Google Akademik ve Yök Tez Merkezi veri tabanlarında duygu düzenleme, duygu düzenleme becerisi ve okul öncesi dönem anahtar sözcükleriyle tarama yapılmıştır. Belirlenen ölçütleri karşılayan 60 çalışma incelenmiştir. Veriler SPSS25 paket programıyla analiz edilmiştir. İnceleme sonucunda elde edilen bulgular yüzde ve frekans tablolarıyla gösterilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre konuyla ilgili en çok yüksek lisans tezlerinin yapıldığı, çalışmaların 2019 yılı itibariyle arttığı, araştırma makalelerin çoğunlukla iki ve üç yazarlı olduğu, tezlerin en çok Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında yapıldığı, araştırma yöntemi olarak en çok ilişkisel tarama yönteminin kullanıldığı, örneklem grubu olarak en çok sadece çocukların alındığı, örneklemdeki çocuk sayısının en çok 101-200 aralığında olduğu, çocukların yaş gruplarının en çok 5-6 yaş grubu olduğu ve en çok kullanılan veri toplama aracının Duygu Düzenleme Ölçeği olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: okul öncesi dönem, duygu düzenleme becerisi, içerik analizi

ABSTRACT

INVESTIGATION OF STUDIES ON EMOTION REGULATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN

IŞIK, Berivan

Master's Degree, Inonu University, Institute of Educational Sciences
The Department of Preschool Education

Advisor: Assoc. Dr. Bahadır KÖKSALAN
June-2022, VIII+79 pages

In this study, it was aimed to reveal the general tendencies of the scientific articles, master's and doctoral theses published in Turkey between 2013-2021 on emotion regulation skills in preschool children. In the research, the studies recorded in the computer environment in pdf format were evaluated with the document analysis model, which is one of the qualitative research methods. The data were collected through the prepared analysis form. In this form, researches; Type, year of publication, number of authors, branches of science, methods, samples, number of children in the sample, age groups of children and data collection tools used in research are included. For this research, Google Academic and YÖK Thesis Center databases were searched with the keywords of emotion regulation, emotion regulation skill and preschool period. 60 studies that met the specified criteria were reviewed. The data were analyzed with the SPSS25 package program. The findings obtained as a result of the examination are shown with percentage and frequency tables. According to the results of the research, the most postgraduate theses on the subject were made, the studies increased as of 2019, the research articles were mostly with two and three authors, the theses were mostly made in the Department of Preschool Education, the most relational scanning method was used as the research method, the sample group was It was seen that only children were taken most often, the number of children in the sample was between 101-200 at most, the age groups of children were mostly 5-6 years old, and the most used data collection tool was the Emotion Regulation Checklist.

Key Words: preschool period, emotion regulation skills, content analysis

İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ.....	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vii
KISALTMALAR.....	viii
BÖLÜM I.....	1
1.GİRİŞ.....	1
1.1.Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Problemi.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
1.5. Varsayımlar.....	6
1.6. Tanımlar.....	6
BÖLÜM II.....	8
2. KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
2.1. Duygu Kavramı.....	8
2.2. Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Temel Duyguların Gelişimi.....	11
2.2.1. Mutluluk (Sevinç).....	14
2.2.2. Korku.....	14
2.2.3. Öfke.....	15
2.2.4. Üzüntü.....	15
2.3. Okul Öncesi Dönemde Duygusal Becerilerin Gelişimi.....	16
2.3.1. Duyguları Tanıma Becerisi.....	17
2.3.2. Duyguları Anlama Becerisi.....	17

2.3.3. Duyguları İfade Etme Becerisi	18
2.3.4. Duygusal Becerilerin Gelişiminde Ailenin Rolü.....	18
2.4. Duygu Düzenleme Becerisi ve Teorik Temelleri.....	21
2.4.1. Duygu Düzenleme Becerilerinin Gelişimi	23
2.4.2. Duygu Düzenleme Becerilerinin Gelişimini Etkileyen Faktörler	25
2.5. İlgili Araştırmalar	29
2.5.1. Yurt içinde yapılan çalışmalar	29
2.5.2. Yurt dışında yapılan çalışmalar	31
BÖLÜM III	38
3.YÖNTEM	38
3.1. Araştırma Modeli	38
3.2. Evren ve Örneklem	38
3.3. Verilerin Toplanma Teknikleri	39
3.4. Verilerin Analizi.....	39
BÖLÜM IV	41
4. BULGULAR VE YORUM	41
4.1. Birinci Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum	41
4.2. İkinci Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum.....	47
4.3. Üçüncü Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum.....	49
BÖLÜM V	52
5. SONUÇ ve ÖNERİLER	52
5.1. Sonuçlar.....	52
5.2. Öneriler	56
KAYNAKÇA.....	58
EKLER.....	67
Ek 1: Araştırmaya Dahil Edilen Çalışmalar.....	67
Ek 2: Yayın Sınıflama Formu	76

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaların Türlerine Göre Dağılımı	41
Tablo 2. Araştırmaların Yıllarına Göre Dağılımı.....	41
Tablo 3 Araştırmaların Yıllara Göre Türlerinin Dağılımı.....	42
Tablo 4. Araştırma Makalelerinin Yazar Sayılarına Göre Dağılımı	43
Tablo 5. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Dağılımı	43
Tablo 6. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Araştırma Türlerinin Dağılımı.....	44
Tablo 7. Tezlerin Bilim Dallarına Göre Dağılımı	44
Tablo 8. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Bilim Dallarının Dağılımı.....	45
Tablo 9. Araştırmalarda Kullanılan Veri Toplama Araçlarına Göre Dağılım	46
Tablo 10. Araştırmaların Yöntemlerine Göre Dağılım	47
Tablo 11. Araştırmaların Türlerine Göre Yöntemlerinin Dağılımı.....	48
Tablo 12. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Araştırma Yöntemlerinin Dağılımı	48
Tablo 13. Araştırmaların Örneklemlerine Göre Dağılımı.....	49
Tablo 14. Araştırmaların Örneklemlerindeki Çocuk Sayılarına Göre Dağılım	50
Tablo 15. Örneklemlerdeki Çocukların Yaş Gruplarına Göre Dağılımı.....	50

KISALTMALAR

MEB: Millî Eğitim Bakanlığı

TDK: Türk Dil Kurumu

YÖK: Yükseköğretim Kurulu

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

Vd.: Ve diğerleri

Çev.: Çeviren

Ed.: Editör

BÖLÜM I

1.GİRİŞ

Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerilerinin gelişiminin incelendiği araştırmanın bu bölümünde problem durumu, araştırmanın problemi, önemi, sınırlılıkları, varsayımları ve araştırma konusu ile ilgili tanımlar bulunmaktadır.

1.1.Problem Durumu

Okul öncesi dönem yaşamın en kritik dönemlerinden biridir. Bu dönemde beyin ve vücut hızlı değişimler ve gelişimler geçirir (Underdown, 2006). Bilişsel (zihinsel) alan düşünme, mantık yürütme ile birlikte dil kullanma becerisinin de belirlendiği alandır. Sosyal alan toplumsal hayatın içinde sergilenen tutum ve davranışları kapsayan başkaları ile ilişki kurma yeteneği gibi becerileri kapsamaktadır. Duygusal alan ise mutluluk, acı, üzüntü ve öfke gibi duyguların hissedilmesiyle bu duyguların davranışa dönüşmesini içeren alandır (Atay, 2012). Duygusal gelişim alanı diğer gelişim alanlarından etkilenme eğilimine sahip çok yönlü bir alandır. En çok etkilendiği alanın sosyal alan olduğu belirlenmiştir. Kişinin kendi ve başkalarının duygularını, düşüncelerini anlayabilme ve tanımlayabilme yeteneklerini içeren duygusal becerilerin gelişimi çocuğun dünyaya gelme anıyla başlar ve okul öncesi dönemde hızlı bir gelişim gösterir (Saltalı, 2010).

Bu dönemde duygusal gelişim diğer gelişim alanlarıyla ilişkili olarak belirlenerek desteklenir. Diğer gelişim alanlarında olduğu gibi düzenli bir şekilde devam eder. Kuramsal temeller açısından bakıldığında Piaget'e göre duygu ve zihin gelişimi eş güdümlü olur ama birbirinden ayrı gelişir. Duyguları harekete geçirecek bir tepki oluşmadan önce bu tepkiye yol açan olayın biliş tarafından algılanması ayrıca bu olayın bireyde duygusal ve devinimsel bir değişime yol açması gerekmektedir. Bundan dolayı duygusal gelişim yaş ve dönemsel özelliklere göre değişimler gösterir (Atay, 2011). Erikson'a göre çocukların duygusal anlamda iyi oluş halleri anne-babaların çocukların gelişim düzeylerine uygun bir şekilde ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmasından etkilenir. Anne ve babaların doğru tutuma sahip olması çocukların dünyaya doğru gözlerle bakarak duygu anlayışı geliştirmelerini sağlar (Özyürek, 2004).

Duygusal gelişim sadece duyguların ortaya çıkması ile ilgili değil aynı zamanda duyguları anlama yeteneği ve uygun iletişim kurma becerilerini kapsamaktadır (Fox ve Stifter, 2005). Çocukla olan iletişimde doğru iletişim kurma becerilerinin sağlanması için gelişim özelliklerinin en çok da duygusal gelişim sürecinin iyi bilinmesi gerekmektedir. Çocuğun duygularını tanıma, anlama ve düzenleme süreçlerinin farkında olan ebeveyn çocuğu daha yakından tanıyarak bu doğrultuda iletişim kurduğu zaman çocuk anlaşıldığını hissederek iletişimi devam ettirmek isteyecektir. Aynı şekilde çocukla kurulan sağlıklı iletişim sayesinde çocuğun etkili iletişim kurma becerisi gelişerek duygu düzenleme becerisinin gelişimi de olumlu olarak etkilenecektir (Köksalan, 2021).

Bebekler dünyaya geldiği zaman bakım verenleriyle iletişim kurmasını sağlayan çeşitli donanımlara sahiptir. Bu donanımlar bebeğin anne, baba veya bakımdan sorumlu olan diğer bireylere bağlanmasını sağlar. Çocuğun bakım vereni ile arasında olan uyum sayesinde çocuk olumlu ve olumsuz duygusal durumları düzenlemesine yardımcı olacak iletişim biçimleri oluşturur. Çocuk, ebeveynine ya da bakım verenine bağlandıkça sosyal ve duygusal anlamda olgunlaşmalar yaşar. Bu anlamda bağlanma örüntüleri ilk çocukluk döneminde duygusal gelişimin ilerlemesi için önemli bir yere sahiptir (Siegel, 2001).

Bebeklikten ilkokula gitme sürecini kapsayan okul öncesi dönemde çocuk gelişimsel açıdan büyük ilerlemeler yaşar. Bu dönemde çocuğun gelişim alanlarındaki görevleri ve olgunlaşmaları yerine getirmesinde desteklenmesi büyük önem taşımaktadır (Yavuzer, 2014). İki ile altı yaş arasındaki çocuklar duyguları anlamaya yönelik becerileri içeren duygusal becerilerin gelişiminde hızlı bir yol kat ederler. Duygularını uygun yollarla ifade etmeyi öğrendikleri bu süreç duygusal gelişimin sürdürülmesi açısından gereklidir (Berk, 2018). Bu dönemde çocuklar duygusal anlayış geliştirirler. Özellikle 3 yaşından sonra başkalarının duygularını doğru bir şekilde anlayarak etiketleme yapabilirler. Ayrıca duygu dilini kullanarak kendi ile başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını tahmin ederler. Genellikle olumsuz duygulardan önce olumlu duygu durumlarını etiketleme becerisi gelişir (Fox ve Stifter, 2005).

Duygusal durumları ayarlamak için kullanılan stratejileri ifade eden duyguları düzenleme becerisi duygusal becerilerin gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır. Duygu kontrolündeki bireysel farklılıklar bebeklik döneminde ve okul öncesi dönemde belirgin derecede gözlemlenebilir. Bebeğin duygusal düzenleme kapasitesi çoğunlukla bakıcısının müdahalesine bağımlı olarak sınırlıdır (Berk, 2013). Ancak çocuk doğduğu

günden itibaren kendisini rahatsız eden durumları düzenlemeyi başarmaktadır. Bu durum öncelikle onu rahatsız eden parlak bir ışıktan uzaklaşma davranışı ya da sıkıntılı olduğu zaman elini ağzına götürme davranışı şeklinde kendini gösterebilir. Bu davranışlar meydana geldiğinde bebeğin iç durumlarını kontrol etmesine izin verilmelidir (Fox ve Stifter, 2005). Okul öncesi dönemin başlarında duygu düzenleme genellikle biyolojik davranışlar şeklinde olur ve yetişkinler tarafından desteklenir. Örneğin, çocuk oyun oynarken kardeşinin oyununu bozması halinde hemen saldırganlığa başvurmasını önlemek için annesinin ya da bir yetişkinin yardımı gerekebilir. Bu anlamda erken çocukluk döneminde duygu düzenleme becerilerinin gelişiminde yetişkin rehberliği önemli bir yer tutar (Denham ve Burton, 2013).

Okul öncesi dönem, gelişimsel açıdan ilerlemenin çok hızlı ve çok değişken olduğu insan hayatının en önemli dönemidir. Bu dönem boyunca çocuk hayatında çeşitli rollerde olan tanıklarla yaşar. Bunlardan belki de en önemlileri anne-baba ve öğretmendir. Çocuğun bu kişilerle olan etkileşimi kendini ve çevresini anlamlandırmada öncülük eder. Çocuğun hayatında olumlu izlenimler bırakmak için bu kişilerin sorumluluklarının ve etkilerinin farkında olarak çocuğa yaklaşımları elzemdir. Kendiyle barışık ve çocuklarla duygularını anlama ve ifade etme sürecinde nasıl iletişim kuracağını bilerek hareket eden yetişkinler sayesinde çocuk duygularının farkına varıp duygularını uygun bir şekilde düzenleyerek olumlu benlik algısı geliştirecektir. Bu sayede çocuk çevresiyle sosyal olarak uyum içinde yaşayacaktır. Bu anlamda çocuğun çevresindeki yetişkinlerin çocukla iletişim ile ilgili bilgi ve deneyim sahibi olmaları için çeşitli eğitimlere katılmaları faydalı olur (Çelik, vd., 2002).

Okul öncesi eğitim, çocuğa başkalarının duyguları konusunda cevapları vermek yerine diğer insanların ne hissedebileceğini onların bakış açılarına göre anlamasını sağlayarak duygu anlayışı oluşturmalıdır. Okul öncesi dönemde çocukların duygu anlayışı oluşturarak duygusal becerileri kazanmış bireyler olması çağın gerektirdiği durumları daha çok anlamlandırmalarına katkı sağlar (Verron, 2017). Duygusal becerilerin gelişiminin sağlanmasında okullar önemli bir yere sahiptir. Eğitim faaliyetlerinde beceri gelişimi süreçlerinin doğru planlanıp uygulanması gerekmektedir. Okullarda çocukların sosyal duygusal becerilere sahip olma ile bu becerileri doğru kullanma ve yansıtma özellikleri açısından farklılıklar bulunabilir. Öğretmenlerin bu farklılıkları doğru gözlemlerle ölçüp uygulanması gereken yöntemlere karar vermesi gerekir. Bu sayede çocukların duygusal süreçleri ihmal edilmeden bu süreçlerin eğitime

dahil edilmesi yoluyla elde edilmek istenen kazanımlara daha hızlı ve daha doğru bir şekilde ulaşılmış olacaktır (Vural ve Kocabaş, 2011).

Hayatta başarılı olmada ve bireyde var olan potansiyeli ortaya çıkarmada etkili olan ölçütlerden sosyal duygusal becerilerin yaşamın erken yıllarda kazanılmış olması büyük önem arz etmektedir. Bu anlamda okul öncesi dönem çocuklarının başarı duygusunu tatması için ortamlar ve fırsatlar oluşturulmalıdır. Bu fırsatları sağlayabilecek en doğal durumlar oyunlardır. Oyun ortamında çocuk, duygularını ifade etme fırsatı bularak çözüm üretmeye çalışır. Bununla birlikte normal zamanlarda ifade etmekten çekindiği duyguları oyun senaryoları içinde ifade eder. Bu sebeple çocuk oyun oynarken öğretmeni gözlem yaparak çocuğun duyguları hakkında fikir sahibi olabilir. Öğretmenlerin öğrendikleri duygu durumları ile ilgili önleyici destekler sunmaları çocuğun duygusal beceri gelişimini olumlu anlamda etkileyecektir. Okul öncesi dönem çocuklarına çeşitli öğretim yöntemleriyle ilişkili etkinlikler (rol oynama, öykü anlatma gibi) içeren ortamlar sunulması çocukların duygularını tanımalarını sağlamaya zemin oluşturacaktır. Aynı zamanda çocuğun hissettiklerinin hangi durumlarda gerçekleştiği ve bir şeyi neden yapmak istediği konusunda fikir sahibi olmasını sağlayarak olumlu benlik algısının gelişimine de katkı sunulacaktır (Atay, 2011). Birçok araştırma çocukların duygu anlayışının sosyal yeterlilikle bağlantılı olduğunu ortaya koymuştur. Çocukların duygusal ipuçları tanımaları ve yönetebilmeleri uygun bir şekilde sosyalliği de etkiler. Duygusal beceriler sosyal olarak yetkin bireyler olma konusunda tek başına yeterli olmasa da duyguları anlama yeteneği sosyal yeterlilikte bir öncül beceridir ve sosyal yeterlilikle eş zamanlı olarak gelişir. Bundan dolayı çocukluk döneminde duygularını tanıyan, ifade eden ve düzenleyen çocuklar sosyal gelişimlerini gerçekleştirerek sosyal anlamda yeterli bireyler olarak çağın gerektirdiği becerilere sahip olacaktır (Verron, 2017). Bu anlamda okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin gelişiminin incelenmesi ve desteklenmesi çok büyük bir önem taşımaktadır. Bu çalışmanın problem durumu okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerilerinin gelişiminin incelenmesi ve bu becerilerin gelişiminin çocuklar üzerindeki etkilerinin önemini açıklamak olmuştur. Bu doğrultuda okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili Türkiye’de yayımlanan araştırmaların incelenerek içeriklerinin ortaya konulması hedeflenmiştir.

1.2. Araştırmanın Problemi

Bu araştırmada, okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileriyle ilgili Türkiye’de yapılmış çalışmaların eğilimlerini ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Araştırmada 2013-2021 yılları arasında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan tezler ve makalelerin içerik olarak değerlendirilerek mevcut durumu açıklayacağı ve gelecekteki çalışmalara yol göstereceği düşünülmüştür. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın problem cümlesi “Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileriyle ilgili yapılmış olan yüksek lisans ve doktora tezleri ile bilimsel makaleler içerik açısından nasıldır?” olmuştur. Bu ana problem çerçevesinde aşağıdaki alt problem cümlelerine cevap aranmıştır.

2013-2021 yılları arasında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan,

1. Araştırmaların tür ve özelliklerine göre dağılım nasıldır?
2. Araştırmaların yöntemlerine göre dağılım nasıldır?
3. Araştırmaların örneklem tanımlarına göre dağılım nasıldır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Erken çocukluk dönemindeki önemli görevlerden biri çocukların karşılaştığı durumlarla ilgili duygularını düzenleme becerisini geliştirmektir. Çocuklar okul öncesi eğitime başladıklarında yetişkinler onlardan uygun düzeyde duygusal yeterlilik geliştirmelerini beklerler. Duyguları düzenleme becerisini içeren sosyal duygusal anlamda yeterlilik okula hazır bulunuşluğu tanımlayan beş temel alandan ilkidir. Duyguları düzenleme becerisinin bebeklik ve anaokulu yaşı arasında nasıl değiştiğinin bilinmesi önemlidir. Duygu düzenleme becerisi, çoğunlukla yaşla birlikte değişen dinamik bir süreçtir. Erken çocukluk döneminde çocukların olumsuz duygusal tepkilerinin sıklığı, süresi ve yoğunluğu azalır. Yaşamın bu döneminde çocuklar kendi duygularını düzenlemek için bilişsel ve dilsel anlamda kazanımlar elde ederler. Bu sayede bakım verenlerine ya da ebeveynlerine daha az bağımlı hale gelirler. Yeni araştırmalara ve yeni verilere ulaşılması sonucunda çocukların okulda, evde ve diğer sosyal ortamlarda ihtiyaç duyacakları duygusal yetkinliği edinmelerini desteklemeye dair daha iyi bir anlayışa ulaşılabacaktır (Cole, vd., 2018). Bu anlamda okul öncesi dönem çocuklarının yetişkin olduklarında sosyal açıdan yeterli bireyler olmalarında büyük bir pay sahibi olan duygusal becerilerden biri olan duygu düzenleme becerilerinin incelendiği bu çalışmanın

duyguları tanıma, anlama, ifade etme ve düzenleme süreçlerinin önemine dikkat çekerek temel bir bakış açısı oluşturacağı için önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmanın, okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili 2013-2021 yılları arasında yayımlanmış yüksek lisans ve doktora tezleri ile araştırma makalelerinde; en çok hangi yöntemlerin kullanıldığı, örneklem gruplarında en çok ve en az hangi gruplarla çalışıldığı, örneklemdeki çocuk sayılarının nasıl olduğu ve en az çalışılan yaş grup aralıklarının hangileri olduğu konusunda bilgi vererek bu konuda çalışmak isteyen araştırmacılarda bir ön fikir oluşmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Bu sayede bu konuda çalışmak isteyen araştırmacılar literatürde eksik kalan kısımlara dikkat ederek o konularda çalışmalar yapmayı planlayarak alana katkı yapabileceklerdir. Bu araştırmada elde edilen bulgular araştırmacılara okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili ileride yapacakları çalışmalar için yol gösterici olması açısından önemlidir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma, Aralık 2013 ve Kasım 2021 tarihleri arasında Türkiye’de okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan araştırma makaleleri, yüksek lisans ve doktora tezlerinin incelenmesi ile sınırlıdır.

2. Araştırma dahil edilme kriterlerine uygun olarak araştırma kapsamına alınan çalışmalarla sınırlıdır.

3. Araştırmanın bulguları çalışmalardan elde edilecek verilerle sınırlıdır.

1.5. Varsayımlar

Araştırmaya dahil edilen araştırma makalelerinden, yüksek lisans ve doktora tezlerinden elde edilecek bulguların nesnel bir şekilde raporlaştırıldığı varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Duygu: Bireyin dış dünyadaki nesne ya da olaylar karşısında iç dünyasında oluşan tepkiler olarak tanımlanabilir (Atay, 2011).

Duygu Düzenleme: Bireylerin amaçları doğrultusunda duygularıyla ilişkili dönütlerini çoğunlukla anlık tepkilerini izlemesi, değerlendirme yapması ve değiştirebilmesi için gerekli olan içten veya dıştan gelen süreçleri oluşturur (Thompson, 1994).

İçerik Analizi: Araştırmalardaki benzer verileri belirlenen şartlar dahilinde birleştirerek anlaşılır şekilde dñzenleyip yorumlamaya imkân sağlar (Yıldırım ve şimşek, 2006).



BÖLÜM II

2. KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın bu bölümünde duygu kavramına, okul öncesi dönem çocuklarında duygusal becerilerin ve duygu düzenleme becerilerinin gelişimine yönelik içeriklerin açıklanması ile yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırma konusyla ilgili çalışmalara yer verilmektedir.

2.1. Duygu Kavramı

İnsan hayatını her yönüyle etkileyen duyguların alan yazındaki tanım karşılığı konusunda kesin bir fikir birliğine varılmamıştır. Bu konuda çalışan araştırmacılar duyguların hissettirdiği kavramların farklılığı nedeniyle genel geçer bir tanım yapmanın zor olduğunu belirtmişlerdir. Ancak buna rağmen literatürde çeşitli tanımlamalar mevcuttur. Bu konuda psikoloji alan yazınına göz ardı edilemeyecek kadar çok katkıda bulunmuş Goleman (2011), “Duyguyu bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik haller ve bir dizi hareket eğilimi anlamında” tanımlamıştır. Aynı zamanda duygunun hareketle bağlantısını açıklayabilmek için duygu (emotion) sözcüğünün kökeni olan motere kelimesine “e-” ön eki getirildiğinde anlamının uzaklaşmak olduğunu belirterek duyguların harekete dönüşmesinin en bariz şekilde hayvanları ve çocukları izlerken görülebileceğini ifade etmiştir. Bu anlamda duygular bizi motive ederek harekete geçirme işlevine sahiptir. Bu işlev insan gelişiminde kritik bir öneme sahiptir (Killick, 2006).

Duygular, iyilik halinde kalmamız için neyin zararlı ya da yararlı olduğunu ayırt etmede bize yardımcı olan uyum mekanizmaları olarak tanımlanabilir (Lazarus, 1991). Bireylerin kendileri ve çevreleri arasında etkileşime girmesine, ilişkiyi değiştirmesine veya sonlandırmasına yardımcı olma amacına hizmet eder (Bariola, vd., 2011). Türk Dil Kurumu sözlüğünde ise duygu: “Duyularla algılama, his” “Belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim” olarak iki şekilde tanımlanmıştır (TDK, t.y.). Literatürdeki tanım çeşitliliğini göz önünde bulundurarak Kleinginna ve Kleinginna (1981) duyguların tanımlanmasında çeşitli kaynaklardan derledikleri doksan iki adet duygu tanımlaması belirlemişlerdir. Duygu konusunda yapılan araştırmalardaki çeşitlilik duygunun tanımlanmasında olduğu kadar hangi duyguların birincil duygular

olduğu hususunda da bulunmaktadır. Bu konuda Goleman (2011) temel duygular kümesi oluşturmuştur. Aynı zamanda duygu kavramının tanımının önemli olduğu kadar “Ne zaman? Nasıl? ve Neden?” ortaya çıktığı sorularının cevaplarının da önemli olduğu bir gerçektir (Erden, 2017). Bundan dolayı literatürde duygu anlayışının nasıl tanımlandığından öte duyguların nasıl harekete geçtiği konusu önemsenmiştir ve bu konuda araştırmalar yapılmıştır (Verron, 2017). Son otuz yılda duyguların gelişimsel alanda oynadığı rolün farkına varılması sayesinde araştırmacılar artan sayıda araştırmaya teşvik edilmiş olmuştur. Genel olarak duyguların, bireyler arasındaki ilişkilerin başlatılmasına, sürdürülmesine, değiştirilmesine ve sonlandırılmasına yardımcı olarak işlevsel bir amaca hizmet ettiği kabul edilir (Campos, vd., 1994).

Duygunun klasik bir tanımını elde etmek onun çok yönlü özelliğini göz ardı etmeye sebebiyet vermektedir. Komik bir olay karşısında eğlenmek, işte yükselme haberine karşı sevinç, bir arkadaşın yeni görüntüsüne şaşırma gibi farklı duyguların temel özelliklerini incelemek gerekmektedir. Duygunun ilk temel özelliği, ortaya çıktığı zaman ile ilgilidir. Birey bir durumu aktif olarak değerlendirdiğinde duygular ortaya çıkmaktadır. Bu değerlendirmeleri başlatan hedefler büyük veya küçük olabileceği gibi anlık veya ileriye dönük de olabilir. Bu hedefler ne olursa olsun ortada duyguyu çıkaran bir anlam vardır. Zaman içinde değişen durumlar birey için hissedilen anlamı da değiştireceği için duygu da değişebilir. Duygunun ikinci temel özelliği, çok yönlü olmasıyla ilgilidir. Duygular davranışlar, deneyimler ve değişiklikler içerir. Hissetmemizi ve aynı zamanda harekete geçmemizi sağlar (Gross, 2014). Duyguların oluştuğu koşulları çoğu insan fark eder. Hangi durumların ilgilerini çektiği, iğrendirdiği, kızdırdığı ya da suçlu hissettirdiğini bilirler. Bir astronotun uzay yürüyüşü heyecan hissettirir. Hakarete uğramak öfkelenir ve sorumluluktan kaçmak sevdiğimizlere karşı suçlu hissetmemize sebep olur. Duygular algıyı ve bilişi etkilediği gibi aynı zamanda algı ve biliş de duyguları etkiler. Bu anlamda aralarında iki yönlü etkileşim vardır. Çoğu zaman dünyayı algılamamızda duygular ön plana çıkar. Neşeli olduğumuz zamanlarda olanları daha iyimser görme eğilimi olur. Ya da üzgün hissettiğimiz zamanlarda başkalarının sözleri olduğundan farklı anlaşılır. Duyguların bilişsel süreçlere etkisi için de korkmuş bir kişinin içinde bulunduğu durumu düşünmekte güçlük çekmesi örnek olarak verilebilir (Izard, 1977).

Duygular, nasıl davranmamız ve düşünmemiz gerektiğini etkileyerek hayatımızın merkezinden yer alır (Gyurakg ve Etkin, 2014). Aynı zamanda mükemmel

yardımcılardır. Duygular; dikkati çevrenin temel özelliklerine yönlendirebilir, duyuşsal alımı en uygun hale getirebilir, karar vermeyi ayarlayabilir, davranışsal tepkileri hazırlayabilir, sosyal etkileşimleri kolaylaştırabilir ve anılar ile ilgili olan belleği geliştirebilirler. Aynı zamanda duygular özellikle belirli bir durum için yanlış tür, yoğunluk veya süreye sahip oldukları zaman yardımcı oldukları kadar zarar da verebilirler. Böyle anlarda duygularımızı düzenlemeye çalışabiliriz (Gross, 2014). Duygular, bireyin bulunduğu toplumda var olabildesini sağlayan süreçleri işe koyar. Bu sayede birey kendini gerçekleştirilmesinde önemli bir yere sahip olan hayata uyum sağlama becerilerini gerçekleştirir (Köksalan, 2021). Duygular insan yaşamında önemli bir yere sahip olan karar verme becerisinde etkili olan süreçlerde de ön plandadır. Karar verme süreci insanın tüm bileşenleriyle katıldığı zor bir süreçtir. Bu süreci insanoğlu yaşamın her alanında yaşamak durumundadır. Sağlıklı bir yaşam için kararların duyuşsal faktörlere etkisi olduğu gibi duyguların da kararları etkilediği bir gerçektir. İçinde bulunulan duyuş durumları karar verme sürecinde durumları değerlendirmede açığa çıkarak bazı durumların yeterince fark edilememesine sebep olur (Pekdoğan, 2015).

Bir kişinin sahip olduğu duygular ve duyuş kalıpları kişinin yaşadığı durumları farklı şekillerde etkiler. Aynı duyuşun farklı insanlar üzerinde farklı etkileri olduğu gibi bir kişinin aynı duyuşu deneyimlemesinde de farklılıklar bulunabilir. Bu anlamda duyuş, yaşamın tüm yönlerini etkileme eğilimindedir. Duygular aynı zamanda yaşamımızda eyleme geçmemizi sağlayan yardımcılarıdır. Kişi bir konu ile gerçekten ilgilendiğinde o konuda derinleşmek isteyecektir. Bu durumun eğitimdeki yerini düşündüğümüzde öğrenci bir dersi ya da öğretmenini seviyorsa o ders ile ilgilenmeye başlayacaktır. Tam tersi durumda derse veya öğretmene karşı olumsuz bir duyuş içerisindeyse o ders için çaba göstermeyi bırakacaktır. Ve sonuç olarak ders ile ilgili bir başarısızlık hali meydana gelecektir (Izard, 1977).

Duyguları insan hayatından ayrı düşünemeyiz. Çoğu araştırmacının hem fikir olduğu şey duyguların olmadığı bir hayatın anlamsız ve yaşanılmaya değer bulunmadığıdır. Duygular herkesin sahip olduğu hislerdir. Bebekler duygularla donanımlı bir şekilde dünyaya gelirler. Gülümsemek, ağlamak, öfkelenmek gibi duyuş durumlarını yaşarlar (Eryılmaz, 2010). Yaşamın ilk yıllarında duyuş ifadeleri genel ve işlevsel bir amaca hizmet eder. Bu amaç bebek ile bakıcısının sosyal iletişimini sağlamaya yöneliktir (Fox ve Stifter, 2005).

Çocuğun yaşamında düzenleyici olan duygular bize onun hissettiklerini anlamayı sağladığı kadar çocuğun kendi duygularını anlamasına yardımcı olmamızı da olanaklı kılar. İsveçli ünlü psikolog Piaget'e göre ilk sosyal duygular işlem öncesi dönem olarak nitelendirdiği okul öncesi dönemde ortaya çıkar. Çocuklar duygularını gösterme, sevgi hissetme, sevgi yansıtma ve nefret etme gibi duygu belirtilerini açıkça gösterirler (Wadsworth, 2015). Okul öncesi dönem çocuklarının sosyal olarak yeterli bireyler olmalarının gelişiminde surat ifadelerinden duygu durumlarını anlayabilmeleri önem teşkil etmektedir. Duyguların ifadelerden öğrenilmesinde hem çevre hem de kalıtım etkili olmaktadır. Çocuğun doğuştan gelen özellikleri öğrenme ile birleşerek gelişimini tamamlar (Çelik, vd., 2002). Çocukta duygularla ilgili konuşmalar açık, anlamlı ve duyguların nedenlerinden bahsedecek bir halde karmaşık bir şekilde ilerler (Erden, 2017).

2.2. Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Temel Duyguların Gelişimi

Birkaç yüzyıl öncesine kadar insanlar yaşamın ilk on sekiz yılındaki gelişimin daha sonraki gelişim açısından önemli olduğunu düşünmüyordu. O günlerden sonra çocuk gelişimi ve eğitime uygun davranış açısından birçok yönelim geliştirilmiştir. İnsanoğlu yeni çalışmalar sonucunda bilgi birikimini arttırdıkça çocuğun dünyasını anlamak için çabalayarak çocukluğun erken yıllarına yatırım sağlayacak fikirlere ve tutumlara sahip olmuştur. Bu anlamda çocuk gelişimi açısından yeni bilgiler sağlanmıştır (Gander ve Gardiner, 2004).

Bebekler, dünyaya geldiklerinde benzersizdirler. Hem doğuştan getirdikleri özellikleriyle hem de buldukları çevrenin kültürünü yansıtacak şekilde sosyal ve duygusal anlamda gelişeceklerdir. Önceleri bebeklerin dünyayı anlama ve başkalarıyla ilişki kurma konusunda hiçbir kapasiteleri olmadan doğdukları düşünülürdü. Her şeyi deneyimlerden öğrenmeleri gerektiğine inanılırdı. Ancak araştırmalar bebeklerin insan yüzüne ve sesine ilgi duymaya hazır olarak doğduklarını gösterdi. Hayatlarının ilk saatlerinden itibaren çevrelerine tepki vermeye hazırdırlar. Ama bebeklerin iletişimi genellikle ağlama şeklinde olur ve bu ağlamanın sebebi genellikle anlaşılmaz. Acıkma, üşüme, alt ıslatma veya annelerine sarılma isteği gibi nedenlerle ağlayabilirler. Bu durumda bakım verenin bebekle olan ilişkisi sorunun kaynağını bulmada ve iletişimin sürdürülmesinde belirleyici olur (Bruce, vd., 2013).

Çocuğun yaşamında ilk iki yıl kişiliğinin oluşması açısından önemlidir. Annesiyle olan ilişkisine bağlı olarak oluşturduğu güven duygusu sosyal ve duygusal gelişimi için

bir ön hazırlık sürecidir denilebilir (Cüceloğlu, 1997). Oyun yılları olarak da bilinen 2 ile 6 yaş arasındaki dönemde çocuk tüm gelişim alanlarında desteklenir. Fiziksel gelişimin diğer alanlardan daha hızlı olarak ve daha görünür bir şekilde olması diğer gelişim alanlarının ihmal edilmesine yol açmamalıdır. Bu yıllarda çocuğun algı gelişimi oyunlar yoluyla desteklenir (Berk ve Meyers, 2016). Okul öncesi dönem çocuğu ifadelerden temel duyguları anlayabilir. Çoğunlukla mutlu durumları daha iyi anlama eğilimindedirler. Çocuklar kendilerine yardımcı olan duyguları korumayı ve geliştirmeyi ancak yardımcı olmayanları hafifletmeyi ve alakasız olanları bastırmayı öğrenirler. Bu beceriler esenlik yaşamalarına ve çevresindekilerle sağlıklı ilişkiler sürdürmelerine yardımcı olur (Denham ve Burton, 2003). Çocuk konuşmaya başladığında duygularını yansıtarak ifade ettiği için duygusal gelişime yeni bir boyut eklenir. Yaşamın ikinci yılında çocuklar artan bir şekilde özerklik belirtileri göstererek benliğinin farkında olmaya başlar. Bu gelişen kimlik duygusu, davranışlarında yeni bir boyuta yol açar. Çocuk sosyal durumların özelliklerini değerlendirmeye başlar (Kopp, 1982).

İki ile beş yaş arasındaki çocuk bağımsız olmaya başlar. Ailesinden yardım almadan giyeceklerini seçmek, ayakkabısını bağlamak dışarıya çıkıp oyun oynamak ister. Sosyal gelişiminin bir devamı olarak oyun davranışlarının gelişmesi görülür. Çocuk oyunlarında çeşitli rollere bürünerek oyun arkadaşlarına farklı görevler verebilir. Bu oyunlarda iş birliği kurmayı öğrenerek duygusal anlamda yaşama hazır bireyler olma yolunda küçük adımlarıyla ilerlemiş olur (Cüceloğlu, 1997).

5 yaş çocuğu kendi kendine yetmenin yollarını arar çoğu zaman kendinden emin bir şekilde davranır. Sosyaldır ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde genellikle uyumludur. 5 yaş çocuğu kas kontrolünün gelişmesiyle daha çabuk kararlar verir ve dil gelişiminin ilerlemesiyle de insanlarla olan sosyal ilişkilerinin artması sayesinde farklı bir görünüme kavuşur. 6 yaş çocuğu kararsızlığı ile ön plandadır. 5 yaşındaki uyumlu hali yerini 6 yaşında uyumsuzluk ve olumsuzluk belirtilerine bırakır. Duygu durumları kolayca zedelenabilir ve ağlama davranışını sıklıkla gösterir (Yavuzer, 2014). Beş ile yedi yaş arası dönemde çocuk korku, öfke, kıskançlık ve utanç gibi duygularını ifade etmekten çekinmez. Hareketleriyle ilgili sürekli onaylanma ihtiyacı duyar (Atay, 2011).

Yaşama uyum sağlanmasını sağlayan temel duygular tüm insanlarda aynı şekilde bulunur. Ancak bu duyguların ortaya çıkmasındaki durumlar ve deneyimler farklılık gösterir. Oluşan durumlara verilen tepkiler çoğu zaman insandan insana değişiklik gösterir. Verilen tepkiler duygusal durumların anlaşılmasına yardımcı olur (Kurt, 2015).

Mutluluk, ilgi, sürpriz, korku, öfke, üzüntü, iğrenme gibi duyguların insanlar ve primatlarda evrensel olduğu bilinir. Ancak birçok araştırmacı insanlarda genel olarak dört temel duygu bulunduğu belirtilir. Bunlar mutluluk, öfke, üzüntü ve korkudur. Temel duyguların yanı sıra, insanlar ikinci, daha üst düzey bir duygu setine sahip olabilirler. Suçluluk, utanç, kıskançlık ve gurur gibi. Bunlara öz bilinçli duygular denir. Bu duyguların her biri benlik duygumuzun oluşmasını sağlar (Berk, 2013). Lewis'e (2008) göre temel duygular hayatta kalma isteği ile ilişkili olarak otomatik olarak yaşanan korku, öfke, iğrenme, şaşkınlık, üzüntü ve merak olarak söylenebilir. İkincil duygular ise bilinçli durumun olduğu sosyal hayat içinde yaşamaya yardımcı olan suçluluk ve utanç gibi duygulardır. Yaşamsal anlamda önemli olan duyguları ifade etme sürecinde temel duyguların gelişimi önemli bir yer tutmaktadır. Bazı araştırmacılar temel duyguların bebeklikten itibaren var olduğunu bu durumu bebeklerin surat ifadelerinin izlenerek açık bir şekilde görüleceğini savunmuşlardır (Arslan, 2012). Çocuklar 18 aylık gibi erken bir yaşta duygu kelimelerini kullanmaya başlarlar. 18 aylıktan itibaren genellikle mutluluk duygusunun belirtileri olan yüz ifadelerini tanırlar daha sonra üzüntü, öfke ve korku duygularının neden olabileceği ifadeleri anlamlandırmaya başlarlar. Bu sayede okul öncesi dönem çocukları yüz ifadelerini tanıyabilir ve temel duyguları ortaya çıkaran durumları tespit edebilirler (Verron, 2017). Okul öncesi dönem çocuklarında temel olarak bulunan duygulara mutluluk, korku, öfke ve üzüntü duyguları örnek verilebilir. 5 yaş çocuğu sıklıkla anne ve babasına "Beni seviyor musunuz?" diye sorar ve yanıtlamalarını bekleyerek sevildiğinden emin olmaya çalışır. Ebeveynin çocuğun sorularına yanıt vererek başka insanların yanında çocuğu utandırmamaya ve eleştirmemeye özen göstermeleri temel duyguların gelişiminde önemli bir yer tutar (Yavuzer, 2014).

Okul öncesi dönem çocuğunda doğumla birlikte başlayıp çocuk yaş aldıkça görülen temel duygular dışında çeşitli duygu durumları ve duygusal tepkiler vardır. Bunlar: gülme, şaşkınlık inatçılık, saldırganlık, ağlama, kıskançlık, acı, sevgi, merak, iğrenme, utanç vb. durumlardır. Çocuk bu duygu durumlarıyla kendini ifade ederek toplumda yer edinmeye çalışır. Duygusal tepkiler okul öncesi dönemde kendiliğinden ortaya çıkarak çevrenin etkisiyle gelişimini sürdürür. Çocuklar model alma davranışı sayesinde duygusunu kontrol etmeyi ve ifade etmeyi çevresinden öğrenir. Duygusunu ifade etmesi engellenen çocuklar duygusunu yok sayarak bastırıp saklayabilir ya da aşırı şekilde kontrol etme ihtiyacı hissedebilir. Bu durum çocuklarda ciddi duygusal sorunlara sebebiyet verebilir (Atay, 2011). Çocuklar çok küçük yaşlardan itibaren temel duyguları

anlayabilir. Yaşları ilerledikçe daha karmaşık duyguları anlayıp tanımlayabilir. Bundan dolayı çocuklara çeşitli duygu durumlarını yaşayabileceği ortamların sunulması hem kendi duygularını hem de karşısındakilerin duygu durumlarını anlayabilmesini sağlayarak sosyal anlamda yetkin bireylerin sahip olduğu duygudaşlık becerisinin gelişimini sağlamak açısından önem teşkil etmektedir (Arslan, 2012).

2.2.1. Mutluluk (Sevinç)

Temel duygulardan biri olarak kabul edilen mutluluk birkaç haftalık bebeklerde ebeveynlerinden gelen uyarıcılara verilen tepkiyle gülümseme başlar. Bebeklerde mutluluk önce mutlu gülümsemelerle daha sonra coşkulu kahkalarla devam ederek gelişime katkıda bulunur (Berk, 2013). Okul öncesi dönem 5 ile 7 yaş arasındaki çocukların mizah duygularının gelişimiyle birlikte arkadaşlarıyla oynadığı ya da kendinden büyüklerin katılımıyla desteklenen oyunlarında sık sık güldükleri hatta kahkaha attıkları gözlenir. Özellikle şaşkınlık, başkalarının gülmesi, sıkıntıdan kurtulma ve aşağılık duygusu çocukta gülmeye yol açar. Bu dönemde çocuklar küçük şeylerden mutlu olabilirler (Aral ve Durualp, 2010). Coşku ve sevinç hislerinin duyulmasında etkili olan bu duygu sayesinde çocuğun beyinde oluşabilecek olumsuz duygu durumları önlenerek enerji oluşumun çoğalması sağlanır. Odaklanma ve problem çözmeye katkısı olan bir duygu durumudur (Goleman, 2011).

2.2.2. Korku

Genel olarak bebeklik döneminde ortaya çıkan korku duygusu çevrenin etkisiyle artabilir. Bu duygu okul öncesi dönem çocuğunu rahatsız eden bir duygudur. Korkunun öğrenilmesinde kalıtım ve çevre birlikte etkilidir. Bazı korkular doğuştan gelir. Farklı kültürlerde çocuk yetiştirme tutumları aynı olmasa da yabancı korkusunun görüldüğü bilinmektedir. Ancak çoğu korku öğrenme sonucu meydana gelir. Karanlık bir yerde kilitli kalma, bir köpek tarafından ısırılma gibi. Okul öncesi dönem çocuğu aynı zamanda çevreden duyduğu ya da televizyonda gördüğü olumsuz olayları zihninde birleştirerek kendi yaşamına aktarma eğilimine sahiptir (Erden, 2017). 3-4 yaş civarlarında çocuklar kolayca korkabilirler. Çocuk, karanlıktan korkarak uyuduğu odanın ışığının açık kalmasını isteyebilir. Gök gürültüsü gibi yüksek seslerden korkabildiği gibi ebeveynlerinin onu terk etmesi düşüncesi de korku duymasına sebep olabilir. Bu yaşlarda duygusal durumlarını yönetme sürecinde aşama kaydeder. Görmek istemediği bir şeyi görmemek için gözlerini kapatır. Ya da zor bir anda kendini ifade etmek için kelimeler

kullanabilir. Çocuklar bu dönemde doğru ve yanlış şeyler hakkında düşünmeye başlayarak ahlaki değerler geliştirir. İnadıkları değerler doğrultusunda yetişkinlerle tartışabilirler (Bruce, vd., 2013).

2.2.3. Öfke

Ortalama 2 yaş civarında ortaya çıkan öfke duygusu kendini çeşitli davranışlarla gösterir. Öfkelenen çocuk ağlama, bağırma ve tekme atma şeklinde öfke nöbetleri geçirebilir. Bu nöbetler hissettiği duygunun doğal bir sonucu olduğu kadar karşılığında alınan tepkiler sayesinde çocuk duygusunu daha uygun bir yolla ifade etmeyi öğrenebilir (Erden, 2017).

Çocuk, öfkelenildiği zaman vurma, tekmeleme, ısırma ve arkadaşlarının oyunlarını bozma gibi davranışlar gösterir. Bu şekilde davrandığında yetişkin çocuğun duygularını anlamak yerine etiketleme yoluna gitmemelidir. Çocuğun davranışının olumlu yönlerine odaklanarak davranışın sebeplerini anlamaya çalışmalıdır (Bruce, vd., 2013)

Öfke gibi doğru ifade edilmediğinde olumsuz etkilere sahip olacak duygular kronikleştiğinde çocukta hastalıklara karşı olan direnç düşebilir. Bundan dolayı çocuğun sürekli öfke nöbetleri geçirmesine sebep olacak yaşantı durumları onun gelişimi açısından sıkıntılı bir durumdur. Ebeveynlerin çocuğun öfke hissetmesine zemin oluşturacak duygu durumlarını fark ederek çocuğa bu duruma uygun olarak tepki vermesi ve çocuğun duygusunu düzenlemesine rehberlik etmesi sayesinde çocuk bu durumun üstesinden zarar görmeden gelebilir (Goleman, 2011). Çocuklar öfkelenildiği zaman etraflarındaki çoğu şeyi göremezler. Bu durum yetişkinde de öfkeli tepkilerin oluşmasına sebep olur. Bu durumda yetişkin kendi duygularının farkına vararak sakin kalmalı ve çocukla net bir iletişim kurmalıdır. Öğretmenler sınıflarındaki çocuklarla tek tek vakit geçirerek onları gözlemlemelidir. Bir çocuğun günün belirli saatlerinde, bazı etkinliklerde veya belli arkadaşlarına karşı mı öfke duygusu hissettiği belirlenerek gün bu süreleri en aza indirecek şekilde planlanmalıdır (Bruce, vd., 2013).

2.2.4. Üzüntü

Korku ve öfke duyguları gibi doğru yönetilmediğinde genellikle olumsuz sonuçlar doğurabilen duygulardan biridir. Sosyal etkileşim kaybının bir sonucu olarak tanımlanabilecek üzüntü duygusunu çocuk mutlu olmadığı, önemli gördüğü şeyleri yitirdiği, zarar gördüğü ve kendisini doğru ifade edemediği zaman hissedebilir (Fox ve Stifter, 2005). Üzüntü duygusunu hissettiği zaman günlük yaşam becerilerini yerine

getirecek enerjiyi kendinde bulamayabilir. Genellikle yas tutma süreciyle devam eden bu duygu durumu sonunda çocuk harekete geçerek uygun gördüğü şekilde davranır. Çocuk üzgün olduğunda ebeveynlerin ve öğretmenlerin unutmaması gereken diğer duygu durumlarında olduğu gibi bu duygu durumunun da doğal ve sorunsuz bir süreç olduğudur (Goleman, 2011).

2.3. Okul Öncesi Dönemde Duygusal Becerilerin Gelişimi

Doğumdan itibaren başlayıp ilkokula başlamayı içeren okul öncesi dönemde duyguların anlaşılması, tanımlanması, ifade edilmesi gibi duygusal becerilerin gelişimin izlenmesi ve değerlendirilmesi yeri doldurulamayacak derecede önemlidir. Duygusal becerilerin gelişiminde okul öncesi dönem çocukları ilk önce duyguları anlamlandırır daha sonra duygular hakkında konuşarak başkalarının duygusal mesajlarına uygun bir şekilde cevap verir. Aynı şekilde duygusal öz düzenleme becerilerinden yararlanarak yoğun olumsuz duygularla başa çıkmaya çalışır. En son aşamada ise daha bilinçli duygulara sahip olarak empati deneyimlerini geliştirirler. Bu durum çocukta ahlak anlayışının gelişimini de sağlar. Okul öncesi çocukların duygusal becerilerini olumlu anlamda desteklemek çocukta başarılı akran ilişkileri sayesinde olumlu sosyal beceriler geliştirecektir (Berk ve Meyers, 2016). Sosyal beceri karmaşık bir terim olduğundan farklı düzeylerden etkilenir. Sosyal beceri birbirinden farklı becerilerin birlikte uyum içinde olması yetkinliğini ifade eder. Bu anlamda duygusal becerilerin gelişimi sosyal becerileri ve çocuğun sosyalleşme sürecini etkiler. Aynı şekilde sosyal becerilerin gelişimi süreci de duygusal becerileri etkiler (Durdu, 2013).

Okul öncesi dönemde çocukta bilişsel, ahlaki ve konuşma becerileri ilerlerken karakter ve sosyalleşme açısından da gelişim devam eder. İlk çocukluk döneminin gelişim görevlerinden ikisi tuvalet eğitimini başarıyla tamamlama ve anne-baba, ailenin diğer bireyleri ve akranlarıyla duygudaşlık ilişkisi oluşturmayı öğrenmektir. Sadece bu durum göz önünde bulundurulursa bile duygusal bağ kurmak ve duygusal becerilerin gelişiminin okul öncesi dönem çocuğunda önemli bir yere sahip olduğu anlaşılabilir olur (Gander ve Gardiner, 2004).

Yaşam boyu gelişen duygusal yeterlilik duygusal ifadeyi deneyimleme, kendi ve başkalarının duygularını anlama ile duygu düzenlemeyi içerir. Küçük çocukların duygusal yeterliliği sağlayan unsurları sosyal süreçlerde kullanmaları akranlarıyla olan iletişimlerinde başarılı olmalarını sağlar. Bu sayede akran ilişkilerinin olumlu olması ileri

yaşamlarındaki sosyal duygusal başarının temeli olur. Çocukların başkalarıyla iletişim kurma ve ilişki kurma yeteneğinin merkezinde yer alan duygusal okuryazarlık diğer öğrenme türleri kadar hayati önem taşır (Denham ve Burton, 2003). Duygusal okuryazarlık, bireyin duygularını anlama ve başkalarına yanıt vermek için kendi duygularını düzenleme sürecini kapsar. Duygusal okuryazarlık duygusal becerileri görünür kılarak önemini vurgular. Bu süreçte bireyin kendi duygularını bilmesi ile birlikte başkalarının duygularını tanımasını ve bunlara yanıt verme yeteneğini gerektirir (Knight ve Modi, 2016). Eğitimde çok sık duyulan ve ifade edilen terimlerden duygusal okuryazarlık sayesinde kişi temel duygularını nasıl tanımlaması gerektiğini anlayarak iletişim kurmayı öğrenir. Erken çocukluk döneminde uygulanması sayesinde farkındalığın küçük yaşta kazanılması sağlanarak çocuğun duygusal gelişimine olumlu anlamda katkı yapılması sağlanır. Duygusal okuryazarlık ve duygusal zekâ kavramları sayesinde okullar birçok çocuğa yardımcı olur. Okullar, çocukların duygusal yaşamlarını etkiler. Çocukların deneyimleyecekleri ortamlar, durumlar sağlayarak aynı zamanda öğrenme yeteneklerini de etkiler. Çocukların duygusal olarak olgunlaşmaları ve duygularını yönetmedeki becerilerinin gelişimi problem çözme ve benlik algısı gibi sosyal becerilerin gelişimini de sağlayarak çocuğun motivasyonunu ve öğrenme performansını artırır. Aynı zamanda duygusal olarak okuryazar olan çocuklar duygusal sorunlara karşı daha fazla direnç gösterir. Ve bu sayede davranış problemleri gösterme eğiliminde azalma görülür (Killick, 2006).

2.3.1. Duyguları Tanıma Becerisi

Çocuk hayatının ilk yılında sadece bedensel hislerinin farkında olabilir. Büyüdükçe, deneyimler yaşadıkça duygusal sözcük dağarcığı sürekli genişler. İlerleyen yıllarda duygularının nedenlerini anlamaya başlar. Deneyimlenen çoklu ve çoğu zaman karmaşık olan duygular sayesinde daha fazla iç görü kazanır. Bu anlamda duyguların farkında olma ömür boyu devam eden bir süreçtir. Herkesin her zaman her durumla ilgili duyguları oluşur. Ancak buna rağmen insanın duygusal yaşamı çoğu zaman anlaşılmaz olabilir. Bazı durumlarda duyguların farkında olunmayabilir ya da neden o duygunun oluştuğu anlaşılabilir (Killick, 2006).

2.3.2. Duyguları Anlama Becerisi

Duyguları anlama becerisi için öz farkındalık bir ön koşuldur denilebilir. Kendini bilmek ve olumlu bir benlik duygusuna sahip olmak anlamlarına gelen öz farkındalık

sayesinde duyguları anlama süreci şekillenir (Killick, 2006). Diğer insanların duygusunu anlama, algılama ve bu algılanan duygu durumuna gereken dönütü verme süreci için bireyin öncelikle kendi duygusunu anlaması ve anlamlandırması gerekir (Knight ve Modi, 2016). Okul öncesi dönem çocuğunun duygusal anlayışını, duygular hakkında günlük konuşmalarından anlayabiliriz. Dilin gelişmesiyle çocuk günlük deneyimleri hakkında ebeveynleriyle konuşarak kendini, duygularını ve duygusal anlayışını ifade eder. Bu konuşmalarda ebeveynin konuşma tarzı, konuşmanın içeriği ve kullanılan dilin duygusal tonda olup olmadığına duygu düzenlemede belirleyici özellikler göstermesinin yanında çocuğun bu süreci nasıl deneyimlediği de önemlidir (Thompson, 2000).

2.3.3. Duyguları İfade Etme Becerisi

Erken çocukluk döneminde 18 ay ile 3 yaş arasında çocuk duygularını ifade etmek için farklı yollar dener. Bu dönemde özellikle nefret duygusu ön plandadır. Kendi duygularını ifade ederken çoğu zaman olumsuz duygu durumları sergileyerek ebeveyninin sınırlarını zorlayarak onun ne düşündüğünü anlamaya çalışır (Özgülük, 2006). Kendi duygularını doğru tanımlayan çocuklar duygularını kabul ederek yönetme sürecini başarıyla gerçekleştirirler. Duygusal güçlülük olarak tanımlanan bu süreç sayesinde çocuklar başkalarının duygularına karşı daha hassas davranarak bunu davranışlarına yansıtırlar (Argun, 2007).

2.3.4. Duygusal Becerilerin Gelişiminde Ailenin Rolü

Erken çocukluk döneminde çocuğun sosyalleşmesinde en önemli kurum olan ailede çocuk toplumun nasıl olduğunu anlamaya başlar ve toplumda nasıl bir birey olacağını provasını önce aile ortamında gerçekleştirir. Aile bireylerinin ona davranışı ve iletişimi çocuğun aile kurumuna bağlılığını sağlayarak aynı zamanda ileriki yaşamında toplumun bir ferdi olduğunu hissetmesinde etkili olur (Eryılmaz, 2010). Çocuk, ilk sosyal çevresi olan ailede duygusal gelişimin olumlu bir şekilde seyretmesinde etkili olan çeşitli ipuçlarıyla büyür. Anne ve babalar özellikle çocukların duygusal ifadelerinin oluşmasında birinci derecede etkiye sahiptir (Kandır ve Alpan, 2008).

Bazı durumlarda ebeveynler çocuklarının olumsuz duygularını ifade etmelerinin yoğunluğu karşısında nasıl bir tepki vereceklerini bilemezler. Anında o duygunun geçmesi için çocuğu yatıştırmak ya da çocuğun dikkatini dağıtmak isterler. Ancak bu şekilde davranıldığında çocuk anlaşıldığını hissetmez. Duygularını nasıl ifade etmesi gerektiğini öğrenemez. Bu durum bir sonraki deneyiminde duygularını bastırması

gerektiğini düşünmesine neden olabilir (Filliozat, 2019). Çocuğun olumsuz duygu ifadelerine karşı cezalandırma davranışı gösteren ya da o duyguları yaşamada caydırıcı roller sergileyen ebeveynlerden dolayı çocuk kendisinin ya da başkalarının duygularını olumsuz ya da tehdit unsuru olarak algılayabilir. Ve duygularının anlamını keşfetme sürecinden kaçınma davranışı sergileyebilir (Eisenberg, vd., 1998).

Gottman ve Declaire (2019), çocuklarının duygularını önemseyen ebeveynler için duygu koçu ifadesini kullanmışlardır. Duygu koçu ebeveyn, olumsuz olarak nitelendirilen üzüntü, korku ve öfke gibi duygu ifadelerine karşı çıkmaz. Çocuğu bu duygu ifadelerini yaşarken görmezden gelmek yerine bu durumu çocuğuyla iletişim kurma fırsatı olarak değerlendirerek çocuğunun nasıl hissettiğini anlama yolu seçer. Ve bu yolda çocuğuyla empati kurarak çocuğunun hissettiklerini anladığını ifade eder. Daha sonra çocuğuyla konuşmasında çocuğunun duygularından uzaklaşmaması için hissettiği duyguya doğru yaklaşması konusunda rehberlik eder.

Araştırmalarda ebeveyn-çocuk ilişkisinde duyguları birlikte düzenleme ya da düzenleyememe durumunun çocuğun duygu gelişiminde kritik rol oynadığı açığa çıkmıştır. Bu ilişkiyi etkileyen süreçlerde bireysel farklılıkların göz önünde bulundurulması gerekir. Her ebeveynin yaşadığı olaylar ve hayat deneyimleri farklı olduğu için bunu çocuğuyla olan iletişimine de yansıtacağı açıktır (Morris ve Keane, 2015). Bundan dolayı ebeveyn ile çocuk iletişimde bazı durumlar negatif geri beslemeye sebebiyet verir. Ebeveynler çocuklarına karşı tepkisel olduklarında çocuklarının olumsuz duygu durumlarına daha yüksek oranda olumsuz yanıt verir (Eisenberg, vd., 1998).

Okul öncesi dönem çocuğunun ailesinde mevcut bulunan bazı durumlar çocuğun duygusal becerilerinin gelişimini olumsuz etkiler. Bu durumlara annenin depresyon hali, istismar, düşük zekâ, yoksulluk, sağlığın ve beslenmenin yetersiz olması örnek olarak verilebilir. Bunlara ek olarak eşler arasındaki iletişimin yetersiz olması ve şiddet gibi çocuğu olumsuz anlamda etkileyebilecek olayların yaşanması çocuğun olumsuz hayat deneyimlerine tanıklık etmesine sebebiyet verir (Durmuşoğlu Saltalı, 2010).

Ailelerin çocukların duygusal beceriler kazanmadaki etkilerinden biri de duyguların sosyalleşmesi sürecidir. Duygu sosyalleştirme süreci; çocuğun duyguları anlaması, deneyimlemesi, ifade etmesi ve düzenlemesi süreçlerini kapsar. Ebeveynlerin, çocukların duygularına verdikleri tepkiler çocukların duygularla ilgili algılarını doğrudan sosyalleştirebilmelerini sağlar (Eisenberg, vd., 1998). Ebeveynlerin duygu

sosyalleştirmesi çocukların sosyal-duygusal öğrenimi ve sürekli gelişimleri için ortam hazırlar (LoBue, vd., 2019). Duyguların sosyalleşmesi süreci karmaşık bir süreçtir. Bu süreç ebeveynlerin bireysel farklılıkları, çocuğun özellikleri, çocuğun yaşı, cinsiyeti ve kardeşler gibi faktörlerden etkilenen bir süreçtir (Fox ve Stifter, 2005). Aynı zamanda aile anlatıları ve olumlu ya da olumsuz duygu ifadeleri de önemli bir yer tutar. Ebeveynlerin evde duygularını ifade etmeleri çocukların ev dışındaki duygu ifadelerine etki eder ve sosyal anlamda olumlu gelişim göstermelerini sağlar (Eisenberg, vd., 2001). Araştırmalara göre kendi kapasitesini kabul eden, olumsuz duygu durumlarını yönetebilen ve güçlüklerin üstesinden gelmede yetkin olan annelerin çocukları diğer çocuklara göre duygusal anlamda daha güçlüdür. Ve benlik algıları olumludur (Argun, 2007).

Ebeveynler, olumsuz durumlar hakkında konuşurken özel duygu kelimeleri kullanarak durum ile ilgili daha fazla açıklama yapar. Aynı şekilde çocuklar da ebeveynlerin bu desteği sayesinde olumsuz durumlar hakkında duygularını daha çok ifade etme cesareti gösterirler. Bu sayede olumsuz durumları çözmek için daha fazla çaba gösterilmesi gerektiği ifadesi desteklenir (Manczak, vd., 2016). Bu anlamda ebeveynlerin duygu konuşmalarının çocukların duygusal gelişimlerinin üzerindeki etkisini açıklamaya çalışan birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalar genellikle anneleri incelemiştir. Bu çalışmalardan birinde sonuç olarak annelerin olayların duygusal yönleri hakkında çok konuşarak babalardan daha fazla duygu ifadeleri kullanarak konuşma yaptıkları ortaya çıkmıştır. Aynı şekilde kız çocuklarının erkek çocuklardan daha çok duygusal deneyimlerden bahsettiği ve hem annenin hem de babanın kızlarıyla konuşurken daha çok duygusal ifadeler kullandığı açığa çıkmıştır (Fivush, vd., 2000). Bu anlamda cinsiyet faktörünün duygusal deneyimler üzerinde etkisi olduğu söylenebilir. Hem anneleri hem de babaları ayrı ayrı inceleyen bir çalışmada ise aynı şekilde babaların annelerden daha az duygu kelimeleri ve açıklamaları kullandığı sonucuna varılmıştır. Annelerin kişilik özellikleri ile kendisi ve çocuğu hakkındaki bakış açısı da sonucu etkilemiştir (Manczak, vd., 2016). Duygusal durumlar ve tepkiler hakkında ayrıntılı bilgi veren anneler çocuklarına hissettikleri duyguları nasıl anlayacaklarını ve düzenleyeceklerini öğretmiş olurlar. Benzer bir çalışmada aynı zamanda hem annelerin hem de babaların olumlu duygu durumlarından ziyade olumsuz durumlar üzerinde daha fazla durdukları gözlemlenmiştir. Anneler ve babalar hem olumlu hem de olumsuz olayların olgusal yönlerini hatırlarken birbirlerine benzer özellikler göstermişlerdir. Babaların durumları

hatırlama ve duyguları detaylandırmada daha tutarlı oldukları açığa çıkmıştır (Fivush, vd., 2009). Bu araştırmalarda anne ve babanın duyguları sosyalleştirme sürecindeki etkilerinin ne kadar önemli olduğu açıklanmaya çalışılarak çocuklardaki etkileri incelenmiştir. Duygusal anlamda desteklenmiş çocuklar yaşamda kendine güvenen ve öz denetim mekanizmalarını harekete geçirebilen mutlu çocuklar olacaklardır. Çocuklarda duygusal refah ve iyi oluş hali de büyüme sağlığını da etkiler. Duygusal olarak yetersiz ortamlarda büyüyen çocuklar gelişim görevlerinin yerine getirilmesinde gecikmeler yaşayabilir. Bundan dolayı ebeveynler çocuklarının sadece temel ihtiyaçlarını karşılamak yerine onların duygusal anlamda iyi hisseden çocuklar olmasına yardımcı olmaları gerekmektedir (Berk ve Meyers, 2016).

Yaşamının ilk yıllarından itibaren sosyal-duygusal anlamda her türlü ihtiyacı karşılanmış, ebeveynlerinden yeterli ilgiyi görmüş ve bağlanma problemlerine sebep olacak hayat deneyimleri yaşamamış çocuklar ileride kendisiyle barışık ve sağlıklı sosyal ilişkiler kuran bir birey olma yolunda emin adımlarla ilerler. Bu bağlamda ailesinin yanında yetişmeyen ve anne-baba sıcaklığını tatmamış olan çocukların yaşamlarının ilk yıllarından itibaren yeterli sevgi ve ilgiyi görmedikleri için kişilik gelişimlerinde yeri çok zor doldurulabilecek eksiklikler olabilir (Eryılmaz, 2010). Diğer insanlardan çekinme ve insanlara karşı güvensizlik gibi toplum hayatında olumsuz olarak nitelendirilen davranışları gösterebilirler (Atay, 2011).

2.4. Duygu Düzenleme Becerisi ve Teorik Temelleri

Bir sosyal duygusal beceri olan duygu düzenleme becerisi çok yönlü bir süreçtir ve başkalarında tanıklık edilen duygular ile kişinin kendi duygularını yönetebilme süreçlerini içerir (LoBue, vd., 2019). Duygu kavramında olduğu gibi duygu düzenleme kavramının da genel geçer bir tanımı yoktur. Ancak araştırmacılar duygu düzenleme becerisini çeşitli şekillerde tanımlamışlardır. Duygu düzenleme, duygusal anlamda oluşan bir yaşantının düşüncede, davranışta veya bedende yönetilebilmesidir. Bu yönetme hali hepsinde ya da herhangi birinde olabilir. Ve süreç içinde olan fizyolojik, bilişsel ve davranışsal değişim ve gelişimleri içerir (Bridges, vd., 2004).

Thompson'a (1994) göre duygu düzenleme, duygusal durumları değerlendirmek ve değiştirmekten sorumlu dıştan ve içten gelen süreçlerin oluşturduğu tepkilerdir. Duygular durumların bizim lehimize olup olmadığına bakarak kararlı bir şekilde değerlendirme yapmamıza yardımcı olur. Örneğin; sandalyede oturmaya devam etmek

ya da ortamdan ayrılmamız gerektiğini hissettiğimizde kapıya doğru harekete geçmemizi sağlaması gibi (Cole, vd., 2004). Yüz ifadeleri, bakış, ses tonu ve beden hareketleri duygusal mesajların temelini oluşturur. Duygunun tam olarak ne olduğunu anlamak zor bir süreçtir. Çevremizdeki insanların üzgün olduğunu hissedebiliriz ancak yaşadığı duygusal süreci ve onu düzenlemesini tanımlamaya çalışmak zihinsel süreçleri de işe dahil etmeyi gerektirir. Zihnin beyin süreçlerinde ortaya çıkma şekli ve insan ilişkileri içinde diğer zihinlerle girdiği etkileşim biçimi duyguyu anlama yolunda faydalı yollar sunar. Duygunun hem bireysel hem zihinsel hem de kişilerarası süreçlerle ilişkili olması bütünleştirici özelliğini gösterir (Siegel, 2001). Duygu düzenleme becerisinin üç temel özelliği bulunmaktadır. Duygu düzenlemenin ilk temel özelliği, duyguyu oluşturan süreci dönüştürme hedefinin olmasıdır. Duygu düzenlemenin ikinci temel özelliği, duyguyu değiştirmekle görevli süreçlerin işe koyulmasıdır. Duyguları düzenlemek için birçok farklı süreç kullanılabilir. Duygu düzenlemenin üçüncü temel özelliği, duygunun oluşturduğu tepkilerin süresi, büyüklüğü ve tepkileri dengeleme ile ilgilidir. Duygu düzenlemenin bu üç temel özelliği birçok farklı duygu düzenleme türünün ortak özelliklerindedir (Gross, 2014).

3 ile 4 yaşlarındaki okul öncesi dönem çocukları çeşitli duygusal öz denetim stratejileri geliştirirler. Örneğin, hoş olmayan bir ses veya görüntüyle karşılaştıklarında gözlerini veya kulaklarını kapatarak duyuşal girdiyi kısıtlarlar (Aktaran; Berk, 2013). Ebeveynlerin çocuklarla duyguları hakkında konuşmaları duygu düzenleme becerilerini güçlendirir (Thompson, 2000). Çocuklar duygu düzenleme sürecinde ebeveynlerinin verdiği cevapları, değerlendirmeleri ve duygu yönetmelerini içselleştirerek kendi duygu düzenleme yeteneklerini geliştirmeye çalışırlar. Bu süreçte ebeveynlerin tutumu, davranışı ve hareketleri çocuğun duygu düzenleme becerisinin gelişiminde etkili olur (Stoll, 2019). Okul öncesi dönemde çocuklar yavaş yavaş duygu düzenleme için belirli başa çıkma stratejilerini kullanmaya başlarlar. Bu stratejiler problem çözme, destek arama, uzaklaştırma, içselleştirme, dışsallaştırma, dikkati dağıtma, yeniden çerçeveleme, bilişsel körleştirme ve inkardır (Denham ve Burton, 2013).

Duygu düzenleme ve duyguyla ilgili davranışsal düzenleme yakından ilişkilidir. Davranışsal düzenleme, duygunun içsel süreçleriyle ilgilidir. Davranışları düzenleme duyguyla ilgili olan süreçleri etkileyerek bir sonraki duygu durumunda bilişsel ve fizyolojik anlamda süreçleri değiştirebilir. Bu süreçlerin hem duygusal hem de davranış düzenlemesi için aynı mekanizma olarak hizmet etmesini sağlayabilir. Bir davranışın

çabıyla engellenmesi açık bir şekilde duyguyla ilişkili davranış düzenlemenin bir örneğidir. Bu durum aynı zamanda bir uyarana maruz kalmayı azaltmak için de kullanılabilir. Bir çocuğun yeni ve ona göre korkutucu olan bir oyuncaya yaklaşmayı bırakması bu duruma örnek olarak verilebilir (Eisenberg, vd., 2002).

2.4.1. Duygu Düzenleme Becerilerinin Gelişimi

Duygu düzenleme kavramı psikoloji alan yazınında popüler bir kavram olarak yerini almıştır. Ama bilimsel anlamda net bir tanımının olmaması konusunda endişeler mevcuttur. Duygu düzenleme çalışmalarının çocukların duygusal gelişimi ile ilgili çalışmalardan farklı olarak neler sunabileceği de merak edilmektedir. Duygu düzenleme yapı olarak duyguların diğer süreçler ile birlikte nasıl organize olduğu, ilişkileri nasıl kolaylaştırdığı veya zorlaştırdığını açıklar. Duygu düzenleme, çocuğun gelişimine bütünleştirici bir bakış açısıyla baktığı için çocuk gelişimi alan yazınında önemli bir yere sahiptir (Cole, vd., 2004).

Duygu düzenleme, bireyin hangi duygulara ne zaman sahip olduğunu ve bu duyguları nasıl deneyimlediğini veya ne şekilde ifade ettiğini açıklar (Gross, 1998). Duygu düzenleme, duyguların başka bir şeyi nasıl düzenlediği değil. Duyguların kendilerini nasıl düzenlediği ile ilgilidir. Birine karşı öfke duygusu hissedildiğinde yastık yumruklamak, üzgün hissedildiğinde bir arkadaşla telefonla aramak ve işte uzun bir günün ardından sakinleştirici müzik dinlemek gibi durumlar örnek olarak gösterilebilir. Her bireyin duygu düzenleyici olarak seçebileceği etkinlikler farklı ve o duyguya özgü olur (Gross, 2014).

Duygu düzenlemesi, duygusal ifade ve deneyimin varlığı veya yokluğu kişinin amaçlarına müdahale ettiğinde gereklidir (Thompson, 1994). Bir ailenin baktığı evcil hayvanının kaybından dolayı yaşadığı üzüntü olumsuz bir duyguyu düzenleme örneği olarak verilebilir. Bu koşullar altındayken yaşadıkları keder içinde kalmaya devam edebilir ya da evcil hayvanlarıyla geçirdikleri iyi zamanları düşünerek memnuniyet haline dönebilirler. Çocukların oynadığı kart veya kutu oyunları olumlu bir duyguyu düzenlemeye örnek olarak verilebilir. Oyun sırasında çoğunlukla çocuğun heyecan duygusu yüz ifadesinden belli olur. Sırasını bekleyerek kendini kontrol etmesi ya da arkadaşlarının kendini engellemesi durumunda takındığı tavır sayesinde duygularını kontrol etmeyi deneyimler. Olumsuz duyguları istenmeyen ve hissedilmemesi gereken duygular olarak yorumlayarak olumlu duyguları gelişimsel açıdan tek başına uygun

görmek doğru bir bakış açısı olmayacaktır. Duygu düzenleme kavramı bu noktada değerlendirilebilir. Duygu düzenleme duyguların dikkati toplamada ve durumun nasıl oluştuğunu anlayarak sorunların üstesinden gelmede yardımcı olacaktır. Duyguların olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirilmesi yerine duyguların gelişimsel olarak içerdiği süreçler ve kavramsallaştırılması üzerinde çalışılması daha doğru bir yaklaşımdır. Bu şekilde duygu düzenleme gelişimini önemseyen bir amaca hizmet edilmiş olur (Cole, vd., 2004).

Duyguyla ilgili düzenleme davranış ve duygusal deneyim üzerindeki etkileri aracılığıyla başkalarının bir bireye ilişkin algılarını ve bireyin kendisiyle ilgili bilişlerini ve değerlendirmelerini de etkiler. Duygularını uygun bir şekilde düzenleyemeyen çocuk akran ilişkilerinde reddedilebilir. Bundan dolayı çocukta sosyal yeterlilik davranışlarının gelişiminin olumlu bir şekilde ilerlemesi sekteye uğrar. Erken yıllardaki duygu düzenleme becerileri hayat boyu gelişim sürecini etkiler. Bu doğrultuda duygu düzenleme yalnızca sosyal ve duygusal gelişim alanıyla ilgili değil. Yaşam boyu sosyal açıdan yetkin bireyler olunması için gerekli davranışları ve uyumsal başa çıkmayı da içerir. Aynı zamanda duygu düzenleme sosyal anlamda uygun davranış, akran uyumu ve utangaçlık hali gibi durumları içererek okul öncesi çocuklarda sosyal gelişimin çeşitli yönleriyle bağlantı halindedir (Eisenberg, vd., 2002). Bebeklik ve erken çocukluk döneminde duygu düzenleme çalışmaları genellikle duygu düzenleme stratejileri olarak tanımlanan davranışların sıklıklarının değerlendirilmesi şeklinde olur (Bridges, vd., 2004).

Duygu düzenleme, kişinin başa çıkma yöntemleri yardımıyla da gerçekleşir. Başa çıkma kaynağı olarak dışardan destek alınır. Bu sayede duygusal uyarılma yönetilmiş olunur. Yetişkin bireyler endişeli oldukları durumlarda tavsiye almak için ailelerine veya arkadaşlarına başvurma ihtiyacı hissederler. Çocuklarda duygusal durumlarla başa çıkmaya yardımcı olacak kaynaklar ise sevdiği bir oyuncak, uyuduğu zaman örttüğü bir battaniye veya bir kitap olabilir (Thompson, 1994).

Bireyler olumsuz olarak nitelendirilen öfke, üzüntü ve kaygı gibi duyguları hissettikleri zaman bu duyguları azaltma eğilimine sahip olurlar. Bu duyguları hakkında konuşmak istemeyerek çoğu zaman hissettiklerinden bahsetmezler. Olumlu olarak atfedilen sevgi ve mutluluk gibi duyguları ise yoğunluklarını ve sürelerini arttırarak düzenlemeye çalışırlar. Günlük yaşamda duygu düzenleme birçok farklı durumda kendini gösterebilir. Stresli bir iş gününden sonra bazı insanlar için televizyonda eğlenceli bir program izlemek duygularını düzenlemeye yardımcı olur (Gross, 2014).

Duygu düzenleme becerilerinde temelde iki düzenleme stratejisi vardır. İlki duygu düzenleme süreci işe koyulmadan önce olan neden odaklı stratejidir. İkincisi ise süreçten sonra olan durumları kapsayan sonuç odaklı stratejidir. Duygu düzenleme süreç modeli beş noktayı vurgular. Bunlar durumların seçimi, durumların değişikliği, dikkat dağıtımı, bilişsel değerlendirme ve tepki değiştirmedir (Gross, 1998).

2.4.2. Duygu Düzenleme Becerilerinin Gelişimini Etkileyen Faktörler

Okul öncesi dönem, çocuğun daha sonraki yaşamında sağlığı ve iyi oluşu üzerinde geri döndürülemez derin bir etkiye sahiptir. Sağlık ve iyi oluş çok yönlü ve karmaşık bir süreçtir. Çocuğun sağlığı ve iyi oluşunda çocuğun bakıcısı ve yakın çevresiyle ilişkisi ile ait olduğu toplumun etkileri belirleyici olur. Erken çocukluk literatüründe çoğunlukla anne çocuk ilişkisinin kalitesine bakılsa da bu konuda bütüncül bir bakış açısıyla çocuğun maruz kaldığı tüm etmenler değerlendirilmelidir. Çocuk koşulsuz olarak kabul edildiğini, beğenildiğini ve sevildiğini hissettiğinde duygusal esenliğe erişmiş olur. Sağlık ve duygusal anlamda esenlik durağan değildir. Çocuğun başkalarıyla olan iletişimi, beslenme şekli ve uyku miktarı gibi faktörler duygusal sağlığı etkiler. Bazı toplumlarda (savaş toplumu ya da aşırı yoksul toplum gibi) çocuklar çok nadir duygusal anlamda iyi durumda olur. Aynı zamanda aile içi şiddetin olduğu ya da çocuğun kendini güvende hissetmediği ortamda bulunması da çocuğun duygusal iyi oluş halini olumsuz etkiler. Buna karşın sağlıklı bir çevrede yaşayan olumlu aile ilişkilerinin olduğu bir aileye dahil olan çocuk daha yüksek düzeyde iyilik hali hissedecektir (Underdown, 2006).

Duygu düzenleme becerisi çocuğun doğuştan getirdiği özelliklerinden etkilendiği gibi aynı zamanda bulunduğu çevreden kaynaklı faktörlerden de etkilenir. Çocuğun çevresindeki en önemli faktörlerden biri çocuğun ebeveyninin etkisidir. Ebeveynin çocuğuyla iletişimde duygusal becerilere yönelik yaptığı her davranış söylediği her söz duygu düzenleme beceri gelişimi için önem arz etmektedir (Onat ve Otrar, 2010).

Okul öncesi dönemde çocuk duygularını tanıyıp doğru bir şekilde anlamlandırıp düzenlerse akranlarıyla olumlu iletişim kurarak daha sağlıklı akran ilişkileri geliştirecektir. Aynı zamanda duygularını yönetmeyi öğrenen çocuk arkadaşlarıyla oyunlarında daha uyumlu davranışlarda bulunur (Özyürek, 2017). Çocuk yaşamının bu evresinde akranlarıyla çoğu zaman oyun etkinlikleri sayesinde daha çok etkileşimde bulunur. Oyun sırasında hayali arkadaşlar da edinerek çeşitli oyun senaryoları kurar. Kurduğu oyunlarda çeşitli rollere bürünerek duygularını yansıtır. Aynı zamanda oyun

arkadaşlarıyla girdiği karşılıklı konuşmalar ile kendisi dışındaki kişilerin duygu ifadelerini tanıma ve anlama fırsatı bulur (Gander ve Gardiner, 2004). Başkalarının duygularını anlamlandıramayan okul öncesi dönem çocuğu akranlarının davranışlarını yanlış yorumlayarak bu yanlış bilgiye dayalı eylemler planlayabilir. Sonrasında kendi duygularını yanlış aktararak akranlarıyla olan iletişimde sıkıntılı süreçler yaşayabilir (Denham, vd., 2015). Bundan dolayı duygu düzenleme becerilerinin ortaya çıkması çocuklarda akran ilişkilerinin olumlu düzeyde seyretmesi ve sürdürülmesi için büyük bir öneme sahiptir. Akran ilişkilerinde başarılı olan çocuklar duygularını düzenleyerek akran gruplarında olumlu ve istendik davranışlar sergilerler (Denham vd., 2003). Çekingen olarak tanımlanan çocukların sosyal olarak geri çekilmiş davranışlar sergilemeleri ve mutsuzluğa yatkın bir mizaç ve son derece kontrollü olmaları nedeniyle esneklikten uzak duygu düzenleyici tarzları deneyimleme olasılıkları daha yüksektir. Duygularını en uygun şekilde düzenleyen çocuklar uyumlu davranışlar sergilerler. Bu çocuklar esnektir ve duygularla başa çıkmak için uyarlanabilir yöntemler kullanırlar. Arkadaşları arasında popüler ve sosyal olarak yetkin olarak görülürler. Mizaçtaki bireysel farklılıklar duygu düzenleme becerileri ile ilişkili olarak çocuğun sosyal anlamda kabul görmesini etkiler (Blair, vd., 2004). Kişiliğin bileşenleri olan mizaç ve duygusal düzenlemenin, çocukların davranış sorunlarının yanı sıra akranlarıyla olan sosyal yeterliliğine de katkı sağladığı açıktır. Son zamanlarda yapılan çalışmalar, duygusallık ve düzenlemedeki bireysel farklılıkların daha sonraki çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikteki önemli sonuçları öngördüğü sonucunu göstermiştir. Konuyla ilgili yapılacak deneysel çalışmalar çocukların duygusallık ve düzenlemelerindeki mizaç veya kişilik farklılıklarının, yaşamlarının sonraki dönemlerinde sosyal yeterliliklerinde ve uyumlarında gerçekten farklılıklara yol açıp açmadığını belirlemenin en iyi yoludur (Eisenberg, vd., 2002).

Okul öncesi eğitim, çocuğun dünyaya gözlerini açtığı andan başlayarak ilkokula gitme yaşına kadar olan süre içinde tüm olgunlaşma ve öğrenmelerini destekleyici şekilde ve bireysel farklılıklara dikkat ederek mevcut potansiyelini ortaya çıkarmaya yönelik ayrıca tüm bunlara göre uygun ve çeşitli uyarıcılara sahip çevre imkânı sağlayan sistemli ve planlanmış bir eğitim sürecidir. Bu süreç bir kurumda verilebileceği gibi ailede ya da alternatif programlarla da verilebilir (Kuru Turaşlı, 2012). Türkiye’de uygulanan okul öncesi eğitimin amaçları içerisinde “Çocukların beden, zihin ve duygu gelişimini ve iyi alışkanlıklar kazanmasını sağlamak” ifadesi bulunmaktadır (Millî Eğitim Bakanlığı [MEB], 2013). Bu doğrultuda okul öncesi eğitimle çocukların her türlü gelişim alanı

desteklenmekle birlikte duygusal gelişim alanı da ihmal edilmemiştir. Millî Eğitim Bakanlığının 2013 yılında çeşitli eğitimcilerin görüşleri ve çalışmaları sonucu geliştirmiş olduğu Okul Öncesi Eğitim Programı okul öncesi eğitim kurumlarında eğitim ve öğretim faaliyetlerine devam eden çocuklara zengin öğrenme deneyimleri sunarak tüm gelişim alanlarında gelişimlerinin üst düzeye ulaşmasını sağlamak ve ilkokula doğru anlamda hazırlamak için oluşturulmuştur. Program aynı zamanda tüm gelişim alanlarında oluşabilecek yetersizlikleri önleyebilecek destekleyici ve çok boyutlu bir özellik taşımaktadır (Çelik ve Daşcan, 2014).

Resmi eğitimin başlangıcını ifade eden okul öncesi eğitim kurumları aile dışındaki bireylerle deneyim ve sosyalleşme imkânı sağlar. Çocuk bu kurumlarda bakım veren yetişkinlerin yanı sıra akranlarıyla da iletişim kurarak etkileşime girer (Stoll, 2019). Çocukların gülümsemek, ağlamak gibi duygusal sinyalleri güçlü bir şekilde başkalarının davranışına yansır. Benzer şekilde diğer bireylerin duygularla ilgili sinyalleri de okul öncesi dönem çocuğunun sosyal davranışını etkiler (Berk, 2013). Çocuklar duygusal becerilerle ilk olarak aile ortamında tanışır. Ebeveynlerinden gelen geri bildirimler sayesinde duygularını anlar, tanır ve nasıl düzenleyeceği konusunda deneyim yaşar. Okul öncesi eğitim kurumlarında ise çocuklar ilk defa ailelerinden ayrılarak sosyal bir ortama dahil olurlar. Bu ortamda hem akranlarıyla hem de öğretmenleriyle iletişim kurarak etkileşim içine girerek çeşitli duygusal deneyimlere tanıklık ederler (Erden, 2017).

Çağımızda, araştırmacılar okula hazır olmanın temel bir bileşeni olarak duygu gelişiminin önemli olduğundan bahsetmektedirler (Reynolds, 2018). Çocuk akıl yürütme becerilerinde de duygu bilgisini kullanır. Çocuğun duygu durumu muhakeme etme sürecini etkileyebileceği gibi aynı zamanda çocuk o süreçleri kullanarak başkalarının duygularını da anlamlandırmaya başlar. Bu anlamda duygu düzenleme becerilerinin gelişimi çocuğun okula hazır olma halini ve okulda akranlarıyla olan sosyal uyumunu etkiler. Sosyal duygusal özelliklerin yok sayıldığı bir eğitim sisteminde öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olmasını beklemek doğru bir yaklaşım olmaz. Ancak bazı çalışmalar birçok çocuğun öz düzenleme becerilerini kazanmadan okula başladığını göstermektedir. Okul öncesi öğretmenleri için önemli olan okula hazır olma durumunda duygusal gelişimi de gözetmek olmalıdır (Blair, 2002).

Öğretmenler, sınıfta çocuğun benlik bütünlüğüne saygı duyan kişilerarası becerilere sahip bir liderdir. Bu anlamda öğretmenler kendilerini erişilebilir kılarak çocuğun öğrenme ile ilgili endişelerinin farkında bir şekilde sorunlarla başa çıkmada iş

birlikçi bir yaklaşımla hareket eden rehberler olmaları gerekmektedir (Killick, 2006). Okul öncesi öğretmenlerinin duygusal beceri düzeyleri çocukların duygusal becerilerinin gelişiminde etkilidir. Öğretmenlerin kendilerine ait duyguları tanıması, ifade etmesi ve yönetmesi durumunda çocuklar kendine güvenen, duygu ve davranışlarını yönetebilen bireyler olacaklardır. Bu anlamda öğrenilmiş güçlülüğü olumlu olarak yüksek olan öğretmenler çocuklarla olan iletişimlerinde daha kabul edici ve duygudaş davranacaklardır. Böylece çocukları duygusal anlamda daha çok destekleyerek çocukların gelişiminde olumlu etkiler bırakacaktır (Argun, 2007). Bundan dolayı okul öncesi öğretmenlerinin duygusal beceriler ve duygusal becerilerin gelişiminin önemi konusunda farkındalık sahibi olmaları gereklidir. Bu farkındalık sayesinde önce kendi duygularını tanıyıp düzenleyerek öğrencisinin duygu durumunu nasıl yaşadığını anlayarak ona rehberlik etme sürecinde daha doğru hareket edecektir (Terzioğlu, 2018).

Çocuklar güçlü duygulara sahiptir. Bazı zamanlarda duygularını yönetmek onlar için zor olabilir. Duygularını yönetebilmek için yetişkin yardımına ihtiyaçları olabilir (Bruce, vd., 2013). Okul öncesi çocukların duygu bilgileri yaş, cinsiyet ve sosyoekonomik faktörlere göre değişir. Çocuklar devamlı olarak kendi duygularını ve çevresindeki insanların duygu ve davranışlarını anlamlandırmaya çalışır. Bu süreçte kişilerarası becerileri kullanarak sosyal etkileşimde bulunur. Çocuk duygu bilgisi sayesinde sosyal ve akademik beceriler kazanmada önemli bir yol alır. Okul öncesi dönem çocuklarının duygu bilgilerindeki bireysel farklılıkları anlamak ve onlara duygularını anlamlandırmalarında yardımcı olmak konusunda okullara ve öğretmenlere büyük görevler düşmektedir (Denham, vd., 2015). Eğitim kurumları sadece bilişsel gelişimi destekleyen ortamlar sağlamamalı. Aynı zamanda çocukların sosyal ve duygusal deneyimler yaşamasını olanaklı hale getirmelidir. Diğer eğitim kademelerinden farklı olarak okul öncesi eğitim sınıfları daha fazla duygusal ortamlar içerir. Sınıfta çocuklar akranlarıyla oyunlar ve etkinlikler yoluyla sürekli bir iletişim halindedir. Çocuklar akranlarının ve öğretmenlerinin çeşitli durumlara karşı gösterdikleri duygusal tepkileri gözlemleyerek duygu durum bilgilerini arttırırlar. Öğretmenler okul öncesi eğitim kurumlarında öğrenme ortamlarını mümkün olduğu kadar duygusal becerileri destekleyecek şekilde hazırlayarak çocukların duygusal gelişimini olumlu anlamda destekleyecek etkinlikler planlamalıdır (Voinea ve Damian, 2014).

Okul öncesi çocuklar için mizaç stilleri ve duygusal başa çıkma stratejilerinin sosyal yeterlilik ve davranış problemlerine etkisi araştırılmıştır. Duygularla başa çıkma

yeteneğinin mizaçtan daha etkili olduğu bulunmuştur. Pasif başa çıkma stratejilerinin kullanımı uyumsuz davranışları dışsallaştırma ve içselleştirmede mizaç boyutları arasındaki ilişkiyi yumuşattığı görülmüştür. Olumsuz mizaç eğilimleri ile birleştiği zaman problem durumlarla yüzleşmenin okul öncesi çocuklar için yararlı olduğu keşfedilmiştir. Bundan dolayı çocuklarda duygu düzenleme becerilerini geliştirmek için öğretmenlerin sınıfta önleyici ve müdahale edici stratejileri kullanması teşvik edilmektedir (Blair, vd., 2004).

Okul öncesi öğretmenlerinin akademik başarı dahil olmak üzere hayattaki birçok olay ve durumda çocuğun başarılı ve sağlıklı ilişkiler kurmasında etkili olan duygusal becerileri daha fazla önemsemeleri çocukların sağlıklı birer yetişkin olma yolunda ilerlemesine yardımcı olacaktır (Terzioğlu, 2018).

2.5. İlgili Araştırmalar

Duygu düzenleme çalışmaları son on yılda yeni yapılan çalışmalar olarak ele alınan başarılı çalışmalardır. Bu çalışmalarda birçok disiplin yer alır. Bu sayede son zamanlarda duyguyu anlamada büyük ilerlemeler kaydedilmiştir (Gross, 2014). Bu çalışmalar daha önce elde edilmeyen ve farklılaşan bir bakış açısı sunar. Çocukların duygusal gelişimlerinde diğer yönlerin de incelenmesini olanaklı hale getirir. Bu çalışmalar duygu dili, duygu anlayışı ile duyguların nasıl ve neden organize edildiğini açıklayarak bazı psikolojik süreçleri (odaklanma, problem çözme, ilişki kurma) de tartışır (Cole, vd., 2004). Araştırmanın bu bölümünde okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

2.5.1. Yurt içinde yapılan çalışmalar

Türkiye’de okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yapılan çalışmalar 2015 yılı itibariyle artmıştır. Bu çalışmalardan bazıları sunulmuştur.

Alkan (2020), 60-78 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri ile okula hazır bulunuşlukları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasının örneklemini 150 çocuk oluşturmuştur. Çalışmada Duygu Düzenleme Ölçeği ve Marmara İlköğretime Hazır Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulgularında çocukların duygu düzenleme becerileri ile okula hazır bulunuşlukları arasında pozitif yönde ve düşük seviyede anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak 60-78 aylık çocukların okula yeterince hazır olma ve alışma

sürecini kolay geçirmeleri için gelişmiş duygu düzenleme becerilerine sahip olmaları gerektiğine ulaşılmıştır.

Ersan ve Tok (2020), okul öncesi dönem çocuklarının (3-5 yaş) duygularını ifade etme ve duygu düzenleme becerileri ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada araştırmanın örneklemini Denizli il merkezindeki anaokullarında eğitim gören 863 çocuk oluşturmuştur. Veri toplama amacıyla Okul Öncesi Sosyal Davranış Ölçeği-Öğretmen Formu, Çocuk Duygu İfade Etme Ölçeği-Anne Formu ve Duygu Düzenleme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçları, çocukların sadece fiziksel saldırganlık düzeylerinin cinsiyet değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir. Çocukların hem fiziksel hem de ilişkisel saldırganlık düzeylerinin yaşlarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Çocukların fiziksel saldırganlıkları, öfkelerini ifade etme düzeyleri, üzgün ve korkmuş duyguları, duygu düzenleme toplam düzeyleri ve duygu düzenleme alt boyutu olan değişkenlik/olumsuzluk düzeyleri tarafından anlamlı olarak yordandığına ulaşılmıştır.

Koca (2020), tarafından yapılan çalışmada 60-72 aylık okul öncesi çocukların duygu düzenleme becerileri ile empati becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu 60-72 aylık 157 okul öncesi çocuk (79'u kız, 78'i erkek) oluşturmaktadır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocuklar için Empati Ölçeği kullanılmıştır. Empati düzeyi ile duygu düzenleme arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Çocukların empati becerilerinin artmasının duygu düzenleme becerilerinin artması ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Şahin (2019), okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerileri ile davranış sorunları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmanın örneklemini 321 çocuk oluşturmuştur. Duygu Düzenleme Ölçeği ve Davranış Sorunları Tarama Ölçeğinin kullanıldığı çalışmada ulaşılan sonuçlar şu şekildedir: Örneklemini oluşturan çocukların duygu düzenleme beceri puanları ve davranış sorunları arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Çocukların duygu düzenleme beceri puanları arttıkça çocuklarda görülen davranış sorunlarının azaldığına ulaşılmıştır.

Yılmaz (2019), 48-72 aylık çocukların bilişsel stilleri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı çalışmada Kansas Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklar İçin Düşünsellik-İçtepisellik Ölçeği A formu ve Duygu Düzenleme

Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini çocuklar ve anneleri olmuştur. Örnekleme oluşturan çocukların bilişsel stilleri ile duygu düzenleme becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

2.5.2. Yurt dışında yapılan çalışmalar

Yurt dışında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yapılan çalışmalar tarih sıralaması gözetilerek sunulmuştur.

Li ve diğerleri (2022) çalışmalarında okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerileri ve duygu bilgisindeki gelişim ile çocuk ve öğretmen düzeyinde duygu sosyalleşmesi arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamışlardır. 187 Tayvanlı okul öncesi dönem çocuğu ve 15 öğretmenden oluşan örneklemden oluşan öğretmenlerin tamamı kadındır ve erken çocukluk eğitimi alanında akademik bir lisans derecesine sahiptir. Öğretmenler ilk olarak Çocukların Olumsuz Duygularıyla Başa Çıkma Ölçeğini doldürmüşlerdir. Sonrasında Çocuk Davranışı Anketi Çocuklar için Duygusal Yeterlilik Derecelendirme Ölçeği ile Duygusal Yetenek Testi kullanılmıştır. Bulgular, okul öncesi çocukların duygu düzenlemesindeki büyüme ile önemli ölçüde ilişkili olan üç bireysel düzeydeki değişkeni (öğretmenin cezalandırıcı tepkileri, çocukların çaba harcayarak kontrolü ve olumsuz duygulanım) ortaya çıkarmıştır. Bir öğretmenin duygusal olarak zorlu durumlarda çocuk düzeyindeki cezalandırıcı tepkilerinin okul öncesi çocuklarda duygu düzenleme gelişimini olumsuz etkilediği görülmüştür. Sonuç olarak öğretmenlerin bir çocuğun olumsuz duygularına bireysel düzeyde cezalandırıcı tepkilerle tepki verme olasılığı daha düşük olduğunda çocukların duygu düzenlemede artan kazanımlar gösterdiğine, öğretmenleri sınıf düzeyinde olumsuz duygulara karşı daha fazla duygu teşvik edici tepkiler sergilediklerinde çocukların duygu bilgisinde daha fazla kazanım elde edildiğine ve öğretmen tarafından yönetilen bağlamlarla daha fazla zaman harcadıklarında çocukların duygu bilgisinde daha fazla gelişim olduğuna ulaşılmıştır.

Fernandes ve diğerleri (2021) yaptıkları çalışmada hem anne-çocuk hem de baba-çocuk bağlanmalarının okul öncesi dönemdeki çocukların akran grubunda gözlemlenen duygu düzenlemeleri üzerindeki potansiyel etkilerini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini 53 Portekizli aile (anne, baba ve çocuk) oluşturmuştur. Çocukların %47'si erkek %53'ü ise kızdır. Attachment Behavior Q-set çocuklar 3 yaşındayken evde, Emotion Regulation Q-Scale çocuklar 5 yaşındayken okul öncesi sınıfında uygulanmıştır. Sonuçlar her iki ebeveyn-çocuk bağlanma güvenliğinin birleşik

etkisinin her bir ebeveynin belirli katkılarından daha iyi bir şekilde duygu düzenleme sonuçlarını öngördüğünü göstermiştir. Okul öncesi çocuklarda duygu düzenleme becerilerini incelerken hem annenin hem de babanın çocuk bağlanma ilişkilerini ve bunların birleşik etkisini dahil etmenin önemli olduğuna ulaşılmıştır.

Lucas-Molina ve diğerleri (2020) Test of Emotion Comprehension ve Emotion Regulation Checklist testlerini kullanarak okul öncesi çocuklarda duygu düzenleme ve duygu bilgisi arasındaki ilişkiye baktıkları ve 108 çocuğun katılımcı olduğu boylamsal bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Bu araştırmada 3 yıl boyunca değişkenler ölçülmüştür. Emotion Regulation Checklist, Duygusal Düzenleme (ER) ve Değişkenlik/Olumsuzluk (L/N) olarak 2 alt ölçeğe ayrılmıştır. Oluşturulan modelle birlikte duygu düzenlemenin okul öncesi yıllarda duygu bilgisinden önce geldiği ve duygu bilgisini öngören bir yetenek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Caiozzo ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada risk altındaki okul öncesi çocuklarda duygu düzenleme ile ilişkili belirli ebeveynlik uygulamalarını belirlemek amaçlanmıştır. Head Start programlarının uygulandığı eğitim kurumlarından 124 bakıcı-çocuk örneklemeden veriler toplanmıştır. Sonuçlar ebeveynler arası saldırganlığın ebeveynlerin ve çocukların duygu düzenlemesi ile olumsuz bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ebeveynlerin oyun sırasında çocukların duygularına olan duyarlılığı, çocukların üzüntü ifadelerini etkili bir şekilde dinlemeleri ve kendi duygu düzenleme kapasiteleri ebeveynler arası saldırganlığa maruz kalma ile çocukların duygu düzenlemesi arasındaki ilişkiyi etkilemiştir.

Harden ve diğerleri (2017) tarafından yapılan araştırmada koruyucu ailede kötü muamele gören çocuklarda duygu düzenleme becerilerini incelemek amaçlanmıştır. Katılımcılar 4 ile 6 yaş arasındaki 50 çocuk ve onların koruyucu anneleri olmuştur. Okul öncesi dönemdeki koruyucu çocuklara duygu düzenleme görevleri uygulanmıştır. Uygulama sırasında video kaydı alınmış ve veriler daha sonra kodlanmıştır. Koruyucu ebeveynlik ve koruyucu anne depresyonunun yanı sıra çocuk özellikleri ve çocuk refahı deneyimlerinin duygu düzenleme (sevinç ve öfke duygusu) ile ilişkisi incelenmiştir. Bulgular, anne depresyonu ve ebeveyn yapılanmasının çocukların öfke düzenlemesine önemli ölçüde katkıda bulunduğunu ancak sevinç düzenlemelerine katkıda bulunmadığını ortaya koymuştur.

Lincoln ve diğeri (2017) yaptıkları çalışmada anne-çocuk etkileşimlerinin annelerin çocuklarının düzenleyici yeteneklerine ilişkin algıları ve çocukların gözlemlenen duygu düzenlemesi ile ilgili belirli bileşenleri keşfetmek amaçlanmıştır. Katılımcıları New England'ın (ABD'de bir bölge) iki kentsel bölgesinden otuz anne ve onların okul öncesi dönem çocukları oluşturmuştur. Anneler ve çocuklar iki üniversite kurulunun onayladığı oyun seanslarına katıldıktan sonra anneler anket doldurmuştur. Annenin medeni durumuna göre çocukların kararsızlığını algılamasında anlamlı bir fark olduğuna ulaşılmıştır. Evli olmayan annelerin çocuklarının evli olan annelerin çocuklarına göre anlamlı derecede daha kararsız olduğunu bildirmiştir. Annenin yaşı, çocuğun yaşı veya çocuğun cinsiyeti de dahil olmak üzere diğer demografik değişkenlere dayalı olarak algılanan duygu değişkenliğinde hiçbir fark olmadığı bulgusuna erişilmiştir. Sonuçlar, okul öncesi dönem çocuklarının annelerinin sosyal olarak uygun davranışlara rehberlik ederken özerkliği desteklemelerinin önemli olduğunu göstermiştir.

Di Maggio ve diğeri (2016) tarafından yapılan çalışmada okul öncesi çocuklarda duygu bilgisinin uyum üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri araştırılarak duygu düzenlemenin duygu bilgisi ve uyum arasındaki ilişkilere aracılık edip etmediği incelenmiştir. Katılımcıları yaşları 3 ile 5 yaş arasında değişen 240 çocuk oluşturmuştur. Çocukların sözel yeteneklerinin ve duygu bilgilerinin ölçülmesi için bir kelime testi uygulanmıştır. Öğretmenler, çocukların duygu düzenleme ve uyum değişkenleri hakkında iki anket doldurmuştur. Duygu bilgisinin duygu düzenleme müdahalesi yoluyla uyum üzerinde bir etkisi olup olmadığını değerlendirmek için dolaylı etkilerin bir değerlendirmesiyle birlikte bir aracılık modeli test edilmiştir. Sonuç olarak duygu düzenlemenin duygu bilgisi ve bu değişkenler arasındaki ilişkide aracı rolü doğrulanmıştır. Ayrıca duygu bilgisi ve öfke-saldırganlığın tam veya kısmi aracılık durumunda olacağı gibi doğrudan ilişkili olmadığını, ancak duygu düzenleme ile önemli bir bağlantı yoluyla dolaylı olarak ilişkili olduğuna ulaşılmıştır. Bulguların aile ve okul bağlamındaki önleme ve müdahale programları için potansiyel etkileri olabileceği düşünülmüştür. Duygu bilgisini hedefleyen erken çocukluk programlarının sosyal yeterliliği geliştirmek ve davranış problemlerini önlemek için özellikle yararlı olabileceği belirtilmiştir.

Gilpin ve diğeri (2015) yaptıkları çalışmada Amerika Birleşik Devletleri'nin güneydoğu bölgesindeki anaokullarından 103 çocuk ve öğretmenini katılımcı olarak seçmiştir. Araştırmada çocukların fantastik oyunlara olan yönelimlerinin duygu

düzenleme becerileri ile ilişkisi incelenmiştir. Çocuklar ve öğretmenlere çocukların duygu düzenlemesini, fantezi yönelimini, zihin teorisini ve dilini değerlendiren bir dizi ölçümler yapılmıştır. Bu ölçümler sonucunda akranlarından daha fazla fantastik oyuna katılan çocukların daha iyi duygu düzenleme becerileri gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada Vygotsky'den bu yana hayali oyun ile dil, anlatım, duygu düzenleme, bakış açısı alma ve empati gibi sayısız gelişimsel beceri arasında bir bağlantı olduğu öne sürülmüştür.

Grabell ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmada kültürün fizyolojik duygu düzenleme süreçleri üzerindeki etkisine bakılarak duygu düzenleme modelinin Batılı ve Batılı olmayan kültürler arasında genellenip genellenmediğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Katılımcılar, ABD'den (57) ve Çin'den (60) örnekleme alınan 3 ila 5 yaşındaki çocuklar ve anneleri olmuştur. Çocuklar okul öncesi eğitim aldıkları ortamlarında arka arkaya üç gün boyunca test edilmiştir. Test seansları yaklaşık iki saat sürmüştür ve anneler aile demografisi ve çocuk davranışı hakkında anketler doldürmüştür. Çin'deki çocuklar anne tarafından derecelendirilen dikkat odaklanması ile kortizol reaktivitesi arasında ABD'li çocuklarda görülmeyen önemli bir pozitif ilişki göstermiştir. Sonuç olarak ebeveynlik uygulamalarında, eğitim kurumlarında ve daha geniş toplumsal normlarda kültürel olarak özel farklılıkları olan toplumlarda yetişen bireylerin farklı duygu düzenleme yeterliliği kalıpları geliştirebileceğine ulaşılmıştır.

Sala ve diğerleri (2014) yaptıkları çalışmada İtalya'nın kuzeyindeki bir şehirde bulunan iki anaokulunda 3 ve 6 yaş arasındaki 69 okul öncesi dönem çocuğunun konuşmalarına yansıyan duygu düzenleme stratejilerinin gelişimini araştırmayı hedeflemişlerdir. Duygu düzenlemeyi ölçmek için Emotion Regulation Story Stems, Test of Emotion Comprehension, Peabody Picture Vocabulary Test-Revised ve Leiter International Performance Scale-Revised testleri kullanılmıştır. Duygu düzenleme stratejilerinin kullanımında birkaç önemli cinsiyet ve yaş farkı tespit edilmiştir. Ayrıca sözel beceriler, sözel olmayan zekâ ve duygu kavramının sadece belirli yaşlarda da olsa gözlenen duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Boyer (2009) tarafından yapılan çalışmaya Kuzey Amerika Pasifik Kıyılarındaki yedi bölgeden 15 okul öncesi öğretmeni katılmıştır. Katılımcıların hizmet yılları 1.5 ile 23 yıl arasında değişmekte olup ortalama hizmet yılı süreleri 12 yıldır. Bu fenomenolojik araştırmada on beş okul öncesi eğitimcinin çocukların öz düzenleme ve duygu düzenleme gelişimi hakkında bildiklerinin ne olduğu ve öğretmenlerin çocukların gelişimi hakkında

ebeveynlerle daha iyi nasıl iletişim kurabilecekleri araştırılmıştır. Veri kaynakları kullanılarak fenomenolojik analizin yedi adımı uygulanmıştır. Birinci temadan elde edilen bulguya göre öz düzenleme ve duygu düzenleme için uzunlamasına bir gelişimsel ilerleme yansıtılmıştır. İkinci temadan ulaşılan bulguya göre eğitimciler yetişkinlerin öğrenme ortamının ustaları olmasının öneminin altını çizmişlerdir. Çocukların zorlu ve ilgi çekici öğrenme etkinlikleriyle düşünceli bir şekilde tanıştırıldığı güvenli bir temelin önemi tartışılmıştır. Bu araştırma sonucunda okul öncesi öğretmenleri arasında öz düzenleme ve duygu düzenleme konusunda tutarlı bir kavramsal görüşe ulaşılmıştır.

Cohen ve Mendez (2009) yaptıkları çalışmada okul öncesi çocukların okul yılı boyunca akranlarıyla oyun davranışlarının kararlılığı ve duygu düzenleme ile alıcı kelime dağarcığı ve sosyal yeterlilik eksikliklerinin arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Katılımcıları Head Start programına katılan 331 okul öncesi çocuğu oluşturmuştur. Katılımcılar çoğunlukla düşük sosyoekonomik düzeye sahip Afrika kökenli Amerikalılar olmuştur. Ulaşılan sonuçlarda akran oyun davranışı orta derecede kararlı bulunmuştur. Uyumsuz davranış sergileyen çocukların sürekli uyum sağlayan davranış sergileyen çocuklara göre daha düşük alıcı dil becerileri ve duygu düzenlemeleri olduğuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada risk altındaki çocukları belirlemeye yönelik uygulamalar hakkında bilgiler verilmiştir. Ayrıca bulgular, etkili müdahaleler olmadan risk altındaki çocukların zaman içinde sürekli olarak zayıf sosyal yeterlilik sergilemelerinin muhtemel olduğunu göstermiştir.

Cole ve diğerleri (2009) okul öncesi dönemdeki çocukların öfke ve üzüntüyü düzenlemek için sözel stratejiler üretme ile bu duygulara etkili stratejileri tanıma becerileri, çocuk faktörleri ve annenin duygu sosyalleşmesi ile ilişkili olarak incelenmiştir. Aynı zamanda duygu düzenleme strateji anlayışı ile gerçek öz düzenleme arasındaki ilişki de incelenmiştir. Çalışmada, okul öncesi çocukların güçlü öfke veya üzüntü hissetmeyi nasıl durduracaklarına yönelik uygun ve etkili stratejileri tanımlarını değerlendirmek için bir kukla tekniği tasarlanmıştır. Pennsylvania'da küçük bir şehirde bölge anaokullarını gezme, gazete ilanları ve doğum duyuruları yoluyla 3 yaş 0 aylık ve 4 yaş 11 aylık aralığında olan 116 çocuk (59 erkek, 57 kız) çalışmaya katılmıştır. Örneklemde, 4 yaşındakiler 3 yaşındakilerden daha fazla öfke için stratejiler tanıyıp ve geliştirmişlerdir. Ancak 3 ve 4 yaşındakiler üzüntü için benzer stratejiler tanıyıp ve üretmişlerdir. Strateji oluşturma için yaş etkileri, ifade edici dil becerisi ile açıklanmıştır. Araştırmanın bulguları duygu düzenleme stratejisi anlayışının küçük çocuklarda

değerlendirilebileceğini ve bu tür bir anlayışın öz düzenleme davranışı üzerinde etkileri olduğunu göstermiştir.

Carlson ve Wang (2007) tarafından yapılan çalışmada 4-6 yaş arasındaki okul öncesi çocuklarının (53 çocuk) engelleyici kontrol davranışları ile duygu düzenleme becerilerindeki farklılıklar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Katılımcılar ağırlıklı olarak Avrupalı ya da Amerikalıdır. Orta düzey sosyoekonomik düzeye sahip aileden gelmektedirler. Çocuklar, sessiz bir laboratuvar oyun odasında iki deneyci tarafından bireysel olarak test edilmiştir. Seanslar yaklaşık 45 dakika sürmüştür. Ölçümlerde PPVT-III, Simon Says, Forbidden Toy, Emotion Understanding, Secret Keeping, Gift Delay ve Disappointing Gift kullanılmıştır. Ölçümler videoya kaydedilmiştir. Engelleyici kontroldeki bireysel farklılıklar çocukların duygularını düzenleme yetenekleriyle önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Bu ilişki yaş ve sözel yetenek kontrol edildikten sonra da devam etmiştir. Bu araştırmanın amacı, okul öncesi çocuklarda engelleyici kontrol ile duygu düzenleme arasındaki ilişkinin doğasını araştırmak olmuştur. Araştırmacılar yaklaşımlarının her iki yapının davranışsal ve ebeveyn bildirim yöntemlerini incelemesi, duygu anlama ve hem olumlu hem de olumsuz duygu bastırma değerlendirmelerini içermesi ve sözel yeteneği kontrol etmesi bakımından yeni olduğunu ifade etmişlerdir.

Galyer ve Evans (2001) okul öncesi dönem çocuklarının rol yapma ve duygu düzenleme becerilerini inceledikleri çalışmada Yeni Zelanda'nın orta büyüklükte bir şehrinde yaşayan alt ve orta sınıf sosyoekonomik düzeye ait olan ailelerin yaşları 4-5 olarak değişen çocukları (47 çocuk) ve çocukların ebeveynleri çalışma grubunu oluşturmuştur. Çocukların rol yapma oyununa devam etme başarısının duygu düzenleme becerileriyle ilişkili olduğu gözlenmiştir. Sık sık rol yapma oyunu oynayan ve bunu ebeveynleriyle yapan çocukların duygu düzenleme puanları daha yüksek bulunmuştur. Bu çalışmanın hayali oyun ve duygu düzenleme arasındaki ilişki için destek sağladığı düşünülmüştür. Aynı zamanda ebeveyn-çocuk hayali oyun etkileşiminin duygu düzenleme becerilerinin gelişimi üzerindeki etkilerini incelemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu vurgulamıştır.

Garner ve Spears (2000), düşük gelirli çevreden gelen okul öncesi dönem çocuklarının olumsuz duygularının nedenlerini ve duygu düzenleme tepkilerini belirlemeyi amaçlayan çalışmada duygu sosyalleştirme uygulamalarının ve mizacın da çocukların duygu düzenleme becerileriyle ilişkisine bakılmıştır. Çalışma grubunu 90 çocuk ve anneleri oluşturmuştur. Gözlemciler öfke ve üzüntü tepkilerini kaydetmişlerdir.

Çocuklar üzüntüye tepki olarak yapıcı dönütler ancak öfkeye tepki olarak yapıcı olmayan dönütler vermişlerdir. Aynı zamanda annelerle olan araştırma bulgularının sonuçlarına göre tutarsız ebeveyn tavırları genellikle yapıcı olmayan duygu düzenleme tepkileriyle sonuçlanmıştır. Bu araştırmanın sonuçları orta gelirli çocuklara ilişkin araştırma sonuçlarıyla tutarlı bulunmuştur. Düşük ve orta gelirli ailelerin çocukları olumsuz duyguların düzenlenmesi konusunda benzer özellikler göstermektedir denilmiştir.



BÖLÜM III

3.YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümü araştırma modeli, evren ve örneklem, verilerin toplama teknikleri ve verilerin analizi bölümlerini içermektedir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden olan doküman incelemesi modeli kullanılmıştır. Nitel araştırmalar, bir konuyla ilgili geniş bakış açısı elde etmek isteyen araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2019). Bu araştırmalar yorumlayan bir bakış açısıyla mevcut durumu olduğu haliyle bütüncül bir şekilde ortaya koymaktadır. Doküman incelemesi modelinde bir konuyla ilgili alan yazın incelenerek yapılmış olan araştırmalar incelenir. Araştırmada çalışmaların analizi için içerik analizinden faydalanılmıştır. Aynı tarz verileri belirlenmiş başlıklar altında birleştirmeyi sağlayan içerik analizi elde edilen verileri derinlemesine yorumlamayı sağlar (Yıldırım ve Şimşek, 2016). İçerik analizi meta-analiz, meta sentez ve betimsel içerik analizi şeklinde ayrılır (Çalık ve Sözbilir, 2014). Betimsel içerik analizinde yorumlanan veriler sayesinde araştırılan konu ile ilgili eğilimler belirlenir ve ulaşılan bulguların sonraki çalışmalara yol göstermesi hedeflenir (Ültay, vd., 2021). Bu çalışmada betimsel içerik analiz yaklaşımıyla değerlendirmeler yapılmıştır. Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili Türkiye’de yapılan araştırma makaleleri ile tam metin halinde erişilebilen yüksek lisans ve doktora tezleri içerik analizi ile incelenmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri konusunda Türkiye’de yayımlanan yüksek lisans ve doktora tezleri ile araştırma makaleleri oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme, araştırmacıların bir birim örneği seçmek için kullandığı seçkisiz olmayan örnekleme tekniklerindedir. Evrenin çok büyük olduğu ve rastgele incelemelerin zor olduğu durumlarda kullanımı yararlıdır. Nitel araştırmalarda, hali hazırda bulunan kaynakların uygun bir şekilde ele alınmasını sağladığı için sıklıkla tercih edilir (Etikan, vd., 2016). Özellikle belirli ölçütleri karşılamada ya da belirli özelliklere

sahip olan durumlarla çalışılmak istenildiğinde kullanılarak derinlemesine inceleme yapılmasını olanaklı kılar (Büyüköztürk, vd., 2019).

Araştırmada anahtar kelimeler duygu düzenleme, duygu düzenleme becerisi ve okul öncesi dönem ile aramalar yapılmıştır. Yüksek lisans ve doktora tezleri için Yök Tez Merkezi veri tabanında belirlenen anahtar kelimeler tarandığında ulaşılan tezler ile Google Scholar arama motorunda anahtar kelimelerle yapılan arama sonucu erişilen araştırma makaleleri oluşturmuştur. Dahil edilme kriterlerini sağlayan tezler ve bilimsel makaleler araştırmanın örneklemini sağlamıştır. Araştırmanın örneklemini Türkiye’de okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanmış 46 yüksek lisans ve doktora tezi ile 14 araştırma makalesi oluşturmaktadır.

3.3. Verilerin Toplanma Teknikleri

Araştırmada elde edilen veriler tezler için Yök Tez Merkezi veri tabanında araştırma makaleleri için Google Scholar arama sayfasında anahtar kelimelerin aranmasıyla ulaşılan 46 yüksek lisans ve doktora tezi ile 14 araştırma makalesinin taranmasıyla toplanmıştır.

Araştırmada bilimsel makalelerin, yüksek lisans ve doktora tezlerinin analizinde kullanılmak üzere 10 maddelik yayın sınıflama formu oluşturulmuştur. Bu formda araştırmaların; türü, yayımlanma yılları, yazar sayıları, yapıldıkları bilim dalları, yöntemleri, örneklemleri, örneklemlerindeki çocuk sayısı, çocukların yaş grupları ve araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları bölümlerine yer verilmiştir. Araştırmaya dâhil edilen tüm makale ve tezler tek tek okunup analiz formundaki bölümlere gerekli bilgiler yazılmış ve kodlamalar yapılmıştır. Çalışmalara ait kodlamalar Microsoft Office Excel programı ile oluşturulmuştur.

3.4. Verilerin Analizi

Bu araştırmada verilerin analizinde betimsel içerik analizi kullanılmıştır. Betimsel içerik analizi yüzde ve frekans yoluyla veriler sağlayarak durumu olabildiğince dikkatli tanımlaması sebebiyle seçilmiştir. İçerik analizinin aşamaları amacın belirlenmesi, kavramların tanımlanması, analizde kullanılacak birimlerin ve verilerin yerinin belirlenmesi, mantık çerçevesinde bir yapı geliştirilmesi, kodlama için kategorilerin belirlenmesi, kategorilerdeki birimlerin sayılması, ulaşılan bulguların yorumlanması ve sonuçların raporlaştırılması şeklindedir (Büyüköztürk, vd., 2019). Yapılmış olan içerik analizi ile 2013-2021 yılları arasında Türkiye’de yayımlanmış olan 46 yüksek lisans ve

doktora tezi ile 14 bilimsel makale araştırmacı tarafından belirlenen 10 maddelik yayın sınıflama formu ile incelenmiştir. Yayın sınıflama formunda araştırmaların ağırlıklı olarak hangi türde seçildiği, hangi yıllarda yayımlandığı, yazar sayıları, tezlerin bilim dalları, çoğunlukla hangi yöntemin kullanıldığı, örneklemleri, örneklemlerindeki çocuk sayısı, çocukların yaş grupları ve araştırmalarda sıklıkla kullanılan veri toplama araçları yer almıştır. Veriler SPSS25 paket programında yüzde ve frekans hesaplamaları ile analiz edilmiştir. Ulaşılan veriler ışığında her bir ölçüte karşılık gelen bulgular yüzde ve frekans tablolarıyla sunulmuştur. Tabloların sunumunda betimsel yöntem esas alınmıştır.



BÖLÜM IV

4. BULGULAR VE YORUM

Araştırma dahilinde ulaşılan bulgulara bu bölümde yer verilmektedir. Bulgular sırasına göre düzenlenerek tablolar ile birlikte sunulmaktadır. Aynı zamanda her bir bulgu yorumlanmaktadır.

4.1. Birinci Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum

Araştırmanın birinci alt problemi “2013-2021 yılları arasında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan araştırmaların tür ve özelliklerine göre dağılım nasıldır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt problem ile ilgili ulaşılan bulgular sunulmuştur.

Tablo 1. *Araştırmaların Türlerine Göre Dağılımı*

Araştırmaların Türü	Sayı (n)	Yüzde (%)
Makale	14	23,3
Yüksek Lisans Tezi	42	70,0
Doktora Tezi	4	6,7
Toplam	60	100,0

Tablo 1 incelendiğinde 14 makale (%23,3), 42 yüksek lisans tezi (%70,0) ve 4 doktora tezi (%6,7) olmak üzere toplam 60 araştırmaya ulaşılmıştır. En çok yapılan araştırma türü 42 çalışma (%70,0) ile yüksek lisans tezi olmuştur.

Tablo 2. *Araştırmaların Yıllarına Göre Dağılımı*

Araştırmaların Yılı	Sayı (n)	Yüzde (%)
2013	1	1,7
2015	5	8,3
2016	6	10,0
2017	5	8,3
2018	7	11,7
2019	13	21,7
2020	13	21,7
2021	10	16,7

Toplam	60	100,0
--------	----	-------

Tablo 2’de en çok çalışmanın 13’er çalışma (%21,7) ile 2019 ve 2020 yıllarında yapıldığı görülmüştür. 2021 yılında 10 çalışma (%16,7), 2018 yılında 7 çalışma (%11,7), 2017 yılında 5 çalışma (%8,3), 2016 yılında 6 çalışma (%10,0) ve 2015 yılında 5 çalışma (%8,3) yapılmıştır. En az çalışma yapılan yıl 1 çalışma (%1,7) ile 2013 yılı olmuştur.

Tablo 3. Araştırmaların Yıllara Göre Türlerinin Dağılımı

Araştırmaların Yılı	Makale	Yüksek Lisans Tezi	Doktora Tezi	Toplam
2013				
Sayı (n)	0	1	0	1
Yüzde (%)	%0,0	%100	%0,0	%100,0
2015				
Sayı (n)	3	1	1	5
Yüzde (%)	%60,0	%20,0	%20,0	%100,0
2016				
Sayı (n)	2	4	0	6
Yüzde (%)	%33,3	66,7	%0,0	%100,0
2017				
Sayı (n)	1	3	1	5
Yüzde (%)	%20,0	%60,0	%20,0	%100,0
2018				
Sayı (n)	2	5	0	7
Yüzde (%)	%28,6	%71,4	%0,0	%100,0
2019				
Sayı (n)	1	12	0	13
Yüzde (%)	%7,7	%92,3	%0,0	%100,0
2020				
Sayı (n)	3	9	1	13
Yüzde (%)	%23,1	69,2	%7,7	%100,0
2021				
Sayı (n)	2	7	1	10
Yüzde (%)	%20,0	%70,0	%10,0	%100,0

Araştırmaların yayımlandığı yıllara göre türlerinin incelendiği bulgular sonucunda 2013 yılında yapılan 1 adet araştırmanın yüksek lisans tezi olduğu görülmüştür. 2015 yılında yapılan 5 araştırmadan 3'ü (%60,0) araştırma makalesi diğer 2 çalışmanın 1'i (%20,0) yüksek lisans tezi diğeri de (%20,0) doktora tezi olmuştur. 2016 yılındaki 6 çalışmanın 2'sini (%33,3) araştırma makalesi ve 4'ünü (%66,7) yüksek lisans tezi oluşturmuştur. 2017 yılında 1 adet (%20,0) araştırma makalesi, 3 adet (%60,0) yüksek lisans tezi ve 1 adet (%20,0) doktora tezi yayımlanmıştır. 2018 yılında 2 adet (%28,6) araştırma makalesi ve 5 adet (%71,4) yüksek lisans tezi yapıldığı görülmüştür. En çok araştırmanın yapıldığı 2019 ve 2020 yılları incelendiğinde 2019 yılındaki araştırmaların %7,7' sini (1 adet) araştırma makalesi ve %92,3'ünü (12 adet) yüksek lisans tezi oluşturmuştur. 2020 yılında araştırmaların %23,1'i (3 adet) araştırma makalesi, %69,2'si (9 adet) yüksek lisans tezi ve %7,7'si (1 adet) doktora tezi olmuştur. 2021 yılında yapılan 10 çalışmanın 2'si (%20,0) araştırma makalesi, 7'si (%70,0) yüksek lisans tezi ve 1'i (%10,0) doktora tezi olmuştur.

Tablo 4. *Araştırma Makalelerinin Yazar Sayılarına Göre Dağılımı*

Araştırmaların Yazar Sayısı	Sayı (n)	Yüzde (%)
1	3	21,4
2	5	35,7
3	5	35,7
5	1	7,1
Toplam	14	100,0

Tablo 4 incelendiğinde araştırma makalelerinin en çok %35,7 oranlarla iki ve üç yazarlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Tek yazarlı makalelerin oranı %21,4 olmuştur. Beş yazarlı makalelerin oranının (%7,1) en az olduğu görülmüştür.

Tablo 5. *Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Dağılımı*

Tezlerin Üniversiteleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Devlet Üniversitesi	33	71,7
Vakıf Üniversitesi	13	28,3
Toplam	46	100,0

Tezlerin yapıldıkları üniversitelere göre olan dağılım incelendiğinde yüksek lisans ve doktora tezlerinin en çok devlet üniversitelerinde (%71,7) yapıldığı bulgusuna ulaşılmıştır. Vakıf üniversitelerinin oranı ise %28,3 olmuştur.

Tablo 6. *Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Araştırma Türlerinin Dağılımı*

	Yüksek Lisans Tezi	Doktora	Toplam
Devlet Üniversitesi			
Sayı (n)	29	4	33
Yüzde (%)	%87,9	%12,1	%100,0
Vakıf Üniversitesi			
Sayı (n)	13	0	13
Yüzde (%)	%100,0	%0,0	%100,0

Tablo 6’da Devlet Üniversitelerinde yayımlanan 33 adet tezin %87,9’unun (29 adet) yüksek lisans tezi ve %12,1’inin (4 adet) doktora tezi olduğu görülmüştür. Vakıf Üniversitelerinde yayımlanan 13 adet tezin hepsinin türü yüksek lisans tezidir.

Tablo 7. *Tezlerin Bilim Dallarına Göre Dağılımı*

Tezlerin Bilim Dalları	Sayı (n)	Yüzde (%)
Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı	18	39,1
Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı	9	19,6
Psikoloji Ana Bilim Dalı	8	17,4
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı	2	4,3
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı	5	10,9
Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalı	1	2,2
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı	1	2,2
İlköğretim Bilim Dalı	1	2,2
Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı	1	2,2
Toplam	46	100,0

Tezlerin bilim dallarına göre dağılımları incelendiğinde yüksek lisans ve doktora tezlerinin en çok Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında (%39,1) yapıldığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sonra sırasıyla Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı (%19,6) ve Psikoloji Ana Bilim Dalı (%17,4) en çok çalışmanın yapıldığı bilim dalları olmuştur. Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı %10,9 ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı %4,3 oranlarla yer almıştır. Aile Danışmanlığı ve Eğitimi, İlköğretim ve Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dallarını ile Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı %2,2'lik değerler almıştır.

Tablo 8. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Bilim Dallarının Dağılımı

	Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı	Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı	Psikoloji Ana Bilim Dalı	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı	Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı	İlköğretim Bilim Dalı	Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı	Toplam
Devlet Üni.	16	8	3	2	1	0	1	1	1	33
Sayı (n)	16	8	3	2	1	0	1	1	1	33
Yüzde (%)	%48,5	%24,2	%9,1	%6,1	%3,0	%0,0	%3,0	%3,0	%3,0	%100
Vakıf Üni.	2	1	5	0	4	1	0	0	0	13
Sayı (n)	2	1	5	0	4	1	0	0	0	13
Yüzde (%)	%15,4	%7,7	%38,5	%0,0	%30,8	%7,7	%0,0	%0,0	%0,0	%100

Tezlerin yapıldıkları üniversitelere göre bilim dallarının dağılımı incelendiğinde Devlet Üniversitelerindeki tezlerin %48,5'i Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında, %24,2'si Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalında, %9,1'i Psikoloji Ana Bilim Dalında, %6,1'i Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında, %3,0'ı Klinik

Psikoloji Yüksek Lisans Programında, %3,0'ı Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında, %3,0'ı İlköğretim Bilim Dalında, %3,0'ı Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalında yapılmıştır. Devlet üniversitelerinde Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalında tez yapılmamıştır. Vakıf üniversitelerindeki tezlerin %15,4'i Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında, %7,7'si Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalında, %38,5'i Psikoloji Ana Bilim Dalında, %30,8'i Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında, %7,7'si Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalında yapılmıştır. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, İlköğretim, Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dallarında ve Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında tez yayımlanmamıştır.

Tablo 9. Araştırmalarda Kullanılan Veri Toplama Araçlarına Göre Dağılım

Veri Toplama Araçları	Sayı (n)	Yüzde (%)
Duygu Düzenleme Ölçeği- Anne ve Öğretmen Formu (Emotion Regulation Checklist -ERC)	49	81,7
Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği	3	5,0
Sembolik Oyun Gözlemi Ölçümü	1	1,7
Duygu Ayarlama Ölçeği	1	1,7
Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği	2	3,3
Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeği	1	1,7
Duygu Kavrama Testi	1	1,7
Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği	1	1,7
Wally Sosyal Problem Çözme Testi	1	1,7
Toplam	60	100,0

Araştırmalarda okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmek için kullanılan veri toplama araçlarının dağılımına göre oluşan bulgu sonuçlarında çalışmalarda en çok %81,7 oranla Duygu Düzenleme Ölçeği-Anne ve Öğretmen Formu (Emotion Regulation Checklist-ERC) kullanıldığı görülmüştür. Shields ve Cicchetti (1997) tarafından geliştirilen dördümlü likert tip ölçme aracı 24 maddeden oluşmaktadır.

Anneler veya öğretmenler tarafından doldurulabilen bir yapıya sahip olan ölçme aracının Türkçeye uyarlama çalışması Batum ve Yağmurlu (2007) tarafından yapılmıştır.

İkinci sırada Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği (%5,0) gelmiştir. Bu veri toplama aracını 3-6 yaş okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme stratejilerini ölçmek amacıyla Gust (2014) geliştirmiştir. Çocuklara bireysel bir şekilde uygulamayı gerektiren ölçek duygu düzenleme stratejilerini anlamayı ve oluşturmayı içeren iki bölüm içermektedir. Türkçe'ye uyarlaması yapılan ölçeğin okul öncesi çocuklar için 5-6 yaş grubuna uygulanabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Ecirli ve Ogelman, 2015). Araştırmalarda kullanılan diğer ölçekler Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği, Sembolik Oyun Gözlemi Ölçümü, Duygu Ayarlama Ölçeği, Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği, Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeği, Duygu Kavrama Testi, Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Wally Sosyal Problem Çözme Testi olmuştur.

4.2. İkinci Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum

Araştırmanın ikinci alt problemi "2013-2021 yılları arasında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan araştırmaların yöntemlerine göre dağılım nasıldır?" olarak belirlenmiştir. Bu alt problem ile ilgili ulaşılan bulgular sunulmuştur.

Tablo 10. *Araştırmaların Yöntemlerine Göre Dağılım*

Araştırmaların Yöntemleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
İlişkisel tarama	37	61,7
Kesitsel tarama	5	8,3
Karma araştırma	2	3,3
Deneysel desen	6	10,0
Belirtilmemiş	5	8,3
Genel tarama	5	8,3
Toplam	60	100,0

Tablo 10'da verilen araştırmaların yöntemlerine göre dağılım incelendiğinde en çok kullanılan yöntemin 60 çalışma içinde 37 çalışma (%61,7) ile ilişkisel tarama yöntemi olduğu görülmüştür. Bu yöntemi sırasıyla deneysel desen (%10) ile kesitsel tarama ve genel tarama yöntemleri (%8,3) takip etmiştir. Araştırmaların içinde yöntemin

belirtilmediği 5 çalışma (%8,3) olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. En az kullanılan yöntem karma araştırma yöntemi (%3,3) olmuştur.

Tablo 11. Araştırmaların Türlerine Göre Yöntemlerinin Dağılımı

	İlişkisel Tarama	Kesitsel Tarama	Karma araştırma	Deneysel desen	Belirtilmemiş	Genel Tarama	Toplam
Makale							
Sayı (n)	8	2	0	1	0	3	14
Yüzde (%)	%57,1	%14,3	%0,0	%7,1	%0,0	%21,4	%100,0
Yüksek Lisans Tezi							
Sayı (n)	26	3	2	5	5	1	42
Yüzde (%)	%61,9	%7,1	%4,8	%11,9	%11,9	%21,4	%100,0
Doktora Tezi							
Sayı (n)	3	0	0	0	0	1	4
Yüzde (%)	%75,0	%0,0	%0,0	%0,0	%0,0	%25,0	%100,0

Tablo 11'e göre araştırma makalelerinde %57,1 oranla en çok ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemi %21,4 ile genel tarama yöntemi, %14,3 ile kesitsel tarama yöntemi ve %7,1 ile deneysel desen takip etmiştir. Yüksek lisans tezlerinin %61,9'unda ilişkisel tarama yöntemi, %21,4'ünde genel tarama yöntemi, %11,9'unda deneysel desen, %7,1'inde kesitsel tarama yöntemi ve %4,8'inde karma araştırma yöntemi araştırma yöntemi olarak seçilmiştir. Yüksek lisans tezlerinin %11,9'unda araştırmanın yöntemi belirtilmemiştir. Doktora tezlerinde %75 oranla ilişkisel tarama ve %25 oranla genel tarama yöntemleri kullanılmıştır.

Tablo 12. Tezlerin Yapıldıkları Üniversitelere Göre Araştırma Yöntemlerinin Dağılımı

	İlişkisel Tarama	Kesitsel Tarama	Karma Araştırma	Deneysel Desen	Belirtilmemiş	Genel Tarama	Toplam
Devlet Üni.							
Sayı (n)	24	2	2	3	1	1	33
Yüzde (%)	%72,7	%6,1	%6,1	%9,1	%3,0	%3,0	%100,0

Vakıf Üni.							
Sayı (n)	5	1	0	2	4	1	13
Yüzde (%)	%38,5	%7,7	%0,0	%15,4	%30,8	%7,7	%100,0

Yüksek lisans ve doktora tezlerinin üniversitelere göre araştırma yöntemleri incelendiğinde Devlet Üniversitelerinde yapılan tezlerin (24 tez) %72,7'sinde ilişkisel tarama, (3 tez) %9,1'inde deneysel, (2 tez) %6,1'inde kesitsel tarama, (2 tez) %6,1'inde karma araştırma, (1 tez) %3,0'ında genel tarama yöntemlerinin kullanıldığı ve tezlerin (1 tez) %3,0'ında kullanılan araştırma yönteminin belirtilmediği görülmüştür. Vakıf üniversitelerinde yayımlanan tezlerde (5 tez) %38,5 ilişkisel tarama, (2 tez) %15,4 deneysel desen, (1 tez) %7,7 kesitsel tarama ve (1 tez) %7,7 genel tarama yöntemleri kullanılmıştır. Tezlerin (4 tez) %30,8'inde araştırma yöntemi belirtilmemiştir.

4.3. Üçüncü Alt Probleme Ait Bulgular ve Yorum

Araştırmanın üçüncü alt problemi “2013-2021 yılları arasında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili yayımlanan araştırmaların örneklem tanımlarına göre dağılım nasıldır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt problem ile ilgili ulaşılan bulgular sunulmuştur.

Tablo 13. Araştırmaların Örneklemlerine Göre Dağılımı

Araştırmaların Örneklemleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Sadece çocuklar	26	43,3
Çocuklar ve anneleri	14	23,3
Çocuklar, anneleri ve babaları	11	18,3
Çocuklar, anneleri ve öğretmenleri	1	1,7
Çocuklar, ebeveynleri ve öğretmenleri	3	5,0
Çocuklar ve öğretmenleri	5	8,3
Toplam	60	100,0

Araştırmaların örneklemelerinin dağılımının verildiği Tablo 13 incelendiğinde örneklem grubu olarak en çok %43,3 oranla okul öncesi dönem çocuklarının yer aldığı görülmüştür. Bu örneklem grubunu %23,3 oranla çocuklar ve anneleri ile %18,3 oranla

çocuklar, anneleri ve babaları takip etmiştir. Diğer örneklem grupları (%8,3) çocuklar ve öğretmenleri, (%5,0) çocuklar, ebeveynleri ve öğretmenleri ile (%1,7) çocuklar, anneleri ve öğretmenleri olmuştur.

Tablo 14. Araştırmaların Örneklemlerindeki Çocuk Sayılarına Göre Dağılım

Örneklemlerdeki Çocuk Sayısı	Sayı (n)	Yüzde (%)
20-100: 1	13	21,7
101-200: 2	19	31,7
201-300: 3	8	13,3
301-400: 4	7	11,7
401-500: 5	7	11,7
501-600: 6	3	5,0
601-700: 7	1	1,7
800-900: 8	2	3,3
Toplam	60	100,0

Tablo 14 incelendiğinde araştırmaların örneklemlerindeki çocuk sayısının %31,7 oran ile en çok 101-200 sayı aralığında kullanıldığı görülmüştür. Bu örneklem sayısını (%21,7) 20-100 ve (%13,3) 201-300 aralıklarının takip ettiğine ulaşılmıştır. 301-400 ve 401-500 örneklem sayısı aralıklarının oranı %11,7 olmuştur. 501-600 örneklem sayısı oranının %5,0 800-900 örneklem sayısı oranının %3,3 olduğu görülmüştür. En az tercih edilen örneklem sayısı aralığı (%1,7) 601-700 olmuştur.

Tablo 15. Örneklemlerdeki Çocukların Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

Örneklemlerdeki Çocukların Yaş Grupları	Sayı (n)	Yüzde (%)
3-5 yaş	2	3,3
3-6 yaş	10	16,7
4-5 yaş	6	10,0
4-6 yaş	13	21,7
5-6 yaş	20	33,3
6 yaş	2	3,3
48-78 ay	1	1,7
60-78 ay	1	1,7
3-7 yaş	1	1,7

48-66 ay	1	1,7
66-77 ay	1	1,7
4-7 yaş	1	1,7
5 yaş	1	1,7
Toplam	60	100,0

Tablo 15 incelendiğinde araştırmaların örneklemlerindeki çocukların yaş gruplarının içinde en çok 5-6 yaş (%33,3 oran ile) çocukların örneklem olarak seçildiği görülmüştür. Bu yaş grubunu sırasıyla 4-6 yaş (%21,7) ve 3-6 yaş (%16,7) takip etmiştir. 3-5 yaş grubu (%3,3), 4-5 yaş grubu (%10,0) ve 6 yaş grubu (%3,3) oranlarda olmuştur.

BÖLÜM V

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma kapsamında okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri incelenmiştir. Bu bölümde ulaşılan sonuçlar ve araştırma sonuçları doğrultusunda öneriler ele alınmaktadır.

5.1. Sonuçlar

Bu araştırmada okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili 2013-2021 yılları arasında yapılan çalışmaların içerik açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ulaşılan sonuçlar sırasıyla paylaşılmıştır.

Araştırma sonucunda 60 çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışmaların 42'si yüksek lisans tezi, 14'ü araştırma makalesi ve 4'ü doktora tezi olmuştur. Benzer şekilde yapılan çalışmaların sonucunda da yüksek lisans tezlerinin daha fazla yayımlandığına ulaşılmıştır (Dılımulatu, 2021; Tercan Çiltaş, 2021). Araştırmaların içinde yüksek lisans tezlerinin daha çok olmasının nedeninin yüksek lisans yapan kişi sayısının doktora yapan kişi sayısından fazla olması söylenebilir. Ayrıca duygu düzenleme çalışmalarının ülkemizde yeni olması sebebiyle doktora seviyesinde yapılması beklenen derinlikte olmadığı gibi düşünceler doktora tezi sayısının az olmasını etkilemiş olabilir.

Araştırmaların 2019 yılıyla birlikte arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Son üç yılda okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili artan sayıda çalışmanın olması alandaki araştırmacıların bu konuya ilgisinin arttığını göstermektedir.

Çalışmaların yayımlandığı yıllara göre türlerinin incelendiği bulguların sonucunda 2013 yılında yapılan 1 adet araştırmanın yüksek lisans tezi olduğu görülmüştür. 2015 yılında yapılan 5 araştırmadan 3'ü araştırma makalesi diğer 2 çalışmanın 1'i yüksek lisans tezi diğeri de doktora tezi olmuştur. 2016 yılındaki 7 çalışmanın 2'sini araştırma makalesi, 5'ini yüksek lisans tezi oluşturmuştur. 2017 yılında 1 adet araştırma makalesi, 3 adet yüksek lisans tezi ve 1 adet doktora tezi yayımlanmıştır. 2018 yılında 2 adet araştırma makalesi ve 5 adet yüksek lisans tezi yapıldığı görülmüştür. En çok araştırmanın yapıldığı 2019 ve 2020 yılları incelendiğinde 2019 yılındaki çalışmaları 1 adet araştırma makalesi ve 12 adet yüksek lisans tezi oluşturmuştur. 2020 yılında araştırmaların 3'ü araştırma makalesi, 9'u yüksek lisans tezi ve 1'i doktora tezidir. 2021 yılında yapılan 10 çalışmanın 2'si araştırma makalesi, 7'si yüksek lisans tezi ve 1'i

doktora tezi olmuştur. 2019 yılından sonra özellikle yüksek lisans tezlerinin sayısında görülen artışın sebebi araştırmacıların yapılan çalışmaları takip etmesi ve bu çalışmaların alandaki uzmanlar tarafından takdir görmesi olabilir.

Araştırma makalelerinin en çok 2 ve 3 yazarlı olduğu görülmüştür. Bu sayıyı tek yazarlı çalışmalar takip ederken 5 yazarlı makalelerin en az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca benzer bir sonuca Çifçi (2018), okul öncesi eğitimi alanındaki araştırmaların yönelimlerini ortaya koymak için yaptığı araştırmasında ulaşmıştır. İncelediği çalışmaların çoğunlukla 2 yazarlı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçtan sonra tek yazarlı ve 3 yazarlı çalışmalar gelmiştir.

Devlet Üniversitelerinde yayımlanan 33 adet tezin 29'unun yüksek lisans tezi 4'ünün de doktora tezi olduğu görülmüştür. Vakıf Üniversitelerinde yayımlanan 13 adet tezin tümü yüksek lisans tezi olmuştur. Araştırma sonuçlarına göre yüksek lisans ve doktora tezlerinin en çok devlet üniversitelerinde yayımlandığı görülmüştür. Bunun sebebinin devlet üniversitelerinin kuruluş yılları olarak eski olması ve kökleşmiş bir yapıları olması sebebiyle hem daha çok kontenjan içermesi hem de öğrenciler tarafından daha çok tercih edilmiş olması olabilir. Ayrıca birçok devlet üniversitesinde enstitülerin bulunması da bu sonucu etkilemiştir denilebilir. Doktora programlarının açılması üniversitede bazı koşulların sağlanmasını gerektirdiğinden birçok vakıf üniversitesinde doktora programlarının olmaması sebebiyle vakıf üniversitelerinde doktora tezi yayımlanmadığı düşünülebilir.

Yüksek lisans ve doktora tezlerinin en çok Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında yapıldığına ulaşılmıştır. Bu bilim dalından sonra sırasıyla Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı ve Psikoloji Ana Bilim Dalı en çok çalışmanın yapıldığı bilim dalları olmuştur. Okul öncesi dönem çocuklarının gelişimi, alan olarak Okul Öncesi Öğretmenliği ve Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dallarının kapsamında olduğu için bu sonuç şaşırtıcı olmamıştır. Genel anlamıyla duygu ve duygu düzenleme becerileri Psikoloji biliminin de araştırma konusu olduğu için bu bilim dallarını Psikoloji Ana Bilim Dalı takip etmiştir denilebilir.

Tezlerin yapıldıkları üniversitelere göre bilim dallarının dağılımı sonuçlarında Devlet Üniversitelerindeki tezlerin büyük bir çoğunluğunun Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalında yapıldığı görülmüştür. Diğer bilim dalları sırasıyla Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Bilim Dalı, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İlköğretim Bilim Dalı ve Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı olmuştur. Vakıf üniversitelerinde yayımlanan tezlerin büyük çoğunluğu Psikoloji Ana Bilim Dalında gerçekleştirilmiştir. Bu ana bilim dalını Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı, Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı ile Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalı takip etmiştir. En çok tezin yayımlandığı bilim dallarının devlet ve vakıf üniversitelerinde farklı olmasının sebebi Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalının birçok vakıf üniversitesinde bulunmaması olabilir.

Araştırmalarda okul öncesi dönem çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmek için kullanılan veri toplama araçlarında en çok Duygu Düzenleme Ölçeği-Anne ve Öğretmen Formu (Emotion Regulation Checklist-ERC) (Shields ve Cicchetti, 1997) kullanılmıştır. Araştırmalarda kullanılan diğer ölçekler Ecirli ve Ogelman, (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışmasının yapıldığı Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği (Gust 2014), Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği, Sembolik Oyun Gözlemi Ölçümü, Duygu Ayarlama Ölçeği, Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği, Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeği, Duygu Kavrama Testi, Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Wally Sosyal Problem Çözme Testi olmuştur. Araştırmaların büyük çoğunluğunda Duygu Düzenleme Ölçeğinin kullanılması bu ölçeğin okul öncesi çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmesi açısından araştırmacılar tarafından güvenilir bulunduğunu göstermektedir.

Araştırmaların yöntemlerine göre olan dağılım incelendiğinde en çok kullanılan yöntemin ilişkisel tarama yöntemi olduğu görülmüştür. Bu yöntemi sırasıyla deneysel desen ile kesitsel tarama ve genel tarama yöntemleri takip etmiştir. Araştırmaların içinde yöntem bölümünde araştırmanın yönteminin belirtilmediği beş adet yüksek lisans tezi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. En az kullanılan yöntem karma araştırma yöntemi olmuştur. İlişkisel tarama çalışmaların iki ya da daha çok değişkenin arasındaki ilişkiyi belirleyerek gerçekleştirilen çalışmalar olması araştırmacılara zaman açısından uygun geldiği için daha çok kullanılmış olabilir. Karma araştırmaların tamamlanması için daha fazla zaman ve emek gerekmesi sebebiyle az tercih edilmiştir denilebilir.

Araştırma makalelerinde en çok ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemi genel tarama yöntemi, kesitsel tarama yöntemi ve deneysel desen takip etmiştir. Yüksek lisans tezlerinin büyük bir çoğunluğunda ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Sonra sırasıyla genel tarama yöntemi, deneysel desen, kesitsel tarama yöntemi ve karma

araştırma yöntemi gelmiştir. Yüksek lisans tezlerinin %11,9'unda araştırmanın yöntemi belirtilmemiştir. Doktora tezlerinde de en çok ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Diğer kullanılan yöntem genel tarama olmuştur. Araştırma yönteminin belirtilmediği doktora tezi olmamıştır.

Tezlerin üniversitelere göre araştırma yöntemleri sonuçlarına göre Devlet Üniversitelerinde yapılan tezlerin 24'ünde ilişkisel tarama, 3'ünde deneysel desen, 2'sinde kesitsel tarama, 2'sinde karma araştırma, 1'inde genel tarama yöntemlerinin kullanıldığı ve tezlerin 1'inde kullanılan araştırma yönteminin belirtilmediği görülmüştür. Vakıf üniversitelerinde yayımlanan tezlerin 5'inde ilişkisel tarama, 2'sinde deneysel desen, 1'inde kesitsel tarama ve 1'inde genel tarama yöntemleri kullanılmıştır. Tezlerin 4'ünde araştırma yöntemi belirtilmemiştir. Bazı tezlerde araştırma yöntemlerinin yöntem bölümünde yer almaması üniversitelerin tez yazım kriterlerinin farklı olması sebebiyle gerçekleşmiş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmalarda en çok kullanılan örneklem grubunun okul öncesi dönem çocukları olduğu görülmüştür. Bu sonucu destekler nitelikte sonucu olan bir çalışmada okul öncesi eğitim ile ilgili 931 yüksek lisans tezi ile 171 doktora tezi incelenmiştir. Tezlerde en çok kullanılan örneklem grubunun çocuklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demirtaş İlhan, 2017). Araştırmada çocuklar örneklem grubunu çocuklar ve anneleri ile çocuklar, anneleri ve babaları takip etmiştir. Annelere oranla babaların araştırmalara dahil edilme oranı daha düşük olmuştur. Bunun sebebinin günümüzde hala çocukların eğitimi ve bakımıyla annelerin daha çok ilgilenmeleri ve bundan dolayı araştırmalar için kolay ulaşılabilir olmaları etkilemiştir denilebilir.

Araştırmaların örneklemlerindeki çocuk sayısının en çok 101-200 sayı aralığında kullanıldığı görülmüştür. Bu örneklem sayısını 20-100 ve 201-300 aralıklarının takip ettiğine ulaşılmıştır.

Araştırmaların örneklemlerindeki çocukların yaş gruplarının içinde en çok 5-6 yaş çocukların örneklem olarak seçildiği görülmüştür. Bu yaş grubunun arkasından 4-6 yaş ve 3-6 yaş gelmiştir. Okul öncesi dönem çocukları içinde 5-6 yaş grubunda okullaşma oranının daha fazla olması ve bu yaş grubunun okul öncesi eğitimin son basamağını oluşturması araştırmacıların örneklem seçimini etkilemiş olabilir.

5.2. Öneriler

Elde edilen araştırma sonuçları doğrultusunda çeşitli öneriler sunulmuştur.

- Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile ilgili daha çok doktora tezi yapılması planlanmalıdır. Doktora tezlerinin daha kapsamlı çalışmalar olması araştırmaların niteliğini arttırırken araştırma türü çeşitliliği anlamında da katkı sağlayabilir.
- Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerilerine yönelik çalışmaların 2019 yılından itibaren arttığı görülmüştür. Ancak bu becerinin çocuklarda sosyal duygusal gelişim alanı için önemi düşünüldüğünde çalışmaların az olduğu görülmüştür. Bu anlamda daha fazla çalışma yapılması gerektiği önerilmektedir. Yapılacak olan çalışmalar sayesinde gerekli önlemler alınarak programlar oluşturulabilir.
- Araştırma makaleleri yazılırken farklı alanlardaki araştırmacılar bir araya gelerek kapsamlı araştırmalar yapabilirler. Bu sayede araştırma makaleleri içereceği zengin bulgular ile alan yazına katkı sağlayabilir.
- Araştırmaların birçoğunda ölçek olarak Duygu Düzenleme Ölçeğinin kullanıldığı görülmüştür. Bu durum okul öncesi dönemde duygu düzenleme becerileri ile ilgili yeterince ölçek bulunmadığı kanısına yol açmıştır. Bu yüzden araştırmacılara konuyla ilgili ölçek oluşturma veya uyarlama çalışması yapmaları önerilebilir.
- Araştırma yöntemi olarak çoğunlukla ilişkisel tarama yönteminin seçildiği sonucuna ulaşılmıştır. Bundan dolayı ileride yapılacak çalışmalarda nitel araştırma yöntemleri, karma araştırmalar ya da deneysel yöntem gibi farklı araştırma yöntemlerinin seçilmesinin sağlayacağı bulgular araştırma sonuçlarını zenginleştirebilir.
- Araştırmalardaki örneklem gruplarında çocuklar ve babaların örneklem grubu olarak seçilmediği görülmüştür. Bu konuda araştırma yapmak isteyen araştırmacılar çocuklar ve babalarıyla çalışmalar planlayarak alan yazına farklı bulgularla destek sağlayabilir.
- Araştırmalarda örneklem sayısı çoğunlukla 101-200 sayı aralığı olmuştur. Yeni yapılacak araştırmalarda araştırmacının yöntemi ve amacına göre farklı örneklem sayıları seçilebilir.

- Araştırma sonucunda 5-6 yaş grubu çocuklarla daha çok çalışma yapıldığı görölmüştür. Farklı yaş grupları arasında karşılaştırmalı araştırmalar planlanabilir ya da aynı örnekleme grubunun farklı yaşlardaki duygu düzenleme becerilerinin gelişiminin incelenebileceği boylamsal çalışmalar yapılabilir.



KAYNAKÇA

- Aral, N., ve Durualp, E. (2010). Okul öncesi dönemdeki çocukların gelişim alanlarına göre özellikleri. İçinde R. Zembat, (Ed.), *Okul öncesinde özel öğretim yöntemleri* (ss. 1-30). Anı Yayıncılık.
- Argun, Y. (2007). Anne baba ve öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülüğü ile okulöncesi çocukların davranışsal duygusal güçlülüğü ve kendilik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 26, 39-50.
- Arslan, Ü. (2012). Okul öncesi eğitimde temel becerilerin ve sosyal davranışların kazandırılması. İçinde G. Haktanır (Ed.), *Okul öncesi eğitime giriş* (6. baskı, ss. 201-226). Anı Yayıncılık.
- Atay, M. (2011). *Erken çocukluk döneminde gelişim 2*. Kök Yayıncılık.
- Atay, M. (2012). *Erken çocukluk döneminde gelişim 1*. (2.Baskı). Kök Yayıncılık.
- Bariola, E., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical Child And Family Psychology Review*, 14(2), 198.
- Berk, L.E. (2013). *Child development*. (9. Edition). Pearson Education.
- Berk, L.E. ve Meyers A.B., (2016). *Infants and children: prenatal through middle childhood* (Eighth edition). Pearson Education.
- Berk, L.E. (2018). *Development through the lifespan*. (Seventh Edition). Pearson Education.
- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *American Psychologist*, 57(2), 111–127.
- Blair, K. A., Denham, S. A., Kochanoff, A., & Whipple, B. (2004). Playing it cool: Temperament, emotion regulation, and social behavior in preschoolers. *Journal of School Psychology*, 42(6), 419–443.
- Batum, P. & Yağmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contributions of emotion and behavior regulation. *Current Psychology*, 25(4), 272-294.

- Boyer, W. (2009). Crossing the glass wall: Using preschool educators' knowledge to enhance parental understanding of children's self-regulation and emotion regulation. *Early Childhood Education Journal*, 37(3), 175-182.
- Bridges, L. J., Denham, S. A., & Ganiban, J. M. (2004). Definitional issues in emotion regulation research. *Child Development*, 75(2), 340-345.
- Bruce, T., Meggitt, C., & Grenier, J. (2013). *Child care and education* (5th edition). Hodder Education.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (26. Baskı). Pegem Akademi.
- Caiozzo, C. N., Yule, K., & Grych, J. (2018). Caregiver behaviors associated with emotion regulation in high-risk preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 32(5), 565-574.
- Campos, J. J., Mumme, D., Kermoian, R., & Campos, R. G. (1994). A functionalist perspective on the nature of emotion. *Japanese journal of research on emotions*, 2(1), 1-20.
- Carlson, S. M., & Wang, T. S. (2007). Inhibitory control and emotion regulation in preschool children. *Cognitive Development*, 22(4), 489-510.
- Cohen, J. S., & Mendez, J. L. (2009). Emotion regulation, language ability, and the stability of preschool children's peer play behavior. *Early Education and Development*, 20(6), 1016-1037.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75, 317-333.
- 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), 324-352.
- Cole, P. M., Loughheed, J. P., & Ram, N. (2018). The development of emotion regulation in early childhood. In P.M. Cole, T. Hollenstein (Eds.), *Emotion regulation: A matter of time* (ss. 3-30). Routledge.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve davranışı*. (7. Basım). Remzi Kitabevi.

- Çalık, M. ve Sözbilir, M. (2014). İçerik analizinin parametreleri. *Eğitim ve Bilim*, 39(174), 33-38.
- Çelik, N., ve Daşcan, Ö. (2014). *Son değişikliklerle okul öncesi eğitimi programı ve etkinlik kitabı*. Anı Yayıncılık.
- Çelik, E., Tuğrul, B., ve Yalçın, S. S. (2002). Dört-altı yaşlar arasındaki anaokulu çocuklarının duygusal yüz ifadesiyle kendilerini anne-babalarını ve öğretmenlerini algılaması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 29-39.
- Çifçi, M. (2018). *Okulöncesi eğitimi alanındaki araştırmaların yönelimleri: bir içerik analizi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 505802).
- Demirtaş İlhan, S. (2017). *A content analysis of early childhood education graduate theses written in Turkey*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 481670).
- Denham, S. A., & Burton, R. (2003). *Social and emotional prevention and intervention programming for preschoolers*. Kluwer Academic/Plenum.
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child Development*, 74, 238 – 256.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., Brown, C., Way, E., & Steed, J. (2015). “I know how you feel”: Preschoolers’ emotion knowledge contributes to early school success. *Journal of Early Childhood Research*, 13(3), 252-262.
- Dılımulatu, B. (2021). *Okul öncesi dönemdeki çocuklarda motor gelişimi ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmaların incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 682100).
- Di Maggio, R., Zappulla, C., & Pace, U. (2016). The relationship between emotion knowledge, emotion regulation and adjustment in preschoolers: A mediation model. *Journal of Child and Family Studies*, 25(8), 2626-2635.
- Durdu, M. (2013). *Duyuşsal davranış eğitimi programının erinlik dönemi çocuklarının sosyal beceri düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Ecirli, H., Ogelman, H. G. (2015). Beş-altı yaş çocukları için duygu düzenleme stratejileri ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışması. *Uluslararası Hakemli Beşerî ve Akademik Bilimler Dergisi*, 4(13), 85-100.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2002). The role of emotionality and regulation in children's social competence and adjustment. In L. Pulkkinen, & A. Caspi (Eds.), *Paths to successful development: Personality in the life course* (ss. 46 – 70). Cambridge University Press.
- Erden, Ş. (2017). Duygusal gelişim. İçinde M.E. Deniz (Ed.), *Erken çocukluk döneminde gelişim içinde* (ss.180-212). Pegem Yayıncılık.
- Ersan, C., & Tok, Ş. (2020). The study of the aggression levels of preschool children in terms of emotion expression and emotion regulation. *Education & Science/Eğitim ve Bilim*, 45(201), 359-391.
- Eryılmaz, N. (2010). *Çocuk yuvasında ve ailesinin yanında kalan 6 yaş çocuklarının duygusal becerilerinin karşılaştırılması*. (Doktora Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 261137).
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical And Applied Statistics*, 5(1), 1-4.
- Fernandes, C., Fernandes, M. S., Santos, A. J., Antunes, M., Monteiro, L., Vaughn, B. E., & Verissimo, M. (2021). Early attachment to mothers and fathers: Contributions to preschoolers' emotional regulation. *Frontiers in Psychology*, 12, 2395.
- Filliozat, I. (2019). *Çocuğun duygusal dünyası*. (3. Baskı). Pegasus Yayınları.
- Fivush, R., Marin, K., McWilliams, K., & Bohanek, J. G. (2009). Family reminiscing style: Parent gender and emotional focus in relation to child well-being. *Journal of Cognition and Development*, 10(3), 210-235.
- Fox, N. A. & Stifter, C. A. (2005). Emotional development. In B.Hopkins (Ed.), *The cambridge encyclopedia of child development* (ss. 234-241). Cambridge University Press.

- Galyer, K. T., & Evans, I. M. (2001). Pretend play and the development of emotion regulation in preschool children. *Early Child Development and Care, 166*(1), 93-108.
- Garner, P. W., & Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development, 9*(2), 246-264.
- Gander, M.J. & Gardiner, H.W. (2004). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur, Çev.). (5. Baskı). İmge Kitabevi Yayınları.
- Gilpin, A. T., Brown, M. M., & Pierucci, J. M. (2015). Relations between fantasy orientation and emotion regulation in preschool. *Early Education and Development, 26*(7), 920-932.
- Goleman, D. (2011). *Duygusal zekâ neden IQ' dan daha önemlidir?* (B. S. Yüksel, Çev.). (Otuz Dördüncü Basım). Varlık Yayınları.
- Gottman, J., & Declaire, J. (2019). *Duygusal zekası yüksek çocuklar yetiştirmek*. (3.Basım). Görünmez Adam Yayınları.
- Grabell, A. S., Olson, S. L., Miller, A. L., Kessler, D. A., Felt, B., Kaciroti, N., Wang, L., & Tardif, T. (2015). The impact of culture on physiological processes of emotion regulation: A comparison of US and Chinese preschoolers. *Developmental Science, 18*(3), 420-435.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*, 271–299.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2. Baskı, ss. 3-20). The Guilford Press.
- Gust, N. (2014). *Emotionsregulationsstrategien im vorschulalter: Wissen über emotionsregulationsstrategien und zusammenhänge zu kognition und sozialverhalten*. Doctoral Dissertation, Universität Bremen.
- Gyurakg, A., & Etkin, A. (2014). A neurobiological model of implicit and explicit emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2. Baskı, ss. 76-90). The Guilford Press.

- Harden, B. J., Panlilio, C., Morrison, C., Duncan, A. D., Duchene, M., & Clyman, R. B. (2017). Emotion regulation of preschool children in foster care: The influence of maternal depression and parenting. *Journal of Child And Family Studies*, 26(4), 1124-1134.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. Springer Science & Business Media.
- Kandır, A., & Alpan, U. Y. (2008). Okul öncesi dönemde sosyal-duygusal gelişime anne-baba davranışlarının etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 14(14), 33-38.
- Kuru Turaşlı, N. (2012). Okul öncesi eğitimin tanımı ve kapsamı. İçinde G. Haktanır (Ed.), *Okul öncesi eğitime giriş* (6. Baskı, ss.1-24). Anı Yayıncılık.
- Killick, S. (2006). *Emotional literacy at the heart of the school ethos*. Paul Chapman Publishing.
- Kleinginna, P. R., & Kleinginna, A. M. (1981). A categorized list of emotion definitions, with suggestions for a consensual definition. *Motivation and Emotion*, 5(4), 345-379.
- Knight, C. & Modi, P. (2016). The use of emotional literacy in work with sexual offenders. *Probation Journal*, 61(2), 132-147.
- Köksalan, B. (2021). Gelişim sürecinde iletişim. İçinde B. Köksalan (Ed.), *Çocuk ve iletişim* (ss. 63-79). İzge Yayıncılık.
- Kurt, F. K. (2015). *Anasınınına devam eden 60-72 aylık çocukların duygusal beceri düzeylerinin ve problem davranışlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 437089).
- Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*, 46(8), 819.
- Lewis, M. (2008). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (ss. 742–756). The Guilford Press.
- Li, I., Shen, P. S., & Kang, S. S. (2022). Teacher-derived emotional socialization predicts the development of emotion regulation and knowledge in preschool children. *Child & Youth Care Forum*. 51(3), 561-578.

- Lincoln, C. R., Russell, B. S., Donohue, E. B., & Racine, L. E. (2017). Mother-child interactions and preschoolers' emotion regulation outcomes: Nurturing autonomous emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 26(2), 559-573.
- LoBue, V., Pérez-Edgar, K., & Buss, K.A. (Eds.). (2019). *Handbook of emotional development*. Springer International Publishing.
- Lucas-Molina, B., Quintanilla, L., Sarmiento-Henrique, R., Martín Babarro, J., & Giménez-Dasí, M. (2020). The relationship between emotion regulation and emotion knowledge in preschoolers: a longitudinal study. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 17(16), 5726.
- Manczak, E. M., Mangelsdorf, S. C., McAdams, D. P., Wong, M. S., Schoppe-Sullivan, S., & Brown, G. L. (2016). "How did that make you feel?" Influences of gender and parental personality on family emotion talk. *Merrill-Palmer Quarterly*, 62(4), 388-414.
- MEB, (2013). *Okul Öncesi Eğitimi Programı*. Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü.
- Morris, N., & Keane, S. P. (2015). *Parent-child Co-regulation Predicting Emotion Regulation in Early Childhood*. Doctoral dissertation, University of North Carolina at Greensboro Faculty of The Graduate School, Greensboro.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (31), 123 – 143.
- Özgülük, G. (2006). *Okul öncesi eğitim kurumlarında tam ve yarım günlük eğitim programlarına göre 5-6 yaş grubu çocuklarının sosyal duygusal gelişimlerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 189028).
- Özyürek, A. (2004). *Kırsal bölge ve şehir merkezinde yaşayan 5-6 yaş grubu çocuğa sahip anne-babaların çocuk yetiştirme tutumlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 145126).

- Özyürek, A. (2017). Okul öncesi çocukların duyguları tanıma ile duyguları yönetme ve arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (59), 128-140.
- Pekdoğan, S. (2015). *Karar verme becerileri eğitim programının 5-6 Yaş çocuklarının karar verme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 388149).
- Reynolds, K. D. (2018). *Development and validation of an instrument to assess early child care providers' emotion development content knowledge (CK) and pedagogical content knowledge (PCK)*. Doctoral dissertation, Texas Woman's University Department Of Family Sciences, Denton.
- Sala, M. N., Pons, F., & Molina, P. (2014). Emotion regulation strategies in preschool children. *British Journal of Developmental Psychology*, 32(4), 440-453
- Saltalı, N. D. (2010). *Duygu eğitiminin okul öncesi dönem çocuklarının duygusal becerilerine etkisi*. (Doktora Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 258519).
- 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), 906-916.
- Siegel, D. J. (2001). Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: Attachment relationships, "mindsight," and neural integration. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 22(1-2), 67-94.
- Stoll, J. (2019). *Teachers' emotional experiences in the classroom: a phenomenological study of preschool teachers' emotion construction*. Doctoral dissertation, Fielding Graduate University Infant And Early Childhood Development, Santa Barbara.
- Türk Dil Kurumu. (t.y.). Duygu. İçinde *Güncel Türkçe sözlük*. Erişim tarihi: Mart 10, 2021, <https://sozluk.gov.tr>
- Tercan Çiltaş, D. (2021). *Türkiye'de matematik ve fen bilimleri eğitimi alanında yayınlanan tezlerde kullanılan öğretim teknolojilerinin incelenmesi: bir içerik analizi çalışması*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 659561).

- Terzioğlu, T. E. (2018). *Relationship between emotional skills of preschoolers and emotional intelligence of their teachers and mothers*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No. 502003).
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, R. A. (2000). The legacy of early attachments. *Child development*, 71(1), 145-152.
- Underdown, A. (2006). *Young children's health and well-being*. McGraw-Hill Education.
- Ültay, E., Akyurt, H., & Ültay, N. (2021). Sosyal bilimlerde betimsel içerik analizi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 188-201.
- Verron, H. (2017). *Relationships between Temperament, Emotion Understanding, and Social Competence in Early Childhood*. Doctoral dissertation. University of Maryland, College Park.
- Voinea, M., & Damian, M. (2014). The role of socio-emotional development in early childhood. *Journal Plus Education*, 388-392.
- Vural, D. E., & Kocabaş, A. (2011). 7 Yaş Grubu Öğrenciler İçin Duygusal Zekâ Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (31), 139-152.
- Wadsworth, B. J. (2015). *Piaget'nin duyuşsal ve bilişsel gelişim kuramı* (Z. Selçuk, Çev.) Pegem Yayıncılık.
- Yavuzer, H. (2014). *Çocuğu tanımak ve anlamak*. (12.Basım). Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (10. Baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, H. B. (2019). *48-72 aylık çocukların bilişsel stilleri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi veri tabanından edinilmiştir. (Tez No.602979).

EKLER**Ek 1: Araştırmaya Dahil Edilen Çalışmalar**

No	Yazar ve Yıl	Çalışmanın Adı	Çalışmanın Türü
1	(Mehmed, 2020)	Anne-babalık Amaçları ile Çocuğun Mizacı, Psikososyal Davranışları, Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki	Yüksek Lisans Tezi
2	(Mutlu, 2020)	Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme Stratejileri ile Anne Babaların Duygu Sosyalleştirme Yaklaşımları Arasındaki İlişki	Yüksek Lisans Tezi
3	(Alkan, 2020)	60-78 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ile Okula Hazır Bulunuşlukları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
4	(Koca, 2020)	60-72 Aylık Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ile Empati Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
5	(İnce, 2020)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri ile Anne, Baba ve Öğretmenlerinin Duygu Sosyalleştirme Davranışlarının İncelenmesi	Yüksek lisans tezi
6	(Ocak, 2020)	Günlük Yaşamda Kullanılan Aile İçi Müzik Etkinlikleri ile Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Sosyal İletişim Becerileri ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi

7	(Fırat, 2020)	Annelerin Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Erişkin Bağlanma Stilllerine Göre 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
8	(Mehmetoğlu Yontar, 2019)	Okul Öncesi Öğretmenlerinin Bireysel Değerleri ile Okul Öncesi Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
9	(Köse, 2019)	Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Becerileri ile Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme ve Sosyal Yetkinlik Becerileri Arasındaki İlişki	Yüksek Lisans Tezi
10	(Yılmaz, 2019)	48-72 Aylık Çocukların Bilişsel Stilleri ile Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
11	(Özkan, 2019)	Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ile Ebeveynlerinin Sosyal Sorun Çözme Ve Çocuklarının Olumsuz Duygularıyla Baş etme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
12	(Yaşar, 2019)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Sembolik Oyun, Duygu Düzenleme Becerileri ve Yönetici İşlevler İlişkisinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
13	(Gökşen, 2019)	Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ile Mizaç Özellikleri ve Ebeveyn	Yüksek Lisans Tezi

		Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	
14	(Şahin, 2019)	Okul Öncesi Dönem Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ile Davranış Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
15	(Omrak, 2019)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Bağlanma Örüntüleri ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Teknoloji Kullanımıyla İlişkisi	Yüksek Lisans Tezi
16	(Can Öztürk, 2018)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Aile İşlevleri ile Duygu Düzenleme Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki	Yüksek Lisans Tezi
17	(Sille, 2016)	Annenin Duygusal Sosyalleşmesi ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerisi Arasındaki İlişki	Yüksek Lisans Tezi
18	(Bozkurt Yükçü, 2017)	Bağımsız Anaokullarına Devam Eden Çocukların Duygu Düzenleme ve Sosyal Problem Çözme Becerileri ile Ebeveynlerinin Duygusal Okuryazarlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
19	(Özcan, 2017)	Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Aylık Çocukların Ahlaki ve Sosyal Kural Algıları, Prososyal Davranışları ile Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
20	(Işık Uslu, 2016)	Annelerin Çocukların Duygularına İlişkin İnançları ve Çocuğun Duygu Düzenleme Becerileri ile Annelerin Çocuklarıyla Duygu İçerikli	Yüksek lisans tezi

		Konuşmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	
21	(Kayhan Aktürk, 2015)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Duygu Düzenleme Becerileri ile Akran İlişkilerinin İncelenmesi	Yüksek lisans tezi
22	(Ersan, 2017)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Saldırganlık Düzeylerinin Duygu İfade Etme ve Duygu Düzenleme Açısından İncelenmesi	Doktora Tezi
23	(Şahin, 2015)	Okul Öncesi Çocukların Yürütücü İşlevlerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Bağlanma Örüntüleri Açısından İncelenmesi	Doktora Tezi
24	(Yılmaz, 2020)	Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Annelerin Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerini Yordayıcılığı	Doktora Tezi
25	(Gül Gündoğdu, 2018)	Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Çocukların Duygusal Öz Düzenleme Becerileriyle Sosyal Uyumlarının İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
26	(Ulusoy, 2018)	Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Duygu Düzenleme Becerilerine Yönelik Hazırlanan Aile Katımlı Eğitim Programının Etkililiğinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
27	(Yaman, 2018)	Ebeveyn Tutumlarının Çocukların Mizaç Özellikleri ve Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Rolü	Yüksek Lisans Tezi

28	(Tulpar, 2019)	4-6 Yaş Aralığındaki Çocukların Bağlanma Stillerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
29	(Ertan, 2013)	Okul Öncesi Çağdaki Çocukların "Duygusal Düzenleme" ve "Baş Etme Stratejileri" Arasındaki İlişkinin, "Çaba Sarf Ederek Kendini Denetleme" Aracılığıyla İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
30	(Aktaş, 2019)	Yaratıcı Drama Etkinliklerinin 60-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
31	(Erel, 2016)	Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Bakış Açısı Alma Becerileri, Duygu Düzenleme ve Ahlak Gelişiminin Davranış Sorunları ile İlişkisi	Yüksek Lisans Tezi
32	(Bayrak, 2020)	Okul Öncesi Eğitimde Yaratıcı Drama Eğitiminin Duygu Düzenleme ve Sosyal Problem Çözme Becerilerine Etkisi	Yüksek Lisans Tezi
33	(Özdemir, 2019)	3-6 Yaş Arası Çocukların Duygu Düzenlemesi, Anksiyete Düzeyleri ve Tercih Ettikleri Oyun Davranışlarının İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
34	(Akbaba, 2017)	Beş ve Altı Yaş Çocuklarının Duygu Düzenlemesinde Çocuk Mizacıyla Anne Davranışları Arasındaki Etkileşimin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
35	(Karadayı, 2018)	Okul Öncesi Dönemde Yaratıcılık Eğitiminin Yaratıcılık Performansı, Yönetici Zihinsel İşlevler ve Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisi	Yüksek Lisans Tezi
36	(Aktürk, 2016)	Oyun Tabanlı Psikoegitim Programının Boşanmış Aileye Sahip	Yüksek Lisans Tezi

		Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme Beceri Düzeylerine Etkisi	
37	(Ünal, 2020)	Dışa Yönelim Davranış Problemi Olan Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
38	(Arslan Özkılıç, 2021)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Anneleriyle Olan İlişkileri ve Annelerin Çocuğa Yönelik İlgisi ile Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
39	(Vardi, 2021)	5-6 Yaş Çocuklarının Davranışsal Öz Düzenleme ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
40	(Acar, 2021)	Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi	Doktora Tezi
41	(Demir, 2021)	Öğretmen-Çocuk İlişkisinin 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerini Yordama Düzeyinin Belirlenmesi	Yüksek Lisans Tezi
42	(Karaş, 2021)	Okul Öncesi Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerilerinin Mizaçları, Ebeveynlerinin Duygusal Zekâları ve Psikolojik İyi Oluşlarıyla İlişkisi	Yüksek Lisans Tezi
43	(Acar,2021)	5-6 Yaş Grubu Çocukların Okula Hazırlık Becerileri ile Sosyal Yetkinlik ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
44	(Kara, 2021)	Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ve Problem Davranışları ile Öğretmen ve Ebeveynlerinin Duygu	Doktora Tezi

		Düzenleme ve Öğretmenlerin Sınıf Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi	
45	(Yılmaz, 2019)	Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların Duygu Düzenleme ve Sosyal Problem Çözme Becerilerine Yaratıcı Drama Eğitiminin Etkisi	Yüksek Lisans Tezi
46	(Karaduman, 2021)	4-5 Yaş Çocuğu Olan Anne ve Babaların Kabul Ret Düzeyleri, Çocukların Duygu Düzenleme Becerileri ve Duygusal Davranışsal Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Yüksek Lisans Tezi
47	(Seçer, 2016)	Sosyal Olarak Yetkin Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenlemeleri ile Annelerinin Duygu Sosyalleştirme Davranışları Arasındaki İlişkiler	Makale
48	(Oral, Güven, Sezer, Azkeskin, ve Yılmaz,2015)	Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Biçimleri ile Sosyal Yetkinlik ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Makale
49	(Koçyiğit, Sezer ve Yılmaz, 2015)	60-72 Aylık Çocukların Sosyal Yetkinlik ve Duygu Düzenleme Becerileri ile Oyun Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Makale
50	(Ecirli, Ogelman, 2015)	Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması	Makale
51	(Özen Uyar, Yılmaz Genç ve	Okul Öncesi Dönem Çocukların Duygu Düzenleme ve Duyguları Anlama Becerilerinin Yordayıcısı	Makale

	Aktaş Arnas, 2018)	Olarak Annelerin Duygu Sosyalleştirme Davranışları	
52	(Dağlı ve Dağlıoğlu, 2021)	Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Duygu Düzenleme Becerileri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Makale
53	(Mestci, Gökkaya ve Ormankıran, 2019)	Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 60-72 Aylık Çocukların Sosyal Problem Çözme Becerilerini Geliştirmede Duygu Düzenleme Eğitiminin Etkililiği: Bir Pilot Çalışma	Makale
54	(Bilge ve Sezgin, 2020)	Anne ve Çocuk Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkide Annenin Kişilik Özelliklerinin ve Bağlanma Stillerinin Aracı Rolü	Makale
55	(Liman, 2021)	Öğretmen-Öğrenci İlişkisinin Öğrencilerin Duygu Düzenleme ve Duygu İfade Etme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi	Makale
56	İlgar ve Akbaba, 2017)	Beş ve Altı Yaş Çocuklarının Duygu Düzenlemelerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi	Makale
57	(Arı ve Yaban, 2016)	Okulöncesi Dönemdeki Çocukların Sosyal Davranışları: Mizaç ve Duygu Düzenlemenin Rolü	Makale
58	(Bayındır, Balaban Dağal ve Önder, 2018)	Türkiye'deki 60-72 Aylık Çocuklarda Duygu Düzenleme Becerilerinin Ego Sağlamlık Düzeylerine Göre İncelenmesi	Makale
59	(Apaydın Demirci, Arslan	Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Duygu Düzenleme ve Kişiler Arası	Makale

	ve Temel, 2020)	Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi	
60	(Liman, 2020)	Cinsiyet ve Anne-Baba Eğitim Düzeyinin 66-77 Aylık Okul Öncesi Çocukların Duyguları Tanıma ve Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi	Makale



Ek 2: Yayın Sınıflama Formu

1. Araştırmaların Türü:

Makale: 1

Yüksek Lisans Tezi: 2

Doktora Tezi: 3

2. Araştırmaların Yılı:

2013: 1

2014: 2

2015: 3

2016: 4

2017: 5

2018: 6

2019: 7

2020: 8

2021: 9

3. Araştırma Makalelerinin Yazar Sayıları:

1: 1

2: 2

3: 3

5: 4

4. Tezlerin Yapıldıkları Üniversiteler:

Devlet Üniversitesi: 1

Vakıf Üniversitesi: 2

5. Tezlerin Bilim Dalı:

Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı: 1

Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı: 2

Psikoloji Anabilim Dalı: 3

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı: 5

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı: 6

Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalı: 7

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı: 9

İlköğretim Bilim Dalı: 10

Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı: 11

6. Araştırmaların Yöntemleri:

İlişkisel tarama modeli: 1

Kesitsel tarama modeli: 2

Karma araştırma modeli: 3

DeneySEL desen: 4

Belirtilmemiş: 5

Genel tarama modeli: 6

7. Araştırmaların Örneklemelerinin Tanımlanması:

Sadece çocuklar: 1

Çocuklar ve anneleri: 2

Çocuklar, anneleri ve babaları: 3

Çocuklar, anneleri ve öğretmenleri: 4

Çocuklar, anneleri babaları ve öğretmenleri: 5

Çocuklar ve öğretmenleri: 6

8. Örneklemelerdeki Çocuk Sayısı:

20-100: 1

101-200: 2

201-300: 3

301-400: 4

401-500: 5

501-600: 6

601-700: 7

800-900: 8

9. Çocukların Yaş Grupları:

3-5: 2

3-6: 3

4-5: 4

4-6: 5

5-6: 6

6: 7

48-78: 8

60-78: 9

3-7: 10

48-66: 11

66-77: 12

4-7: 13

5 :14

10. Duygu Düzenleme Becerilerini Ölçmede Kullanılan Veri Toplama Araçları:

Duygu Düzenleme Ölçeği- Anne ve Öğretmen Formu (Emotion Regulation Checklist - ERC): 2

Beş-Altı Yaş Çocukları İçin Duygu Düzenleme Stratejileri Ölçeği: 3

Sembolik Oyun Gözlemi Ölçümü: 4

Duygu Ayarlama Ölçeği (Kapçı, Uslu, Akgün ve Acer (2009)): 5

Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ) (Smith Donald ve diğerleri (2007)): 6

Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeği (Yılmaz, 2020): 7

Duygu Kavrama Testi (DKT): 8

Duygu Düzenleme Becerileri  leği: 9

Wally Sosyal Problem özme Testi: 10

