

T.C.
ORDU ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUĞU OLAN
ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME
BECERİLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI
DÜZEYİ VE DUYGU İFADE BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Elif KAYA

Hemşirelik Anabilim Dalı

TEZ DANIŞMANI

Dr. Öğr. Üyesi Nevin GÜNAYDIN

ORDU – 2021

ONAY

Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü öğrencisi Elif KAYA tarafından hazırlanan ve Dr. Öğr. Üyesi Nevin GÜNAYDIN danışmanlığında yürütülen “Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Annelerin Duygu Düzenleme Becerileri İle Çocuklarının Kaygı Düzeyi Ve Duygu İfade Biçimleri Arasındaki İlişki” adlı bu tez, jürimiz tarafından 06/08/2021 tarihinde oybirliği ile Hemşirelik Anabilim Dalı Ortak Hemşirelik Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Nevin GÜNAYDIN

Başkan : Prof. Dr. Nülüfer ERBİL İmza
Hemşirelik Anabilim Dalı
Ordu Üniversitesi

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Nermin GÜRHAN İmza
Hemşirelik Anabilim Dalı
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Nevin GÜNAYDIN İmza
Hemşirelik Anabilim Dalı
Ordu Üniversitesi

ONAY

06/09/2021 tarihinde enstitüye teslim edilen bu tezin kabulü, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 06/09/ 2021 tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

06/09/ 2021

Enstitü Müdürü

Dr. Öğr. Üyesi Hanife DURGUN

TEZ BİLDİRİMİ

Tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Elif KAYA



TEŞEKKÜR

Lisansüstü hemşirelik eğitimimi psikiyatri alanında seçmemdeki katkıları dahil, ders ve tez yazma sürecinde değerli bilgi ve deneyimlerini, zorluklar karşısında ruhsal ve bilimsel desteğini benden esirgemeyen ve harekete geçmem için daima yanımda olan çok sevgili tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nevin Günaydın'a,

Hemşirelik camiasında önemli girişimleri ve hedefleri ile özverisine hayran olduğum, tezimin hem analiz hem de genel görünümünde önemli dokunuşlar yapan, her fırsatta görüş ve önerilerini benimle paylaşıp engin bilgi ve tecrübelerini benden esirgemeyen, Prof. Dr. Nülüfer Erbil'e,

İlk harflerimi bana öğreten ve hayatım boyunca desteğini, ilgisini ve sevgisini benden esirgemeyen canım annem Aysel Kaya, babam Tacettin Kaya ve abim Sezer Kaya'ya,

Bu çalışmanın sürdüğü pandemi sürecinde karşılaştığım zorlukları aşabilmem için bana destek olan ailem ve dostlarıma,

Akademisyenliğe adım attığım bu süreçte araştırma görevlisi olarak bana iş ahlakı ve düzenini aşıl原因an, psikiyatri hemşireliğe dair bilgi ve birikimlerini her fırsatta bana aktaran, gelişimime önemli katkılarda bulunan çok değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Hilal Seki Öz ve Kırşehir Ahi Evran Üniversitesindeki kıymetli hocalarıma,

Çalışmaya katılan annelere ve veri toplamadaki destekleri için okul öncesi öğretmenlerine,

Bu süreçteki ilgi ve desteklerini benden esirgemedikleri, yanımda oldukları için en içten sevgi ve saygılarımla çok teşekkür ederim.

Elif Kaya

ÖZET

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ İLE ÇOCUKLARININ KAYGI DÜZEYİ VE DUYGU İFADE BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Amaç: Bu çalışmanın amacı, okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin duygu düzenleme becerilerini belirlemek ve okul öncesi dönemdeki çocuklarının kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimi ile ilişkisini ortaya koymaktır.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini, 3-6 yaş arasında çocuğu olan 355 anne oluşturmaktadır. Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde yapılan bu çalışmada, Anne Çocuk Tanıtıcı Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği, Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ve Çocuk Duygu İfade Etme Ölçeği – Anne Formu kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan annelerin yaş ortalaması 33.14'dür. Çocukların, yaş ortalaması 4.59, %50.1'i kızdır. Annelerin DDBÖ puanı ile çocukların mutlu duygu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki vardır. Anne duygu düzenleme becerileri arttıkça ile çocuk kaygı düzeyi azalırken, çocukların mutlu duygu puanı artmaktadır. Çocuğu ile arasındaki ilişkide duygularını düzenleyen anneler çocuklarının duygusal gelişimini olumlu yönde etkilemektedir. Anne DDBÖ toplam puanı arttıkça çocuk mutlu duygu puanı da artarken, üzgün, öfkeli ve korkmuş duygu puanı azalmaktadır. Çocuk kaygı düzeyi, mutlu duygu puanı ile azalırken, öfkeli ve korkmuş duygu puanı ile artmaktadır.

Sonuç: Anne duygu düzenleme becerileri çocuğun kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimini etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Kaygı, Duygu İfade, Anne-Çocuk İlişkisi, Duygu Düzenleme, Hemşirelik.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVEL AND EMOTION EXPRESSION OF CHILDREN IN EARLY CHILDHOOD AND MOTHERS' EMOTION REGULATION SKILLS

Aim: The aim of this study is to determine the emotion regulation skills of mothers with preschool children and to reveal their relationship with the anxiety level and emotion expression of their preschool children.

Material and Method: The sample of this study consists of 355 mothers with children between the ages of 3-6. In this descriptive and relationship-seeking study, the Mother Child Descriptive Information Form, the Emotion Regulation Skills Scale, the Revised Preschool Anxiety Scale and the Child Emotion Expression Scale–Mother Form were used.

Results: The average age of the mothers participating in the study is 33.14. The average age of the children is 4.59, 50.1% of them are girls. There is a statistically significant positive and moderate correlation between the ERSQ score of the mothers and the happy emotion scores of the children. As the mother's emotion regulation skills increase, the child's anxiety level decreases, while the happy emotion score of the children increases. Mothers who regulate their emotions in the relationship with their children positively affect the emotional development of their children. As the total score of the mother's ERSQ increases, the child's happy emotion score also increases, while the sad, angry and frightened emotion score decreases. While the child's anxiety level decreases with the happy emotion score, it increases with the angry and scared emotion score.

Conclusions: Mother's emotion regulation skills affect the child's anxiety level and emotion expression.

Key words: Anxiety, Emotional Expression, Mother-Child Relationship, Emotion Regulation, Nursing.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
İÇ KAPAK SAYFASI	I
ONAY	II
TEZ BİLDİRİMİ	III
TEŞEKKÜR	IV
ÖZET	V
ABSTRACT	VI
İÇİNDEKİLER	VII
ŞEKİLLER	XI
TABLolar DİZİNİ	XII
SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ	XIII
1. GİRİŞ	1
1.1. Problemin Tanımı ve Önemi.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Soruları.....	4
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Duygu.....	7
2.2. Duygu Düzenleme.....	8
2.3. Duygu Düzenleme Becerileri.....	9
2.3.1. Farkındalık.....	11
2.3.2 Tanımlama ve Adlandırma Becerisi.....	11
2.3.3. Anlama Becerisi.....	11
2.3.4. Değişimleme Becerisi.....	11
2.3.5. Kabul ve Tolerans Becerisi.....	12

2.3.6. Yüzleşme Becerisi.....	12
2.3.7. Etkili Öz-Destek Sağlama Becerisi	12
2.4. Duygunun İfade Edilmesi.....	12
2.5. Duygu Türleri	14
2.5.1. Mutlu	15
2.5.2. Öfkeli.....	15
2.5.3. Üzgün	16
2.5.4. Korkmuş	16
2.6. Çocukluk Çağı Kaygı Bozuklukları.....	17
2.6.1. Yaygın Kaygı Bozukluğu	20
2.6.2. Ayrılık Kaygısı.....	21
2.6.3. Sosyal Kaygı.....	22
2.6.4. Panik Bozukluğu	23
2.6.5. Fobiler.....	24
2.6.6. Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	25
2.6.7. Travma Sonrası Stres Bozukluğu.....	26
2.7. Okul Öncesi Dönemde Kaygı Düzeyini Etkileyen Faktörler	26
2.8. Duygu Düzenleme, Duygu İfade ve Çocuk Kaygı Yönetiminde Hemşirenin Rol ve Sorumlulukları.....	27
3. GEREÇ VE YÖNTEM	29
3.1. Araştırmanın Şekli	29
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri	29
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	30
3.3.1. Araştırmanın Evreni	30
3.3.2. Araştırmanın Örneklem Seçimi	30

3.4. Veri Toplama Araçları	31
3.4.1. Anne- Çocuk Bilgi Formu	31
3.5. Veri Toplama Formunun Ön Uygulaması.....	33
3.6. Veri Toplama Formunun Uygulanması.....	34
3.7. Araştırmanın Etik Boyutu	34
3.8. Araştırma Süreci	35
3.9. Verilerin Değerlendirilmesi.....	35
4. BULGULAR.....	37
4.1. Anne ve Çocuklarının Tanıtıcı Özelliklerine Göre Verilerin Demografik Dağılımı.	37
4.2. Kullanılan Ölçeklerin Veri Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları	38
4.3. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları	40
4.4. Annelere Yönelik Kullanılan Ölçeklerin Demografik Değişkenler ile İlişkinine Yönelik Bulgular	41
4.4.1 Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Sosyodemografik Özelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	42
4.4.2 Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ile Sosyodemografik Özelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	46
4.4.3. Çocuk Duygu İfade Ölçeği ile Sosyodemografik Özelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	50
4.4.4. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği, Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ve Çocuk Duygu İfade Ölçeğine Ait Korelasyon Bulguları.....	52
4.4.5. DDBÖ, Duygu İfade ve Kaygı Düzeyinin Aracı Model Analizi	53
5. TARTIŞMA.....	55
5.1. Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması	56

5.1.1. Sosyodemografik Özelliklerin Anne Duygu Düzenleme Becerilerine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması	56
5.1.2. Çocuk Kaygı düzeyine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması	58
5.1.3. Çocuk Duygu İfade Biçimine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması	60
5.2. Korelasyon Bulgularının Tartışılması	61
5.3. Aracı Model Analizi Bulgularının Tartışılması	62
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	64
6.1. Sonuçlar	64
6.2. Öneriler	66
KAYNAKLAR	68
EKLER	79
Ek 1. Anne ve Çocuk Tanıtıcı Bilgi Formu	79
Ek 2. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği	80
Ek 3. Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği	82
Ek 4. Çocuk Duygu İfade Ölçeği	84
Ek 5. Bilgilendirilmiş Onam Formu	85
Ek 6. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği İzin Yazısı	86
Ek 7. Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği İzin Yazısı	87
Ek 8. Çocuk Duygu İfade Ölçeği İzin Yazısı	88
Ek 9. Kurum İzni	89
Ek 10. Etik Kurul İzni	90
ÖZGEÇMİŞ	91

ŞEKİLLER

	Sayfa No
Şekil 1. Aracı Model.....	5
Şekil 2. Araştırma Zaman Çizelgesi.....	35
Şekil 3. Standartlaştırılmamış yol katsayıları.....	54



TABLolar DİZİNİ

	Sayfa No
Tablo 3.1. Verilerin Analizinde Kullanılan İstatistiksel Testler.....	36
Tablo 4.1. Sosyodemografik Özelliklerin Dağılımı.....	38
Tablo 4.2. Kullanılan Ölçek Verilerinin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları.....	39
Tablo 4.3. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları.....	41
Tablo 4.4. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre DDBÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.....	44-45
Tablo 4.5. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre YDOÖKÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.....	49
Tablo 4.6. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre ÇDİÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.....	51
Tablo 4.7. DDBÖ, YDOKÖ Ve ÇDİÖ Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Matrisi.....	52
Tablo 4.8.. Aracı Modele Ait Regresyon Ve Standardize Regresyon Ağırlıkları.....	53

SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ

- APA : American Psychology Association
- DSM V : The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition
- DDBÖ : Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği
- YDOÖKÖ : Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği
- ÇDİÖ : Çocuk Duygu İfade Ölçeği
- ERSQ : Emotion Regulation Skills Questionnaire
- DİBM : Duygularla İşlevsel Baş Etme Modeli
- TSSB : Travma Sonrası Stres Bozukluğu

1. GİRİŞ

1.1. Problemin Tanımı ve Önemi

Dünyaya geldiği an itibariyle yaşama tutunmak için mücadele veren insan, diğer canlılardan farklı olarak daha uzun süre yetişkin bakımına ihtiyaç duymakta, hayattaki ilk temas ve bağını anne ile oluşturmaktadır (Bilge ve Sezgin, 2020; Şahin ve Seven, 2020). Anne-çocuk arasında yürütülen sağlıklı bir ilişki, sağlıklı bir yetişkinliğin yapı taşını oluşturmaktadır. Bu ilişki içinde çocuk, temel ihtiyaçlarına cevap bulabilmekte ve çocuğun ihtiyaçlarının karşılanma durumu, çocuğun gelişimini etkilemektedir (Bilge ve Sezgin, 2020).

Erken dönemdeki ebeveyn bakımı, çocuğun duygusal nöronal devrelerinin gelişiminde de etkili bir rol oynamaktadır (Callaghan ve Tottenham, 2016). Annenin çocukla kurduğu iletişimde yaşanan olaylara uygun nitelikte duygusal yanıt vermesi, çocuktaki duygu düzenleme becerilerinin gelişimini desteklemektedir (Bozkurt Yükçü ve Demircioğlu, 2017; Esbjörn ve ark., 2012). Çocukların bu erken duygu geliştirme deneyimlerinin, ileride akranları ve öğretmenleriyle yaşadıkları duygusal deneyimler sırasında verdikleri tepkileri şekillendirdiği belirtilmektedir (Ara ve Shaffer, 2016).

Duygu, “bir his, bu hisse özgü bireyde gelişen düşünceler ve psikolojik, biyolojik bir dizi davranış eğilimi” şeklinde tanımlanmaktadır (Goleman, 2014). Yaşamın başlangıcı ile bireyi birey yapan, topluma uyum sağlamayı mümkün kılan en önemli unsurlardan biri duygulardır (Ersan ve Tok, 2020). Kuramsal açıdan birey, davranışlarından herhangi birini değiştirebilmek için davranışa neden olan duygusal süreçleri fark etmelidir (Şafak ve ark., 2014). Duygusal ifade süreci, bunu ilk zamanlarda deneyimleyen çocuklar için her zaman kolay değildir (Ersan ve Tok, 2020). Bilinçli ya da bilinç dışı duygular, uygun şekilde ifade edilirse birey, psikolojik sağlığını korur ve psiko-sosyal uyum sağlar (Ersan ve Tok, 2020). Duygular, bireyin olaylara uyum sağlaması için, biyo-psiko-sosyal yönden etki gösteren ve davranışı belirleyen önemli bir unsurdur (Goleman, 2014). Duygu düzenleme süreci ise, sadece duygusal bir yanıtın yoğunluğunu ve sıklığını azaltmayı değil, aynı zamanda duygusal bir yanıt üretmeyi ve yaşamı sürdürmeyi de hedefleyen bir süreçtir (Eldeleklioğlu ve Eroğlu, 2015). Gratz ve Roemer (2004) duygu

düzenlemeyi, duyguların farkındalığı, kabulü, anlaşılması, dürtüsel davranışlar üzerinde etkin olabilme becerisi ve olumsuz duygu içinde amaçları doğrultusunda davranabilme, duruma uygun duygu düzenleme becerilerini kullanabilme olarak tanımlamıştır. Berking ve Whitley (2014) göre ise temel duygu düzenleme becerileri; farkındalık, tanımlama, adlandırma, kabul, tolerans, yüzleşme, değişimleme ve öz-desteği kapsamaktadır. Annenin duygularını düzenlemesi, çocuk ile ilişkisi içindeki duyguları ifade etmesini ve yaşamasını etkileme becerisi şeklinde ifade edilmektedir (Özyurt ve ark., 2017).

Annenin duygu düzenleme becerilerindeki yetersizlik, çocukların birçok ruhsal sorun yaşamasına ve kaygı düzeyinin de artmasına neden olabilmektedir (Ataman Temizel ve Dağ, 2014; Işık ve Turan, 2015). Çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması durumunda, çocukta duygusal travma oluşabilmekte ve bu travmaların sonucunda kaygı ortaya çıkmaktadır (Tok ve ark., 2016). Çocuklarda kaygı ve korku oluşmasında annenin ve çevresinde var olan kişilerin büyük önemi bulunmaktadır (Şahin ve Seven, 2020). İnsanlar çocukluktan itibaren, düşünce ve davranışlarını ifade etmeyi veya nasıl göz ardı edeceklerini öğrenirler. Anne ile çocuk arasındaki ilişkinin güvensiz ve aşırı kaygılı olması çocuğun daha fazla kaygı yaşamasına, bu nedenle de fizyolojik ve ruhsal sorunların gelişmesine neden olabilmektedir (Şahin, 2019).

Beynin bir tehlikeye karşı otomatik bir şekilde geliştirdiği yanıt olan kaygının; sıklığı, şiddeti ve kalıcılığı arttıkça çocuk olayla baş etmeye ilişkin uyumunu kaybeder ve bu durum, kaçınma davranışının gelişmesine neden olur (APA, 2013). DSM V'in (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) tanımına göre kaygı, güçlü bir negatif duygu ile bedensel gerginlik belirtilerinin eşlik ettiği, bireyin geleceğe ilişkin tehlike veya talihsizlik beklentisidir (Morrison, 2016). Yaşam boyu bir kaygı bozukluğu prevelansının, çocuklar ve ergenler için %15-20 arasında olduğu belirtilmektedir (Ray, 2014). Çocukluk çağı kaygı bozuklukları, kendini daha çok ayrılık kaygısı bozukluğu, özgül fobiler ve yaş ilerledikçe gelişen sosyal fobi ile göstermektedir (Ray, 2014). Kaygı bozukluğu yaşayan çocuklar, aile ilişkileri, akademik hayatları ve sosyal alanda sorunlar yaşayabilmektedirler (Silver ve ark., 2013). Kaygı bozuklukları çocukluk çağında belirlenip, tedavi edilirse, erişkinlikte yaşanması muhtemel psikiyatrik sorunların

önüne geçilebilir (Mohatt ve ark., 2014). Kaygı bozukluğunu tek bir etken değil, birçok etken bir araya gelerek, ortaya çıkarabilmektedir. Bu etkenler genetik, mizaç, travmatik olaylar, ebeveynlik tarzı gibi faktörler şeklinde sıralanmaktadır (Kalyon, 2018). Çocuk erken dönemde gereksinimlerini karşılayamaz ve anneye aşırı bağımlı olursa, çocukta ilkel kaygı gelişebilir. Bunun yanında ani gelişen değişiklikler, bebek ve çocukta kaygıyla sonuçlanmaktadır. 3-4 yaşlarında ise, kız ve erkeklerde cinsiyetlerine özgü korkulardan doğan kaygılar gözlenebilmektedir. Kaygının oluşumunda belirli veya belirsiz, çevresel ve genetik birçok neden bulunabilmektedir (Özer, 2018). Yapılan bir araştırmada, anne ve babalarında sosyal kaygı bozukluğu olan çocukların bu konuda yatkınlık gösterdiği belirtilmektedir (Bora ve Ünüvar, 2020). Çocuğun yaşadığı bu kaygı ve korkunun erken dönemde belirlenerek uygun bir şekilde yatırılması gerekir. Bu yatırılma, çocuğun sakinliğini korumasına ve güven duygusunun gelişmesine neden olur (Esbjørn ve ark., 2012).

Okul öncesi dönem, 0-6 yaş dönemini kapsamakta ve insan yavrusu için ilk gelişim adımlarının atıldığı dönemi ifade etmektedir. Bu dönemdeki bilişsel, motor ve sosyal-duygusal bütün gelişim alanları, birbirine bağlıdır ve birbirinden etkilenmektedir. Annenin çocuğu ile ilişkisinde duygularını düzenleme becerilerini etkin kullanması çocuğun duygu gelişimi üzerinde etkilidir (Bilge ve Sezgin, 2020). Psikiyatri hemşirelerinin anneler ile gerçekleştireceği eğitim, seminer ve terapiler bu duygusal gelişimin olumlu yönde gelişmesine katkı sağlayabilir. Çocuk duygu gelişimi onun duygu ifadeleri ile çevreye yansımaktadır. Bu yansımada olumlu duygu ifade eden çocukların kaygı düzeyinin daha düşük olduğu literatürde bildirilmiştir (Ersan, 2019; Esbjørn ve ark., 2012). Okul öncesi dönemi boyunca, çocukların ebeveynleriyle geçirdikleri zaman göz önüne bulundurulduğunda, anne ile çocuk arasındaki ilişkinin çocukların duygusal gelişiminde çok etkili olduğu söylenebilir (Karoğlu ve Ünüvar, 2017).

Hemşirelik bakımı, biyo-psiko-sosyal yönden bireyi gözetir ve hemşireliğin özü bakımından oluşmaktadır. Ruhsal hastalıkların birçoğunun patolojisinde duygu düzenleme becerilerinde yetersizlik yatmaktadır (Berking ve Whitley, 2014). Duygu düzenleme becerileri düşük olan bireylerin, yaşadıkları bazı sorunlar karşısında sergiledikleri uygun olmayan davranışların sorun olan durumla ilişkili olduğu fark edildiğinden bu yana konuya artan bir önem gösterilmektedir (Gratz ve Roemer,

2004). Psikiyatri hemşiresi, bireyin içinde bulunduğu duygu türlerini gözlemlene ve değerlendirme konusunda bilgi sahibi olmalı ve anlama yoluyla, onun duygularını düzenleme becerilerini geliştirmek için girişimlerde bulunmalıdır.

Anne çocuk ilişkisinde duyguların önemini yorumlayan çalışmalarda, okul öncesi dönemde anksiyete bozukluğu olan çocukların annelerinin duygu düzenleme güçlükleri ve duygu ifade biçimlerinin, ebeveyninin duygu düzenleme becerileri ile ilişkili olduğunu gösteren bu araştırmalar göz önünde bulundurulmuştur. Konuyla ilgili olarak okul dönemi ile ilgili çalışmaların yapıldığı ancak erken çocukluk dönemine ilişkin çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Çocukların kaygı düzeyi ve duygu ifade biçiminin annenin duygu düzenleme becerileri ile ilişkisini ortaya koymanın önemli olabileceğini düşündürmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

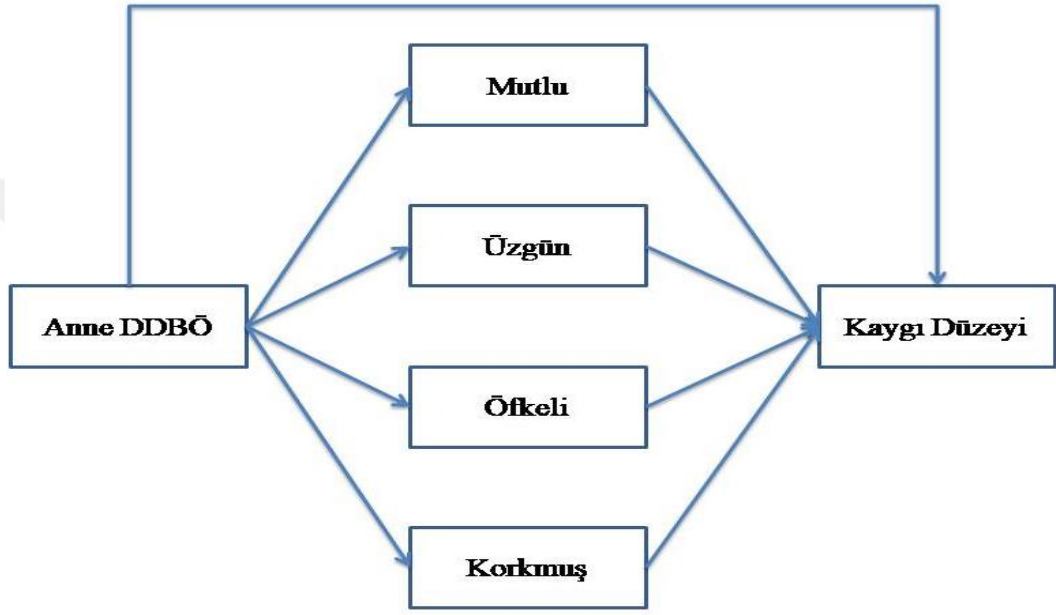
Araştırmanın amacı okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin duygu düzenleme becerilerini belirlemek ve okul öncesi dönemdeki çocuklarının kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimi ile ilişkisini ortaya çıkarmak ve anne duygu düzenleme becerilerinin çocuk duygu ifade biçimleri ve kaygı düzeyi üzerindeki etkisini ortaya koymaktır.

1.3. Araştırmanın Soruları

- Okul öncesi dönemdeki (3-6 yaş aralığında) çocuğa sahip olan annelerin duygu düzenleme becerileri düzeyi nasıldır?
- Okul öncesi dönemdeki çocuğun kaygı düzeyi nasıldır?
- Okul öncesi dönemdeki çocuğun duygu ifade biçimi nasıldır?
- Okul öncesi dönemdeki (3-6 yaş aralığında) çocuğa sahip olan annelerin duygu düzenleme becerileri ile çocuğun kaygı düzeyi arasındaki ilişki var mıdır?
- Okul öncesi dönemdeki (3-6 yaş aralığında) çocuğa sahip olan annelerin duygu düzenleme becerileri ile çocuğun duygu ifade biçimi arasında ilişki var mıdır?
- Okul öncesi dönemdeki çocuğun duygu ifade biçimi ile kaygı düzeyi arasındaki ilişki var mıdır?
- Anne duygu düzenleme becerilerinin çocuk duygu ifade biçimleri ve kaygı düzeyi üzerinde etkisi var mıdır?

- Çocuk duygu ifade biçimlerinin çocuk kaygı düzeyi üzerinde etkisi var mıdır?

Araştırma sorularına yönelik test edilecek Aracı Model Şekil 1’de verilmiştir. Bu modelde Anne duygu düzenleme becerilerinin çocuk kaygı düzeyi üzerindeki etkisi çocuk duygu ifade biçimleri aracı rolü ile analiz edilmiştir.



Şekil 1. Aracı Model

DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği.

2. GENEL BİLGİLER

Okul öncesi dönemi boyunca, ebeveynleriyle geçirdikleri zaman göz önüne bulundurulduğunda, anne ile çocuk arasındaki ilişkinin çocukların duygusal gelişiminde çok etkili olduğu söylenebilir (Karoğlu ve Ünüvar, 2017). Anne, ancak yavrusuna bakmaya ve korumaya istekli olursa çocuk yaşama tutunabilir çünkü doğumlarında tam olarak olgunlaşmamış olan insan yavrusu kendi ihtiyaçlarını karşılayamaz (Akgün ve Yeşilyaprak, 2010). Bir başka deyişle anne çocuğunun temel ihtiyaçlarının karşılanması açısından en önemli role sahiptir. Ashiabi (2000), anne-çocuk ilişkisini duygusal beceriler için "eğitim alanı" olarak tanımlamaktadır. Çocukların bu erken duygu geliştirme deneyimlerini, ileride akranları ve öğretmenleriyle duygusal deneyimler sırasında nasıl tepki vereceklerini şekillendirmek için kullanmaları muhtemeldir (Are ve Shaffer, 2016).

Anne çocuk arasında yaşamın başlarında yürütülen sağlıklı bir ilişki, sağlıklı bir yetişkinliğin yapı taşını oluşturur. Bu ilişki içinde çocuk sevgi, şefkat, güvenlik, değerli hissetme ve destek gibi birçok temel ihtiyacına cevap bulabilmektedir. Bu karşılıklı etkileşim sürecinde bebek annesine karşı güven duygusu geliştirirken, anne de kendilerine güven ve bebeklerine karşı olumlu duygularını geliştirirler. Bilişsel, motor ve sosyal-duygusal bütün gelişim alanları, birbirine bağlı ve birbirinden etkilenmektedir (Karoğlu ve Ünüvar, 2017). Annenin sahip olduğu kişilik özellikleri bu gereksinimlerin nasıl karşılanacağı konusunda belirleyici bir role sahiptir. Anne ile çocuk ilişkisinde bu ihtiyaçların karşılanma durumu insanın kişilik gelişimini etkiler (Bilge ve Sezgin, 2020).

Anne çocuk ilişkisi farklı kuramlarda yer bulmuştur. Maslow'un (1954) teorisi anne çocuk ilişkisinde annenin çocuğun ihtiyaçlarını karşılaması açısından ele alınabilir. Bu ihtiyaçların karşılanmaması durumunda çocukta duygusal travma oluşabilmekte ve bu travmaların sonucunda da kaygı oluşabilmektedir (Bora ve Ünüvar, 2020). Araştırmacılar tarafından anne-çocuk ilişkisinin temelinde 'bağlanma' teorisi olduğunu ifade edilmektedir (Öngider, 2013). Çocuğun bağlanma biçimi onun yaşamı süresince psikolojik ve sosyal gelişiminin yanında akran ilişkilerini de etkilediği savunulmaktadır (Demirdağ, 2017). Freud'un 'un id, ego ve süperegounun birlikte yürüttüğü örüntülerinde anne, bireyin yaşamında yerine hiçbir

şeyin geçemediği ilk kurulan çok kuvvetli bir bağ en değerli sevgi nesnesi yaşamın ileriki evrelerinde de temel dayanağı olarak tanımlanmıştır (Ainsworth ve ark., 2015). Erikson (1993), anne çocuk ilişkisinde çocuğun “güven ya da güvensizlik” duygusunu önemli derecede etkilediğini öne sürmektedir. Çocuklar için anlamlı yetişkin bireyler ile kurulan etkileşimin kalitesi, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması, güven, sevgi ve özerklik gibi duygular çocukların duygusal gelişiminin sağlıklı olması açısından yaşamsal öneme sahiptir (Ersan, 2020). Adler anne baba sevgisinin çocuğun sosyalleşmesi için en önemli rolü oynadığını belirtmiştir. Ona göre, insanın sosyal-biyolojik gelişimi annenin bakımı ve sevgisine temellendirilmiştir (Adler, 2005).

2.1. Duygu

Türk Dil Kurumuna (2005) göre duygu, “belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim.” şeklinde açıklanmaktadır. Kelime anlamıyla değerlendirdiğimizde duygu, “harekete geçirmek” anlamına gelen Latince “emore” kelimesinden türemiştir. Kelime anlamına bakıldığında; duyguların, kişinin sosyal iletişimini ve davranışlarını etkileme, karar verme sürecinde etkin rol oynama gibi önemli işlevleri vardır (Aruldoss ve ark., 2021). Günümüze kadar yapılan araştırmalar, duyguların ve duygu düzenleme becerilerinin çocukların gelişiminde ve yaşamları boyunca önemli bir etkisinin olduğunu vurgulamaktadır.

Duygular; kültürler arası geçerlilik gösteren, hemen hemen tüm insanlarda benzer bedensel ve sözel anlatımlara sahip primer duygulardır. Primer duygulardan sonra hissedilen duygular ise sekonder duygular olarak tanımlanmıştır. Örneğin; bireyin bir konu hakkında üzüntü duyması primer duygu iken üzüldüğü bu konu hakkında kendine öfke duyması sekonder duygudur. Bunun yanı sıra duygular hoşnutsuzluk yaratıyorsa negatif, hoşnutluk yaratıyorsa pozitif duygu olarak adlandırılır. Bireylerin günlük hayata uyum sağlamak amacıyla farklı ortamlarda ve olaylarda farklı tepkiler ve duygular sergilemesi olağan bir durumdur. Ancak kişiler arası ilişkilerde olumlu iletişim kurabilmek ve topluma uyum sağlayabilmek için duyguların kontrol altında tutulması gerekir. Birey duyguları deneyimlerken bulunduğu ortamdan bağımsız değildir, uygun ortam ve koşullarda işlevsel olarak kullanılmadıklarında bireyin yaşamını zorlaştırabilir (Gross ve Thompson, 2007;

McClelland ve ark., 2010). Bu nedenle duygusal tepkilerin oluşabilmesinde duygu düzenleme kavramı önem arz etmektedir.

2.2. Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme, kişinin duygusal işleyişi anlama, düzenleme ve yönetme yeteneği olarak tanımlanmıştır. Birçok psikolojik bozukluğun geliştirilmesi ve sürdürülmesinde temel bir yapı olarak kabul edilir (Rehm ve Staiger, 2018). Bireyin yaşadığı duyguları bilişsel, davranışsal ve psikolojik tepkilerle yeni durum ve olaylara uyum sağlamasına yardımcı olur (Goleman, 2014). İnsanların bir amaca ulaşmak ve hem olumlu hem de olumsuz duyguların yönlendirilmesine ait duygularını yönetmekten sorumlu iç ve dış süreçleri içerir (Gross, 1998). Duygu düzenleme süreci sadece duygusal bir yanıtın yoğunluğunu ve sıklığını azaltmayı değil, aynı zamanda duygusal bir yanıt üretmeyi ve yaşamı sürdürmeyi de hedeflemektedir (Eldeleklioğlu ve Eroğlu, 2015). Bireysel bütünlüğümüz kadar çevremizin de bir yansıması olan duygu düzenleme (Thompson, 2014), aynı zamanda gelişen duyguyla direkt baş etmesi ve görünmeyen özelliklerinin düzenleme sürecini de içermektedir (Thompson ve Calkins, 1996).

Duygular, yaşama uyum sağlama amacı ile başka ortam ve durumlarda başka tepkileri ortaya çıkarır. Toplum içinde diğerleriyle iletişim kurma ve uyum sağlama becerisi için bireyin duyguları üzerinde kontrol sahibi olması, yani düzenlenmesi çok önemlidir. Diğer bir deyişle, bireyin duyguları bulunduğu ortamdan bağımsız deneyimlemesi söz konusu değildir. Duygu düzenleme becerilerindeki yetersizlik, bireyin hayat boyu zorluklar yaşamasına neden olabilir (Gross ve Thompson, 2007; Gross, 2002). Bu nedenle duygusal reaksiyonların gelişmesinin temelinde duygu düzenleme kavramı yer almaktadır.

Duygu düzenleme, bireyin psikolojik durumu, kişiliğine ait özellikler ve mizaç gibi hayatın ona kazandırdığı özelliklerinden etkilenir. (Seçim, 2020; Thompson ve Calkins, 1996). Bir olay halinde bireyde gelişen stres düzeyine bağlı olarak duygular yoğunluk bakımından farklılık gösterebilir. Duygu düzenleme becerisi, bireyin yaşadığı duygulardaki bu değişkenliğin düzeyi üzerinde etkili olarak, dengelenmesini sağlayabilmektedir (Gökdağ ve Naldöken, 2021). Bu ifadeyi destekleyen şekilde

Thompson ve Goodman (2010) duygu düzenlemeyi, gelişen duygunun değiştirilmesi yoğunluğu açısından değişkenlik gösterebileceğini belirtmektedir.

Bireyin duygu düzenleme üzerinde bilerek etkisinin olabileceği gibi, bilmeden de etkili olabilir (Thompson, 2014). Olumlu ve olumsuz duygularda düzenleme süreci gerçekleşebilir. Annenin çocuğunun altını ıslatması durumunda ona gülmesini engellemesi olumlu olan duygunun düzenlenmesine örnek olarak verilebilirken, iş yerinde olumsuz bir takım olaylar sonrasında dahi eve geldiğinde bebeğine güler yüzle yaklaşması da olumsuz duygunun düzenlenmesidir (Cole ve ark., 2004; Malik ve Marwaha, 2021; Özyurt ve ark., 2017).

2.3. Duygu Düzenleme Becerileri

Duygu düzenleme becerileri, bireydeki duyguların oluşması sonrasındaki süreci kapsamakta ve o ortamda duygularını kontrol edebilmesini sağlamaktadır. Duygularına kapılan bireyin kendi kontrolünü sağlamasıyla sorunlu davranışlarını azaltmada etkili olmaktadır (Vatan ve Kahya, 2018).

Duygularla İşlevsel Baş Etme Modeli (DİBM), Berking ve Whitley (2014) tarafından tanımlanan bir modeldir. Duygu düzenleme güçlüğü yaşamakta olan bireylere yardımcı olabilmek için temel duygu düzenleme becerilerini tanımlamışlardır. Bu modelde; farkındalık, tanımlama ve adlandırma, kabul, tolerans, yüzleşme, değişimleme ve öz-destek temel duygu düzenleme için gerekli olan bileşenlerdir (Berking ve Whitley, 2014). Gratz ve Roomer (2004) benzer şekilde, duyguların farkındalığı, kabulü, anlaşılması, dürtüsel davranışlar üzerinde etkin olabilme becerisi ve olumsuz duygu içinde amaçları doğrultusunda davranabilme, duruma uygun duygu düzenleme becerilerini kullanabilme olarak tanımlamıştır.

Duygu düzenleme becerileri yetersiz olan bireylerin birçok ruhsal sorun yaşadığı literatürde belirtilmiştir (Ataman Temizel ve Dağ, 2014; Werner ve Gross, 2010). Gross (1998), bireyin hangi duyguları, ne zaman, ne şekilde yaşayacağını ve belirteceğini kontrol ettiği süreçlere vurgu yapmıştır. Berking (2014), temel duygu düzenleme becerilerinin ruh sağlığı üzerindeki koruyucu etkisi olduğunu, psikiyatrik belirtileri iyileştirdiğini, rahatsız edici olumsuz duyguları değişimleme ve

kabul/tolerans yeteneklerinin en etkili düzenleyici beceriler olduğunu belirterek diğer araştırmacıların hipotezlerini desteklemektedir (Berking ve Whitley, 2014).

Duygu düzenleme becerileri, duygusal tepkilerin kullanıldığı zamana göre öncül odaklı ve tepki odaklı şeklinde iki grup halinde incelenmektedir (Gross ve John, 2003). Bireyin duygusal olarak tepki geliştirmeden önce fizyolojik yanıtlar veya davranışlar üzerindeki değişikliklere “öncül odaklı düzenleme becerileri” denir. Duygusal tepkinin geliştirilmesinden sonra verilecek duygu tepkisinin düzenlenmesi ise “teпки odaklı duygu düzenleme becerileri” şeklinde tanımlanır (Gross, 2002; Gross ve John, 2003). Öncül odaklı beceriler, duygusal tepkiler tamamen ortaya çıkmadan ve davranışlar ya da fizyolojik tepkiler değiştirilmesi ile ilgili kullanılan stratejilerdir. Tepki odaklı beceriler ise, duygular oluşuktan sonra, olası davranışsal ve fizyolojik tepkiler ortaya çıktığında görülmektedir (Calkins, 1994; Gross, 2002; Vatan, 2019). Bu süreçler:

1. *Durum seçimi*: Birey, duruma karşı geliştirdiği duygusal tepkiler nedeniyle o duruma uzaklaşma veya yaklaşma kararı vermektedir. Bu süreçte asıl amaç durumun getirdiği duyguyu düzenlemektir.

2. *Durum değişikliği*: Durum seçimi gerçekleştiremeyen birey duygu tepkisini düzenlemek için direk durumu değiştirir. Bu değiştirilebilir durum için işe yararken değiştirilemeyen durumlarda sonuçsuz kalır.

3. *Dikkat odağı*: Durum içinde bireyin odaklanacağı yönü belirlemesi ve duygusal tepkisini düzenlemesidir.

4. *Bilişsel değişiklik*: Bireyin durum hakkında bilişsel olarak mevcut düşüncelerinin yeniden gelişmesinden önce başka duygularla değişiklik yapılması sağlanmasıdır.

5. *Tepki değişimi*: Duygusal tepki oluşuktan sonra duygu düzenlemeyi gerçekleştirmek için normalde gelen olan tepkilerin değişimi ile duygu düzenleme sağlamaktır.

Gross (2002), öncül odaklı duygu düzenleme becerilerini “yeniden değerlendirme” ile alt grubu ile ele alarak durum sürecindeki duygusal etkileri düzenlemek amacıyla harekete geçmesidir. Tepki odaklı duygu düzenleme

becerilerini ise, “bastırma” kavramı ile durumun getirdiği duygusal tepkiyi ifade ederken gelişen duyguların düzenlenmesidir (Gross, 2002).

Annelerin duygu düzenlemesi, çocuk ile kurduğu o geniş etkileşim ağı içinde duygularının ifade edilmesini ve yaşanma biçimi üzerinde etki sağlamak şeklinde tanımlanmaktadır (Özyurt ve ark., 2017). Çocuğun duygularını ifade etmesi, annenin kendi duygu düzenlemelerine haliyle, annenin duygu düzenleme becerileri ile ilişkilidir (Bozkurt Yükçü ve Demircioğlu, 2017).

2.3.1. Farkındalık

Farkındalık, duygunun bilinçli bir şekilde farkında olması, duygu düzenleme süreçlerinin başlatılmasıdır. Bireyin bilinçli duygusal farkındalık becerisinin eksikliği, etkili duygu düzenlemeyi bozulabilmekte ve olumsuz duyguları sürdürmektedir (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.2 Tanımlama ve Adlandırma Becerisi

Tanımlama ve adlandırma becerisi, yaşanan duygusal deneyimin belli başlıklarla tanımlanmasıdır. Bu tanımlama ve adlandırma, duygunun hedefi, potansiyel riskleri ve yararları hakkında bilgi sağlar (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.3. Anlama Becerisi

Anlama becerisi, duygunun gelişmesi ve devam etmesine katkı sağlayan her türlü nedeni belirleyebilme becerisidir. Bu şekilde birey, rahatsız olduğu duruma katlanabilir, kabul edebilir veya duygu tepkisini oluşturan içsel ve dışsal süreçleri değiştirmeyi sağlar (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.4. Değişimleme Becerisi

Değişimleme becerisi, bireyin yaşadığı duygunun özelliklerini, düzeyini veya etkin olduğu zamanı bilinçli olarak değiştirmesini içermektedir. Değişimleme sayesinde, işlevi olmayan duygu düzenlemelerden uzak durulur, kaygı ve kaçınma azalabilir bunlara ek olarak, öz-yeterliği artırmaktadır (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.5. Kabul ve Tolerans Becerisi

Kabul ve tolerans becerisi, değişimleme becerisinin kullanılmadığı durumlarda duyguların düzenlenmesine yardımcı olur (Hayes ve ark., 1996). Birey, duygularını olumlu yönde geliştirebilmek için durumu kabul etmesi ve duruma karşı tolerans geliştirmesi gerekir (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.6. Yüzleşme Becerisi

Yüzleşme becerisi, bazı durumların belirli duyguları oluşturma etkisi öne çıktığında birey, o durumlara yaklaşır ve onlarla yüzleşir. Böylece birey, duygularını düzenler (Vatan ve Kahya, 2018).

2.3.7. Etkili Öz-Destek Sağlama Becerisi

Etkili öz-destek sağlama becerisi, duygularda önemli olan bir diğer kavram dentedir. Birey duygusal tepkisini etkin bir şekilde düzenlese de kısa süreli olarak gelişen duygu değişiklikleri karşısında da kendine yönelik etkili öz destek davranışlarında bulunması gerekir. Hoş olmayan duyguları harekete geçirebilecek bir durumda yüzleşme becerisi kullanan birey kısa vadede stres yaşar. Bu stres anında birey, duygu durumunda denge sağlamalıdır. Etkili öz-destek, kişinin kendi kendisine karşı geliştirdiği yatıştırma, öz-şefkat, merhamet ve cesaretlendirme göstermesidir (Vatan ve Kahya, 2018).

2.4. Duygunun İfade Edilmesi

Duygular, insan hayatında onun karar ve davranışlarını düşüncelerden daha etkili şekillendirmektedir (Tetik ve Akkaya, 2018). Duygu, en kısa tanımıyla “birisine veya bir şeylere yönelen yoğun his” şeklinde ifade edilmektedir. Buradan hareketle duygu, insanın dışarıda gelişen olaylar sonucunda kendi içinde geliştirdiği tepkilerdir. Goleman (2014)’e göre duygu, “bireyin içindeki his, bu hisse ait düşünce, biyolojik, psikolojik ve onları izleyen davranışa eğilim” olarak tanımlanmıştır.

Bebeklerde içinde olmak üzere, insanların tamamı duygularla yaşamaktadır. Araştırmacılara göre insanlar mutlu, öfkeli, üzgün, korkmuş, şaşkın ve tiksiniç gibi birincil duygulara sahiptir (Chaplin ve ark., 2017; Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018). Böylece insanlar duygular aracılığıyla yaşadığı topluma ve doğaya uyum

sağlamaktadır (Ersan, 2017). Duygular, birey üzerinde gelişim basamaklarının tamamında etkili olmaktadır. Gelişimsel olarak duygular, bir davranış üzerinde değişiklik yaratabilmek için davranışın arkasında gelişen duygu üzerindeki farkındalık büyük önem taşır (Sullivan ve ark., 2010; Wardecker ve ark., 2017). Bilimsel sonuçlar, insanın davranışının arkasında yer alan bilinçli veya bilinçsiz duyguların varlığını kabul ederek; bu duyguları bastırmadan ifade etmenin bireyin ruh sağlığı ve toplum içindeki uyumu için elzem görülmektedir (Wardecker ve ark., 2017). Buna göre olumlu ya da olumsuz, yaşadığı duyguları ifade etmede sorun yaşayan bireyler birçok bedensel ve ruhsal yaşayabilir.

Duygu İfade, çocuk gelişim döneminde gelişmekle beraber, anne sosyal ve duygusal desteği sayesinde netliğe kavuşmaktadır. Çocukların duygu ifadesi, yaşadıkları olaylara karşı gösterdiği yaklaşma ve kaçınma tepkilerinden oluşmaktadır. Bu tepkiler çocuğun, hoşuna giden bir olaya yaklaşma göstermesi, sevmediği olaylara karşı ise kaçınma göstermesidir (Berk, 2013). Duygu ifade bebeklikte ağlamak ve gülmek şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bebeğin yüz ifadesinin gösterdiği bu iki ana duygu çocuğun yüzündeki kasların gelişmesiyle ve hayatta karşılaştığı diğer duygu ifadeleri ile gelişmektedir (Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018).

Okul öncesi dönemde çocuklar birçok sözcükle duygularını ifade etmektedir. Çocuk içinde bulunduğu duyguyu sözcüklerle yorumlar. En basit şekliyle, korktum, üzüldüm diyerek kendi duygusunu ifade eder. Okul öncesi dönemdeki çocuklar belirli bir duruma karşı yaşa ve gelişim dönemine göre farklı duygu ifadeleri kullanabilmektedir. Üç yaşında korku duygusu hakkında deneyimi olmayan çocuk her şeye çekinmeden uzanabilir. Dört yaşına geldiğinde çocuk, tehlikeli nesne veya hayvanlara yaklaşmaması gerektiğini öğrenerek korku duygusunu yüz, hareket ve sözcükleriyle ifade etmektedir. Beş yaşından sonra ise, çocuk duygu ifadeleri sözcüklerde hem sayısal hem de nitelik açısından değişerek kendi duygularının yanında yanındaki insanların duygularını da anlayıp sözcükleriyle ifade edebilir (Ersan, 2019)

Duygusal gelişimleriyle paralel olarak çocuklar çeşitli olumlu ve olumsuz duyguları deneyimlerler. Çocukların yaşadıkları olumlu ya da olumsuz duygularını ifade etme şekilleri farklılaşabilmektedir. Bu farklılıklar içinde bulunan kültürden

ve aileden ya da çocuğun mizacından kaynaklanabilir. Ancak çocukların deneyimlediği olumsuz duyguların sıklığı, yoğunluğu ve ifade edilme şekli çok önemlidir. Çocukların olumsuz duygularını sosyal ortamdaki diğer kişilerce istenmeyen ya da hoş karşılanmayan şekilde ifade etmeleri, bu çocukların çevreleriyle olan uyumlarını bozabileceği için çeşitli davranış problemlerine yol açmaktadır (Ersan, 2017; Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018). Öte yandan çocuklar tarafından deneyimlenen ancak ifade edilemeyen duygular diğer yollarla, daha fazla ağlama ve öfke nöbetleri yaşama ve özellikle saldırganlığa dönüşerek dışavurulmaktadır (Özyürek ve ark., 2014).

İçinde yer aldığımız toplumda yetişkinler genellikle, çocuklarının üzüntü, öfke, korku, kıskançlık gibi olumsuz duygularını ifade etmelerini hoş karşılamamaktadır. Oysa çocukların olumsuz duygularını ifade etmelerinin engellenmemesi; gelişimsel olarak ortaya çıkan bu olumsuz duyguları içinde bulunan sosyal ortama uygun şekilde ifade etmeyi öğrenmeleri sağlanmalıdır (Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018; Wardecker ve ark., 2017). Yaşamın ve gelişimin tüm alanlarındaki şekillenme sürecinde temel bir rol üstlenen okul öncesi dönemde çocukların deneyimledikleri olumlu duygularını ifade edebildikleri gibi, olumsuz duygularını da yıkıcı olmayan, diğerlerine zarar vermeyi hedeflemeyen bir şekilde ifade edebilmeyi öğrenmeleri oldukça önemlidir.

2.5. Duygu Türleri

Normal gelişim sürecine sahip bireylerin tümü aynı temel duygulara sahiptir. Farklı durum ve yaşantılar sonucu tepki şeklinde gelişirler. Bunun yanı sıra her birey bir durum veya olaya farklı duygular hissedebilir ve farklı tepkiler ortaya koyabilir. Örneğin ağlamak güçlü bir duygusal tepkidir ancak belirli durumlarda mutluluk belirli durumlarda üzgün duygu ifadesini yansıtmaktadır (Berk, 2013). Duygular, insan olmanın en önemli unsurlarından biri şeklinde görülmektedir. Araştırmacılar birincil duyguların insanlar ve hatta primatlarda evrensel olduğunu ve hayatta kalmak için gerekli işlevlere sahip evrimsel bir geçmişi olduğunu belirtmektedir (Berk, 2013; Ersan, 2020). Yapılan bir çalışmaya göre insanların sahip olduğu duygular mutlu, öfkeli, üzgün ve korkmuş şeklinde dört temel duygu ile

tanımlanmıştır. Araştırmacılara göre şaşkın duygu korkmuş, tiksiniç duygusu ise öfke duygusunun kapsamına alınmıştır (Jack ve ark., 2014).

2.5.1. Mutlu

Mutluluk, literatürde “özel iyi oluş” kavramı ile oldukça yakın kullanılmaktadır. İnsanın yaşamında temel olan olumlu duygu ifadeyi oluşturmaktadır. Bu olumlu duygu şeması içinde mutluluktan kast edilen, coşku, hoşnutluk, zevk, haz ve sevinç gibi hislerle ilişki içinde olduğu belirtilmektedir (Holder, 2012). Goleman (2014) mutlu duyguyu zevk başlığı ile değerlendirmekte ve haz, coşku, sevinç, rahatlama, tatmin, gurur, eğlenme, heyecan ve hoşnutluk durumları ile yakın ilişki kurduğunu bildirmektedir.

Mutluluk bireylerin geliştirdiği duygusal, toplumsal, bedensel, zihinsel ve cinsel ihtiyaçlarının dengeleyici bir şekilde karşılanması için hissettiği yoğun duygu ifadesi şeklinde tanımlanmaktadır. Mutluluk tanımı literatürde tartışılmakla beraber yukarıda belirtilen durumlarla ilişkili kullanıldığı konusunda birlik sağlanmıştır (Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018). Bir başka ifadeyle mutluluk, olumlu, arzulanan durumları yaşama, şanslılık ve doyuma ulaşma davranışlarını üreten rahatlama duygusu şeklinde tanımlanabilir (Steptoe, 2019).

2.5.2. Öfkeli

Çocuk öfkeli duygu durumu doğum ile birlikte gelişim sürecinin tüm basamaklarında oldukça sık karşılaşılan duygusal bir tepkidir. Çocukların erkenden edindiği bu duygu güçlü bir engellenme veya acı duygusundan meydana gelmektedir. Normal bir duygu olan öfke düşük düzeydeki hoşnutsuzluk veya oldukça şiddetli kızgınlıkla ilişkili olarak gelişebilir (Lee ve DiGiuseppe, 2018). Çocukların öfke düzeyleri bazı durumlarda gelişen olay, deneyim, düşünce, his, tutum ve davranışlardan etkilenmektedir. (Prosen ve Smrtnik Vitulić, 2018). Çocuk öfke duygusunu nasıl yaşayacağını ve bu duyguyla nasıl baş edeceğini ailedeki bireylerden öğrenir (Chaplin ve ark., 2017).

Birey, kendi veya değerli olan başka birine yönelik olarak şanda, geçmişte veya gelecekte algıladığı tehdit durumuna karşı öfke duygusunu ifade edebilir. Öfkeli duygu, “doyumlanmamış istekler, istenmeyen sonuçlar ve giderilmeyen ihtiyaçlara

(beklentilere) karşı gösterilen duygu tepkisidir”. Öfke, onun meydana gelmesine neden olan bağlamlar aracılığıyla tanımlanabilir (Chaplin ve ark., 2017). Öfke bireyin engellenmesi, haksızlığa uğraması, duygusal ya da fiziksel incinmesi, tacize uğraması, hayal kırıklığı yaşaması, doğrudan ya da dolaylı saldırıya uğraması gibi çeşitli olaylar sonucunda ortaya çıkmaktadır. Öfke her duyguda olduğu gibi duygular doğal olarak gelişen evrensel bir olgudur. Öfke duygu ifadesi ve dolayısıyla bu ifadenin kontrolü literatürde büyük önem taşımaktadır. Yapıcı olarak ifade edilen öfke duygusu sağlıklı olarak nitelendirilerek, kişilerarası ilişkiler ve etkileşim düzeyini olumlu düzenlemektedir. Bunun yanı sıra öfke duygusu, kontrolünü yitirirse yıkıcılığa neden olarak bireyin yaşamı, ilişkileri ve çevresinde ciddi hasarlar yaratabilir. Öfke kontrolü, bireyin öfke duygusunu hiçbir şekilde yaşamaması manasına gelmemektedir. Bireyin öfkesini doğru yönde ve uygun olarak ifade etmesi ve bu ifadeyi beceri olarak geliştirmesi öngörülmektedir (Ersan, 2020)

2.5.3. Üzgün

Üzgün duygu ifade, birey için hayati önem taşıyan elzem bir duygudur. Üzülme duygusunun oluşma şekli ve şiddeti kişisel ve kültürel olarak farklılıklar göstermektedir (Lopez-Duran ve ark., 2013). Birey yaşadığı veya algıladığı bir aksilik durumunda normal olarak üzüntü duyarken, bu üzüntü onun günlük yaşamında olumsuzluklara neden olarak rahatsızlık verebilir (Sullivan ve ark., 2010). Üzüntü patolojik olarak etki ettiğinde depresyona neden olabilir (Goleman, 2014). Üzüntü, “bireyin istediği bir şeyin olmaması veya olmasını istemediği bir şeyden gelişen ruhun huzursuzluğu” şeklinde tanımlanmaktadır (Morris ve ark., 2011). Buna göre üzgün duygu ifade; acı, kasvet, keder, melankoli, neşesizlik, can sıkıntısı, kendine acıma, umutsuzluk ve yalnızlık kavramlarının birlikteliği ile değerlendirilmektedir.

2.5.4. Korkmuş

Korkmuş duygu ifadesi, evrensel olarak bireyin hayatta kalmasını ve genetik yapıyı gelecek kuşaklara aktardığı için yaşamın devamlılığı açısından önemli bir işleve sahiptir. Evrimsel süreçte neslin devamını tehdit edebilecek olgulara karşı geliştirdiğimiz savunma sistemi korku duygusu ile harekete geçmektedir (Zantinge ve ark., 2019). Korkmuş duygu ifadesi, bir nesne veya olaya kişinin tehdit algıladığı

duruma karşı verilen bir tepkidir. Bireyin fizyolojik ve ruhsal olarak yolunda gitmeyen duruma karşı kendini koruduğu doğal bir tepki olarak nitelendirilir (Chaplin ve Aldao, 2013).

Zamanın evrenselliği içinde şunda da belli bir düzeydeki “korku” hayatta kalmamızı sağlar. Birey için korkmuş duygu ifadesi günün her anında hissedilirse yaşamı çekilmez bir hale gelebilir. Hayatın devamı için gereken korku duygusu ile yaşamın çekilmez hale gelmesine neden olan korkunun ayırt edilmesi özellikle önem taşımaktadır. Birey yaşam sürecinde karşılaştığı olumsuzlukların ve buna bağlı gelişen korkuların farkında olmalıdır. Duyguları konusunda farkındalık kazanan bireyin uygun baş etme yöntemlerini geliştirmesi için korkunun ortaya çıkmasına neden olan düşünce tarzlarının sorgulanması sağlanmalıdır (Goleman, 2014).

2.6. Çocukluk Çağı Kaygı Bozuklukları

Kaygı, en kısa anlamıyla endişe ve tedirginlik olarak tanımlanabilir. Yaşamı tehdit eden olgu ve durumlarda birey korku ve kaygı duygusunu hisseder. Gerçek bir tehlike varlığında hissettiği bu duygu korku olarak adlandırılırken, bireyin o an içinde veya gelecekte nasıl gerçekleşeceğini kestiremediği, muhtemel durumlarla ilgili hissettiği duygu kaygı olarak adlandırılır (Şahin, 2019). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) (2013)'nin tanımına göre kaygı, beynin tehlikeye karşı geliştirdiği normal adaptif bir cevaptır, sıklığı, şiddeti ve kalıcılığı arttıkça maladaptif özellik kazanır ve kaçınma davranışının gelişimine neden bir doğaya sahiptir. DSM V'in (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) tanımına göre kaygı, güçlü bir negatif duygu ile bedensel gerginlik belirtilerinin eşlik ettiği, bireyin geleceğe ilişkin tehlike veya talihsizlik beklentisidir (Morrison, 2016).

Kaygı anında bireyin sempatik sistemi devreye girer ve fizyolojik süreçlerde hızlı değişimler oluşur. Organizmada oluşan bu değişimler bireyi alarma geçirir kan basıncı artar, kalp atışı ve solunum hızlanır. Sindirim sistemi hareketleri hızlanır ve kaygının getirdiği huzursuzluk ve gerginlik fiziksel olarak da bireyi rahatsız edici boyutta olabilir (Şahin, 2017).

Kaygı bozukluğu bireyin kaygıyı yüksek düzeyde ve oldukça sık aralıklarla deneyimlemesidir. Yaygın (Genel) kaygı bozukluğunda görülme de, özellikle fobi durumlarında kaygının yanında sıklıkla korku duygusu da görülür (Şahin, 2019).

Yaşamı tehdit eden bir duruma karşı bir çeşit alarm şeklinde yorumlanan kaygı, temelde bireyin hayatta kalma çabasını destekleyen bir duygudur (Şahin ve Seven, 2020). Kaygı anında birey, kendisini yetersiz görür. Normal kaygı düzeyindeki bu yetersizlik duygusu bireyi harekete geçirmede bir motivasyon aracı olabilirken, yüksek kaygı düzeyinde bireyin sosyal çevresinde sorunlar yaşamasına ve sorumluluklarını yerine getirememesine sebep olabilmektedir (Berksun, 2003). Bireyin yaşadığı olaylar sonucunda gerçek dışı veya gelecekteki muhtemel gerçekliklere dair geliştirdiği kaygı duygusu, genelde depresyon ve stresle ile bir arada değerlendirilmektedir (Öztürk ve ark., 2021; Yılmaz ve ark., 2017).

Kaygı bozuklukları bireyin çocukluk yaşantılarındaki bazı faktörlerden ciddi oranda etkilenebilir. Çocukluk döneminde reddedici (Öngider, 2013), küçük düşürücü tutum (Gülay Ogelman ve Topaloğlu Çiftçi, 2014), ergenlik döneminde yetişkinlerin alaycı tutumları (Okutan ve Akbaş, 2019), çocukluk döneminde ebeveynlerin geliştirdikleri olumsuz tutumlar, ceza verme sırasında itici davranış, çocuğun altına yapması ve cinsel oyunlar karşısında tepki; ebeveynlerin arasındaki anlaşmazlık; anne ve baba ayrılmasından sonra bile süren kavgalar (Nazlıoğlu, 2019), çocuğun ilk sosyalleşme deneyiminde karşısına çıkan zorluklar; akran ilişkilerinde karşılaştığı küçük düşürücü ve itici davranışlar kaygıyı oluşturur (Gençtan, 1984).

Çocuklar annelerinin düşünce, davranışlarını, duygusal tepkilerini, farklı olaylarda nasıl kaygı ve korku tepkisi gerçekleştirdiğini kendilerine örnek alır ve kopyalarlar. Çocuğun, temel ihtiyaçlarını karşılayan annelerin duygusal tepkilerindeki tutarsızlık, güvensiz ve aşırı kaygılı tutumlar hayatta kalmak için her bakımdan yetersiz olan çocuğun içindeki kaygıyı artırır. Yaşamın ilk yıllarında yaşanan bu deneyim, bilinç dışında varlığını devam ettirerek ileriki yıllarda acı verici temaslar olduğunda nedeni belli olmayan psikiyatrik ve fizyolojik tepkileri ortaya çıkarır (Şahin, 2019).

Sonuç olarak kaygı; bireyin yaşamı ve benliğinin tehdit edilmesi, temel ihtiyaçlarını karşılamasına engel teşkil edebilecek, toplum içindeki saygınlığının (itibarının) sarsılmasına neden olabilecek tehlikeler sonucu meydana gelen bir duygudur. Normal düzeyde hayatta kalmayı destekleyen kaygı, bireyin neredeyse her

durumda, devamlı tedirgin olma, huzursuzluk ve endişe yaşamasıyla kaygı bozukluğu kapsamına girmektedir. Kaygı bozuklukları hem fizyolojik hem de ruhsal sorunlarda artışa neden olur (Şahin, 2019).

Kaygı bozukluğu, çocukluk çağında en sık görülen ruhsal bozukluklar içinde birinci sırada gelmektedir ve yaşam boyu bir kaygı bozukluğu prevalansı, çocuklar ve ergenler için %15-20 arasında olduğu belirtilmektedir (Ray, 2014). Kaygı bozukluğu fizyolojik, duygusal, bilişsel düzeyde ve davranışsal olmak üzere birey üzerinde geniş bir etki alanına sahiptir. Kendi varlığını ve kişiliğini oluşturan çocukluk çağındaki kaygı bozuklukları onların işlevselliğini olumsuz etkiler ve eğer tedavi edilmezse okul, aile ilişkileri ve sosyal işlevselliklerinde olumsuzluklara neden olmaktadır (Şahin ve Seven, 2020). Çocukluk çağı kaygı bozuklukları, kendini daha çok özgül fobiler, ayrılık kaygısı bozukluğu ve ilerleyen yaşlarda gelişen sosyal fobi olabilmektedir (Ray, 2014).

Okul öncesi dönemdeki çocuklarda görülen kaygılar yaşanan olaylar ve yaşanma şeklinde göre; özgül fobiler, bir anda ve yüksek düzeydeki kaygılar sonrası gelişen panik ataklar, bir takım takıntıların gelişmesiyle ilişkili olarak obsesif kompulsif bozukluklar, yaşamı zorlaştıran olumsuz olaylardan sonra gelişen travma sonrası stres bozuklukları, ayrılma bozukluğu şeklinde tanımlanır (Şahin ve Seven, 2020)

Freud, araştırmalarında anne ile çocuk ilişkisine değinerek, annesiz büyüyen ya da tanımadığı birinin bakımını alan çocuktaki kaygı sürecinin başladığını, bu durumun da aslında bebeğin libidal uyarılması üzerinde kontrol sağlamadığı ve sürecin kaygıya ile sonuçlandığını ifade eder (Şahin ve Seven, 2020). Çocukluk dönemi kaygı bozukluklarının gelişme sürecinde anne baba ile ilişkisi önemli olduğu kadar, sosyal çevresindeki öğretmen gibi model bireylerin de çocuğa karşı gösterdiği tutum önemlidir. Çocuğun aslında henüz gücünün yetmediği gelişim özelliklerini gerçekleştirmesini beklemek ve zorlamak, ödül ve ceza yönetimini uygunsuz şekilde kullanmak, doğru olmayan bir model olma gibi yanlış tutumlar kaygının oluşması için zemin hazırlayan ciddi etkenlerdir (Gençtan, 2019; Şahin ve Seven, 2020).

Çocukluk çağı kaygı (anksiyete) bozukluklarının küçük yaşlarda etki edilerek giderilmeleri, erişkinlik döneminde gelişebilecek psikiyatrik rahatsızlıkları

engelleyebilir (Mohatt ve ark., 2014). Kaygı bozukluğunu tek bir etken değil, birçok etken bir araya gelerek, ortaya çıkarabilmektedir. Bu etkenler genetik, mizaç, travmatik olaylar, ebeveynlik tarzı gibi faktörler şeklinde sıralanmaktadır (Kalyon, 2018). Yaşamın ilk yıllarında çocuğun gereksinimlerinin tam anlamda karşılanamaması ve anneye aşırı bağımlı olması, çocukta ilkel kaygının oluşmasına sebep olmaktadır. Bunun yanında ani gelişen değişiklikler, bebek ve çocukta kaygıyla sonuçlanmaktadır. 3-4 yaşlarında ise, kız ve erkeklerde cinsiyetlerine özgü korkulardan doğan kaygılar gözlenebilmektedir. Çocuklar; yeni bir kardeşin dünyaya gelmesi, yeni insanlarla arkadaşlık kurma kaygıları, istenmeme, sevilme, fiziki görünüş, ebeveyn tepkisi ve başarılı olamama şeklinde sıralanabilecek farklı konularda kaygı yaşayabilmektedir (Özer, 2018). Görüldüğü üzere, erken çocukluk döneminde kaygının oluşumunda belirli veya belirsiz, çevresel, genetik birçok neden bulunabilmektedir.

Çocuklarda kaygı ve korku oluşmasında bakım verenin, diğer yakınlar ve sosyal çevresinde var olan kişilerin büyük önemi bulunmaktadır (Şahin, 2019). İnsanlar çocukluktan itibaren içinde bulunduğu çevrede duyguları adlandırma becerisi kazanırlar. Düşünce ve davranışlarını ifade etmeyi veya nasıl göz ardı edeceklerini öğrenirler. Anne ile çocuk arasındaki ilişkinin güvensiz ve aşırı kaygılı olması çocuğun daha fazla kaygılı olmasına ve bu nedenle fizyolojik ve ruhsal sorunlar gelişmektedir (Şahin, 2019).

2.6.1. Yaygın Kaygı Bozukluğu

Yaygın kaygı bozukluğu, bireyde çok yüksek düzeyde kötü bir şey olacak endişesi veya bir durum nedeniyle kaygılanma şeklinde tanımlanır. Rapee ve ark (2014), yaşamdaki neredeyse her alanda kaygı duymaya yatkınlıktır. Yaygın kaygı bozukluğunda birey yüksek düzeyde ve en az 6 ay kaygılı olur. Bu bozuklukta kaygının her şeye atfedilmesi, genelleştirilmesi söz konusudur. Yüksek düzeyde sürekli kaygı yaşayan bireylerin, kaslarında ağrı ve gerginlik, yorgunluk, kalp çarpıntısı, midede ağrı, terlemede artış, ağız kuruluğu, sabırsızlık, kaygı ve endişe, kötü bir şeyler olacağına dair beklenti, uyku sorunları ve sinirlilik gibi belirtileri arasında sayılabilir (Barrett ve ark., 2019). Yaygın kaygı bozukluğu yaşamın

genelinde olan olağan olaylarla baş edilemeyip, normalin üstünde kaygı duyulmasıdır.

Yaygın kaygı bozukluğu olan çocukların ebeveynleri, arkadaşları, sağlığı, okul hayatı ile ilgili çok sayıda kaygıları vardır. Günlük hayatta devam ettirilen, televizyon seyretme gibi, en ufak bir aktivitede dahi kaygı duyabilirler (Rapee ve ark., 2014). Yaygın kaygı bozukluğu olan çocuklar gelecekteki her hareketi önceden planlayıp işlerin düzgün gideceğine emin olmaya çalışırlar. Risk kavramı onlar için oldukça endişe vericidir ve böyle durumlarda fizyolojik tepkiler verirler (Chansky, 2009).

2.6.2. Ayrılık Kaygısı

Her açıdan bakım verenine ihtiyaç duyan çocuklar, normal olarak evden, tanıdığı ortamlardan ve insanlardan ayrılmayı istemezler. Bu ayrılma zorluğu çocukta kaygı oluşturabilir. Ayrılık kaygısını yaşayan çocuk annesinin görüş alanından uzaklaşması anında bundan etkilenir. Özellikle çocuğun anneden uzaklaşmak istememesi, korkması şeklinde tanımlanır (Rapee ve ark., 2014). Günün her anında anne babalarının varlığını sorgulayan bu çocuklar, kreş veya anaokuluna gittiklerinde annelerinin onları terk ettiği hissine kapılırlar (Barrett ve ark., 2019). Bu kaygı, çocuğun gelişimiyle birlikte kademeli olarak azalır. Zamanla azalmayan bu kaygı, çocukta ayrılık kaygısı oluşturabilir ve birçok psikolojik belirtinin de oluşmasına neden olabilir (Geçtan, 2014). Anne babalarından ayrı kaldıklarında başına veya onların başına kötü bir şey geleceği düşüncesine kapılırlar. Bu kaygı çocuğun gelişim alanlarındaki yaratıcılığını kötü etkiler (Güleç, 2018)

Erikson'a göre ayrılık kaygısında anne ile çocuk arasındaki ilk gelişim basamağı olan temel güvene karşı güvensizlik evresini başarılı geçirememiş çocuklarda anneye karşı güvensizlik vardır bunun sonucunda çocukta parmak emme davranışı gelişebilir (Nazlıoğlu, 2019). Anneden ayrıldığında olağan düzeyden daha yüksek olan bu kaygı durumu, çocukların birey olarak ileride normal bir hayat sürdürmesine de etki edebilir. Özellikle eğitim kurumu olan okullarda çocuğun devamlı red tepkisi vermesiyle sonuçlanabilen bu bozukluk akademik gelişimlerini de engelleyebilmektedir (Nazlıoğlu, 2019). Bu yüksek düzeydeki kaygı sindirim

sisteminde özellikle mide problemlerine neden olmakla beraber, öfke krizi de sıkça yaşanmaktadır (Şahin, 2017).

Çocuğun içinde bulunduğu ayrılık kaygısını azaltabilmek amacıyla sevdiği etkinliklerle rahatlama sağlanmalıdır. Bir takım nesnelere kaybetme sonra bulma gibi oyunlarla çocuğun ayrılık kaygısını giderilebilir (Karakaya ve Öztop, 2013). Ayrılık kaygısı her çocuk için olağandır ve gelişim dönemleri ilerledikçe bu kaygının düzeyi ve sıklığının da azalması beklenir. Ayrılık kaygısı bozukluğu kaygının devam ettiği süreye, miktarına ve hayattaki diğer işlevleri de etkileme özelliğine sahiptir.

2.6.3. Sosyal Kaygı

Sosyal kaygı, bireyin tanımadığı insanların yanında, kalabalık bir ortamda belirgin ve sürekli bir korku duymasıdır. Bu korkunun kaynağı sosyal ortamlarda diğerleri tarafından değerlendirme duygusu ile ortaya çıkar. Çocuğun, diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapması, insanların onu eleştirmesi ve rezil olması düşüncesi ile sosyallikten kaçınması şeklinde tanımlanabilir (Öztürk, 2014). Diğer insanlardan olumsuz tepki alma beklentisi ile yaşanan bu rahatsızlık ve sosyal kaygılı çocuğun iletişim becerisini etkileyebilir. Çocuk, herhangi bir konuşma konusunda başlatma ve toplum içinde performans sergilemede özellikle okullarda ortaya çıkar (Özyürek ve ark., 2014). Sakar, aptal ya da utanç verici görünme korkusu içinde dışarıdaki diğer çocukların ve yetişkinlerin onu izlediğini düşünürler ve kaygılanırlar (Karakaya ve Öztop, 2013).

Sosyal kaygı yalnızken veya çocuğun güvenli hissettiği ortamlarda değil de, farklı ortamlar ve yabancı insanlarla tetiklenir (Şahin ve Seven, 2020). Çocuklar sürekli diğerleri tarafından değerlendirilme kaygısı ile onun hakkında konuşuluyor mu, dalga geçiliyor mu endişesi içinde olurlar o ortamda en yüksek düzeye ulaşan kaygı, ortam değiştirildiğinde kaybolur (Karakaya ve Öztop, 2013). Sosyal kaygının temelinde başkaları tarafından onaylanma ve olumlu değerlendirilme kaygısı vardır.

Sosyal kaygı bozuklukları genellikle çocuklukta başlarken, diğer kaygı bozuklukları ve psikolojik rahatsızlıklar ona eşlik edebilir. Yapılan araştırmalarda çocuğun ebeveynlerinin ya da birinin de sosyal kaygı bozukluğu yaşadığı görülmüştür. Başka bir ifadeyle anne ve babalarında sosyal kaygı bozukluğu olan çocuklar, bu konuda yatkınlık göstermektedir (Bora ve Ünüvar, 2020). Bu

çocuklarda dikkat eksikliği ve sosyal ortamlarda yüz kızarıklığı gibi tipik fizyolojik süreçler yaşanır (Şahin ve Seven, 2020). Bu kişiler toplumdan soyutlanma, intihar gibi davranışlar gösterebilir. Genellikle insanlar ne düşünür diyerek herhangi bir yardım almaya yeltenmezler (Kaya ve Karaca, 2018).

Anne babaların çocukların duygusal gelişiminde önemli bir etkisi olduğu bilinmektedir. Annelerdeki olumsuz tutumun çocuklardaki sosyal kaygı üzerinde etkisi olduğu yapılan çalışmalarda belirlenmiştir (Gülay Ogelman ve Topaloğlu Çiftçi, 2014; Kaya ve Karaca, 2018; Küçüköyük, 2015; Nazlıoğlu, 2019; Öztürk, 2014). Bu nedenle olumlu tutum ve duygular çocuğun sosyal kaygısını azaltmada yarar sağlayabilmektedir (Nazlıoğlu, 2019). Korumacı ve kuralcı tutum geliştiren annelerin de sosyal kaygı düzeyinin diğer tutumlara göre yüksek olmaktadır. Bu olumsuz tutumlar çocukta sosyal kaygı düzeyini etkileyerek onun sosyal becerilerinde yetersizliğe de sebep olabilmektedir (Özyürek ve ark., 2014). Sosyal beceriler çocuklukta kazanılmaktadır. Toplumun normlarıyla ilişkili olan bu becerilerde çocuk davranışlarının sonucunda belirli tepkilerle karşılaşır. Olumlu davranışlar toplum tarafından ödüllendirilirken, olumsuz davranışlar sergileyen çocuklar utanma veya ceza gibi tepkilerle karşılaşır. Bu tutum çocuklarda utanmaya ve sonrasında o davranıştan kaçınmaya neden olur. Çocuklukta edinilen sosyal beceriler yetişkinlik dönemine de yansımaktadır (Güngör ve Buluş, 2016). Ailedeki otoriter tutumun çocukların sosyal becerilerine doğrudan etki ettiği ve ailedeki sosyal kaygı bozukluğu durumunun çocukta sosyal kaygının gelişmesi yönünde önemli etkisi olduğu çalışmalarla ortaya konmuştur (Özyürek ve ark., 2014).

2.6.4. Panik Bozukluğu

Panik bozukluğu, aniden gelen huzursuzluk ve korkuyla bireyin tüm dengesini bozan bedensel (solunum ve kalp atışında hızlanma, mide ağrısı) ve ruhsal sıkıntılardır. Çocuklar panik atak geçirme korkusu içinde olurlar (Rapee ve ark., 2014). Sürekli tekrarlanan panik ataklar nedeniyle çocuk hayatını kaybedeceğini ya da delireceğini düşünür, atakların geldiği ortamlardan kaçınırlar (Karakaya ve Öztop, 2013). Panik bozukluk çocuklarda aniden gelişerek bedensel ve ruhsal bir dizi sıkıntıya neden olurlar.

Panik atağın direkt bir etyolojisinin olmamasıyla birlikte hangi durumlarda geleceği de belli değildir (Şahin, 2019). Panik atak yaşadığı ortamları bu korku ile eşleştirerek kendi güvenlikleri için o ortamlardan kaçınırlar (Rapee ve ark., 2014). Panik bozukluk nöbetler şeklinde ani ve zamansız ortaya çıkmaktadır. Çocuklar bu korkudan kaçınmak için gelişimlerini de etkileyecek şekilde kendilerini kısıtlatırlar.

2.6.5. Fobiler

Herhangi bir durum veya nesne ile ilgili mantık dışı, sürekli korku yaşamaktır. Fobik bozukluğa genel olarak diğer kaygı bozuklukları da eşlik eder. (Sapmaz ve ark., 2018). Sıklıkla kaygı ve korku yaşasak da günlük hayatı etkilediğinde fobi şeklinde tanımlanabilir. Bu kaygı belirli durum veya nesnelere indirgense de çocuğun yaşamında önemli etkiler yaratır ve çocuğun hayatı kısıtlanabilir. Freud'a göre fobiler bilinç dışında gelişir. Bilinç dışında yaşanan çatışmalar fobilerin kökleri olarak gösterilmektedir (Şahin, 2019). Kısaca, fobi genel manada bir durum veya nesneye karşı geliştirilen mantık dışı korkulardır.

Çocukluk çağı özgül fobileri gök gürültüsü, karanlık, haşareler ve bazı hayvanlar olabilmektedir (Rapee ve ark., 2014). Fobileri olan çocuk farklı, kontrolsüz, mantıksız, belirli bir zaman alan, uyum sağlamayan, gelişim dönemi özelliklerinin dışında özellikler gösterir (Şahin, 2019). Diğer kaygılardan farklı olarak Fobilerde nesne bellidir. Basit ve karmaşık formları olan fobiler hayatın devamını engelleyen ve çözümsüz bunlarla birlikte nöbet şeklinde kaygı yaşatan türde ise karmaşık fobilerdir (Şahin, 2019). Bu kaygılar gerçek risk halindeki korkudan ayırt edilmelidir. Gerçekten fobi yaşayan bireyler o nesneye karşı daha spesifik tepkiler geliştirir. Kalabalıktan korkma, sokağa çıkma korkusu, bir canlıdan korkma gibidir (Geçtan, 2014).

Fobi yaşayan birey korktuğu nesneye karşı olumlu düşünce geliştiremez ve kurduğu olumlu bir düşünce olsa bile gelişebilecek olumsuz etkiler daha ağır basmaktadır (Şahin, 2019). Belirli bir durum veya nesne ile olumsuz düşünce ve deneyimlerin fobileri oluşturmasıyla birey nesne veya duruma karşı olumsuz genelleme yapar ve yeniden olumlu olarak nitelendirilmesine izin vermez.

2.6.6. Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesif kompulsif bozukluk düşünce ve davranışlar üzerindeki takıntılardan oluşur. Birey beyninde bir düşünceyi sürekli aynı şekilde tekrarlar bu obsesiflikten uzaklaşamayıp onu azaltmak için bir takım davranışlar geliştirir. Obsesyonu azaltmak için geliştirilen sürekli davranışlar kompulsiyon olarak adlandırılır. Bireyi sıklıkla ikisini bir arada yaşadığı için obsesif kompulsif bozukluk şeklinde adlandırılır (Şahin, 2019). Obsesif kompulsif bozukluk takıntılı düşüncelerin yanı sıra takıntılı davranış biçimlerini de genel olarak nitelendirir.

Obsesif kompulsif bozukluk yaşayan birey tekrarlayan düşünce ve davranışlara sahiptir. Sürekli yıkama, kontrol etme, sayma, gibi davranışlara başvurur (Yılmaz, 2018). Çocuğun ara vermeden belirli fikir ve hareketleri tekrarlaması ile obsesif kompulsif bozukluktan söz edilebilir. Çocuğun kendini devamlı hissetmesi ve eşyalarını, ellerini yıkamak istemesi bu işlemi adeta bir ritüel halinde gerçekleştirmesi örnek olarak verilebilir (Rapee ve ark., 2014). Obsesif kompulsif bozukluk bireyin kendisine veya değer verdiği başka insanlara zarar vereceği düşüncesine kapılırlar, kirlilik ve hastalığı önlemek için sürekli davranışlar ve şüpheler ile ortaya çıkar (Şahin, 2019). Obsesif kompulsif bozuklukta çocukların kaygıya karşı geliştirdikleri devamlı düşünce ve davranışları vardır.

Obsesif kompulsif bozukluk yaşayan çocuklar bu konuda karışık ve geniş bir alanda sıkıntı yaşarlar. Çocuk bu durumlarda normal olmayan bedensel ve sinirsel tepkiler verebilir (Rapee ve ark., 2014). Obsesyon, bireyin kararsız, kötü bir şey yaşama düşüncesi içinde olması, tekrarlayan davranışlar geliştirmesi ve nöbetlerle ortaya çıkabilir (Şahin, 2019).

Obsesif kompulsif bozukluk yaşayan çocuklar kendileri için dahi tuhaf hissettikleri birbirine zıt korkular yaşamaktadır. Anne babası için sürekli endişelenen çocuk onlara zarar verme düşüncesi içine girebilir ve cinsel olarak normal hissetse de normal olmayan cinsel tercihler yapacağı ihtimaline kapılıp korku yaşayabilir (Karakaya ve Öztıp, 2013). Bu hastalıkta çocuklar normal olan duygu ve yaşantıları konusunda oldukça zıt korkular yaşamaktadır.

2.6.7. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) çocuklarda olumsuz bir olayda çok fazla korku yaşaması veya kazada ağır yaralanması sonucu ve tepki olarak gelişir (Rapee ve ark., 2014). Toplumun maruz kaldığı afetler, terör, suçlardaki artış TSSB gelişme riski üzerinde etkilidir. Bu olaylara maruz kalan çocuklar kabuslarla bu olayı tekrar yaşayabilir.

Travma yaratan olaylar çocukların oyunlarına da yansiyabilir, çocuk travma sonrasında içine kapanıp, çekingen ya da asabi tavırlar sergileyebilir. Bu korkular çocukta uykusuzluk gibi bedensel tepkiler geliştirir. Kendini koruma iç güdüsü ile belirli kaçınma davranışları bu korkular neticesinde kaçınılmaz olabilir (Oflaz, 2015). Kazalar ve afetler şeklindeki önceden kestirilemeyen felaketler sonucu çocuklar TSSB yaşayabilir. Çocuklar hem ruhsal hem de bedensel olarak etkilendiği bu durum sonucu kaygı yaşamaktadır.

2.7. Okul Öncesi Dönemde Kaygı Düzeyini Etkileyen Faktörler

Araştırmalarda görüldüğü gibi anne çocuk ilişkisi çocuğun gelişimi için en önemli unsurdur. Çocuğun duygusal gelişimi, sevgi olgusuna dayanmaktadır. Annenin çocuğunu sevmesi, koruması, desteklemesi onun duygusal gelişiminin temelini oluşturur. Temel ihtiyaçlar annesi tarafından karşılanmazsa ya da çocuk ile anne arasında bir takım tutarsızlıklar olursa, çocuk kendini eksik hisseder ve duygusal olarak yıkıma uğrar. Bu yıkım giderilmezse çocukta istenmeyen süregelen kaygı oluşabilir. Yaşamın devamlılığını sağlayan ve bireyin direncini destekleyen normal düzeydeki kaygının düzeyi ve sıklığı artarsa, çocuğun gelişimini hem sosyal hem de duygusal olarak olumsuz etkileyecektir. Çocuklarda kaygı düzeyini etkileyen faktörleri iyi tanımlamak, gelişebilecek kaygı bozukluklarını önleyecektir (Nazlıoğlu, 2019; Şahin ve Seven, 2020).

Çocuğun kaygı düzeyini etkileyen faktörler; çocuğun yaşı, gelişim dönemi, ailenin tutumu, kültürel özellikler gibi faktörler şeklinde sıralanabilir (Nazlıoğlu, 2019). Yapılan çalışmalar yaşanan travma ve deneyimlerin ya da yakın çevresinde gözlemlenen deneyimlerin öğrenme yoluyla çocukta kaygı düzeyine etki edeceğini kanıtlamıştır (Oflaz, 2015).

Yaşamın erken dönemlerinde anneden ayrılma kaygısı çocuklarda daha belirgindir. İki yıldan sonra erkek çocuklarda iğdiş edilme kaygısı gelişebilmektedir. Sevgi bu dönemde hem erkek hem kız çocuklarda önemli bir ihtiyaç olup, kızlarda baba sevgisi, erkeklerde ise anne sevgisini kazanması çocukta kaygı oluşturur (Güleç, 2018).

Aileye katılan yeni bir kardeş, anaokuluna başlama, ev değiştirme gibi değişiklikler konusunda hazırlık yapılmalıdır. Açıklamalar yapılarak çocuğun bu durumlara hazırlanması onun kaygıya olan hassasiyetini azaltacaktır (Şahin ve Seven, 2020).

2.8. Duygu Düzenleme, Duygu İfade ve Çocuk Kaygı Yönetiminde Hemşirenin Rol ve Sorumlulukları

Hemşirelik bakımı, biyo-psiko-sosyal yönden bireyi gözetir ve hemşireliğin özü bakımdan oluşmaktadır. Ruhsal hastalıkların birçoğunun patolojisinde duygu düzenleme becerilerinde yetersizlik yatmaktadır (Berking ve Whitley, 2014). Duygu düzenleme becerileri düşük olan bireylerin, yaşadıkları bazı sorunlar karşısında sergiledikleri uygun olmayan davranışların sorun olan durumla ilişkili olduğu fark edildiğinden bu yana konuya artan bir önem gösterilmektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Psikiyatri hemşiresi, bireyin içinde bulunduğu duyguları gözleme ve anlama yoluyla, onun duygularını düzenleme becerilerini geliştirmek için girişimlerde bulunmalıdır. Duygu düzenleme becerilerine yönelik yapılan müdahaleler sağlıklı duygu düzenleme kalıplarının öğretilmesi, duygusal belleği geliştirerek duygu düzenlemesinin artırılması, duyguların anlamlarının ve nedenlerinin saptanması gibi birçok girişimi içerir (Çam ve Taş, 2021). Psikiyatri hemşireleri, bu ihtiyaçlara yönelik olarak hem koruyucu, hem tedavi edici hem de rehabilite edici tedavi süreçlerinin hepsinde görev alırlar.

Annenin çocuğu ile ilişkisinde duygularını düzenleme becerilerini etkin kullanması çocuğun duygu gelişimi üzerinde etkilidir (Bilge ve Sezgin, 2020). Psikiyatri hemşirelerinin anneler ile gerçekleştireceği eğitim, seminer ve terapiler bu duygusal gelişimin olumlu yönde gelişmesine katkı sağlayabilir. Çocuk duygu gelişimi onun duygu ifadeleri ile çevreye yansımaktadır. Bu yansımada olumlu

duygu ifade eden çocukların kaygı düzeyinin daha düşük olduğu literatürde bildirilmiştir (Ersan, 2019; Esbjörn ve ark., 2012).

Çocuklarda kaygıyı önlemek için, annenin kaygı içeren duygu ve davranışlar yerine sevgi ve güven duygusu içinde yaklaşmasının önemi oldukça büyüktür. Hoş görü ve tutarlılık içeren anne baba tutumları geliştirilmelidir. Her çocuk çevresindeki bireyler tarafından özel kabul edilmeli ve diğer çocuklarla karşılaştırma yapılmadan gelişim döneminin üzerine çıkabilecek performanslarla kıyaslanmalıdır. Başarısız olduğu herhangi bir konuda alay edilmeden destek sağlanmalı, yeniden denemesi için fırsat verilmelidir. Başarılı olduğunda ise doğru şekilde ödüllendirilmelidir (Gülay Ogelman ve Topaloğlu Çiftçi, 2014; Şahin ve Seven, 2020).

Evde anne ve babalar, sağlık merkezlerindeki çalışanlar çocuğun gelişimsel özelliklerini ve kaygı düzeyinin temel özelliklerini bilmeli ve iyi bir gözlemci olmalıdırlar. Kaygı düzeyi yüksek olan çocukları belirlemeli ve hem bu çocuklar hem de aileleri rehberlik hizmetinden yararlanmalı, çocukların ilerdeki davranışları ve başarı durumları incelenmelidir (Şahin ve Seven, 2020).

Çocuklardaki kaygı bozukluğu tedavisinde; Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT)'den sıklıkla faydalanılmaktadır. Bu teknik ile çocuk ve aileye çocuğun sahip olduğu kaygı bozukluğu açıklanır, bilişsel yeniden yapılandırma, beceri geliştirme, terapistin gözetiminde kaygı uyaranına maruz bırakılma böylece alışma, kaygı yanıtını düzenleme ve ev ödevleri verilmektedir. Terapinin etkinliği tedavi sonrasında da devam etmektedir (Karakaya ve Öztop, 2013). Bu doğrultuda psikiyatri hemşiresinin duygu düzenleme becerilerini geliştirmek için rol ve sorumluluklarını yerine getirmesi, anne ve çocuklarının ruhsal bakımı ile ilgili de rol almasının, profesyonel destek ve danışmanlık sağlamanın önemli olduğu düşünülmektedir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin duygu düzenleme becerilerini belirlemek ve okul öncesi dönemdeki çocuklarının kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimi ile ilişkisini ortaya koymanın amaçlandığı çalışmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizine ilişkin bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Şekli

Bu araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde yapılmıştır.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırma, 2020- 2021 eğitim öğretim döneminde Milli Eğitim Bakanlığı Ordu İli Ünye ilçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Gölevi Anaokulu, Meçhul Asker Ortaokulu, Ünye Anaokulu, Bayramca Anaokulu ve Arif Nihat Asya Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Uygulama Anaokulundaki öğrencilerin anneleri ile yürütülmüştür.

Gölevi anaokulunun bir binası bulunmaktadır. Bir müdür ve bir müdür yardımcısı ile birlikte 10 okul öncesi öğretmeni bulunmaktadır. 3 yaş, 4 yaş, 5 yaş ve 6 yaş gruplarında eğitim veren bu kurumun 5 dersliği bulunmaktadır. Meçhul Asker Ortaokulunun ek binasında okul öncesi eğitimi verilmektedir. 6 okul öncesi öğretmeni bulunmaktadır. Ünye Anaokulu 12 öğretmen ve 5 derslik ile hizmet vermektedir. Bayramca Anaokulu 9 öğretmen ve 6 derslik ile hizmet vermektedir. Arif Nihat Asya Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Uygulama Anaokulu üç katlı, müstakil bir yapı olup, Merkez ilkokulu ile aynı bahçede bulunmaktadır. Çocukların oyun oynayabilmeleri için geniş bir park alanına ve okul bahçesine sahiptir. Kadrosunda 1 bölüm şefi, 1 atölye şefi, 5 öğretmen ve 7 stajyer öğrenci görev yapmaktadır. 1 Aşçı ve 1 yardımcı personel mevcuttur. 5 derslikte eğitim hizmeti vermekte olan bu okulun aynı zamanda çocukların oyun ihtiyacını karşılamak için en üst katta geniş bir oyun salonu bulunmaktadır.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

3.3.1. Araştırmanın Evreni

Bu çalışmanın evrenini, 2020- 2021 eğitim öğretim döneminde Milli Eğitim Bakanlığı Ordu İli Ünye ilçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı anaokullarında/anasınıflarında eğitim görmekte olan 3-6 yaş çocukların anneleri oluşturmuştur.

Ünye İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı 45 okul bulunmaktadır. Okul öncesi dönemdeki çocuğa sahip anne sayısını belirlerken, özel okullar ve dini eğitim temelli okulların evreni temsil etmede homojen görülmediği için listeden çıkarılarak, toplam 31 okulda eğitim görmekte olan 1982 çocuğun annesi evreni oluşturmuştur.

3.3.2. Araştırmanın Örneklem Seçimi

Toplam örnekleme alınacak anne sayısının belirlenmesi için bilinen evren örneklem formülünden faydalanılmıştır. %5 hata ve %95 güven seviyesi ile en az 322 anne ile anket çalışması yapılması gerekmekte olduğu saptanmıştır.

Anketlerin tamamının doldurulmaması, veri kayıpları dikkate alınarak hesaplanan örneklem sayısının %10 fazlası planlanmasıyla, 355 annenin örneklemini oluşturması belirlendi.

Örneklem sayısı belirlendikten sonra, evreni oluşturan 31 okul arasında yapılan kura seçimi ile 5 okul belirlenerek, Gölevi Anaokulu, Meçhul Asker Ortaokulu, Ünye Anaokulu, Bayramca Anaokulu ve Arif Nihat Asya Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Uygulama Anaokulundaki 355 anne ile gerçekleştirilmiştir.

3.3.2.2. Araştırmaya Alınma Kriterleri

- 18 yaşından büyük olan
- 3-6 yaş çocuğa sahip olan
- Sözel iletişim kurabilen anneler
- Mental ve psikiyatrik bir bozukluğu olmayan anneler
- Ebeveyn birlikteliğinin devam ettiği aileler
- Annenin hamileliğinin olmaması
- Çocuğun kronik ve gelişimsel bir sorununun olmaması

- Araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden anneler araştırma kapsamına alınacaktır

3.3.2.3. Araştırmadan Dışlama Kriterleri

- 18 yaşından küçük olan
- 3-6 yaş aralığında çocuğa sahip olmayan
- Sözel iletişim kuramayan
- Mental ve psikiyatrik bir bozukluğu olan
- Ebeveyn birlikteliğinin devam etmemesi
- Annenin hamileliğinin olması
- Çocuğun kronik ve gelişimsel bir sorununun olması
- Araştırmaya katılmayı kabul etmeyen bireyler araştırma kapsamına alınmayacaktır

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, Anne Çocuk Tanıtıcı Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ), Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ve Çocuk Duygu İfade Etme Ölçeği – Anne Formu ile toplanmıştır.

3.4.1. Anne- Çocuk Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan annenin yaşı, annenin çalışma durumu, eğitim düzeyi, algılanan sosyo-ekonomik durumu, toplam çocuk sayısı annenin evde bir yardımcısı varlığı, çocuğun kaç yıldır anaokuluna devam ettiği, çocuğun tuvalet eğitim durumu soruları sorulmuştur (Ersan ve Tok, 2020; Özyurt ve ark., 2017).

3.4.1.1. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ)

Duygu düzenleme becerileri ölçeği Berking ve Znoj (2008) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlilik-güvenirliliği Vatan ve Oruçlular Kahya tarafından (2018) yapılmıştır. Ölçek, beşli likert tipinde ve 27 maddeden oluşan öz-bildirim aracıdır, bireylerin duygu düzenleme becerilerini değerlendirmek için geliştirilmiştir (Berking ve Znoj, 2008).

DDBÖ, farkındalık/dikkat, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz-destek, değişimleme, olmak üzere toplam dokuz alt boyutu kapsamaktadır (Berking ve Znoj, 2008). DDBÖ, alt boyutları ifade eden ilgili maddelerinin ortalama puanı ile değerlendirilebilirken, toplam puan ortalaması üzerinden de değerlendirilebilmektedir. Her iki değerlendirmede de ortalama puan arttıkça duygu düzenleme becerisi artmaktadır (Vatan ve Kahya, 2018).

Özgün formun ilk makalesinde toplam ölçek puanının Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.93 ve alt ölçekler için 0.62-0.83 arasındadır (Berking ve Znoj, 2008). Özgün form üzerinde yapılan son dönemdeki bir çalışmada ise, toplam ölçek puanına ait Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.96 ve alt ölçekler için 0.74-0.92 arasındadır (Vatan ve Kahya, 2018). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Toplam DDBÖ için; 0.923, alt boyutlarda ise “farkındalık” için; 0.598, “beden duyuları” için; 0.648, “netlik” için; 0.649, “anlama” için; 0.686, “kabul” için; “tolerans” 0.571, “yüzleşme” için; 0.658, “öz-destek” için; 0.670, “değişilmeme” için; 0,584 bulunmuştur.

3.4.1.2. Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Çocuk Kaygı Ölçeği (YDOÖKÖ)

Edwards, Rapee, Kennedy ve Spence (2010), okul öncesi dönem 3-6 çocuklarında kaygı konusunda araştırmalarda kullanmak için bir ölçek geliştirmişlerdir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması ise, Güler (2016) tarafından yapılmıştır.

Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği 5’li Likert tipi toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek; genel kaygı, sosyal kaygı, ayrılık kaygısı belirgin korkular dört alt faktörden oluşmaktadır (Edwards ve ark., 2010). Madde 3 ve Madde 6 toplama alınmamaktadır. Orijinal formunda yer aldığı için burada yer almaktadır. Ancak orijinal formunda da toplama girmemektedir. Ölçekte ters kodlanan puan bulunmamaktadır. İlgili maddeler toplanarak alt boyutlara ulaşılır. Ayrıca bu alt boyutların toplamı Kaygı puanını verir. Yüksek puan yüksek kaygıya işaret eder (Edwards ve ark., 2010).

Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeğinin toplamı için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.90 ve alt ölçekler için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı

0.69-0.80 arasında değişmektedir (Güler, 2016). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Toplam kaygı düzeyi için; 0,907, alt boyutlarda ise “sosyal kaygı” için; 0,823, “genellenmiş kaygı” için; 0,751, “ayrılık kaygısı” için; 0,714, “belirgin korkular” için; 0,777 bulunmuştur.

3.4.1.3. ocuk Duygu İfade Etme leği (DİÖ)

Mirabile (2008) tarafından geliştirilen ve Ersan (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan ocuk Duygu İfade Etme leği - Anne Formu, 16 maddeden oluşan mutlu, zgn, kızgın ve korkmuş dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek, ocukların mutluluk, üzüntü, öfke ve korku duygularını sıklık, süre, yoğunluk ve hız açısından değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Çocukların olumlu veya olumsuz duygularını ifade etme becerilerinin sıklığı, süresi, yoğunluğu ve hız puanları dikkate alınır. Ölçekte her bir alt boyut için dört madde vardır (Ersan, 2017).

ocuk Duygu İfade Etme leği - Anne Formu 5’li Likert leğidir (orijinal ölçek 7’li Likerttir, ancak Türkçe versiyonunda 5’li Likert olarak revize edilmiştir). Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları, zgn duygu ifade etme için .75, öfkeli duygu ifade etme için .83, korkmuş duygu ifade etme için .83 ve mutlu duygu ifade etme için .70 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test korelasyon katsayıları zgn duygu ifade etme için .74, öfkeli duygu ifade etme için .79, korkmuş duygu ifade etme için .80 ve mutlu duygu ifade etme için .77 olarak hesaplanmıştır (Ersan, 2017). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları; “mutlu (olumlu duygu)” için; 0,788, “zgn” için; 0,640, “fkeli” için; 0,830, “korkmuş” için; 0,821 ve “zgn+öfkeli+korkmuş (olumsuz duygu)” için; 0,874 bulunmuştur.

3.5. Veri Toplama Formunun n Uygulaması

Çalışmaya başlamadan 20 anneye n uygulama yapılması ve bu formların asıl çalışmaya dahil edilmemesi planlanmaktadır. Bu n uygulama sonunda anlaşılmayan ifadeler düzeltilmesi, ölçeklerin anlaşılabilirliğini gözden geçirmek amaçlanmıştır. n uygulama sonrası demografik verilerde sunduğumuz “Evdeki diğer çocukların yaşı”, “Evdeki yardımcının kim olduğu”, “Doğum itibariyle okul dönemine kadar çocuğun bakımını üstlenen kişinin kim olduğu” soruları veri toplama formundan çıkarılmıştır.

3.6. Veri Toplama Formunun Uygulanması

Araştırmanın verileri, anneler okula çocuklarını getirdiklerinde ya da okuldan almaya geldiklerinde araştırma hakkında bilgilendirilmiş, yazılı ve sözlü onamları alınan annelere ilgili formlar verilerek ve doldurmaları istenerek toplanmıştır.










3.7. Araştırmanın Etik Boyutu

Çalışmaya katılmayı kabul eden 2020 - 2021 eğitim öğretim döneminde Milli Eğitim Bakanlığı Ordu İli Ünye ilçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı anaokullarında/anasınıflarında eğitim görmekte olan 3-6 yaş çocukların annelerine çalışmanın amacı, yararları anlatılmış ve Bilgilendirilmiş Olur Formu (Ek-5) aracılığı ile annelerden yazılı onam alınmıştır. Bilgilendirilmiş olur formunda katılımcının çalışmadan istenilen zaman diliminde çekilebileceği, çekilmesi durumunda hiçbir şekilde olumsuz etkilenmeyeceği, sorulara yanıtlarının gizli tutulacağı ve hiç kimseyle paylaşılmayacağı, araştırmadaki işlemlerin hiçbir zararının olmayacağı, araştırmada yer almanın tamamen isteğe bağlı olduğu ve katılım için hiçbir zorunluluğun olmadığına dair açıklamalar yer almaktadır.

Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği, Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ve Çocuk Duygu İfade Ölçeğinin araştırmada kullanılabilmesi için ölçeklerin yazarlarından e-posta ile ölçek kullanım izinleri (Ek-6, Ek-7 ve Ek-8) alınmıştır.

Tez çalışmasının önerisi Sağlık Bilimleri Enstitüsü ilgili kurul üyeleri tarafından değerlendirilip onaylanmıştır. Araştırmanın verilerinin toplanabilmesi için Milli Eğitim Bakanlığı Ordu İl Milli Eğitim Müdürlüğünden 03.09.2020 tarihli ve 11965706 sayılı kararla (Ek-9) kurum izni alınmıştır. Ordu Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 12.11.2020 tarih ve 2020/240 sayılı kararla Etik Kurul izni (Ek-10) alınmıştır.

3.8. Araştırma Süreci

TARİH SÜREÇ	Eylül- Kasım 2019	Aralık -Ocak 2020	Şubat 2020	Eylül 2020	Kasım 2020	Aralık- Nisan 2020	Nisan 2020	Mayıs- Temmuz 2020	Ağustos 2020
Literatür İnceleme ve Konu Seçimi									
Araştırma planını oluşturma									
Tez önerisi									
Kurum İznilinin Alınması									
Etik kurul iznilinin alınması									
Veri toplama aşaması									
Verilerin analizi- inceleme									
Tez yazımı									
Tez savunma									

Şekil 2. Araştırma Zaman Çizelgesi

3.9. Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler IBM SPSS V25 ile analiz edildi. Verilerin analizi Tablo 3.1.'de sunulmuştur. Analiz sonuçları nicel veriler için ortalama \pm s. Sapma ve ortalama (minimum–maksimum) olarak kategorik veriler frekans ve yüzde olarak sunulmuştur. Önem düzeyi $p < 0,050$ olarak alındı. LISREL 8.71(26) programı aracılığıyla anne DDBÖ toplam puanının çocuk duygu ifade biçimini ve çocuk toplam kaygı düzeyini ne ölçüde yordadığını test etmek amacıyla path analizi kullanılmıştır. Path analizi kayıpsal durumları tanımlamak ve modelleştirerek test etme olanağı sunan bir istatistiksel yöntemdir. Path analizinde kayıpsal verilerin

modelde kullanılması sağlanır. Uygulamalı bir regresyon analiz yöntemi olan path analizi, path grafiği kullanılarak karmaşık hipotezleri test etmek için kullanılır (Glozah ve Pevalin, 2014). Path analizi sıradan sayılan işlemlerle ilgili çok daha fazla bilgi edinmemizi sağlayan bir yöntemdir. Bu yöntemle bağımsız bir değişken veya değişkenlerin, bağımlı değişken veya değişkenler üzerinde doğrudan veya dolaylı etkileri görülebilmektedir (Alwin ve Hauser, 1975). Path analizinde Chi-square(x^2) değeri için sıfıra yakın, Degrees of freedom (df)>0 ve $p>0.05$, regression weights için $p<0.05$, model fit indekslerde CMIN/DF<3, Goodness of Fit Index (GFI)>90, Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)>90, Comparative Fit Index (CFI)>90 ve Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)<0.05 olarak anlamlı kabul edilmektedir (Çapık, 2014).

Tablo 3.1. Verilerin Analizinde Kullanılan İstatistiksel Testler

Amaç	Kullanılan Test
Anne çalışma durumu, annede kronik hastalık durumu, aile tipi, evde yardımcı varlığı, çocuğun cinsiyeti ve tuvalet eğitim durumuna göre ölçek verilerinin karşılaştırılması	Bağımsız iki örnek t testi
Anne yaş grubu, eğitim durumu, toplam çocuk sayısı, ailenin yaşadığı yer, sosyoekonomik durum, çocuğun yaşı, naokuluna/anasınıfına başlama yaşına göre ölçek verilerinin karşılaştırılması	Tek yönlü varyans analizi
Duygu düzenleme becerileri ölçeği, okul öncesi kaygı ölçeği ve çocuk duygu ifade ölçeklerinin arasındaki ilişkinin incelenmesi	Pearson korelasyon katsayısı
Ölçeklerin birbirleri üzerine etkisinin incelenmesi	Path Analizi
İç tutarlılık	Cronbach's Alfa katsayısı
Normalliğin sınanması	Çarpıklık ve basıklık katsayıları, Varyasyon katsayısı, Histogram, Normal ve Detrend plot grafikleri, Kolmogrow Smirnow testi

4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamına alınan 355 anne ve çocuklarının demografik özellikleri, kullanılan ölçeklerin normallik testi sonuçları, betimsel istatistik bulguları, annelerin ve çocukların ölçeklerden aldığı puanların standart sapmaları, ortalamaları ve araştırmanın amaçları doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler yer almaktadır.

4.1. Anne ve Çocuklarının Tanıtıcı Özelliklerine Göre Verilerin Demografik Dağılımı.

Anne çocuk tanıtıcı bilgi formu ile anneden alınan yaş, çocuğun yaşı, çocuğun cinsiyeti, çalışma durumu, aile tipi, sosyoekonomik durum, eğitim durumu gibi demografik özelliklere ait bulgular bu bölümde yer almaktadır.

Tablo 4.1'de sunulan verilere göre araştırmaya katılan annelerin %42.3'ünün 30-34 yaş aralığında olduğu, %58.3'ünün çalışmadığı, %51'inin üniversite ve üzeri mezun olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların aile özelliklerine bakıldığında %49,9 evde toplam iki çocuk olduğu, %88.2'sinin aile tipinin çekirdek olduğu bulunmuştur. %89'unun sosyoekonomik durumunun orta ve %76'sının evde yardımcı olmadığı elde edilmiştir. Araştırmaya katılan çocukların %36.6'sının yaşının 5, %50.1'inin cinsiyetinin kız olduğu, %37.5'inin anaokulu/anasınıfına üç yaşında başladığı tespit edilmiştir. Ek olarak demografik özelliklerin içindeki nicel veriler incelendiğinde, anne yaş ortalamasının 33.14 ± 4.8 , çocuğun yaş ortalamasının 4.59 ± 1.0 olduğu gözlenmiştir.

Tablo 4.1. Sosyodemografik Özelliklerin Dağılımı

	n	%
Anne yaş grubu		
24-29	82	23.1
30-34	150	42.3
35-39	80	22.5
40-44	43	12.1
Çalışma durumu		
Çalışmıyor	207	58.3
Çalışıyor	148	41.7
Eğitim durumu		
İlkokul ve altı	23	6.5
Ortaokul	42	11.8
Lise	109	30.7
Üniversite ve üzeri	181	51.0
Toplam çocuk sayısı		
1	116	32.7
2	177	49.9
3	51	14.3
4	11	3.1
Aile tipi		
Çekirdek	313	88.2
Geniş	42	11.8
Sosyoekonomik durum		
Düşük	17	4.8
Orta	316	89.0
Yüksek	22	6.2
Evde yardımcı varlığı		
Yok	271	76.3
Var	84	23.7
Çocuğun yaşı		
3 yaş	73	20.6
4 yaş	74	20.8
5 yaş	130	36.6
6 yaş	78	22
Çocuğun cinsiyeti		
Erkek	177	49.9
Kız	178	50.1
Anaokuluna/anasınıfına başlama yaşı		
Üç	133	37.5
Dört	100	28.2
Beş	94	26.4
Altı	28	7.9

4.2. Kullanılan Ölçeklerin Veri Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları

Araştırmada kullanılan “Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği, Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Çocuk Kaygı Ölçeği, Çocuk Duygu İfade Ölçeği-Anne Formu”ndan anneler ve çocukların almış olduğu puan ortalamaları, medyan, çarpıklık ve basıklık değerlerine bu bölümde yer verilmiştir.

Verilerin hangi dağılımdan geldiğini belirlemek için Tablo 4.2’de verilerin; çarpıklık ve basıklık katsayıları, varyasyon katsayısı, histogram, normal ve detrend plot grafikleri, Kolmogrov Smirnov testi incelenmiştir. Bu analizlere göre, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1.5 sınırları içinde bulunması, varyasyon katsayısı (Standart Sapma/ortalama)’nın 0,30’dan küçük olması, Histogram grafiğinde verilerin normal dağılım göstermesi, Normal ve Detrend grafiklerinde de verilerin normal dağılım göstermesinden verilerin dağılımının normallikten geldiği belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2015).

Tablo 4.2. Kullanılan Ölçek Verilerinin Dağılımına Ait Normallik Testi Sonuçları

Ölçekler ve Alt Boyutları	Test İst.	n	p	Çarpıklık	Basıklık
Farkındalık	0.121	355	<0.001	-0.228	-0.331
Beden Duyumları	0.118	355	<0.001	-0.279	-0.451
Netlik	0.140	355	<0.001	-0.359	-0.511
Anlama	0.138	355	<0.001	-0.496	-0.170
Kabul	0.096	355	<0.001	-0.140	-0.235
Tolerans	0.092	355	<0.001	-0.118	-0.465
Yüzleşme	0.101	355	<0.001	-0.150	-0.609
Öz-Destek	0.140	355	<0.001	-0.592	0.096
Değişimleme	0.129	355	<0.001	-0.210	-0.264
DDBÖ Toplam	0.052	355	0.022	-0.191	-0.208
Sosyal Kaygı	0.132	355	<0.001	0.641	-0.296
Genellenmiş Kaygı	0.069	355	<0.001	0.276	-0.344
Ayrılık Kaygısı	0.122	355	<0.001	0.592	-0.429
Belirgin Korkular	0.097	355	<0.001	0.381	-0.613
Toplam Kaygı	0.063	355	0.002	0.504	-0.243
Mutlu (Olumlu Duygu)	0.156	355	<0.001	-1.021	1.064
Üzgün	0.086	355	<0.001	0.150	0.138
Öfkeli	0.090	355	<0.001	0.304	-0.174
Korkmuş	0.082	355	<0.001	0.231	-0.248
Üzgün+Öfkeli+Korkmuş (Olumsuz Duygu)	0.043	355	0.197	0.085	0.092

Test: Kolmogorov Smirnov.

4.3. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları

Tablo 4.3. incelendiğinde, araştırmaya katılan annelerin, “farkındalık” alt boyutu ortalama puanı 2.60 ± 0.72 , “beden duyumları” alt boyutu ortalama puanı 2.66 ± 0.78 , “netlik” alt boyutu ortalama puanı 2.87 ± 0.75 , “anlama” alt boyutu ortalama puanı 2.93 ± 0.72 , “kabul” alt boyutu ortalama puanı 2.29 ± 0.75 , “tolerans” alt boyutu ortalama puanı 2.49 ± 0.79 , “yüzleşme” alt boyutu ortalama puanı 2.35 ± 0.88 , “öz-destek” alt boyutu ortalama puanı 2.73 ± 0.78 , “değişilmeme” alt boyutu ortalama puanı 2.60 ± 0.70 , “duygu düzenleme becerileri ölçeği - DDBÖ” toplam puan ortalaması 2.61 ± 0.58 olarak bulunmuştur.

Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Çocuk Kaygı Ölçeği’ne göre, araştırmaya katılan çocukların, “sosyal kaygı” alt boyutu toplam puanı 7.25 ± 5.40 , “genellenmiş kaygı” alt boyutu toplam puanı 9.76 ± 4.88 , “ayrılık kaygısı” alt boyutu toplam puanı 5.61 ± 4.15 , “belirgin korkular” alt boyutu toplam puanı 11.60 ± 6.69 , “yeniden düzenlenen okul öncesi çocuk kaygı ölçeği” toplam puanı 34.23 ± 17.38 olduğu görülmektedir.

Çocuk Duygu İfade Ölçeği-Anne Formu incelendiğinde, çocukların “mutlu (olumlu duygu)” alt boyutu toplam puanı 9.74 ± 2.05 , “üzgün” alt boyutu toplam puanı 6.72 ± 2.75 , “öfkeli” alt boyutu toplam puanı 5.85 ± 3.40 , “korkmuş” alt boyutu toplam puanı 6.49 ± 3.31 , “üzgün+öfkeli+korkmuş (olumsuz duygu)” alt boyutu toplam puanı ise 19.06 ± 7.94 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.3. Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Ort.	ss	Medyan	Min.	Maks.	Madde Sayısı	Cronbach Alpha
Farkındalık	2.60	0.72	2.67	0.67	4.00	3	0.608
Beden Duyumları	2.66	0.78	2.67	0.67	4.00	3	0.649
Netlik	2.87	0.75	3.00	1.00	4.00	3	0.642
Anlama	2.93	0.72	3.00	0.67	4.00	3	0.678
Kabul	2.29	0.75	2.33	0.00	4.00	3	0.597
Tolerans	2.49	0.79	2.67	0.67	4.00	3	0.665
Yüzleşme	2.35	0.88	2.33	0.00	4.00	3	0.670
Öz-Destek	2.73	0.78	2.67	0.33	4.00	3	0.667
Değişimleme	2.60	0.70	2.67	0.33	4.00	3	0.588
DDBÖ Toplam	2.61	0.58	2.63	0.93	3.96	27	0.923
Sosyal Kaygı	7.25	5.40	6.00	0.00	26.00	7	0.830
Genellenmiş Kaygı	9.76	4.88	9.00	0.00	25.00	7	0.756
Ayrılık Kaygısı	5.61	4.15	5.00	0.00	18.00	5	0.726
Belirgin Korkular	11.60	6.69	11.00	0.00	31.00	9	0.778
Toplam Kaygı	34.23	17.38	33.00	3.00	90.00	28	0.907
Mutlu (Olumlu Duygu)	9.74	2.05	10.00	2.00	12.00	3	0.763
Üzgün	6.72	2.75	7.00	0.00	16.00	4	0.643
Öfkeli	5.85	3.40	6.00	0.00	16.00	4	0.827
Korkmuş	6.49	3.31	6.00	0.00	16.00	4	0.821
Üzgün+Öfkeli+ Korkmuş (Olumsuz Duygu)	19.06	7.94	19.00	0.00	48.00	12	0.831

4.4. Annelere Yönelik Kullanılan Ölçeklerin Demografik Değişkenler ile İlişisine Yönelik Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde annelerin “Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği”nden almış oldukları puanlar ve çocukların “Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Çocuk Kaygı Ölçeği” ve “Çocuk Duygu İfade Ölçeği-Anne Formu”ndan almış oldukları puanlar demografik değişkenler açısından incelenmiştir.

4.4.1 Duygu Düzenleme Becerileri  leği Sosyodemografik  zelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Annelerin duygu düzenleme becerilerinin; Anne sosyodemografik özellikleri, aileye ait sosyodemografik özellikler ve çocuğun sosyodemografik özelliklerine göre farklılaşmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

Anne Duygu Düzenleme Becerileri ile Anneye ait sosyodemografik verilerin karşılaştırıldığı Tablo 4.4. incelendiğinde, annelerin duygu düzenleme becerilerinin yaşı aralığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0.050$). Çalışma durumuna göre “farkındalık” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.028$). alışmayanların puan ortalaması 2.53 ± 0.75 iken, çalışanların ortalaması 2.70 ± 0.68 olarak elde edilmiştir. Çalışma durumuna göre “tolerans” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.037$). alışmayanların puan ortalaması 2.42 ± 0.83 iken, çalışanların ortalaması 2.59 ± 0.72 olarak elde edilmiştir. alışan annelerin duygu düzenleme becerilerindeki farkındalık ve tolerans alt boyutları çalışmayan annelerden daha yüksek bulunmuştur.

Annenin eğitim durumuna göre duygu düzenleme becerileri, ortalama puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Toplam ocuk sayısına göre annelerin DDB  “farkındalık” alt puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.008$). ocuk sayısı bir olanların puan ortalaması 2.72 ± 0.72 , iki olanların puan ortalaması 2.6 ± 0.7 ,   ve üzeri mezun olanların ortalaması 2.37 ± 0.74 olarak elde edilmiştir. Toplam bir çocuğa sahip olan annelerin farkındalık puanı diğerlerine göre daha yüksektir. Farkındalık puanına göre, bir ve iki ocuk sahibi olanların arasında fark yokken,   ve üzeri çocuğa sahip annelerin puanında anlamlı bir farklılık vardır.

Toplam ocuk sayısına göre annelerin “yüzleşme” puanında anlamlı bir farklılık vardır ($p=0.033$). Bir çocuğu olanların puan ortalaması 2.41 ± 0.92 , iki olanların puan ortalaması 2.41 ± 0.85 iken, üç ve üzeri olanların ortalaması 2.09 ± 0.87 olarak elde edilmiştir. Toplam üç ve üzeri çocuğu olan annelerin puanı diğer gruplardan düşüktür. Bir ve iki ocuk sahibi olmayla yüzleşme puanı arasında fark yokken,   ve üzeri çocuğa sahip annelerin puanında anlamlı bir farklılık vardır.

Aile tipine göre “kabul” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.002$). Çekirdek aile tipine sahip olanların puan ortalaması 2.34 ± 0.72 iken, geniş aile tipine sahip olanların ortalaması 1.96 ± 0.87 olarak elde edilmiştir. Çekirdek ailelerdeki annelerin kabul alt boyut puanı geniş ailelerdeki annelere göre daha yüksek elde edilmiştir.

Çocuğun yaşına göre annenin “farkındalık” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.035$). Yaş gruplarının puan ortalamasının üç yaş için 2.6 ± 0.8 , dört yaş için 2.6 ± 0.7 , beş yaş için 2.7 ± 0.7 ve altı yaş için 2.4 ± 0.8 olarak elde edilmiştir. Çocuğu beş ve altı yaşında olan annelerin farkındalık puanı arasında fark varken, diğer yaş grubu çocukları olan annelerin farkındalık puanları arasında fark yoktur ($p>0.050$).

Çocuğun yaşına göre annenin “anlama” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.035$). Puan ortalaması üç yaş için 2.8 ± 0.7 , dört yaş için 2.9 ± 0.7 , beş yaş için 3.1 ± 0.7 ve altı yaş için 2.8 ± 0.7 olarak elde edilmiştir. Anlama puanına göre üç ile beş yaş ve beş ile altı yaş arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$).

Anne duygu düzenleme becerileri ile çocuğun cinsiyeti arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği saptanmıştır ($p>0.050$).

Çocuğun kaç yaş itibariyle anaokuluna/anasınıfına başladığına göre “farkındalık” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.031$). Puan ortalaması üç yaş için 2.66 ± 0.71 , dört yaş için 2.57 ± 0.76 , beş yaş için 2.67 ± 0.69 ve altı yaş için 2.24 ± 0.71 olarak elde edilmiştir. Farkındalık puanına göre üç ile beş yaş ve beş ile altı yaş arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$).

Çocuğun anaokuluna/anasınıfına altı yaşında başlamaları ile daha erken yaşlarda başlamaları arasında ise annelerin farkındalık puanında anlamlı bir farklılık vardır. Anaokuluna devam yaşı yine annenin “anlama” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ortaya koymuştur ($p=0.018$). Puan ortalaması üç yaşından beri devam edenler için 2.84 ± 0.67 , dört yaş için 2.90 ± 0.81 ve beş yaş için 3.12 ± 0.64 iken, altı yaş için 2.80 ± 0.76 olarak elde edilmiştir. Anlama puanına göre üç ile beş yaş ve beş ile altı yaş arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$).

Tablo 4.4. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre DDBÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

		Farkındalık	Beden Duyumları	Netlik	Anlama	Kabul	Tolerans	Yüzleşme	Öz-Destek	Değişimleme	DDBÖ Toplam
Anne yaş grubu	24-29	2.6±0.74	2.5±0.83	2.87±0.76	2.94±0.78	2.34±0.8	2.53±0.81	2.39±0.96	2.72±0.8	2.54±0.77	2.6±0.63
	30-34	2.67±0.71	2.7±0.79	2.89±0.78	2.94±0.71	2.32±0.7	2.51±0.78	2.43±0.82	2.78±0.74	2.64±0.62	2.65±0.55
	35-39	2.53±0.74	2.78±0.72	2.88±0.69	2.96±0.67	2.21±0.82	2.37±0.81	2.3±0.89	2.68±0.83	2.64±0.73	2.59±0.57
	40-44	2.51±0.71	2.57±0.72	2.79±0.73	2.78±0.72	2.3±0.7	2.6±0.76	2.11±0.92	2.67±0.78	2.48±0.72	2.53±0.6
	Test / p	F=0.893 0.445	F=2.133 0.096	F=0.198 0.897	F=0.735 0.531	F=0.481 0.696	F=0.991 0.397	F=1.647 0.178	F=0.342 0.795	F=135.115 0.470	F=0.527 0.664
Çalışma durumu	Çalışmıyor	2.53±0.75	2.63±0.86	2.85±0.81	2.95±0.75	2.24±0.8	2.42±0.83	2.31±0.88	2.67±0.82	2.56±0.71	2.57±0.6
	Çalışıyor	2.7±0.68	2.69±0.65	2.91±0.65	2.9±0.67	2.37±0.67	2.59±0.72	2.42±0.88	2.81±0.71	2.65±0.68	2.67±0.54
	Test / p	t=-2.203 0.028	t=-0.796 0.427	t=-0.749 0.454	t=0.653 0.514	t=1.585 0.114	t=2.093 0.037	t=1.165 0.245	t=1.642 0.101	t=1.196 0.232	t=1.587 0.114
Eğitim durumu	İlkokul ve altı	2.47±0.78	2.38±0.83	2.72±0.77	2.95±0.71	2.57±0.79	2.7±0.92	2.18±1.04	2.78±0.84	2.43±0.73	2.58±0.66
	Ortaokul	2.61±0.65	2.67±0.94	2.97±0.79	3.02±0.79	2.17±0.75	2.38±0.86	2.31±0.97	2.82±0.87	2.56±0.76	2.61±0.56
	Lise	2.57±0.82	2.67±0.79	2.89±0.79	2.92±0.75	2.3±0.8	2.56±0.8	2.33±0.9	2.8±0.77	2.61±0.74	2.63±0.61
	Üniversite ve üzeri	2.63±0.68	2.69±0.72	2.87±0.71	2.9±0.68	2.29±0.71	2.45±0.75	2.39±0.84	2.66±0.75	2.62±0.65	2.61±0.56
	Test / p	F=0.275 0.843	F=1.425 0.235	F=1.011 0.388	F=0.328 0.805	F=1.425 0.235	F=0.983 0.401	F=0.228 0.877	F=0.942 0.421	F=0.418 0.740	F=0.061 0.980
Toplam çocuk sayısı	Bir	2.72±0.72b	2.66±0.76	2.88±0.7	2.91±0.71	2.35±0.71	2.57±0.78	2.41±0.92b	2.73±0.8	2.68±0.69	2.66±0.59
	İki	2.6±0.7b	2.7±0.79	2.93±0.74	2.97±0.68	2.27±0.78	2.47±0.81	2.41±0.85b	2.76±0.74	2.6±0.67	2.63±0.55
	Üç ve üzeri	2.37±0.74a	2.52±0.8	2.7±0.85	2.82±0.82	2.27±0.73	2.42±0.77	2.09±0.87a	2.65±0.84	2.44±0.76	2.47±0.62
	Test / p	F=4.919 0.008	F=1.332 0.265	F=2.136 0.120	F=1.130 0.324	F=0.478 0.620	F=0.853 0.427	F=3.456 0.033	F=0.446 0.640	F=2.487 0.085	F=2.230 0.109
Aile tipi	Çekirdek	2.61±0.73	2.68±0.78	2.88±0.76	2.93±0.72	2.34±0.72	2.51±0.78	2.38±0.89	2.74±0.78	2.62±0.7	2.63±0.58
	Geniş	2.5±0.71	2.49±0.79	2.79±0.71	2.9±0.71	1.96±0.87	2.38±0.9	2.17±0.84	2.63±0.73	2.46±0.62	2.48±0.53
	Test / p	t=0.963 0.336	t=1.452 0.147	t=0.787 0.432	t=0.202 0.840	t=3.118 0.002	t=0.958 0.339	t=1.451 0.148	t=0.849 0.396	t=1.397 0.163	t=1.646 0.101

Tablo 4.4. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre DDBÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

		Farkındalık	Beden Duyumları	Netlik	Anlama	Kabul	Tolerans	Yüzleşme	Öz-Destek	Değişimleme	DDBÖ Toplam
Sosyo-ekonomik durum	Düşük	2.59±0.75	2.63±0.86	2.8±0.9	2.9±0.63	2.31±0.76	2.53±0.78	2.33±0.91	2.47±0.83	2.27±0.84	2.54±0.64
	Orta	2.6±0.72	2.67±0.79	2.88±0.74	2.95±0.71	2.3±0.75	2.48±0.81	2.36±0.89	2.75±0.77	2.63±0.67	2.62±0.57
	Yüksek	2.61±0.81	2.53±0.59	2.8±0.75	2.67±0.87	2.18±0.74	2.65±0.51	2.32±0.86	2.59±0.87	2.42±0.82	2.53±0.62
	Test / p	F=0.003 0.997	F=0.324 0.724	F=0.179 0.836	F=1.565 0.211	F=0.268 0.765	F=29.024 0.355	F=0.022 0.978	F=1.459 0.234	F=2.903 0.056	F=0.419 0.658
Evde yardımcı varlığı	Yok	2.61±0.72	2.67±0.79	2.89±0.76	2.95±0.71	2.32±0.73	2.5±0.77	2.35±0.9	2.72±0.79	2.62±0.7	2.63±0.58
	Var	2.57±0.73	2.62±0.77	2.81±0.72	2.84±0.73	2.21±0.81	2.47±0.87	2.37±0.83	2.76±0.72	2.53±0.69	2.58±0.58
	Test / p	t=0.485 0.628	t=0.446 0.656	t=0.809 0.419	t=1.237 0.217	t=1.128 0.260	t=0.249 0.803	t=-0.154 0.878	t=-0.424 0.672	t=1.103 0.271	t=0.678 0.498
Yaş	3 yaş	2.6±0.8ab	2.7±0.7	2.8±0.7	2.8±0.7a	2.2±0.8	2.4±0.8	2.4±0.8	2.7±0.9	2.6±0.8	2.6±0.6
	4 yaş	2.6±0.7ab	2.7±0.7	2.9±0.7	2.9±0.7ab	2.3±0.7	2.5±0.7	2.3±1	2.6±0.7	2.6±0.6	2.6±0.6
	5 yaş	2.7±0.7b	2.7±0.8	3±0.7	3.1±0.7b	2.4±0.7	2.6±0.8	2.4±0.9	2.8±0.8	2.7±0.7	2.7±0.6
	6 yaş	2.4±0.8a	2.5±0.8	2.8±0.8	2.8±0.7a	2.2±0.7	2.4±0.8	2.2±0.8	2.7±0.7	2.5±0.7	2.5±0.6
	Test / p	F=2.907 0.035	F=0.723 0.539	F=1.920 0.126	F=2.909 0.035	F=1.055 0.368	F=1.367 0.253	F=0.845 0.470	F=0.933 0.425	F=1.494 0.216	F=1.943 0.122
Cinsiyet	Erkek	2.57±0.72	2.68±0.79	2.87±0.75	2.93±0.75	2.3±0.78	2.48±0.81	2.29±0.89	2.7±0.85	2.61±0.72	2.6±0.61
	Kız	2.63±0.73	2.63±0.77	2.88±0.75	2.92±0.68	2.29±0.72	2.5±0.78	2.41±0.88	2.76±0.7	2.59±0.68	2.62±0.54
	Test / p	t=-0.885 0.377	t=0.655 0.513	t=-0.127 0.899	t=0.118 0.906	t=0.021 0.983	t=-0.257 0.798	t=-1.282 0.201	t=-0.633 0.527	t=0.351 0.726	t=-0.325 0.745
Ana okulu/ ana sınıfı devam yaşı	Üç	2.66±0.71b	2.68±0.71	2.84±0.7	2.84±0.67a	2.34±0.72	2.49±0.78	2.41±0.87	2.72±0.77	2.6±0.72	2.62±0.56
	Dört	2.57±0.76b	2.59±0.83	2.83±0.86	2.9±0.81ab	2.21±0.78	2.42±0.84	2.3±0.94	2.7±0.81	2.61±0.7	2.57±0.63
	Beş	2.67±0.69b	2.77±0.86	3.02±0.7	3.12±0.64b	2.36±0.77	2.57±0.77	2.42±0.85	2.82±0.78	2.66±0.68	2.71±0.55
	Altı	2.24±0.71a	2.4±0.62	2.65±0.68	2.8±0.76a	2.18±0.67	2.49±0.78	2.04±0.82	2.58±0.68	2.39±0.62	2.42±0.49
	Test / p	F=2.992 0.031	F=114.457 0.080	F=111.277 0.056	F=3.409 0.018	F=1.025 0.382	F=0.560 0.642	F=1.700 0.167	F=0.756 0.519	F=1.065 0.364	F=2.176 0.091

F: Tek yönlü varyans analizi test istatistiği, t: Bağımsız iki örnek t test istatistiği, ortalama ± S. Sapma, a-b: Aynı harfe sahip gruplar arasında fark yoktur.

4.4.2 Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ile Sosyodemografik Özelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Çocukların kaygı düzeyinin; anne sosyodemografik özellikleri, aileye ait sosyodemografik özellikler ve çocuğun sosyodemografik özelliklerine göre farklılaşmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

Çocuk kaygı düzeyini belirten Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ile annenin sosyodemografik verilerin karşılaştırıldığı Tablo 4.5. incelendiğinde; Annenin yaşına göre çocuğun toplam kaygı düzeyi ve alt boyutları puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Annenin çalışma durumuna göre “ayrılık kaygısı” boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.002$). Çalışmayanların puan ortalaması 6.18 ± 4.17 iken, çalışanların ortalaması 4.82 ± 4 olarak elde edilmiştir. Çalışmayan annelerin çocuklarının ayrılık kaygısı çalışan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğu gözlenmektedir.

Annenin eğitim durumuna göre çocuktaki “ayrılık kaygısı” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.001$). İlkokul mezunu olanların puan ortalaması 8.4 ± 4.47 , ortaokul mezunu olanların puan ortalaması 6.62 ± 4.1 , lise mezunu olanların puan ortalaması 5.59 ± 4.16 üniversite ve üzeri mezun olanların ortalaması 5 ± 3.9 olarak elde edilmiştir. Anne eğitim durumunun ilkokul ve altı olan çocukların ayrılık kaygısı puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Anne eğitim durumunun ortaokul ve üzeri olan çocukların ayrılık kaygısı puanları lise ve üniversite ve üzeri olan çocuklardan farklı değilken, ilkokul ve altı eğitim durumuna sahip annelerin çocukları ile diğer eğitim durumları olan annelerin çocukları arasında ise farklılık vardır.

Annenin eğitim durumuna göre “belirgin korkular” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.001$). İlkokul mezunu olanların puan ortalaması 15.6 ± 6.42 , ortaokul mezunu olanların puan ortalaması 13.5 ± 6.6 , lise mezunu olanların puan ortalaması 11.81 ± 7 üniversite ve üzeri mezun olanların ortalaması 10.45 ± 6.22 olarak elde edilmiştir. Anne eğitim durumunun ilkokul ve altı olan çocukların belirgin korkular puanı diğer tüm

gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Eğitim durumunun ortaokul ve lise, lise ve üniversite ve üzeri eğitim durumuna sahip annelerin çocukları arasında ise fark yoktur.

Annenin eğitim durumuna göre “toplam kaygı düzeyi” puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.011$). İlkokul mezunu olanların puan ortalaması 40.45 ± 16.39 , ortaokul mezunu olanların puan ortalaması 38.79 ± 16.78 , lise mezunu olanların puan ortalaması 32.98 ± 17.8 üniversite ve üzeri mezun olanların ortalaması 32.77 ± 16.77 olarak elde edilmiştir. Anne eğitim durumunun ilkokul ve altı olan çocukların ayrılık kaygısı puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Eğitim durumu ilkokul ve altı ile ortaokul, ortaokul lise ve üniversite ve üzeri olan çocuklardan farklı değildir. Annenin eğitim durumuna göre diğer puanların dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Evde yardımcı varlığına göre çocukların kaygı düzeyi puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Toplam çocuk sayısına göre çocuğun “sosyal kaygı” düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır ($p=0.048$). Toplam bir çocuğu olan ailelerde çocukların puan ortalamaları 7.03 ± 5.65 , iki çocuk olan ailelerde çocukların puan ortalamaları 6.86 ± 5.06 iken, üç ve üzeri çocuğu olan ailelerde çocukların puan ortalamaları 8.77 ± 5.71 elde edilmiştir. Toplam çocuk sayısının üç ve üzeri olduğu ailelerde çocukların sosyal kaygı puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Toplam bir ve iki çocuk sahibi olan ailelerin çocuklarındaki sosyal kaygısı arasında fark yokken, üç ve üzeri çocuk sayısı olan aileler her iki gruptan da farklıdır.

Aile tipine göre “sosyal kaygı” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.025$). Çekirdek aile tipine sahip olanların puan ortalaması 7.02 ± 5.4 iken, geniş aile tipine sahip olanların ortalaması 9 ± 5.2 olarak elde edilmiştir. Aile tipine göre “ayrılık kaygısı” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.021$). Çekirdek aile tipine sahip olanların puan ortalaması 5.43 ± 4.08 iken, geniş aile tipine sahip

olanların ortalaması 7.00 ± 4.44 olarak elde edilmiştir. Çekirdek aile tipine sahip ailelerdeki çocukların sosyal ve ayrılık kaygısı puanı daha düşük gözlenmiştir.

Annenin algıladığı sosyoekonomik duruma göre, evde yardımcı varlığına göre ve evdeki yardımcının kim olduğuna göre çocuğun kaygı düzeyi toplamı ve alt boyutlarının puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Çocuğun yaşına ve cinsiyetine göre çocuğun kaygı düzeyi puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Çocuğun kaç yaş itibariyle anaokuluna/anasınıfına devamına göre “belirgin korkular” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.043$). Üç yaşından beri devam edenlerin puan ortalaması 11.54 ± 6.32 , dört yaşından beri devam edenlerin puan ortalaması $10.23\pm 6.79a$, beş yaşından beri devam edenlerin puan ortalaması 12.77 ± 7.04 ve altı yaşından beri devam edenlerin ortalaması 12.89 ± 6.15 olarak elde edilmiştir. Üç ve dört yaşında anaokuluna başlayan çocukların belirgin korkular kaygı düzeyi ile üç, beş ve altı yaşında anaokuluna başlayan çocuklar arasında fark yoktur.

Tablo 4.5. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre YDOÖKÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

		Sosyal Kaygı	Genellenmiş Kaygı	Ayrılık Kaygısı	Belirgin Korkular	Toplam Kaygı
Anne yaş grubu	24-29	6.63±5.07	9.46±4.77	5.26±3.91	10.95±6.94	32.3±17.17
	30-34	7.77±5.85	10.12±5.03	5.77±4.17	12.01±6.81	35.67±18.03
	35-39	6.6±4.85	9.39±4.75	5.08±3.96	10.65±6.24	31.71±15.79
	40-44	7.84±5.31	9.79±4.93	6.74±4.71	13.21±6.37	37.58±17.76
	Test / p	F=1.371 0.251	F=0.526 0.665	F=1.805 0.146	F=1.823 0.143	F=1.782 0.150
Çalışma durumu	Çalışmıyor	7.51±5.38	10.07±5.09	6.18±4.17	11.96±6.84	35.72±17.56
	Çalışıyor	6.89±5.43	9.33±4.57	4.82±4	11.11±6.45	32.16±16.96
	Test / p	t=1.058 0.291	t=1.412 0.159	t=3.070 0.002	t=1.179 0.239	t=1.910 0.057
Eğitim durumu	İlkokul	6.95±5.09	9.5±4.07	8.4±4.47b	15.6±6.42c	40.45±16.39b
	Ortaokul	8.5±5.04	10.17±4.83	6.62±4.1a	13.5±6.6b	38.79±16.78ab
	Lise	6.68±5.41	8.91±4.74	5.59±4.16a	11.81±7ab	32.98±17.8a
	Üni. ve üzeri	7.24±5.44	10.09±4.96	5±3.9a	10.45±6.22a	32.77±16.77a
	Test / p	F=1.232 0.298	F=1.670 0.173	F=6.821 <0.001	F=7.024 <0.001	F=3.750 0.011
Toplam çocuk sayısı	Bir	7.03±5.65a	9.84±4.63	5.78±4.42	11.39±7.03	34.05±18.64
	İki	6.86±5.06a	9.64±4.78	5.38±3.9	11.19±6.34	33.07±15.61
	Üç ve üzeri	8.77±5.71b	9.97±5.65	5.95±4.33	13.19±6.86	37.89±19.41
	Test / p	F=3.057 0.048	F=0.128 0.880	F=0.574 0.564	F=2.172 0.115	F=1.783 0.170
Aile tipi	Çekirdek	7.02±5.4	9.64±4.9	5.43±4.08	11.64±6.64	33.72±17.26
	Geniş	9±5.2	10.69±4.7	7±4.44	11.33±7.1	38.02±17.97
	Test / p	t=-2.247 0.025	t=-1.311 0.191	t=-2.321 0.021	t=0.278 0.781	t=-1.509 0.132
Sosyo-ekonomik durum	Düşük	8.65±5.09	10.76±4.49	7±4.6	14.41±7.69	40.82±18.78
	Orta	7.07±5.31	9.71±4.87	5.45±4.03	11.3±6.45	33.53±16.66
	Yüksek	8.73±6.68	9.82±5.46	6.91±5.16	13.82±8.45	39.27±24.21
	Test / p	F=1.565 0.211	F=0.379 0.685	F=26.193 0.209	F=3.073 0.099	F=26.034 0.197
Evde yardımcı varlığı	Yok	7.26±5.45	9.81±4.94	5.51±4.01	11.88±6.78	34.46±17.26
	Var	7.21±5.29	9.62±4.72	5.94±4.56	10.7±6.33	33.48±17.83
	Test / p	t=0.455 0.649	t=1.415 0.158	t=-0.825 0.410	t=0.310 0.757	t=0.071 0.944
Çocuğun yaşı	3 yaş	7.6±5.68	10.22±5.31	6.14±4.69	12.04±6.52	36±18.91
	4 yaş	7.14±5.32	9.36±4.64	4.54±3.41	10.57±6.26	31.61±15.39
	5 yaş	6.82±5.48	9.93±4.77	5.77±4.19	11.69±7.23	34.21±18.33
	6 yaş	7.76±5.12	9.44±4.93	5.88±4.08	12.03±6.3	35.1±15.98
	Test / p	F=0.621 0.602	F=0.542 0.654	F=2.234 0.084	F=0.806 0.491	F=0.879 0.452
Çocuğun cinsiyeti	Erkek	7.41±5.48	9.75±4.89	5.78±4.22	11.21±6.75	34.14±17.48
	Kız	7.1±5.34	9.78±4.9	5.45±4.08	11.99±6.62	34.32±17.32
	Test / p	t=0.542 0.588	t=-0.068 0.946	t=0.750 0.454	t=-1.107 0.269	t=-0.097 0.923
Anaokuluna/ anasınıfına devam yaşı	Üç	7.5±5.51	9.86±4.86	5.57±4.33	11.54±6.32ab	34.47±17.68
	Dört	6.84±5.5	9.62±5	4.91±3.84	10.23±6.79a	31.6±17.3
	Beş	7.3±5.35	10±4.61	6.52±4.2	12.77±7.04b	36.59±17.66
	Altı	7.39±4.92	9.04±5.59	5.29±3.74	12.89±6.15b	34.61±14.57
	Test / p	F=0.291 0.382	F=0.324 0.808	F=2.557 0.055	F=2.744 0.043	F=1.356 0.256

F: Tek yönlü varyans analizi test istatistiği, t: Bağımsız iki örnek t test istatistiği, ortalama ± S. Sapma, ortalama (minimum – maksimum), a-b: Aynı harfe sahip gruplar arasında fark yoktur.

4.4.3. Çocuk Duygu İfade Ölçeği ile Sosyodemografik Özelliklerin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Çocukların duygu ifade biçimleri; anne sosyodemografik özellikleri, aileye ait sosyodemografik özellikler ve çocuğun sosyodemografik özelliklerine göre farklılaşmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

Çocuk Duygu İfade Ölçeği ile annenin sosyodemografik özelliklerinin karşılaştırıldığı Tablo 4.6. incelendiğinde, annenin çalışma durumu ve eğitim durumuna göre çocuğun duygu ifade biçimlerinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.050$).

Anne yaş gruplarına göre “öfkeli” alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0.022$). 24-29 yaş aralığındaki annelerin çocuklarının puan ortalaması 5.95 ± 3.33 , 30-34 yaş aralığındaki annelerin çocuklarının puan ortalaması 6.39 ± 3.43 , 35-39 yaş aralığındaki annelerin çocuklarının puan ortalaması 5.1 ± 3.36 , 40-44 yaş aralığındaki annelerin çocuklarının puan ortalaması 5.14 ± 3.22 olduğu gözlenmiştir. 30-34 yaş arasındaki annelerin çocuklarında öfkeli duygu puanının en yüksek olduğu gözlenmiştir. 24-29 yaş grubu ve 35-39 yaş ile 24-29, 35-39 ve 40-44 yaş grupları arasında fark yoktur.

Çocuk Duygu İfade Ölçeği ile aileye ait sosyodemografik özelliklerinin karşılaştırıldığı Tablo 4.13. incelendiğinde, Ailede toplam çocuk sayısı, aile tipi, sosyoekonomik durum, evde yardımcı olup olmadığı ve evdeki yardımcının kim olduğu verilerine göre çocuğun duygu ifade biçimleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğum itibarıyla okul dönemine kadar bakımını üstlenen kişi ve anaokulu/anasınıfına devam yaşı verileri ile duygu ifade biçimleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.050$).

Tablo 4.6. Anne Ve Çocukların Sosyodemografik Özelliklerine Göre ÇDİÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

		Olumlu Duygu	Üzgün	Öfkeli	Korkmuş	Olumsuz Duygu
Anne yaş grubu	24-29	9.59±2.15	6.61±2.46	5.95±3.33ab	6.23±3.21	18.79±7.7
	30-34	9.71±1.86	7.02±2.83	6.39±3.43b	6.62±3.09	20.03±7.75
	35-39	10.08±1.91	6.69±3.03	5.1±3.36a	6.66±4.07	18.45±8.98
	40-44	9.51±2.66	5.98±2.29	5.14±3.22a	6.23±2.72	17.35±6.74
	Test / p	F=1.053 0.369	F=1.705 0.166	F=3.257 0.022	F=142.686 0.729	F=1.602 0.189
Çalışma durumu	Çalışmıyor	9.72±1.98	6.88±2.7	5.85±3.32	6.62±3.23	19.35±7.55
	Çalışıyor	9.77±2.16	6.51±2.8	5.84±3.52	6.31±3.43	18.66±8.47
	Test / p	t=-0.228 0.820	t=1.261 0.208	t=-0.498 0.973	t=-0.875 0.382	t=0.815 0.416
Eğitim durumu	İlkokul	10.4±1.9	6.65±2.62	6.05±3.5	6.7±3.74	19.4±7.79
	Ortaokul	9.24±2.16	6.69±2.33	6.55±3.37	6.71±3.17	19.95±6.79
	Lise	9.69±2.06	6.65±2.71	5.89±3.41	6.49±3.44	19.03±8.22
	Üniversite ve üzeri	9.8±2.03	6.72±2.84	5.56±3.36	6.35±3.21	18.63±7.95
	Test / p	F=1.806 0.146	F=0.194 0.900	F=1.427 0.235	F=0.587 0.624	F=0.810 0.489
Toplam çocuk sayısı	Bir	9.94±2.06	6.5±2.37	5.47±3.16	6.11±3.22	18.09±7.22
	İki	9.67±1.98	6.8±2.8	5.95±3.41	6.6±3.25	19.35±7.93
	Üç ve üzeri	9.58±2.24	6.92±3.24	6.24±3.76	6.9±3.62	20.06±9.15
	Test / p	F=0.849 0.429	F=0.613 0.542	F=1.198 0.303	F=1.334 0.265	F=1.490 0.227
Aile tipi	Çekirdek	9.76±2.06	6.73±2.72	5.74±3.43	6.46±3.33	18.92±7.97
	Geniş	9.57±1.99	6.71±2.93	6.64±3.1	6.76±3.25	20.12±7.77
	Test / p	t=-0.569 0.569	t=0.024 0.981	t=-1.624 0.105	t=-0.560 0.576	t=-0.918 0.359
Sosyo-ekonomik durum	Düşük	9.18±2.27	8±2.62	6.82±3.24	6.47±2.94	21.29±7.29
	Orta	9.82±1.98	6.71±2.72	5.79±3.42	6.54±3.35	19.04±7.95
	Yüksek	9±2.65	5.95±2.94	5.86±3.28	5.86±3.08	17.68±8.32
	Test / p	F=2.347 0.097	F=2.731 0.067	F=0.744 0.476	F=0.425 0.654	F=1.005 0.367
Evde yardımcı varlığı	Yok	9.79±2.05	6.59±2.75	5.69±3.43	6.45±3.32	18.74±7.91
	Var	9.6±2.05	7.14±2.7	6.35±3.28	6.62±3.3	20.11±8.01
	Test / p	t=-1.382 0.168	t=-0.399 0.690	t=-1.547 0.123	t=-1.604 0.110	t=0.744 0.457
Çocuğun yaşı	3 yaş	9.74±2.16	6.71±2.68	6.33±3.63	7±3.07	20.04±8
	4 yaş	9.58±1.93	6.66±2.59	5.73±3.04	6.12±3.34	18.51±7.18
	5 yaş	9.82±2.16	6.88±2.85	5.79±3.5	6.41±3.38	19.08±8.24
	6 yaş	9.77±1.89	6.53±2.81	5.59±3.34	6.51±3.39	18.63±8.15
	Test / p	F=0.210 0.889	F=0.295 0.829	F=0.677 0.567	F=0.908 0.437	F=0.563 0.640
Çocuğun cinsiyeti	Erkek	9.64±2.01	6.68±2.68	6.14±3.52	6.56±3.41	19.38±8.09
	Kız	9.84±2.09	6.76±2.82	5.56±3.26	6.43±3.23	18.75±7.8
	Test / p	t=-0.938 0.349	t=-.0276 0.783	t=1.610 0.108	t=0.376 0.707	t=0.748 0.455
Anaokuluna/ anasınıfına devam yaşı	Üç	9.71±1.95	6.64±2.57	5.92±3.37	6.44±3.12	19±7.56
	Dört	9.51±2.41	6.62±2.88	5.59±3.34	5.99±3.41	18.2±8.37
	Beş	10.06±1.8	6.99±2.98	6.07±3.65	6.76±3.48	19.82±8.37
	Altı	9.64±1.89	6.61±2.31	5.64±2.93	7.64±3.06	19.89±6.64
	Test / p	F=1.234 0.297	F=0.398 0.755	F=0.382 0.766	F=2.117 0.098	F=0.781 0.505

F: Tek yönlü varyans analizi test istatistiği, t: Bağımsız iki örnek t test istatistiği, ortalama ± S. Sapma, a-b: Aynı harfe sahip gruplar arasında fark yoktur.

4.4.4. Duygu Dzenleme Becerileri leği, Yeniden Dzenlenen Okul ncesi Kaygı leği ve ocuk Duygu İfade leğine Ait Korelasyon Bulguları

Anne duygu dzenleme becerileri leği, okul öncesi kaygı leği ve ocuk duygu ifade leklerinin alt boyutlarıyla beraber arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi tablo 4.7.'de sunulmuştur.

Annelerin toplam DDB puanı ile çocukların toplam kaygı dzevi puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($p<0.001$; $r=-0.226$). Annelerin toplam DDB puanı ile çocukların mutlu (olumlu duygu) puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönlü orta dzevende bir ilişki vardır ($p<0.001$; $r=0.367$). Yine annelerin toplam DDB ile çocukların öfkeli ($p=0.001$; $r=-0.178$) ve korkmuş ($p=0.001$; $r=-0.182$) puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü çok zayıf bir ilişki vardır.

Çocuğun toplam kaygı dzevi boyutu ile mutlu (olumlu duygu) puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü çok zayıf bir ilişki vardır ($p=0.001$; $r=-0.174$). Yine ocukların toplam kaygı dzevi ile zgn ($p<0.001$; $r=0.449$), öfkeli ($p<0.001$; $r=0.465$), korkmuş ($p<0.001$; $r=0.574$) alt boyutu arasında pozitif yönlü orta Şiddette ilişki vardır.

Tablo 4.7. DDB, YDOK Ve Dİ Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Matrisi

		Toplam DDB	Toplam Kaygı	Mutlu	zgn	fkeli
Toplam Kaygı	r	-0,226**				
	p	<0.001				
Mutlu	r	0,367**	-0,174**			
	p	<0.001	0.001			
zgn	r	-0,098	0,449**	-0,009		
	p	0,065	<0.001	0,868		
Öfkeli	r	-0,178**	0,465**	-0,191**	0,587**	
	p	0.001	<0.001	<0.001	<0.001	
Korkmuş	r	-0,182**	0,574**	-0,002	0,613**	0,475**
	p	0.001	<0.001	0,963	<0.001	<0.001

r: Spearman korelasyon katsayısı.

4.4.5. DDBÖ, Duygu İfade ve Kaygı Düzeyinin Aracı Model Analizi

Tablo 4.8. incelendiğinde anne DDBÖ toplam puanı ile çocuk mutlu duygu arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($\beta=1.338$; $p<0.001$). Anne DDBÖ toplam puanındaki bir birimlik artış çocuk mutlu boyutunda 1,338 birimlik artışa neden olmaktadır. Anne DDBÖ toplam puanı ile çocuk üzgün ($\beta= -0.582$; $p=0.02$), öfkeli ($\beta= -0.993$; $p=0.001$), korkmuş ($\beta= -0.993$; $p<0.001$) duygu arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Anne DDBÖ toplam puanındaki bir birimlik artış üzgün boyutunda 0.582, öfkeli ve korkmuş boyutunda 0.993 birimlik azalışa neden olmaktadır.

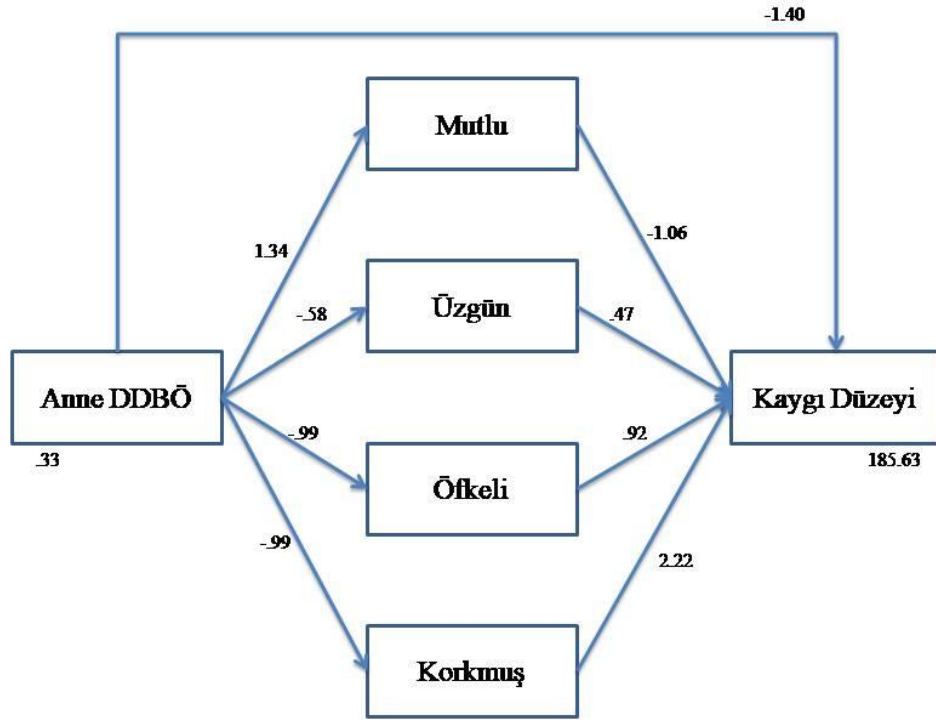
Çocuğun mutlu duygu puanı ile toplam kaygı düzeyi arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($\beta= -1.064$; $p=0.006$). Mutlu boyutundaki bir birimlik artış toplam kaygı düzeyinde 1.064 birimlik azalışa neden olmaktadır. Çocuğun öfkeli ($\beta=0.919$; $p<0.001$) ve korkmuş ($\beta=2.22$; $p<0.001$) duygu düzeyi ile toplam kaygı düzeyi arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Öfkeli ve korkmuş duygu puanındaki bir birimlik artış çocuk kaygı düzeyini öfkeli duygu için; 0.919, korkmuş duygu için 2.22 birim artırmaktadır.

Anne DDBÖ toplam puanı ve çocuk üzgün duygu puanı ile çocuk toplam kaygı düzeyi puanı arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.050$).

Tablo 4.8. Aracı Modele Ait Regresyon ve Standardize Regresyon Ağırlıkları

			β^1	β^2	SH	Test İst.	p	R ²
Mutlu	<---	DDBÖ	0,377	1,338	0,175	7,659	< 0,001	0,142
Üzgün	<---	DDBÖ	-0,123	-0,582	0,251	-2,323	0,020	0,015
Öfkeli	<---	DDBÖ	-0,168	-0,993	0,310	-3,209	0,001	0,028
Korkmuş	<---	DDBÖ	-0,173	-0,993	0,300	-3,309	< 0,001	0,030
Kaygı Düzeyi	<---	DDBÖ	-0,046	-1,399	1,373	-1,019	0,308	
Kaygı Düzeyi	<---	Mutlu	-0,125	-1,064	0,389	-2,736	0,006	
Kaygı Düzeyi	<---	Üzgün	0,073	0,467	0,373	1,253	0,210	0,392
Kaygı Düzeyi	<---	Öfkeli	0,180	0,919	0,274	3,359	< 0,001	
Kaygı Düzeyi	<---	Korkmuş	0,421	2,220	0,287	7,736	< 0,001	

β^1 : Standart katsayı; β^2 : Standart olmayan katsayı



CMIN=3.041, DF=2, p=0.219, CMIN/DF=1.521, RMSEA=0.038, GFI=0.997, AGFI=0.970, CFI=0.998, TLI=0.986

Şekil 3. Standartlaştırılmamış yol katsayıları

DDBÖ: Duygu Düzenleme Becerileri.

5. TARTIŞMA

Anne çocuk ilişkisindeki kuvvetli etkileşim ve roller göz önünde bulundurulduğunda; annenin, duygu düzenleme becerileri düzeyindeki değişimlerin çocuğun duygusal değişimlerini ve dolayısıyla ruhsal sağlığını etkileyebileceği düşünülmektedir. Çocuklar tarafından ifade edilen duyguların şekli de annelerin duygusal değişimlerinden etkilenebilmektedir. Bu çalışmada annelerin duygu düzenleme becerileri (DDBÖ)'ni belirlemek, çocuğun duygu ifade biçimi (ÇDİÖ) ve çocuğun kaygı düzeyi (YDOÖK) ile ilişkisini ve bu değişkenlerin birbirleri üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmada annelere Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ), çocuklar için ise Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği (YDOÖK) ve Çocuk Duygu İfade Ölçeği (ÇDİÖ) ile veri toplanmış, yapılan analizler sonucunda anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Çalışmamızda annelerin duygu düzenleme becerileri toplam puan ortalaması 2.61 ± 0.58 elde edilmiştir. Farkındalık alt boyutu 2.60 ± 0.72 , beden duyumları alt boyutu 2.66 ± 0.78 , netlik alt boyutu 2.87 ± 0.75 , anlama alt boyutu 2.93 ± 0.72 , kabul alt boyutu 2.29 ± 0.75 , tolerans alt boyutu 2.49 ± 0.79 , yüzleşme alt boyutu 2.35 ± 0.88 , etkili öz-destek boyutu 2.73 ± 0.78 ve değişilmeme alt boyutu 2.60 ± 0.70 elde edilmiştir. Literatür taraması sonucunda annelerin duygu düzenleme becerilerini bu boyutlarıyla değerlendiren çalışmaya rastlanmamıştır. 18-29 yaş aralığındaki 275 öğrencinin duygu düzenleme becerilerinin değerlendirildiği bir çalışmada, toplam DDBÖ puan ortalaması 2.45 ± 0.59 , farkındalık alt boyutu 2.48 ± 0.94 , beden duyumları alt boyutu 2.49 ± 0.66 , netlik alt boyutu 2.56 ± 0.75 , anlama alt boyutu 2.67 ± 0.75 , kabul alt boyutu 2.34 ± 0.73 , tolerans alt boyutu 2.26 ± 0.82 , yüzleşme alt boyutu 2.38 ± 0.82 , etkili öz-destek boyutu 2.44 ± 0.83 ve değişimleme alt boyutu 2.45 ± 1.21 olarak elde edilmiştir. Bununla birlikte toplumdaki duygu düzenleme becerilerinin ileride gelişebilecek ruhsal ve davranışsal bozukluklara temel olabileceği de belirtilmiştir (Vatan ve Kahya, 2018). Bu sonuçlardan hareketle, bu çalışmadaki annelerin duygu düzenleme becerileri düzeyi ile literatürdeki çalışmalara göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Çocuk kaygı düzeyinin toplam puanı 34.23 ± 17.38 , sosyal kaygı puanı 7.25 ± 5.4 , genellenmiş kaygılar puanı 9.76 ± 4.88 , ayrılık kaygısı puanı 5.61 ± 4.15 ve

belirgin korkular puanı 11.60 ± 6.69 elde edilmiştir. Bora ve Ünüvar'ın (2020) 4-6 yaş aralığındaki 468 çocuğun ebeveynleri ile yaptığı araştırmada, çocukların toplam kaygı düzeyini 63.56, sosyal kaygı düzeyini 15.32, genellenmiş kaygı puanını 16.49, ayrılık kaygısı puanı 10.77 ve belirgin korkular puanının 20.97 olduğu tespit edilmiştir. Buna göre bu çalışmadaki çocuk kaygı düzeyinin toplam ve alt boyut puanlarının, literatürdeki araştırma bulgularından daha düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Bunun nedeninin, annelerin duygu düzenleme becerileri düzeylerinin daha yüksek olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Çocuk duygu ifade ölçeği mutlu (olumlu duygu) toplam puanı 9.74 ± 2.05 , üzgün duygu puanı 6.72 ± 2.75 , öfkeli duygu puanı 5.85 ± 3.40 korkmuş duygu puanı 6.49 ± 3.31 ve üzgün + öfkeli + korkmuş (olumsuz duygu) toplam puanı 19.06 ± 7.94 saptanmıştır. Çocukların duygu düzenleme ve duygu ifade biçimlerinin saldırganlık düzeyi ile ilişkisini ortaya koyan bu çalışmada, 3-5 yaş aralığındaki 594 çocuğun annesi ile gerçekleştirdiği araştırmada, çocukların mutlu (olumlu duygu) toplam puanı 13.10 ± 1.61 , üzgün duygu puanı 10.34 ± 2.83 , öfkeli duygu puanı 9.73 ± 3.12 korkmuş duygu puanı 9.82 ± 3.22 olarak saptanmış ve olumsuz duygu puanı değerlendirilmeye alınmamıştır (Ersan ve Tok, 2020). Buna göre bu çalışmadaki çocukların duygu ifade düzeyi, literatürdeki çocukların duygu ifade düzeyinden daha düşük düzeydedir.

5.1. Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması

Bu aşamada anne, aileye ve çocuğa ait sosyodemografik özelliklerin anne duygu düzenleme becerileri, çocuk kaygı düzeyi ve çocuk duygu ifade biçimine göre farklılaşmasına ilişkin bulgular tartışılmıştır.

5.1.1. Sosyodemografik Özelliklerin Anne Duygu Düzenleme Becerilerine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması

Anne-çocuk ilişkisinde annenin duygusal süreçlerinin önemi yadsınamaz. Bu nedenle çalışmamızda annenin kendi özelliklerinin yanında aile ve çocuk özellikleri de incelenmiştir. Anne duygu düzenleme becerileri ile sosyodemografik verilerin karşılaştırıldığı Tablo 4.4. incelendiğinde, çalışan annelerin duygu düzenleme becerilerinin, farkındalık ve tolerans alt boyutunun daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Literatür incelendiğinde çalışmamızdan farklı olarak anne ve çocuk duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, anne duygu düzenleme becerilerinin sosyodemografik özelliklerine göre değişiklik göstermediği saptanmıştır (Bilge ve Sezgin, 2020). Özyurt ve arkadaşlarının (2016), DEHB’li çocukların annelerinin duygu düzenleme becerilerini ortaya koyduğu çalışmada yine anne çalışma durumunun duygu düzenleme becerileri ile karşılaştırılmış ve anlamlı bir sonuca ulaşılmamıştır. Hong Kong’da anne babaların duygu düzenleme becerilerinin okul öncesi dönemdeki çocukların saldırganlık düzeyiyle ilişkisini incelediği çalışmada, annelerin çalışma ortamında yaşadığı stresli bir olay sonucunda duygularını düzenlemede farkındalık ve tolerans becerilerini gerçekleştirmesinin ebeveyn olarak çocuğu ile arasındaki ilişkide duygularını düzenleme becerisini olumlu yönde etkilediği ortaya çıkarılmıştır (Lau ve Williams, 2021). Bu çalışmadan ve literatürden elde edilen bu benzer bulgular ışığında annenin çalışmasının, duygularına farkındalığını ve toleransını olumlu etkilediği söylenebilir.

Toplam çocuk sayısına göre annelerin farkındalık ve yüzleşme alt puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir ($p<0.05$) (Tablo 4.4). Toplam bir ve iki çocuk sahibi olan annelerin farkındalık ve yüzleşme puanı, üç ve üzeri çocuğa sahip annelerin puanından daha yüksek elde edilmiştir. Literatürde ailedeki çocuk sayısına göre annelerin duygu düzenleme becerilerindeki farklılaşmanın incelendiği sadece bir çalışmaya rastlanmıştır ve bu çalışmada anne duygu düzenleme becerilerinin sosyodemografik özelliklerine göre değişiklik göstermediği saptanmıştır (Bilge ve Sezgin, 2020). Geleneksel olarak kadına atfedilen cinsiyet rollerinden biri de çocuğun bakımını üstlenmektir. Toplam çocuk sayısının üç ve üzeri olduğu ailelerde annelerin bakım yükünün artması, buna bağlı olarak da duygu düzenleme becerilerindeki farkındalık ve yüzleşme becerilerinde azalmaya neden olabileceği düşünülmektedir.

Aile tipine göre annelerin duygu düzenleme becerilerinden kabul puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Çekirdek aile tipine sahip olan annelerin kabul puanı geniş aile tipine sahip annelerden daha yüksek çıkmıştır. Geniş aile yapısındaki ailelerde kadına düşen rol ve sorumlulukların çekirdek aile yapısındaki bireylere göre daha ağır olduğu çalışmalardan çıkarılabilir. Bu durumun annenin duygu düzenleme becerilerinde

farklılığa neden olması beklenmektedir. Arabistan’da ergenlerin aile sistemlerinde duygu düzenleme stratejilerinin kullanımının incelendiği bir çalışmanın sonuçlarında, çekirdek ailelerde geniş ailelere kıyasla olumsuz duygu düzenleme stratejilerini önemli ölçüde daha yüksek düzeyde kullanıldığını bildirilmektedir (Saleem ve Gul, 2018). Bu sonuçlar ailedeki birey sayısının artmasının, annenin duygu düzenleme becerilerinin olumsuz etkilenmesine neden olduğunu göstermektedir.

Çocuğun yaşına göre annenin farkındalık ve anlama puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Çocuğun beş yaşında olmasının annelerin farkındalık puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada çocukların yaşına göre annenin duygu düzenleme becerilerinde bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Bilge ve Sezgin, 2020). Bu sonuçlara ilişkin olarak çocuğun yaşına göre duygu düzenleme becerilerinin farklılaştığına ilişkin bulgular birbirinden farklıdır.

Çocuğun anaokuluna/anasınıfına başlama yaşına göre annelerin farkındalık ve anlama puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Çocuğun anaokuluna/anasınıfına beş yaşında başlamasının annelerin farkındalık puanı, diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. 5-6 yaş çocuklarının sosyal problem çözme becerilerinin incelendiği çalışmalarda çocukların anaokulu/anasınıfına başlama yaşı araştırılmış ve anlamlı bir sonuç elde edilememiştir (Fusun ve ark., 2020; Yılmaz ve Tepeli, 2013). Buna ilişkin olarak, bu çalışma sonuçları ile literatürün farklılaştığı görülmektedir.

5.1.2. Çocuk Kaygı düzeyine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması

Kaygının bir sorun olarak değerlendirilmesi için çocuğun yaşam kalitesinde, düşüşe yol açması gerekmektedir (Şahin ve Seven, 2020). Yüksek kaygılı çocuk, günlük yaşamında önemli olumsuzluklar yaşar ve ileriki yaşlarda ruhsal bozuklukların oluşmasına neden olur. Bu nedenle okul öncesi dönemdeki çocukların kaygı düzeyinin, ruhsal bozuklukların önemli bir değişkeni olarak ele alınmaktadır (Rapee ve ark., 2014). Çocukların kaygı düzeyinin; anne sosyodemografik

özelliklerine göre farklılaşmasına ilişkin bulgular Tablo 4.5’de gösterilmiştir. Annenin çalışma durumuna göre “ayrılık kaygısı” boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Çalışmayan annelerin çocuklarının ayrılık kaygısı çalışan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Çalışmamızdan farklı olarak çocukların sürekli kaygı durumunu incelediği çalışmada, annelerin çalışma durumlarının, çocuklarının sürekli kaygı puanlarında farklılığa neden olmadığı bulunmuştur (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003). Çalışmayan annelerin evde sürekli çocuklarıyla birlikte oldukları için yaşadığı ilk ayrılıkta daha yüksek ayrılık kaygısı yaşamakta olduğu düşünülmektedir.

Annenin eğitim durumuna göre çocuktaki ayrılık kaygısı, belirgin korkular ve toplam kaygı düzeyi puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Anne eğitim durumunun ilkökul ve altı olan çocukların ayrılık kaygısı puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Çalışmamızdan farklı olarak çocukların sürekli kaygı durumunu incelediği çalışmada annelerin eğitim durumunun, çocuklarının sürekli kaygı puanlarında farklılığa neden olmadığı belirtilmiştir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003). Bu çalışmaya göre anne eğitim durumunun düşük olması çocuğun kaygı düzeyini yönetme sürecinde daha etkisiz olduğu söylenebilir ancak bu bulgu literatürle farklılık taşımaktadır.

Toplam çocuk sayısına göre çocuğun sosyal kaygı düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). Toplam çocuk sayısının üç ve üzeri olduğu ailelerde çocukların sosyal kaygı puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Alisinanoğlu ve Ulutaş’ın (2003), çocukların sürekli kaygı durumunu incelediği çalışmada iledaki toplam çocuk sayısının, çocuklarının sürekli kaygı puanlarında farklılığa neden olmadığı belirtilmiştir. Bu çalışmaya göre toplam çocuk sayısının artmasının çocuğun kaygı düzeyini artırdığını ancak bu bulgu literatürle farklılık taşıdığını göstermektedir.

Aile tipine göre sosyal kaygı ve ayrılık kaygısı alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Geniş aile tipine sahip olanların puan ortalaması, çekirdek aile tipine sahip olanlardan yüksek elde edilmiştir. Çalışmamızdan farklı olarak çocukların sürekli kaygı durumunu incelediği (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003) ve okul öncesi dönem çocukların sosyal problem

çözme becerilerinin incelendiği (Fusun ve ark., 2020) çalışmalarında çocukların aile tipine göre bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu çalışmaya göre aile tipinin çocuğun kaygı düzeyinde farklılık ortaya çıkardığı ancak literatürde bu bulunun benzerlik taşımadığı gözlenmiştir.

Çocuğun yaşına ve cinsiyetine göre çocuğun kaygı düzeyi puanlarının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Farklı araştırmalar incelendiğinde; çalışmamızdan farklı olarak okul öncesi dönemdeki çocukların kaygıları ile ebeveynlerinin kaygıları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, kızların kaygı puanlarının, erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu görülmektedir (Bora ve Ünüvar, 2020). Çalışmamıza benzer olarak kız ve erkek çocukları arasında anlamlı bir farkın olmadığı çalışmalar da literatürde gözlenmiştir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003; Gülay Ogelman ve Topaloğlu Çiftçi, 2014). Bu sonuçlar çocuğun yaşı ve cinsiyetinin kaygı düzeyini etkilemediğini göstermektedir.

Çocuğun anaokuluna/anasınıfına başlama yaşına göre belirgin korkular alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Altı yaşında anaokuluna başlayan çocukların belirgin korkular puanı, diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir. Okul öncesi dönem çocuk ve anneleri arasındaki kaygıyı incelediği çalışmada, okul öncesi eğitime devam sürelerine göre çocukların kaygı düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu bildirilmiştir (Bora ve Ünüvar, 2020). Okul öncesi eğitime kısmen geç başlaması ve son bir yıldır devam etmesi ile bu çocukların diğer çocuklara göre belirgin korkular puanındaki artış açıklanabilir. Özellikle son bir yılda eğitim-öğretimi önemli derecede etkileyen pandemi döneminde okul öncesi eğitime başlayan çocukların muhtemelen hiç anlamlandıramadığı maske, hijyen, sosyal mesafe kuralları ve 'virüs' korkusu ile bu durumun pekiştirildiği düşünülmektedir.

5.1.3. Çocuk Duygu İfade Biçimine İlişkin Karşılaştırma Bulgularının Tartışılması

Çocuk Duygu İfade Ölçeği ile sosyodemografik özelliklerin karşılaştırıldığı Tablo 4.6. incelendiğinde, anne yaş gruplarına göre öfkeli alt boyutu puanının dağılımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). 30-34 yaş arasındaki annelerin çocuklarında öfkeli duygu puanının en yüksek olduğu ve

farklılık olduğu gözlenmiştir. Literatürde çocuk duygu ifade düzeyi ile anne yaşının karşılaştırıldığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Toplam çocuk sayısı, aile tipi, sosyoekonomik durum, evde yardımcı olup olmadığı verilerine göre çocuğun duygu ifade biçimleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$). Literatürde bu bulgu desteklenmektedir. Ersan ve Tok (2020), anne eğitim düzeyi ve mesleği, toplam çocuk sayısının çocuk duygu ifade biçimi üzerinde etkisi olmadığını belirtmiştir. Bu bulgular, çocuğun duygu ifade biçimlerinin aileye ait sosyodemografik özellikler ile farklılaşmadığını göstermektedir.

Çocuğun yaşı, cinsiyeti ve anaokulu/anasınıfına başlama yaşı verileri ile duygu ifade biçimleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde çalışmamızdan farklı olarak çocuğun cinsiyetinin çocuğun duygu ifadesinde etkili olduğu görülmektedir. Erkek çocukların kızlarla kıyaslandığında daha yüksek oranda öfke ve saldırgan davranış gösterdikleri ve duygu düzenleme becerilerinin de daha düşük düzeyde olduğu vurgulanmıştır (Chaplin ve ark., 2017). Bir başka çalışma sonuçlarına göre erkek çocukların kız çocuklara göre daha yüksek olumsuz duygu ve problem davranış ortalamasına sahip oldukları görülmüştür (Aznar ve Tenenbaum, 2020). Bu bulgular açısından literatür ve çalışma bulguları farklılık göstermektedir.

5.2. Korelasyon Bulgularının Tartışılması

Çalışmanın problem sorularından olan anne duygu düzenleme becerileri, okul öncesi kaygı ve çocuk duygu ifade biçimi arasındaki ilişkinin incelendiği bu bölümde Tablo 4.7’de gösterilen korelasyon bulguları tartışılmıştır. Annelerin toplam DDBÖ puanı ile çocukların toplam kaygı düzeyi, öfke ve korkmuş duygu puanı arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki, vardır ($p<0.05$). Anne toplam DDBÖ puanı yüksek olan çocukların kaygı düzeyi, öfkeli ve korkmuş duygu puanı azalmaktadır. Annelerin toplam DDBÖ puanı ile çocuğun mutlu duygu puanı arasında pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($p<0.05$). Anne toplam DDBÖ puanı yüksek olan çocukların mutlu duygu puanı da yükselmektedir. Anne çocuk ilişkisinde duygu düzenleme becerileri yüksek olan annelerin çocuklarının duygusal gelişimi de olumlu yönde gelişmekte olduğu literatürde bildirilmiştir (Karoğlu ve Ünüvar, 2017; Serrano-Villar ve ark., 2017). Duygu düzenleme becerilerindeki yetersizlik birçok psikiyatrik belirti ve ruhsal iyilik durumu ile ilişkilidir (Vatan, 2019). Anne psikiyatrik belirtilerinin

çocuk ruhsal sorunlarıyla ilişkisinin incelendiği bir çalışmada çocuk kaygı düzeyinin anne psikiyatrik belirtileriyle ilişkisi olduğu ortaya konulmuştur (Hesapçioğlu ve ark., 2017). Bu sonuçlar annenin duygusal değişimlerinin çocuktaki ruhsal değişimlerle ilişkili olabileceğini göstermektedir.

Çocukların toplam kaygı düzeyi ile mutlu duygu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü çok zayıf bir ilişki vardır ($p<0.05$). Çocuğun toplam kaygı düzeyi ile üzgün, öfkeli ve korkmuş alt boyutu arasında pozitif yönlü orta şiddette ilişki vardır ($p<0.05$). Çocukların toplam kaygı düzeyi yüksek olan çocukların mutlu duygu ifade puanı azalmakta iken, üzgün, öfkeli ve korkmuş duygu ifade puanı kaygı puanı ile birlikte yükselmektedir. Duyguların çocuğun kaygı düzeyi ile ilişkili olduğu bu bulgular literatürdeki çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Are ve Shaffer, 2016; Ersan ve Tok, 2020; Smiley ve ark., 2016). Ersan ve Tok'un (2020) okul öncesi çocukların saldırganlık düzeylerinin duygu ifadesi ile incelendiği çalışmada, olumsuz duyguların ruhsal ve davranışsal sorunlarla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Esbjörn ve ark. (2012), klinik olarak kaygılı çocuklarda bu kaygının ilgili kelimeler ve olumsuz yüz ifadeleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmadaki korelasyon bulguları literatür bulguları ile desteklenmektedir.

5.3. Aracı Model Analizi Bulgularının Tartışılması

Tablo 4.8. incelendiğinde anne DDBÖ toplam puanı ile çocuk "mutlu" duygusu arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Anne DDBÖ toplam puanı arttıkça çocuk mutlu duygu puanının da artması beklenmektedir. Anne DDBÖ toplam puanı ile çocuk üzgün, öfkeli, korkmuş duygu arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Anne DDBÖ toplam puanı arttıkça üzgün, öfkeli ve korkmuş duygu puanının azalması ön görülmektedir. Amerika'da 3-5 yaş arasındaki çocuklar ve anneleriyle yapılan bir çalışmada annenin duygu düzenlemesinin çocuk duygu düzenlemesi ile ilgili olan potansiyel araçlar olarak olumlu ve olumsuz duygu ifadesi incelenmiştir. Çalışmaya göre, daha az duygu düzenleme zorluğu bildiren annelerin çocuklarının, olumlu duygu ifade biçimi daha yüksek elde edilmiştir (Are ve Shaffer, 2016). Çalışmalar anne duygusal desteğinin, olumlu etkinin ve ortak stratejilerin kullanımının

çocuklarda daha etkili duygu düzenleme ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Esbjørn ve ark., 2012; Morris ve ark., 2017). Morelen ve ark. (2016), bu çalışmaya benzer olarak, anne duygu düzenleme becerileri yetersiz olan çocukların, diğer annelerin çocuklarına kıyasla, uyumsuz duygusal tepkiler geliştirdiğini göstermektedir.

Çocuğun mutlu duygu puanı ile toplam kaygı düzeyi arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Çocuğun mutlu puanındaki artış toplam kaygı düzeyinin düşürmektedir. Çocuğun öfkeli ve korkmuş duygu düzeyi ile toplam kaygı düzeyi arasındaki yol katsayısı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Öfkeli ve korkmuş duygu puanındaki artış, çocuk kaygı düzeyini artırmaktadır. Literatür incelendiğinde klinik olarak kaygılı çocukların kaygılı olmayan çocuklara göre daha sık olumsuz duygu ifadesine başvurduğu belirlenmiştir (Esbjørn ve ark., 2012). Morris ve ark. (2011), anne duygu düzenleme becerilerinin çocuk duygu düzenleme becerileri ile ilişkisini incelediği çalışmada, belirli ebeveynlik uygulamalarının, sonraki aralıklarla gelişmiş duygu düzenlemesi ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Özellikle duygularını yeniden odaklayan annelerin çocuklarında olumsuz duyguların daha az ifade edildiği saptanmıştır. Annenin, çocuğun içsel durumlarını ve duygusal ifadelerini anlamalarına ilişkin sözlü ve sözsüz geri bildirimlerine dayanarak, çocuk yavaş yavaş kendi zihinsel durumlarını temsil etme ve duygularla ilişki kurma, bunları ayırt etme ve düzenleme yeteneğini geliştirir. Böylece kaygı bozuklukları gelişimi önlenabilir (Esbjørn ve ark., 2012). Bir başka çalışmada, okul öncesi dönem çocuklarının üzüntü ifade etme biçiminin çocuklardaki kaygının dışa vurumu olarak nitelendirebileceğimiz fiziksel saldırganlığı negatif yönde yordadığını belirtmiştir. Bu bulgu çalışmamızı desteklemektedir. Ancak aynı çalışmada öfke duygusu ile fiziksel saldırganlık arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuş ve bu bulgu da bu çalışmayı destekler niteliktedir (Ersan ve Tok, 2020). Literatür incelendiğinde, olumlu duygu ifade biçimi puanı yüksek olan çocukların, kaygı düzeyi daha düşük bulunmuştur (Esbjørn ve ark., 2012). Bu çalışmaların gösterdiği bulgulardan hareketle çocukların duygu ifade biçimlerinin onların kaygı düzeyi üzerinde etkili olabileceği söylenebilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Okul öncesi dönemde çocuğu olan annelerin duygu düzenleme becerileri ile çocuk kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimi arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada, annelerin duygu düzenleme becerileri toplam puan ortalaması 2.61 ± 0.58 elde edilmiştir. Çocuk duygu ifade ölçeği mutlu duygu toplam puanı 9.74 ± 2.05 , üzgün duygu puanı 6.72 ± 2.75 , öfkeli duygu puanı 5.85 ± 3.40 korkmuş duygu puanı 6.49 ± 3.31 ve üzgün + öfkeli + korkmuş (olumsuz duygu) toplam puanı 19.06 ± 7.94 saptanmıştır. Çocuk kaygı düzeyinin toplam puanı 34.23 ± 17.38 elde edilmiştir (Tablo 4.3.).

Analiz sonucunda elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir;

Anne duygu düzenleme becerisi (Tablo 4.4.);

- Çalışan annelerin duygu düzenleme becerilerinden farkındalık ve tolerans alt boyutu puanları daha yüksektir.
- Toplam bir ve iki çocuk sahibi olan annelerin farkındalık ve yüzleşme puanı üç ve üzeri çocuğa sahip annelerin puanından daha yüksek elde edilmiştir.
- Çocuğun beş yaşında olmasının annelerin farkındalık puanı diğer yaştaki çocukların annelerinden daha yüksek elde edilmiştir.
- Çocuğun anaokuluna/anasınıfına beş yaşında başlayan annelerin farkındalık puanı üç, dört ve altı yaşlarında başlayan çocukların annelerine göre daha yüksek elde edilmiştir.

Çocuk kaygı düzeyi (Tablo 4.5.);

- Çalışmayan annelerin çocuklarının ayrılık kaygısı çalışan annelerin çocuklarına göre daha yüksektir.
- Anne eğitim durumunun ilkökul ve altı olan çocukların ayrılık kaygısı puanı diğer daha üst düzeydeki eğitim durumlarına göre yüksek elde edilmiştir.
- Toplam çocuk sayısının üç ve üzeri olduğu ailelerde çocukların sosyal kaygı puanı diğer bir ve iki çocuklu ailelerin puanlarından daha yüksek elde edilmiştir.

- Çekirdek aile tipine sahip olan çocukların sosyal ve ayrılık kaygısı puanları, geniş aile tipine sahip olanlardan yüksek elde edilmiştir.

- Altı yaşında anaokuluna başlayan çocukların belirgin korkular puanı diğer tüm gruplardan istatistiksel olarak daha yüksek elde edilmiştir.

Çocuk duygu ifade biçimleri (Tablo 4.6.);

- 30-34 yaş arasındaki annelerin çocuklarında öfkeli duygu puanının en yüksek olduğu gözlenmiştir.

Ölçeklerin birbirleri arasındaki ilişki (Tablo 4.7.);

- Annelerin DDBÖ toplam puanı arttıkça çocuğun toplam kaygı düzeyi, öfkeli duygu puanı ve korkmuş duygu puanı azalmakta, mutlu duygu puanı artmaktadır.

- Çocuğun toplam kaygı düzeyi arttıkça mutlu duygu puanı azalırken; üzgün, öfkeli ve korkmuş duygu puanı artmaktadır.

- Çocuğun mutlu duygu ifade puanı arttıkça öfkeli duygu puanı azalmaktadır.

- Çocuğun üzgün duygu puanı arttıkça öfkeli ve korkmuş duygu puanı da artmaktadır.

- Çocuğun öfkeli duygu puanı arttıkça korkmuş duygu puanı da artmaktadır.

Anne DDBÖ düzeyinin çocuğun duygu ifade biçimleri aracı rolü ile çocuk kaygı düzeyi üzerine etkisi (Tablo 4.8.);

- Anne DDBÖ toplam puanı arttıkça çocuk mutlu duygu puanı da artmaktadır.

- Anne DDBÖ toplam puanı arttıkça çocuk üzgün, öfkeli ve korkmuş duygu puanı azalmaktadır.

- Çocuk mutlu duygu puanı arttıkça çocuk toplam kaygı düzeyi azalmaktadır.

- Çocuk öfkeli ve korkmuş duygu puanı arttıkça çocuk kaygı düzeyi de artmaktadır.

6.2. Öneriler

Araştırmacılara Öneriler;

- Bir ilçe kapsamında elde edilen bu verilerle gerçekleştirdiğimiz bu çalışmanın, Türkiye genelinde anne duygu düzenleme becerileri ile çocuğun kaygı düzeyi ve duygu ifade biçimi arasındaki ilişki üzerine farklı şehirlerde kapsamlı bir araştırma gerçekleştirilebilir.

- Bu araştırmada 3-6 yaş arası çocukların anneleri çalışmanın katılımcısı olmuştur. Gelecek araştırmalarda hem anne hem de babanın çalışmaya dâhil edilerek daha kapsamlı sonuçlar elde etmek mümkün olacaktır.

- Çocuk kaygı düzeyi ve duygu ifade biçiminin okuldaki etkilerini görebilmek amacıyla araştırmaya öğretmenler dâhil edilebilir.

Psikiyatri Hemşirelerine Öneriler;

- Annelerin duygu düzenleme becerilerini geliştirmek amacıyla eğitimler düzenlenebilir.

- Çocuk kaygı yönetimi konusunda ebeveynlere yönelik eğitim veya seminer düzenlenebilir.

- Çocuğun duygu ifadesini desteklemek adına ebeveyn ve öğretmenlere eğitim verilebilir.

- Çocuk ruh sağlığında duyguların önemi ailelere yönelik eğitimler planlanabilir.

Kamu Kurum ve Kuruluşları'na Öneriler;

- Kamu kurum ve kuruluşlarının, STK'ların yapılacak çalışmaları desteklemesi, araştırmacıların bu alanda daha fazla çalışma yapmasına olanak sağlayabilir.

- Anne duygu düzenleme becerileri ile çocuğun kaygı düzeyi ve duygu ifade biçiminin değerlendirilmesi amacıyla, anne ve çocuğun birlikte etkinlik yapabilecekleri ve bunun sonucunda çeşitli değerlendirme ve iyileştirmelerin yapılabileceği danışmanlık merkezleri kurulabilir. Bu merkezler STK, belediye ve üniversite tabanlı olabilir.

Medya Organlarına Öneriler;

- Çocuklara yönelik hazırlanan çizgi film ve filmler içerik bakımından zenginleştirilebilir. Aile, kardeş, akran ilişkileri, duygular ve duyguları ifade ediş biçimleri daha sık ele alınabilir.

- Model olması adına duyguların ifade edilmesinde sözel, fiziksel ve psikolojik şiddetten uzak doğru modellemeler yapılarak içerik üretimi yapılması sağlanabilir.

- Yalnızca çocuklar için değil üretilen tüm televizyon içeriklerinde çocukla iletişim, etkileşim ve doğru ebeveyn tutumları göz önünde bulundurularak içerik üretimi yapılması sağlanabilir.

- Anne çocuk iletişimi ve etkileşiminin çocuğun gelişimi üzerindeki etkilerini temel alan kamu spotları oluşturulabilir.

- Sosyal ve ekonomik açıdan dezavantajlı ailelerin kolay ulaşabilmesi adına alanında uzman kişiler eşliğinde; ebeveyn çocuk iletişimi, çocuk gelişimi ve eğitimi konusunda bir televizyon veya radyo kanalı oluşturulabilir.

KAYNAKLAR

- Adler A. (2005), Çocuk Eğitimi. (K Şipal, Çev.) (3. bs.). İstanbul: Cem Yayınevi. S: 35-52.
- Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E, Wall SN. (2015), Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation. New York: Psychology Press. S: 209-216.
- Akgün E, Yeşilyaprak B. (2010). Çocuk anababa ilişki ölçeği türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(24), 44-53.
- Alisinanoğlu F, Ulutaş İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28(128), 65-71.
- Alwin DF, Hauser RM. (1975). The decomposition of effects in path analysis. *American Sociological Review*, 40(1), 37-47.
- APA. (2013), Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (DSM-5). United States: American Psychiatric Association. S: 60-74.
- Are F, Shaffer A. (2016). Family emotion expressiveness mediates the relations between maternal emotion regulation and child emotion regulation. *Child Psychiatry Human Development*, 47(5), 708-715.
- Aruldoss V, Nolas SM, Varvantakis C. (2021). Thinking with feeling: Children's emotional orientations to public life. *Childhood*, 28(1), 56-71.
- Ashiabi GS. (2000). Promoting the emotional development of preschoolers. *Early Childhood Education Journal*, 28(2), 79-84.
- Ataman Temizel E, Dağ İ. (2014). Stres veren yaşam olayları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, depresif belirtiler ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 7-17.
- Aznar A, Tenenbaum HR. (2020). Gender comparisons in mother-child emotion talk: A meta-analysis. *Sex Roles*, 82(3), 155-162.

- Barrett P, Games N, Fisak B, Stallard P, Phillips L. (2019), The Treatment Of Anxiety Disorders İn Preschool-Aged Children. In Anxiety İn Preschool Children: Assessment, Treatment, Prevention. New York: Routledge. S: 114-141.
- Berk LE. (2013), Bebekler Ve Çocuklar: Doğum Öncesinden Orta Çocukluğa. (Işıkoğlu Erdoğan N, Çev.) (7 bs.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. S: 521-531.
- Berking M, Whitley B. (2014), Emotion Regulation: Definition And Relevance For Mental Health. Affect Regulation Training. New York: Springer. S: 5-17.
- Berking M, Znoj H. (2008). Entwicklung und validierung eines fragebogens zur standardisierten selbsteinschätzung emotionaler kompetenzen (SEK-27). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 56(2), 141-153.
- Berksun OE. (2003), Anksiyete Ve Anksiyete Bozuklukları. (2 bs.). İstanbul: Turgut Yayıncılık. S: 32-40.
- Bilge Y, Sezgin E. (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3), 310-318.
- Bora A, Ünüvar P. (2020). Okul öncesi eğitime devam eden çocukların kaygıları ile ebeveynlerinin kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 56(3), 345-361.
- Bozkurt Yükçü Ş, Demircioğlu H. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44(3), 442-466.
- Calkins SD. (1994). Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs Of The Society For Research In Child Development*, 59(2-3), 53-72.
- Callaghan BL, Tottenham N. (2016). The neuro-environmental loop of plasticity: A cross-species analysis of parental effects on emotion circuitry development following typical and adverse caregiving. *Neuropsychopharmacology*, 41(1), 163-176.

- Chansky T. (2009), Çocuklarda Endişe (Kandemir E, Çev.). İstanbul: Kural Dışı Yayınları. S: 62-78.
- Chaplin TM, Aldao A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 139(4), 735-765.
- Chaplin TM, Klein MR, Cole PM, Turpyn CC. (2017). Developmental change in emotion expression in frustrating situations: the roles of context and gender. *Infant Child Development*, 26(6), e2028. doi:<https://doi.org/10.1002/icd.2028>
- Cole PM, Martin SE, Dennis TA. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Çam MO, Taş G. (2021). Duygu düzenleme ve psikiyatri hemşireliğine yansımaları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(2), 192-206.
- Çapık C. (2014). Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında doğrulayıcı faktör analizinin kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(3), 196-205.
- Demirdağ MF. (2017). Bağlanma Teorisi'nin kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth. *Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(2), 76-90.
- Edwards SL, Rapee RM, Kennedy SJ, Spence SH. (2010). The assessment of anxiety symptoms in preschool-aged children: The revised preschool anxiety scale. *Journal of Clinical Child Adolescent Psychology*, 39(3), 400-409.
- Eldeleklioğlu J, Eroğlu Y. (2015). A turkish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 1157-1168.
- Erikson EH. (1993), *Childhood And Society*. London: WW Norton & Company. S: 21-38.
- Ersan C (2017). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Saldırganlık Düzeylerinin Duygu İfade Etme Ve Duygu Düzenleme Açısından İncelenmesi. (Doktora Tezi), Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Ersan C. (2019). The pre-school children's ability to express their emotions as a predictor of mother-child conflict. *Pedagogy*, 91(7), 1017-1028.

- Ersan C, Tok Ş. (2020). The study of the aggression levels of preschool children in terms of emotion expression and emotion regulation. *Education Science*, 45(201), 359-391.
- Ersan Ş. (2020), Okul Öncesi Çocuklarının Gelişimsel Özellikleri Ve Temel İhtiyaçları. Seçer Z (Ed.), Okul Öncesi Eğitime Giriş. Ankara: Eğiten Kitap. S: 113-155.
- Esbjørn B, Bender P, Reinholdt-Dunne M, Munck L, Ollendick T. (2012). The development of anxiety disorders: Considering the contributions of attachment and emotion regulation. *Clinical Child Family Psychology Review*, 15(2), 129-143.
- Füsun G, Gedik Z, Tunçay Ş. (2020). Özel okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların sosyal problem çözüme becerileri ile annelerinin empati düzeyi ve duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişki. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(2), 331-344.
- Geçtan E. (2014), Psikanaliz ve Sonrası. (16 bs.). İstanbul: Metis Yayınları. S: 53-76.
- Gençtan E. (1984), Çağdaş Yaşam Ve Normal Dışı Davranışlar. Ankara: Maya Yayınları. S: 31-87.
- Gençtan E. (2019), İnsan Olmak. (18 bs.). İstanbul: Metis Yayınları. S: 75-77.
- Glozah FN, Pevalin DJ. (2014). Social support, stress, health, and academic success in Ghanaian adolescents: A path analysis. *Journal Of Adolescence*, 37(4), 451-460.
- Goleman D. (2014), Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir. (Yüksel BS, Çev.) (30. bs.). Ankara: Varlık Yayınları. S: 27-32.
- Gökdağ C, Naldöken B. (2021). Kişilerarası duygu düzenlemenin kişilik özellikleri ve psikopatoloji belirtileriyle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(1), 41-52.
- Gratz KL, Roemer L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the

- difficulties in emotion regulation scale. *Journal Of Psychopathology Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.
- Gross J, Thompson R. (2007), Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In Gross J (Ed.), *Handbook Of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press. S: 3-24.
- Gross JJ. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review Of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Gross JJ. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Gross JJ, John OP. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal Of Personality Social Psychology*, 85(2), 7-18.
- Gülay Ogelman H, Topaloğlu Çiftçi Z. (2014). 4-5 yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile anne-babalarının ebeveyn özyeterliği algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 241-271.
- Güleç N. (2018), Erken dönem ve kaygılar. In *Psikanaliz Yazıları 37*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık. S: 71-84.
- Güler M (2016). Okul Öncesi Dönem 4-6 Yaş Çocukları İçin Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. (Yükseklisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Güngör H, Buluş M. (2016). Ebeveyn mükemmeliyetçiliğinin 5-6 yaş okul öncesi dönem çocuklarının algılanan kaygı düzeyini öngörmedeki rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 147-159.
- Hayes SC, Wilson KG, Gifford EV, Follette VM, Strosahl K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal Of Consulting Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.

- Hesapçıoğlu ST, Ceylan MF, Erdoğan B, Kandemir G, Çöp E. (2017). Okul öncesi çocuklarda duygusal ve davranışsal sorunlar annedeki hangi psikiyatrik belirtiler ile ilişkilidir? *Düşünen Adam*, 30(1), 6-14.
- Holder MD. (2012), Happiness In Children: Measurement, Correlates And Enhancement Of Positive Subjective Well-Being. Netherlands: Springer Science & Business Media. S: 19-34.
- Işık AE, Turan F. (2015). Normal gelişim gösteren ve otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda duygu düzenleme. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(2), 709-716.
- Jack RE, Garrod OG, Schyns PG. (2014). Dynamic facial expressions of emotion transmit an evolving hierarchy of signals over time. *Current Biology*, 24(2), 187-192.
- Kalyon A (2018). Anksiyete duyarlılığının ve sosyal anksiyeteye eşlik eden anksiyete duyarlılığının azaltılmasında bilişsel-davranışçı müdahale programının etkisi. (Doktora Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Karakaya E, Öztıp DB. (2013). Kaygı bozukluğu olan çocuk ve ergenlerde bilişsel davranışçı terapi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 10-24.
- Karoğlu H, Ünüvar P. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının gelişim özellikleri ve sosyal beceri düzeyleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(1), 231-254.
- Kaya Z, Karaca R. (2018). Ergenlerin atılganlık ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1490-1516.
- Küçüködük C (2015). 3-5 Yaş Arasında Ve Anaokuluna Giden Çocuk Annelerinin Ayrılma Kaygısı Ve Bağlanma Biçimleri İle Çocuğun Davranışları Ve Ayrılma Kaygısı Arasındaki İlişki: Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü. (Yükseklisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Lau EYH, Williams K. (2021). Emotional regulation in mothers and fathers and relations to aggression in hong kong preschool children. *Child Psychiatry*

Human Development, 52(2): 1-11 doi:<https://doi.org/10.1007/s10578-021-01165-y>.

Lee AH, DiGiuseppe R. (2018). Anger and aggression treatments: A review of meta-analyses. *Current Opinion in Psychology*, 19(1), 65-74.

Lopez-Duran NL, Kuhlman KR, George C, Kovacs M. (2013). Facial emotion expression recognition by children at familial risk for depression: high-risk boys are oversensitive to sadness. *Journal of Child Psychology Psychiatry Research*, 54(5), 565-574.

Malik F, Marwaha R. (2021), Developmental Stages of Social Emotional Development In Children [Elektronik Sürüm]. Stat Pearls Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. S: 1-11.

Maslow A. (1954), Motivation and Personality. New York: Harper & Row. S: 42-54.

McClelland MM, Ponitz CC, Messersmith EE, Tominey S. (2010), Self-Regulation: Integration Of Cognition And Emotion. Lerner RML, M. E. Freund, A. M. (Ed.), The Handbook of Life-Span Development. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. S: 509-553.

Mirabile S (2008). The Child Emotion Regulation Questionnaire: Procedures And Scoring. (Doktora Tezi), University of New Orleans, New Orleans.

Mohatt J, Bennett SM, Walkup JT. (2014). Treatment of separation, generalized, and social anxiety disorders in youths. *American Journal of Psychiatry*, 171(7), 741-748.

Morelen D, Shaffer A, Suveg C. (2016). Maternal emotion regulation: Links to emotion parenting and child emotion regulation. *Journal of Family Issues*, 37(13), 1891-1916.

Morris A, Silk J, Morris M, Steinberg L, Aucoin K, Keyes A. (2011). The influence of mother-child emotion regulation strategies on children's expression of anger and sadness. *Developmental Psychology*, 47(1), 213-225. doi:10.1037/a0021021.

- Morris AS, Criss MM, Silk JS, Houltberg BJ. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233-238.
- Morrison JR. (2016), DSM-5'i Kolaylaştıran Klinisyenler İçin Tanı Rehberi. (Sahin M, Kural HU, ev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. S: 31-82.
- Nazhoğlu AG (2019). Çocuğun Ayrılık Kaygısı ile Annelerinin Kaygı Düzeyleri ve Ebeveynlik Tutumları Arasındaki İlişki. (Yükseklisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Oflaz F. (2015). Travma yaşamış ocuk ve gençlerin ele alınmasında ocuk-ergen ruh sağlığı ve psikiyatri hemşireliği uygulamaları. *Turkiye Klinikleri Dergisi*, 1(2), 46-51.
- Okutan E, Akbaş MG. (2019). 15-24 yaş arası öğrencilerin kariyer kaygılarını incelemeye yönelik literatür araştırması. *Siyaset Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 33-41.
- Öngider N. (2013). Relationship between parents and preschool children. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar - Current Approaches in Psychiatry*, 5(4), 420-440. doi:10.5455/cap.20130527
- Özer İÖ. (2018). Bağlanmanın doğal sonucu: Ayrılma kaygısı. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 125-134.
- Öztürk A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 15-26.
- Öztürk M, Ertem GT, Kotanoğlu MS, Erdinç ř, Kımkılı S. (2021). Covid-19 pandemisinde görev alan sağlık çalışanlarının algıladıkları sosyal desteğin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerine etkisi. *Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi*, 54(1), 70-77.
- Özyurt G, Öztürk Y, Akay A. (2017). Anksiyete bozukluğu olan çocuklarda duygu düzenlemenin annelerinin duygu düzenlemesi, bağlanması ve anksiyete duyarlılığı ile ilişkisinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(4), 369.

- Özyurt G, Pekcanlar Akay A, Öztürk Y, Baykara B, İnal Emiroğlu N. (2016). Çocuklarda ve annelerinde duygu düzenlemenin araştırılması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(5), 393-402.
- Özyürek A, Begde Z, Yavuz NF. (2014). Okul öncesi çocukların sosyal becerileri ile yakın çevresindeki yetişkin etkileşimleri arasındaki ilişki. *Afyon Kocatepe University Journal of Social Sciences*, 16(2), 111-129.
- Prosen S, Smrtnik Vitulić H. (2018). Children's emotional expression in the preschool context. *Early Child Development Care*, 188(12), 1675-1683.
- Rapee R, Wignall A, Copham W, Spence S. (2014), Kaygılı Çocuğa Yardım. (Baykaldı R, Çev.). İstanbul: Arkadaş Yayıncılık. S: 33-41.
- Ray J. (2014). Posttraumatic stress disorder in children: What elementary teachers should know. *Kappa Delta Pi Record*, 50(3), 109-113.
- Rehm IC, Staiger PK. (2018). Emotion regulation and psychopathology: Current understanding and new directions. *Clinical Psychologist*, 22(2), 109-111.
- Saleem T, Gul S. (2018). Use of emotion regulation strategies across family systems. *International Journal of Mental Health*, 47(3), 228-235.
- Sapmaz ŞY, Erkuran HÖ, Ergin D, Öztürk M, Celasin NŞ, Karaarslan D, ve ark. (2018). DSM-5 özgül fobi şiddet ölçeği-çocuk formunun türkçe güvenilirliği ve geçerliliği. *Düşünen Adam*, 31(4), 340-346.
- Seçim G. (2020). Bilişsel esneklik ve duygu düzenleme özelliklerinin psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 1-20.
- Serrano-Villar M, Huang K-Y, Calzada EJ. (2017). Social support, parenting, and social emotional development in young mexican and dominican american children. *Child Psychiatry Human Development*, 48(4), 597-609.
- Silver G, Shapiro T, Milrod B. (2013). Treatment of anxiety in children and adolescents: Using child and adolescent anxiety psychodynamic psychotherapy. *Child Adolescent Psychiatric Clinics*, 22(1), 83-96.

- Smiley PA, Tan SJ, Goldstein A, Sweda J. (2016). Mother emotion, child temperament, and young children's helpless responses to failure. *Social Development*, 25(2), 285-303.
- Steptoe A. (2019). Happiness and health. *Annual Review Of Public Health*, 40(1), 339-359.
- Sullivan TN, Helms SW, Kliewer W, Goodman KL. (2010). Associations between sadness and anger regulation coping, emotional expression, and physical and relational aggression among urban adolescents. *Social Development*, 19(1), 30-51.
- Şafak Y, Karadere ME, Özdel K, Kuru E, Özcan T, Türkçapar MH, ve ark. (2014). Obsesif kompulsif bozuklukta bilişsel davranışçı grup psikoterapisinin etkinliğinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(4), 225-233.
- Şahin H, Seven S. (2020), Erken Çocuklukta Kaygı. Ankara: Gece Kitaplığı. S: 12-22.
- Şahin M. (2017), Davranışın Biyolojik Temelleri In Çoskun H, Nilüfer ŞÖ (Eds.), Psikolojiye Giriş. İstanbul: Lisans Yayıncılık. S: 8-15.
- Şahin M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Tabachnick BG, Fidell LS. (2015), Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı. İstanbul: Nobel. S: 53-57.
- TDK. (2005), Türkçe Sözlük. (10 bs.). Ankara: Türk Dil Kurumu. S: 42-43.
- Tetik S, Akkaya B. (2018). Üniversite gençlerinin duygu yönetimi becerileri üzerine bir araştırma. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 7(4), 99-121.
- Thompson RA. (2014). Socialization Of Emotion And Emotion Regulation In The Family. Gross JJ (Series Ed.) Handbook Of Emotion Regulation New York: The Guilford Press. S: 173-186.
- Thompson RA, Calkins SD. (1996). The double-edged sword: Emotional regulation for children at risk. *Development Psychopathology*, 8(1), 163-182.

- Thompson RA, Goodman M. (2010), Development Of Emotion Regulation: More Than Meets The Eye. *Emotion Regulation And Psychopathology: A Transdiagnostic Approach To Etiology And Treatment*. New York: The Guilford Press. S: 38–58.
- Tok E, Arkar H, Bildik T. (2016). Çocukluk çağı kaygı bozukluklarında bilişsel davranışçı terapi, ilaç tedavisi ve kombine tedavinin etkililiğinin karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 110-118.
- Vatan S. (2019). Duygu düzenlemenin şahdamarı: Öz-şefkat [Elektronik Sürüm]. *PIVOLKA*, 9(31), 2-4.
- Vatan S, Kahya YO. (2018). Duygu düzenleme becerileri ölçeğinin türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 19(2), 192-201.
- Wardecker BM, Kaplow JB, Layne CM, Edelstein RS. (2017). Caregivers' positive emotional expression and children's psychological functioning after parental loss. *Journal Of Child Family Studies*, 26(12), 3490-3501.
- Werner K, Gross JJ. (2010), *Emotion Regulation And Psychopathology: A Conceptual Framework*. *Emotion Regulation And Psychopathology: A Transdiagnostic Approach To Etiology And Treatment*. New York: The Guilford Press. S: 13–37.
- Yılmaz B. (2018). Obsesif kompulsif bozukluk tedavisinde güncel yaklaşımlar. *Lectio Scientific Journal of Health and Natural Sciences*, 2(1), 21-42.
- Yılmaz E, Tepeli K. (2013). Examination of social problem-solving skills of 60-72 months old children in terms of their emotion understanding skills. *Turkey Journal of Social Researches*, 172(1), 117-130.
- Yılmaz Ö, Hakan B, Arslan A. (2017). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.
- Zantinge G, van Rijn S, Stockmann L, Swaab H. (2019). Concordance between physiological arousal and emotion expression during fear in young children with autism spectrum disorders. *Autism*, 23(3), 629-638.

EKLER

Ek 1. Anne ve Çocuk Tanıtıcı Bilgi Formu

1. Yaşınız:
2. Çocuğunuzun Yaşı:
3. Çocuğunuzun Cinsiyeti: 1) Kız 2) Erkek
4. Çalışma Durumunuz: 1) Çalışıyor 2) Çalışmıyor
5. Aile tipiniz: 1) Çekirdek 2) Geniş
6. Algılanan Sosyoekonomik Durum: 1) Düşük 2) Orta 3) Yüksek
7. Eğitim durumunuz:
1) Okur yazar değil 2) İlkokul 3) Ortaokul
4) Lise 5) Üniversite ve üzeri. 6) Okur yazar
8. Kaç çocuğunuz var?
1) Bir 2) İki 3) Üç 4) Dört ve üzeri.
9. Evde size yardım eden birisi var mı? 1) Var 2) Yok
10. Çocuğunuz kaç yaşından beri anaokuluna/anasınıfına gidiyor?
1) 3 (Üç) 2) 4 (Dört) 3) 5 (Beş) 4) 6 (Altı)
11. Çocuğunuzun herhangi kronik veya gelişimsel problemi var mı?
1) Var 2) Yok

Ek 2. Duygu Düzenleme Becerileri  leği

Değerli Katılımcı,

Aşağıda son bir hafta içerisinde yaşamış olabileceğiniz duygularla ilgili bazı ifadeler bulacaksınız. Lütfen, her bir ifadenin yanına size en uygun gelen cevabı işaretleyiniz. Lütfen ifadelerde çok zaman harcamayınız, aklınıza ilk gelen cevabı işaretleyiniz, aklınıza ilk gelen yanıt büyük olasılıkla en iyisidir.

Duygularla Baş Etme: Son bir hafta içerisinde...	Hiç	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Neredeyse Her Zaman
1.)...Hissettiklerime bilinçli olarak dikkat edebildim.	0	1	2	3	4
2.)... Bilinçli olarak olumlu hisler ortaya ıkarabildim.	0	1	2	3	4
3.)... Duygusal tepkilerimi anladım.	0	1	2	3	4
4.)... Olumsuz hislerime tahammül edebildim.	0	1	2	3	4
5.)... Olumsuz hislerimi kabul edebildim.	0	1	2	3	4
6.)...Hislerimi adlandırabildim.	0	1	2	3	4
7.)...Hissettiklerimle ilgili net bir fiziksel algıya sahiptim.	0	1	2	3	4
8.)... Olumsuz hislerle karşı karşıya kalacak bile olsam, ne yapmak istiyorsam onu yaptım.	0	1	2	3	4
9.)... Sıkıntılı durumlarda kendime güvence vermeye çalıştım.	0	1	2	3	4
10.)... Olumsuz hislerim üzerinde bir etki yaratabildim.	0	1	2	3	4
11.)...Hissettiklerimin ne anlama geldiklerini biliyordum.	0	1	2	3	4
12.)...Gerektiğinde olumsuz duygularıma odaklanabildim.	0	1	2	3	4
13.)... Herhangi bir anda hangi duyguyu hissettiğimi biliyordum.	0	1	2	3	4
14.)...Belli durumlardaki duygusal değişimlere karşı vücudumun gösterdiği değişiklikleri bilinçli olarak fark ettim.	0	1	2	3	4
15.)...Duygusal olarak sıkıntılı olan durumlarda kendimi neşelendirmeye çalıştım.	0	1	2	3	4
16.)...Olumsuz hislerime rağmen yapmak istediklerimi yaptım.	0	1	2	3	4
17.)...Olumsuz olsalar bile hissettiklerimle aram iyiydi.	0	1	2	3	4
18.)...Olumsuz hislerim yoğun olsalar bile onlara tahammül edebileceğimden emindim.	0	1	2	3	4
19.)...Hislerimi bilinçli olarak deneyimleyebildim.	0	1	2	3	4
20.)... Hissettiklerimin nedenlerinin farkındaydım.	0	1	2	3	4

21.)... Hissettiklerimi etkileyebileceğimin farkındaydım.	0	1	2	3	4
22.)... Bunu yaparken olumsuz hislerimi tetikleyebileceğini veya yoğunlaştırabileceğini düşünmeme rağmen benim için önemli olan amaçlarımı sürdürdüm.	0	1	2	3	4
23.)...Olumsuz hislerimi başımdan defetmeye çalışmadan deneyimleyebildim.	0	1	2	3	4
24.)...Fiziksel duyumsamalarım nasıl hissettiğimin iyi birer göstergesiydi.	0	1	2	3	4
25.)... Hangi duyguları yaşadığım konusunda nettim.	0	1	2	3	4
26.)...Olumsuz hislerimi tolere edebildim.	0	1	2	3	4
27.)...Duygusal olarak sıkıntılı durumlarda kendi kendimi destekledim.	0	1	2	3	4
27.)...Duygusal olarak sıkıntılı durumlarda kendi kendimi destekledim.	0	1	2	3	4

Ek 3. Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği

OKUL ÖNCESİ KAYGI ÖLÇEĞİ						
Lütfen aşağıdaki soruları anasınıfına giden çocuğunuzu düşünerek yanıtlayınız.						
		HİÇ doğru değil	Nadiren doğru	Bazen doğru	Oldukça doğru	Çoğu zaman doğru
1	Çocuğum endişeli olmayı bırakmakta zorlanıyor.	0	1	2	3	4
2	Çocuğum başka insanlara rezil olacağı bir şeyi yapmaktan korkuyor.	0	1	2	3	4
3	Çocuğum bir şeyi iyi yapıp yapmadığını durmadan kontrol ediyor (örneğin: kapıyı kapatmak veya musluğu kapatmak).	0	1	2	3	4
4	Çocuğum doktor ve/veya dişçilerden korkuyor.	0	1	2	3	4
5	Çocuğum bir yetiştikenden yardım istemekten korkuyor (örneğin: bir öğretmen veya bir grup yöneticisi).	0	1	2	3	4
6	Çocuğum aklındaki düşünce veya görüntülerden rahatsız oluyor (sinirleniyor).	0	1	2	3	4
7	Çocuğum gece kendi evinden başka bir yerde uyuması gerektiğinde rahatsız olabilir (sinirleniyor).	0	1	2	3	4
8	Çocuğum yükseklikten (yüksek yerlerden) korkuyor.	0	1	2	3	4
9	Çocuğum tanımadığı insanlarla tanışmak veya konuşmaktan korkuyor.	0	1	2	3	4
10	Çocuğum anne ve babasının başına kötü bir şey geleceğinden korkuyor.	0	1	2	3	4
11	Çocuğum gök gürültüsünden korkuyor.	0	1	2	3	4
12	Çocuğum grup veya sınıfı karşısında konuşmaktan korkuyor (örneğin: bir grup görüşmesinde)	0	1	2	3	4
13	Çocuğum kendisinin başına kötü bir şey geleceğinden (örneğin: kaybolma veya kaçırılma) ve bu nedenle artık anne ve babasının yanında olamayacağından korkuyor.	0	1	2	3	4
14	Çocuğum yüzmekten korkuyor.	0	1	2	3	4
15	Çocuğum başka insanların yanında utanacağı bir şey yapacağından korkuyor.	0	1	2	3	4
16	Çocuğum böcek ve/veya örümceklerden korkuyor.	0	1	2	3	4
17	Çocuğum, onu bir yerde bıraktığımda (örneğin: yuva/okul veya bakıcı) sinirleniyor.	0	1	2	3	4
18	Çocuğum bir grup çocuklara gidip onlara katılmaktan korkuyor.	0	1	2	3	4
19	Çocuğum köpeklerden korkuyor.	0	1	2	3	4
20	Çocuğum kabus görüyor.	0	1	2	3	4
21	Çocuğum yaptığı şeyi iyi yapıp yapmadığı hakkında endişeli oluyor.	0	1	2	3	4

22	Çocuğum karanlıkta korkuyor.	0	1	2	3	4
23	Çocuğum kendinden emin olmak istiyor ve, bu gerekli olmadığı halde, yaptığı şeyi iyi yapıp yapmadığını soruyor.	0	1	2	3	4
24	Çocuğum (inek, keçi veya koyun gibi) büyük hayvanlardan biraz korkuyor.	0	1	2	3	4
25	Çocuğum yeni insanların yanında utangaç ve sessiz oluyor.	0	1	2	3	4
26	Çocuğum yeni veya alışkın olmadığı durumlarda heyecanlı görünüyor.	0	1	2	3	4
27	Çocuğum bir yanlış yaptığında rahatsız oluyor (sinirleniyor).	0	1	2	3	4
28	Çocuğum anne ve babasından ayrıldığı zaman rahatsız oluyor (sinirleniyor).	0	1	2	3	4
29	Çocuğum beklenilmeyen bir şey olduğunda rahatsız oluyor (sinirleniyor).	0	1	2	3	4
30	Çocuğum güçlü seslerden korkuyor.	0	1	2	3	4

Ek 4. Çocuk Duygu İfade Ölçeği

Aşağıdaki sorular çocuğunuzun jest-mimikler, beden duruşu ve sözcükler doğrultusunda duygularını nasıl ifade ettiği ile ilgilidir. Her bir ifade üzerinde dikkatlice düşününüz ve mümkün olduğunca gerçeğe uygun bir şekilde cevap veriniz. Çocuğunuzu en iyi tanımlayan rakamı daire içine alarak gösteriniz. Aşağıdaki 15 soruyu da cevaplayınız. **Doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır.**

Mutlu	Asla	Çok az	Bazen	Sık sık	Her zaman
2.Mutlu olduğunda uzun süre mutluluğu devam eder.	1	2	3	4	5
3.Mutlu olduğunda, mutluluğunu çok yoğun bir şekilde gösterir.	1	2	3	4	5
4.İyi bir şey olduğunda, çok çabuk mutlu olur.	1	2	3	4	5
Üzgün	Asla	Çok az	Bazen	Sık sık	Her zaman
1.Genellikle üzgündür.	1	2	3	4	5
2.Üzgün olduğunda, uzun bir süre üzüntüsü devam eder.	1	2	3	4	5
3.Üzgün olduğunda, üzüntüsünü çok yoğun bir şekilde gösterir.	1	2	3	4	5
4.Kötü bir şey olduğunda, çok çabuk üzülür.	1	2	3	4	5
Öfkeli	Asla	Çok az	Bazen	Sık sık	Her zaman
1.Genellikle öfkelidir.	1	2	3	4	5
2.Kızgın olduğunda, uzun bir süre öfkesi devam eder.	1	2	3	4	5
3.Öfkelendiğinde, öfkesini çok yoğun bir şekilde gösterir.	1	2	3	4	5
4.Kötü bir şey olduğunda, çok çabuk öfkelenir.	1	2	3	4	5
Korkmuş	Asla	Çok az	Bazen	Sık sık	Her zaman
1.Genellikle bir şeylerden korkar.	1	2	3	4	5
2.Korktuğunda, uzun bir süre korkusu devam eder.	1	2	3	4	5
3.Korktuğunda, korkusunu çok yoğun bir şekilde gösterir.	1	2	3	4	5
4.Korkutucu bir şey olduğunda, çok çabuk korkar.	1	2	3	4	5

Ek 5. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Katıldığınız bu çalışma, “Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Annelerin Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocuklarının Kaygı Düzeyi ve Duygu İfade Biçimleri Arasındaki İlişki”yi inceleyen bilimsel bir araştırmadır. Bu çalışma, Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dr. Öğretim Üyesi Nevin GÜNAYDIN ile Yüksek Lisans Öğrencisi Elif KAYA tarafından yürütülmektedir.

Araştırma için Ordu İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Bu araştırmada yer almanız nedeniyle size hiçbir ödeme yapılmayacaktır. Araştırmadaki işlemlerin size hiçbir zararı olmayacaktır. Bu araştırmada yer almak tamamen sizin isteğinize bağlıdır katılmanız için hiçbir zorunluluk yoktur. Araştırmadaki formları doldurmanız yaklaşık 20 dakikanızı alacaktır. Soru formlarına isim yazmanız gerekmemekte olup, formları doldurmanız çalışmaya katılmayı kabul ettiğinizi göstermektedir. Çalışmadan istediğiniz zaman çekilebilirsiniz ve çekilmeniz halinde hiçbir şekilde olumsuz etkilenmeyeceksiniz. Sorulara yanıtlarınız gizli tutulacak ve kimseyle paylaşılmayacaktır.

Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim, saygılarımla...

Çalışmaya Katılma Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum. Aklıma gelen tüm soruları araştırmacıya sordum, yazılı ve sözlü olarak bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Çalışmaya katılmayı isteyip istemediğime karar vermem için bana yeterli zaman tanıdı. Bu koşullar altında, bana ait bilgilerin araştırmada kullanılması konusunda araştırma yürütücüsüne yetki veriyor ve araştırmaya hiçbir zorlama ve baskı olmaksızın büyük bir gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

Katılımcının Adı Soyadı:

Tarih ve İmzası:

Araştırmacının Adı Soyadı: Elif KAYA

İş Adresi: Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

E-Posta:

Tarih ve İmzası:

Ek 9. Kurum İzni



T.C.
ORDU VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 18802389-44-E.11965706
Konu : Araştırma İzni
(Elif KAYA)

03.09.2020

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) Milli Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 21.01.2020 tarihli ve 1563890 sayılı yazısı (Genelge 2020/2)
b) Ordu Üniversitesi Rektörlüğü Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 30.07.2020 tarihli ve 515431 sayılı yazısı.

Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Tezli Yüksek Lisans Programı 18250200008 no'lu öğrencisi Elif KAYA'nın "Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Annelerin Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocukların Kaygı Düzeyi ve Duygu İfade Biçimleri Arasındaki İlişki" başlıklı çalışmasına veri sağlamak amacıyla anket çalışmasına izin talebine ilişkin ilgi yazı ve ekleri Müdürlüğümüz Araştırma Değerlendirme Komisyonu tarafından ilgi (a) genelge hükümleri doğrultusunda incelenmiş olup uygulanmasında sakınca görülmemiştir.

Söz konusu araştırmanın Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Tezli Yüksek Lisans Programı 18250200008 no'lu öğrencisi Elif KAYA tarafından; eğitim öğretim faaliyetlerini aksatmamak, uygulamalarda olur ekinde yer alan mühürlü formun kullanılması, öğrencilere ait çalışmaların veli izni doğrultusunda ve elde edilen verilerin herhangi bir haber, resmi özel web sayfaları, yerel ve ulusal basında paylaşılmaması, ilgili genelge hükümlerine göre araştırma sonucunun tamamlandığı tarihten itibaren otuz (30) gün içinde bir örneğinin Müdürlüğümüze gönderilmesi kaydıyla, İlimiz Ünye İlçesinde bünyesinde anasınıfı bulunan okullar ve bağımsız anaokulu öğrenci velilerine 2020 - 2021 Eğitim ve Öğretim Yılı içerisinde okul ve kurum müdürlüğünün sorumluluğunda gönüllülük esasına göre uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde Olur'larınıza arz ederim.

Musa GÖZÜDİK
Müdür a.
Şube Müdürü

OLUR
03.09.2020

Mehmet Fatih VARGELOĞLU
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek :Tutanak ve Anket Formu (18 sayfa)

Adres: Saray Mah. Ulukonak Cd.No:5 PK.52089 Altınordu/ORDU Bilgi için: Ayşe ÖZCANLI/Şef (Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğü)
Elektronik Ağ: ordu.meb.gov.tr Tel: 0 (452) 223 16 29
e-posta: ab52@meb.gov.tr Faks: 0 (452) 225 01 44

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 2939-3ca1-3e8d-a317-b52a kodu ile teyit edilebilir.

Ek 10. Etik Kurul İzni



T.C.
ORDU ÜNİVERSİTESİ
KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARARLARI

Toplantı Tarihi	Toplantı Sayısı	Toplantı Saati	Karar Sayısı
12.11.2020	23	15.00	240

Ordu Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu, “Klinik Araştırmalar ve Biyoyararlanım/Biyoeşdeğerlik Çalışmaları Etik Kurullarının Standart Çalışma Yöntemi Esasları” 11.2.1 maddesi uyarınca Etik Kurul Başkanı Doç. Dr. Ahmet KARATAŞ başkanlığında toplanarak aşağıdaki kararları almıştır.

KARAR NO: 2020/ 240

Sorumlu yürütücü Dr. Öğr. Üyesi Nevin GÜNAYDIN'ın , KAEK 192 Nolu başvurusunun değerlendirilmesi sonucu “Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Annelerin Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocuklarının Kaygı Düzeyi ve Duygu İfade Biçimleri Arasındaki İlişki” başlıklı araştırmasının etik ilke ve kurallara uygunluk açısından yapılabilirliğine ve konunun ilgili öğretim üyesine tebliğine toplantıya katılanların oy birliği ile karar verildi.

e-İmzalıdır
Doç. Dr. Ahmet KARATAŞ
Ordu Üniversitesi
Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanı