



T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ÖZ
KONTROL VE ÖZ YÖNETİM ALGILARININ EVLİLİK UYUMUYLA
VE ÇOCUKLARININ ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİYLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HÜSEYİNCAN KATILMIŞ

Tez Danışmanı

DR.ÖĞR. ÜYESİ MUSTAFA TÜRKMEN

ÇANAKKALE – 2023



T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ÖZ KONTROL VE ÖZ
YÖNETİM ALGILARININ EVLİLİK UYUMUYLA VE ÇOCUKLARININ
DÜZENLEME BECERİLERİYLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HÜSEYİNCAN KATILMIŞ

Tez Danışmanı

DR.ÖĞR. ÜYESİ MUSTAFA TÜRKMEN

ÇANAKKALE – 2023



T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



Hüseyincan KATILMIŞ tarafından Dr. Öğr. Üyesi Mustafa TÜRKMEN yönetiminde hazırlanan ve **26/01/2023** tarihinde aşağıdaki jüri karşısında sunulan “**Okul Öncesi Dönemde Çocuğu Olan Annelerin Öz Kontrol ve Öz Yönetim Algılarının Evlilik Uyumuyla ve Çocuklarının Düzenleme Becerileriyle İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı çalışma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Disiplinlerarası Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı’nda **YÜKSEK LİSANS YETERLİK TEZİ** olarak oy birliği/oy çokluğu ile kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Dr. Öğr. Üyesi Mustafa TÜRKMEN

Doç. Dr. Hülya ERCAN

Dr. Öğr. Üyesi Ersin UZMAN

İmza

.....

.....

.....

Tez No :

Tez Savunma Tarihi : .././20..

.....
İSİM SOYİSMİ

Enstitü Müdürü

.././20..

ETİK BEYAN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kuralları'na uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi taahhüt ve beyan ederim.

Hüseyincan KATILMIŞ

26/01/2023

TEŞEKKÜR

Tez yazma sürecimde her zaman yanımda olan, akademik görüşü ve hayatla ilgili görüşleriyle bana yol gösteren ve beni desteklediğini her zaman hissettiren tez danışmanım Dr. Mustafa TÜRKMEN'e saygılarımı ve teşekkürlerimi sunarım. Lisans ve Yüksek Lisans sürecinde beni geliştiren ve öğretileriyle gelişimime destek olan tüm hocalarıma saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek Lisans süreciyle birlikte tekrar Çanakkale'de yaşama fırsatı sunan ve beni maddi manevi destekleyen aileme, Çanakkale'de yaşadıklarımla ve bana yaşattıklarıyla her zaman daha güçlü bir insan olduğumu hissettiren arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunuyorum. Bu zorlu süreçte isyanlarıma cevap veren ve bana her türlü desteği sağlayıp bitirmem konusunda direten arkadaşım Dilara ERGÜN'e, Yeğeniyle olan mücadelesine rağmen benden desteğini çekmeyen Melike DİLBER'e, Türkiye'nin en uç noktasında da olsa her zaman her koşulda ulaşabildiğim ve hep yanımda olacağını bildiğim Bahar TARGAL'a, Çanakkale'deki lisans döneminde sınıf arkadaşı olduğum, meslektaşı olduğum, memleketlisi olduğum Çanakkale'de her daim evimde olduğumu hissettiren Hilal YALÇIN'a , Bursa'da çalıştığım kurumlardaki arkadaşlarıma, özellikle son 2 aydır iş yoğunluğu ve tez yoğunluğu sürecimin arasında kalan zaman zaman stresime stres katan ama bütün stresime ortak olan ev arkadaşım Yunus AYKILIÇ'a, Tüm bu süreçte ve hayatımdaki diğer süreçlerde bana her şekilde, her an destek olan, motive eden, ismini tek tek anmadığım güzel insanlar, hepinize çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız!

Ve son olarak da iyisiyle kötüsüyle bu süreci tamamlamış olmaktan büyük mutluluk duyuyorum ve kendime teşekkür ediyorum.

Hüseyincan KATILMIŞ

Çanakkale, Ocak 2023

ÖZET

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ÖZ KONTROL VE ÖZ YÖNETİM ALGILARININ EVLİLİK UYUMUYLA VE ÇOCUKLARININ DÜZENLEME BECERİLERİYLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Hüseyincan KATILMIŞ

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Türkmen

26/01/2023, 83

ÖZET

Bu çalışmadaki amaç, annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ve çocuklarının öz düzenleme becerileriyle ilişkisinin incelenmesidir. Çalışma kapsamında, annelerin öz kontrol ve öz yönetim algıları, evlilik uyumları ve çocuklarının ÖD becerileri demografik değişkenlere göre incelenmiş olup ayrıca annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının, evlilik uyumlarının ve çocuklarının öz düzenleme becerilerinin birbirleriyle ilişkisi incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemini, 2020-2022 yılları arasında Türkiye’de yaşayan, 4 ile 6 yaş aralığında çocuğu olan 346 evli kadın oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi için basit rastgele örnekleme yöntemi uygun kullanılmıştır.

Bu araştırma ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen verileri toplamak için; Kişisel veri toplama formu, Mezo’nun (2009) geliştirdiği,

Ercoşkun'un (2016) Türkçe'ye uyarladığı Öz Kontrol Öz Yönetim Ölçeği, Locke ve Wallace'in (1959) geliştirdiği Türkçe'ye uyarlama çalışması Kışlak (1999) tarafından yapılmış olan Evlilik Uyumu Ölçeği ve Erol ve İvrendi'nin (2018) alanyazına kattığı 4 ile 6 yaş aralığındaki çocuklara yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin analizi için SPSS 21 Nicel Veri Analizi Paket Programı kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde sosyodemografik değişkenler ile sırasıyla; Annelerin öz kontrol ve öz yönetim, evlilik uyumu ve 4 ile 6 yaşa aralığındaki çocuklara yönelik ÖD becerileri puanları arasındaki ilişkiler incelenmiştir

Çalışmanın sonucuna göre; annelerin öz kontrol ve öz yönetim algıları ile evlilik uyumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu; öz kontrol ve öz yönetim ile ÖD becerileri birbirleriyle aralarında pozitif doğrultuda bir ilişki olduğu; çocuklarının ÖD becerileri ve evlilik uyumlarının birbirleriyle aralarında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Öz Kontrol, Öz Yönetim, Evlilik Uyumu, Öz Düzenleme, Anne, Çocuk

ABSTRACT

AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SELF CONTROL AND SELF MANAGEMENT PERCEPTIONS OF MOTHERS WITH CHILDREN IN THE PRESCHOOL PERIOD AND THEIR MARITAL ADJUSTMENT AND THEIR CHILDREN'S SELF REGULATION SKILLS

Hüseyinca KATILMIŞ

Çanakkale Onsekiz Mart University School of Graduate Studies

Master of Science Thesis in Family Counseling

Advisor: Assistant Professor Mustafa Türkmen

26/01/2023, 83

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between self-control and self-management perceptions of mothers with preschool-aged children and their marital satisfaction, as well as their children's self-regulation abilities. The study analyzed these variables among mothers, and examined their relationship, taking into account demographic variables.

The population of the research consisted of 346 married women residing in Turkey between the years 2020-2022 and having children between the ages of 4-6. The simple coincidental sampling method was used for the sampling of the research.

The relational screening method was used in this study. In order to collect data in the research, the personal data collection form, the Self-Control–Self-Management Scale developed by Mezo (2009) and adapted into Turkish by Ercoşkun (2016), the Marital

Adjustment Scale developed by Locke and Wallace (1959) and adapted into Turkish by Kışlak (1999), and the Self-Regulation Skills Scale for Children Aged 4 to 6 (Mother Form) developed by Erol and İvrendi were used.

This study analyzed data obtained in the scope of the Project by using SPSS 21 software, in order to determine the relationship between sociodemographic variables and the self-control and self-management perceptions, marital satisfaction, and self-regulation abilities of mothers with children aged 4 to 6.

The study found a positive correlation between the self-control and self-management perceptions of mothers with preschool-aged children and their marital satisfaction, as well as a positive relationship between these perceptions and their children's self-regulation abilities, and between the mothers' marital adjustment and their children's self-regulation abilities.

Keywords: Self-Control, Self-Management, Marital Adjustment, Self-Regulation, Mother, Child

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

JÜRİ ONAY SAYFASI	i
ETİK BEYAN	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
KISALTMALAR	xii
TABLolar DİZİNİ	xiii

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Ana Problemi ve Alt Problemleri	4
1.2. Araştırmanın Amacı	6
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	7
1.5. Araştırmanın Varsayımı	8
1.6. Tanımlar	8
1.6.1. Aile:	8
1.6.2. Evlilik	8
1.6.3. Evlilik Uyumu	8
1.6.4. Anne	8
1.6.5. Öz Kontrol	8
1.6.6. Öz Düzenleme	8
1.7.7. Anne(ler):	8

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Öz Kontrol ve Öz Yönetim Becerileri.....	9
2.1.1. Öz Kontrol Ve Öz Yönetim Becerilerini Etkileyen Faktörler	10
2.2.Evlilik Uyumu.....	12
2.2.1.Evlilik Uyumunu Etkileyen faktörler	13
2.3.Öz Düzenleme.....	15
2.3.1.Öz Düzenlemenin boyutları.....	16
Duygusal Düzenleme	17
Zihinsel (Bilişsel) Düzenleme	19
Davranışsal Düzenleme.....	20
2.3.2. Çocuklarda Öz Düzenleme Becerilerinin Gelişimi.....	21

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

3.1. Araştırma Yöntemi.....	25
3.2. Araştırma Grubu	25
3.3. Veri Toplama Araçları.....	26
3.3.1. Kişisel Veri Toplama Formu	26
3.3.2. Öz Kontrol – Öz Yönetim Ölçeği (ÖKYÖ).....	26
3.3.3. Evlilik Uyumu Ölçeği (EUÖ).....	27
3.3.4. 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği -Anne Formu (ÖDBÖ)	28
3.4. Veri Toplama Süreci	28
3.5. Verilerin Analizi	28

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

4.1.Sosyodemografik Bulguların Özetlenmesi.....	30
4.2.Annelerin ÖK ve ÖY Algılarının Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi	32
4.2.1. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?	32
4.2.2. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	32
4.2.3. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde fark var mıdır?	33
4.2.4. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	34
4.2.5. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	35

4.2.6. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	36
4.2.7. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?	36
4.2.8. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?	37
4.2.9. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	37
4.3. Evlilik Uyumunun Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi	38
4.3.1. Evlilik uyumu değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?	38
4.3.2. Evlilik uyumu değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	38
4.3.3. Evlilik uyumu değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	39
4.3.4. Evlilik uyumu değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	40
4.3.5. Evlilik uyumu değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	40
4.3.6. Evlilik uyumu değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	41
4.3.7. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?	42
4.3.8. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?	42
4.3.9. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	43
4.4. Çocuklarının Öz Düzenleme Becerilerinin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi.....	44
4.4.1. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?	44
4.4.2. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	44
4.4.3. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	45
4.4.4. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	46
4.4.5. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?.....	47
4.4.6. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	47
4.4.7. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?.....	48
4.4.8. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?.....	48
4.4.9. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?	49

4.5. Annelerin ÖK ve ÖY Algıları İle Evlilik Uyumları, Annelerin ÖK ve ÖY Algıları İle Çocuklarının ÖDB ve Annelerin Çocuklarının ÖDB ve Evlilik Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	50
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1. Tartışma.....	52
5.1.1. Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması.....	52
5.1.2. Evlilik Uyumu Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması	54
5.1.3. 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması	56
5.1.4. Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeği, Evlilik Uyumu Ölçeği ve 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden elde edilen verilerin ilişkisel olarak karşılaştırılmasından elde edilen sonuçların tartışılması	58
5.2. Sonuç.....	59
5.3. Öneriler.....	63
EKLER.....	I
EK 1. ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ.....	I
EK 2. ÖLÇEKLER	II
EK 3. ETİK KURUL KARARI.....	XIII
ÖZGEÇMİŞ.....	XIV

KISALTMALAR

Akt.	Aktaran
Vd.	Ve diğerleri
EUÖ	Evlilik Uyumu Ölçeği
ÖKÖY	Öz Kontrol-Öz Yönetim Ölçeği
ÖDBÖ	4 ile 6 Yaş Çocukların Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği
ÖDB	Öz düzenleme becerileri
ÖK ve ÖY	Öz Kontrol ve Öz Yönetim
ÖD	Öz Düzenleme

TABLULAR DİZİNİ

Tablo No	Tablo Adı	Sayfa No
Tablo 1	<i>Evlilik Uyum Ölçeği Puanlanması</i>	27
Tablo 2	<i>Katılımcıların Gelir Durumu, Eğitim Durumu, Çocuk Sayısı, Meslek Türü, Çalışma Durumu ve Eş ile Evlenme Türüne Dair Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımına İlişkin Bulgular</i>	30
Tablo 3	<i>Katılımcıların Yaş, Evlilik Yılı, Evlenme Yaşına Dair Sosyodemografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler</i>	31
Tablo 4	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	33
Tablo 5	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	33
Tablo 6	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi</i>	34
Tablo 7	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi</i>	35
Tablo 8	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi</i>	36
Tablo 9	<i>ÖKÖY'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi</i>	37
Tablo 10	<i>EUÖ'nden Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	38
Tablo 11	<i>EUÖ'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	39
Tablo 12	<i>EUÖ'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi</i>	40
Tablo 13	<i>EUÖ'nden Alınan Puanların Meslek Değişkenine Göre İncelenmesi</i>	41
Tablo 14	<i>EUÖ'nden Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi</i>	42

Tablo 15	<i>EUÖ'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi</i>	43
Tablo 16	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	45
Tablo 17	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi</i>	45
Tablo 18	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi</i>	46
Tablo 19	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi</i>	47
Tablo 20	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi</i>	48
Tablo 21	<i>ÖDBÖ'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi</i>	49
Tablo 22	<i>ÖDBÖ, ÖKÖY ve EUÖ'den alınan puanların ilişkisel karşılaştırılması</i>	50

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın problem durumuna, amacına, önemine, sınırlılıklarına, varsayımlarına ve tanımlarına yönelik bilgilere yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Okul öncesi dönem, bu yaş çocukları için zengin uyarıcı çevre olanakları sağlayarak; gelişim süreçlerine ve bireyler farklılıklarına uygun, bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişmeleri içeren; toplumun kültürel yapısına uygun olarak yetiştiren ve ilköğretim sürecine hazırlayan bir dönemdir (Gürkan, 2009). Okul öncesi dönemin amacı çocuklara öğrenmenin bir bütün olarak gerçekleşmesi için gerekli zihinsel (bilişsel), kavramsal, dilsel ve duygusal yeterlilikleri kazandırmaktır. Bu yeterlilikleri Vygotsky (1956) dil, yapılandırılmış bellek, seçici dikkat ve öz düzenleme olarak sınırlandırmıştır. Bireyin davranışlarının, düşüncelerinin ve duygularının farkına varma ve yönetebilme becerisi olan öz düzenleme becerisi aynı zamanda, bireyin dış dünyayla bağlantı kurma ve gelen uyarıcılara uygun tepki verme becerisini barındıran çok boyutlu bir süreçtir (Zeidner vd., 2000). Okul öncesi sürecinde öz düzenleme becerilerinin çocukların öğrenme kapasitesi, gelişim ve sosyal ilişkilerini etkilemesi sebebiyle bu dönemde öz düzenleme becerilerinin gelişimi oldukça kritiktir (McClelland ve Tominey, 2011).

Wertsch (1979)'e göre öz düzenleme süreci dört aşamada gerçekleşmektedir. İlk aşamada çocuk, yetişkinlerin sözlerini veya hareketlerini anlayamaz ve bu sebeple onun için hiçbir öznenin karşılığı bulunmamaktadır. İkinci aşamada çocuk, gelişmesiyle ve yetişkinin çocuğa daha hassas yaklaşımıyla birlikte davranış düzenleme sorumluluğun halen yetişkinde olması durumu sürse de ortak bir anlayış gelişebilmektedir. Üçüncü aşamadaki çocuk, konuşmak ve uygulama yapmanın bağlantısını fark edip sorumluluk alırken; bu dönemde kendine yönelik konuşmayı öz düzenlemenin gelişmesi için kullanır. Dördüncü aşamada ise kendine yönelik konuşma, yönlendiren bir düşünce halini alarak çocuk ile yetişkin arasındaki ilişkiyi tamamlamaktadır. Bunun sonucunda öz düzenleme

kendiliğinden oluşmakta ve içselleştirme davranışı, öz düzenlemenin süreçlerinin içinde yer alan asli unsur haline gelmektedir (Zimmerman ve Shunk, 2011). Eccles vd. (1998) çocuklar yaş aldıkça öz düzenleme yeteneklerinin arttığını vurgularken; Bandura (1997) ve Zimmerman'a (1989) öz düzenlemenin daha çok gelişimsel özelliklerle bağlantılı olduğunu belirtmişlerdir. Polnariiev'e (2006) göre ise birçok faktörün etkileşimi yolu ile gelişmektedir. Sosyal çevrelerinin etkisi, çocukların öz düzenleme becerilerinin gelişiminde büyük önem taşıdığı için önemlidir (Zeman vd., 2006)

Okul öncesi dönemde çocuklar hayatı gözlemleyerek kavramaya çalışmaktadır. Dolayısıyla bu dönemde çocuklar için yetişkinlerin kendilerine model olması çok önemlidir. Çocuklar tarafından model olarak seçilen yetişkinlerin başında ebeveynler gelmektedir. Çocuklarını büyütmek konusunda ebeveynlerin verdikleri ortak kararlar ve bu kararlarına uygun pekiştirici tutumlarıyla, çocukları kendi gücünün sınırlarını keşfetmekte ve kendine güvenmeyi öğrenmektedirler (Oktay, 2007). Alizadeh vd.' ne göre (2011) ebeveynlik çocukların davranışlarını işlevsel hale getirmeye yardımcı olan yöntemlerin bütünüdür. Baumrind (1991), ebeveynliği iki boyutta ele alır: İlk boyut olan talepkârlık ebeveynin çocuğundan beklediği davranışların yaşına ne kadar uygun olduğu, onu ne kadar denetlediği, kurallara uymadığında çocuğunu yüzleştirerek, uygun disiplin uygulaması/uygulamaması gibi konuları kapsarken; duyarlılık, çocuğun ihtiyaçlarını karşılama, bağımsız bir birey olmasını ve öz düzenlenmeyi geliştirmesini sağlama gibi konuları kapsamaktadır. Bunun yanında, literatürde öz düzenleme ve demokratik ebeveyn tutumu anlayışı arasındaki ilişkiye dair araştırmalara da rastlamak mümkündür (Chirkov ve Ryan, 2001; Guay vd., 2008). Ebeveynlerin çocuklara demokratik anlayış sergilemelerinin çocuklarda öz düzenleme davranışlarında olumlu yönde artış gösterdiği; demokratik tutumların ise annenin öz kontrol ve öz yönetim becerilerinin güçlü olmasını gerektiği görülmektedir. Barber (1996), ebeveyn kontrolü kavramını, çocukların, davranış ve rutinlerinin kontrol edilip düzenlenmesi, kendilerine bağlılığının sağlanması, onların düşünce ve hislerinin yönlendirilmesi süreçlerini barındıran bir davranış kümesi olarak tanımlamaktadır.

Alanyazında öz düzenleme ile çalışılan kavramlardan biri de öz kontroldür. Simonds vd. (2007) öz kontrolü, gelişimsel açıdan öz düzenlemenin erken formu olarak görmektedir. Araştırmacılara göre öz kontrol, çocuğun bir yetişkinin yönlendirmelerini basitçe tekrar etmesi ve kendi başınayken de bu yönlendirmelere uymaya devam etmesi

durumudur. Öz kontrol istenilmeyen davranışa karşı tepki verme gibi çatışma durumlarında veya iltifat etme, ricada bulunabilme gibi çatışma olmayan durumlarda gösterilen davranışlarda aktif rol oynamaktadır (Kamaraj, 2004). Öz düzenlemede ise birey planlar üretmek ve bir görevin değişen şartlarına esneklikle uyum sağlayabilmek gibi özellikleri barındırmaktadır ve bu sebeple daha kompleks bir davranıştır (Simonds vd., 2007).

Schaefer (1965)'a göre ebeveyn kontrol kavramı, çocukların psikolojik sağlığına etki eden ana faktörlerden biridir. Yüksek düzeyde ebeveyn kontrolünün, çocukların gözlemlenen kişisel yeterliliklerine ve kontrolüne zarar verdiği, onlara çaresizlik yüklediği ve bu durumun sonucunda anksiyeteye veya depresyona yol açabildiği bilinmektedir (Dwairy ve Achoui, 2010). Grolnick, vd. (1997)' ye göre aşırı kontrol edici ebeveynler çocukları için hazırladıkları ve yaşlarına uygun olmayan seçenekler sunarak, çocuğun kendisi için en uygun seçimi yapmasını güçleştirmektedirler.

Tutarlı ve ortak kararı alan bir aile ortamına sahip olan çocuğun, ebeveyniyle iletişimi daha kaliteli olup bu çocukların evliliklerdeki sorunların ortaya çıkaracağı olumsuz etkilerden daha az etkilendiği bir büyüme dönemi geçirdiği görülmektedir (Donma ve Donma, 2006). Dolayısıyla eşler arası uyumun çocuk davranışları üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Evlilik uyumu Haldford vd., (1997) tarafından, eşlerin pozitif ilişki şemalarına, karşılıklı olumlu duygu ve düşüncelere sahip olmaları, sağlıklı iletişim kurabilmeleri, çatışma çözme becerileri ve birlikte aktiviteler yapabilmeleri olarak tanımlanmıştır. Bununla yanı sıra evlilikte iyi olayların yaşanması kadar, kötü olayların yaşanması da doğaldır. Burada önemli olan gerginliklerin dengelenebilmesidir. Uyumlu ve istikrarlı bir evlilik, çiftlerin benzer yapıdaki kültürlere sahip olması, âşık olması ve sağlıklı bir cinsel yaşama sahip olunması gibi birçok faktörün bir arada bulunmasıyla sağlanmaktadır (Collins ve Coltrane, 1991; Broderick ve O'Leary, 1986; O'Grady ve Tucker, 1990).

Bandura'nın (1979) sosyal öğrenme kuramına göre, çocuklar olumsuz davranış örüntülerini gözlemleyerek öğrenmektedir. Ebeveynin uyumlu bir evliliğe sahip olması çocukların uyum becerilerini geliştirerek arttırırken; aile içindeki memnuniyetsizliklerinin, çocukların umudunu azaltarak, yaşama dair düşüncelerini olumsuz etkilediği görülmektedir (Donma ve Donma, 2006). Evliliklerdeki uyumsuzluk, ebeveynlerin

olumsuz davranış örüntüleri sergilemelerini kaçınılmaz hale getirebilmekte ve psikolojik problemlerini arttırabilmektedir. Bu durum ebeveyn-çocuk iletişimini olumsuz yönde etkileyerek, onların sorunlu davranış geliştirmelerine neden olabilmektedir (Özbey,2009).

Çocukların ebeveynleri ile kurduğu ilişkiler incelendiğinde anne veya babayla kurulan ilişkinin birbirinden farklılaştığı görülebilmektedir. Anne ile çocuk arasındaki ilişki doğum öncesine dayanmasından dolayı önem taşımaktadır. Erken çocukluk döneminde anne ile çocuğun birbiriyle sağlıklı bir bağlılık kurmalarının çocuğun yaşamına olumlu yönde etkileri olmaktadır (Tezel Şahin ve Özbey, 2007). Sonuç olarak tüm bu bilgileri göz önüne aldığımızda annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumu ve çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ilişkili olabileceği düşünülerek incelenmesi öngörülmüştür.

1.2.Araştırmanın Ana Problemi ve Alt Problemleri

Araştırmanın ana problem cümlesi: “Annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ve çocuklarının öz düzenleme becerileriyle ilişkisi var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Araştırmanın diğer problemleri aşağıdaki gibidir:

1. Annelerin ÖK ve ÖY algıları demografik değişkenlere göre birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 1.1 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
 - 1.2 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 1.3 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 1.4 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 1.5 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

- 1.6 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 1.7 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
- 1.8 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yılı değişkeninin aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?
- 1.9 Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
2. Evlilik uyumu değişkeni demografik değişkenlere göre birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.1 Evlilik uyumu değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
 - 2.2 Evlilik uyumu değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.3 Evlilik uyumu değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.4 Evlilik uyumu değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.5 Evlilik uyumu değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.6 Evlilik uyumu değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 2.7 Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
 - 2.8 Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
 - 2.9 Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
3. Çocuklarının ÖDB değişkeni demografik değişkenlere göre birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
 - 3.1 Çocuklarının ÖDB düzenleme becerileri değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?

- 3.2 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 3.3 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 3.4 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 3.5 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 3.6 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
- 3.7 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
- 3.8 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?
- 3.9 Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?
4. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik uyumu arasında, Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuklarının ÖDB arasında ve çocuklarının ÖDB ve evlilik uyumlarının birbirleriyle aralarında ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ve çocuklarının öz düzenleme becerileriyle ilişkisinin incelenmesidir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Evlilikte ve çocuğun büyütülmesinde annenin duruş ve davranışının etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Anne-çocuk bağlamında bakıldığında annenin kontrolcü yapıları okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerini etkilediği görülmektedir. Çocuklarını durmadan kontrollerinde tutmaya çabalayan ve onlara sert disiplin yöntemleri

uygulayan anne-babaların çocuklarının ÖDB olumsuz olma eğilimi göstermektedir. Bu konuda yapılan çalışmalar, yüksek kontrol seviyelerinin, çocukların bilişsel/zihinsel veya davranışsal öz düzenlemede çocuklarının kararları kendileri almalarına izin vermediğini göstermektedir (Colman vd., 2006; Karreman vd., 2006) Anne ve eş ilişkisi perspektifinden ele alındığında kontrolcü davranışların evliliklerdeki uyumu etkileyebileceği düşünülmüştür. Alanyazında bu noktada çalışılmış bir araştırmaya rastlanılmamıştır ve bundan dolayı araştırmanın alandaki bu açığa katkıda bulunacağı düşünülmüştür. Araştırmada annelerin ÖK ve ÖY algılarının hem eşleriyle ilişkilerine hem de çocuklarının gelişimine ne gibi etkileri olduğunu tespit etmek amaçlanmıştır. Bu bağlamda bu araştırma sonuçlarından aile danışmanlığı alanında çalışan psikolojik danışman, psikolog ve psikiyatristlerin yararlanabilecekleri varsayılmış, araştırmaya katılan ve araştırmayı okuyan bireyleri için de ilgili konuda farkındalık kazandırıcı olacağı düşünülmüştür.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1- Araştırmada annelerin evlilik uyumuna ilişkin veriler Evlilik Uyumu Ölçeği'nin; öz kontrollerine ve öz yönetimlerine ilişkin veriler Öz Kontrol-Öz Yönetim Ölçeği'nin; 4 ile 6 yaş aralığındaki çocuklara yönelik öz düzenlemelerine ilişkin veriler 4 ile 6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin ölçtüğü değerler ile sınırlıdır.

2- Araştırmaya katılan annelerden elde edilen sosyodemografik veriler 'Kişisel Veri Toplama Formu'ndan elde edilen cevaplarla sınırlıdır.

3- Araştırma bulguları, araştırmaya katılan 2020-2022 yılları içerisinde okul öncesindeki dönemde 4 ile 6 yaş aralığında çocuğa sahip olan 377 anneden elde edilen verilerle sınırlıdır.

4- Araştırma bulguları, veri toplama araçlarının Google Forms üzerinden iletildiği annelerin gönüllü katılımıyla elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Varsayımı

1. Araştırmaya katılan annelerin, araştırma kapsamında kullanılan Evlilik Uyumu Ölçeği (EUÖ)'ni, Öz Kontrol-Öz Yönetim Ölçeği (ÖKÖY)'ni, 4 ile 6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) (ÖDBÖ)'ni ve Kişisel Veri Toplama Formu'nu samimiyetle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

1.6.1. Aile: Evlilik yoluyla başlayan veya evlat edinme ve kan bağlarıyla süren, birey ve toplumu etkileyen, sosyal yapıdaki kurumların etkilediği ve toplumun temel yapıtaşını olan kuruma verilen isimdir (Yıldız, 2017).

1.6.2. Evlilik: Kadın ve erkek arasında verilen sözün toplum adına devletin takip ettiği ve üzerinde yetkisi ve kontrolünün bulunduğu ilişki sistemine verilen isimdir (Güleç, 2012).

1.6.3. Evlilik Uyumu: Bireyin evlilik ilişkisinde ihtiyaçlarını karşılama düzeyine dair algısına verilen isimdir (Tezer, 1986)

1.6.4. Anne: Çocuğun doğumundan başlayarak bakım, eğitim, sağlık gibi temel ihtiyaçları başta olmak üzere tüm ihtiyaçlarını ve sorumluluklarını üstelenen kişiye verilen isimdir (Alisinanoğlu, 2003).

1.6.5. Öz Kontrol: Bireyin kararlarını ya da daha güçlü alternatif amaçlarına ulaşmada hazzı erteleyebilmesine verilen isimdir (Büker, 2011).

1.6.6. Öz Düzenleme: Bireyin zihinsel, davranışsal ve motivasyonel açıdan öğrenme sürecini kontrol etmesine verilen isimdir (Aksoy ve Yaralı, 2017).

1.7.7. Anne(ler): Tezin genelinde kullanılan anneler kelimesi okul öncesi dönemde çocuğu olan anneleri temsil etmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın bu bölümünde annelerin evlilik uyumları, öz kontrol ve öz yönetimleri ve 4 ile 6 yaş aralığındaki çocukların öz düzenleme becerisi ile ilgili kuramsal çerçeveye ve daha önce yapılmış çalışma bulgularına yer verilmiştir.

2.1.Öz Kontrol ve Öz Yönetim Becerileri

ÖK ve ÖY, insanların kullanabildikleri en geçerli yeteneklerdendir. Bireyin yapmak istemedikleri davranışsal yönelimlerinden kaçınma, bunları değiştirme veya engelleme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Hofmann vd., 2014). ÖK ve ÖY; bireylerin hedeflerine ulaşmalarını , düşünceleriyle, duygularıyla ve davranışlarıyla alakalı problemlerle baş etmelerini, ani veya güdüsel zevkleri erteleyebilmelerini ve stresörlerin üstesinden gelmelerini sağlayan zihinsel beceriler sistemidir (Agbaria vd., 2012).

ÖK ve ÖY üç önemli unsurdan oluşmaktadır. İlki; açık veya örtük olan davranışların bireyin kendi iradesiyle takip edilebilmesini ifade eden kendini ayarlamasıdır. Kişi davranışını değiştirme, kendini cezalandırma veya ödüllendirme olanağını sağlayabilmektedir. İkincisi; bireyin davranışını gerçekleştirip gerçekleştirilmeyeceği konusundaki şahsi kıyaslamalarını içeren kendini değerlendirmedir. Üçüncüsü ise, bireyin meydana getirdiği davranışın amaç-sonuç bağlantısını içerir. Bu bağlantı meydana gelen sonucun incelenerek benzer davranışların ilerleyen süreçlerde tekrar edip etmeyeceğine dair kendini pekiştirmektir (Mezo ve Short, 2012; Ercoşkun, 2016). Bu unsurların meydana getirdiği enerji ile kişi davranış kontrolü ve idare etme becerisi kazanmaktadır. Bu sebeple ÖK ve ÖY bir irade işi olmakla birlikte kişinin kendisini aktif olarak yönetebilme yeteneği olduğundan, motivasyon artışında itici bir güç olmaktadır (Baumeister ve Vohs, 2007).

Öz yönetimini sağlayabilen bireyler, hedefleri doğrultusunda gerektiğinde kontrolü ellerine alabilirler. Fırsatını bulma ve ortaya çıkan imkanları iyi değerlendirme konusunda başarılı olabilirler. Olay ve problemlere karşı pozitif yaklaşarak çözüm odaklı

olabilirler (Deniz ve Yılmaz, 2016).

Öz yönetim bazı kaynaklarda duygusal süreçleri yönetme olarak da adlandırılmaktadır. Öz yönetim, bireyin duygularını kendisinin lehine bir durum yaratacak haliyle kendine veya çevresindekilere zarar vermeden yönetebilmesidir. Duygularını kontrol edip yönetebilen bireyler, mutlu, saydam, iyimser, uyum sağlayan, kendisini motive edebilen ve kendi başına karar alabilen bireylerdir. Örneğin, şeffaf bireyler, hedeflerini hayata geçirme konusunda başarılıdırlar. Bireyin duyguları, inançları ve davranışları konusunda açık olabilmesi dürüstlüğü meydana getirir. Bu tür bireyler hatalarının farkına varır ve diğerlerinin ahlaka aykırı davranışlarına müsaade etmek yerine uygun yöntem ve tekniklerle karşı tepki gösterirler (Tuyan ve Beceren, 2004).

2.1.1. Öz Kontrol ve Öz Yönetim Becerilerini Etkileyen Faktörler

Bireylerin öz kontrol potansiyellerinde kişisel özellikler göze çarpmaktadır. Genel olarak yüksek düzeyde öz kontrol becerisine sahip kişilerin yaşamlarını idame etme, öfke kontrolünü sağlamada, verdikleri sözleri tutmada, yemek diyetlerinin devamını getirmede, zararlı içki içme alışkanlıklarıyla baş etmede, para biriktirme, işleri başarıyla tamamlamada, sır tutma vb. durumlarda düşük öz-kontrol becerisine sahip bireylerden daha iyi oldukları açıklanmaktadır (Tangney vd., 2004). Öz-kontrol potansiyeli yüksek kişilerin insan ilişkileri, benlik öz saygısı, doyum yaşatan ilişkiler ortaya koyma, akademik başarı elde etme, güvenli bağlanma, olumlu duygular kazanma gibi uyum sağlama özellikleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu; anksiyete, depresyon, yeme bozuklukları ve aşırı alkol kullanımıyla ise negatif yönde bir ilişkiye sahip olduğu açıklanmaktadır (Tangney vd., 2004).

Kendini yeterli olarak kabul eden kişilerin doğal ödül taktikleri (örneğin, doğal ödüller üzerinde düşünceyi odaklayabilme), yapıcı düşünce taktikleri (örneğin, ulaşılmaması gereken performansın hayalinin kurulması), davranış odaklı taktikler (örneğin, kendini taçlandırma) ve öz yönetim becerileri arasında pozitif bir ilişkinin var olduğu söylenmektedir (Norris, 2008).

Öz kontrolün, kişilerin ilişkilerdeki işlevselliği ile de bağlantılı olduğu ön görülmektedir. Eisenberg vd., (1998) yüksek düzeyde sosyal işlevselliğin yüksek öz düzenleme davranışı tarafından da ön görülebildiğini bulmuşlardır. Ailelerin uygulamaya koydukları kurallar konusundaki kararlı tutumları, çocuklarının öz-denetim sağlamalarında rol model oluşturabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple ailelerin gerçekleştirdiği kontrol davranışının, öz düzenlemenin gelişmesinde pozitif etkiye sahip olduğunu söylenebilmektedir (Üredi ve Erden, 2009). Bireyin problemlerle başa çıkarken yeteri ölçüde öz kontrol, öz güven ve esneklik gösterebilmesi de öz yönetimin tanımlarında bulunur. Öz yönetim kavramı, öz bilincin üstünde gelişim göstermektedir. Bu yeteneği zayıf bireyler her zaman huzursuzluğun ve karamsarlığın içinde yer alırken, bu yeteneği güçlü olan bireyler kötü yaşantılar sonucunda bile kendi kendilerini daha kolay motive ederler ve karşılarına çıkan engelleri bir atlama tahtası olarak kullanırlar (Balta, 2018).

Genetik risk faktörünün, erken çocukluk dönemi anne ile çocuk arasında kurulan ilişkinin öz yönetimde kritik bir rolünün olduğu bildirilmiştir. Genetik riski olan (az seviyede serotonin hormonu) güvensiz bağlanma yaşayan çocukların, kendi kendilerini daha az kontrol edebildikleri; genetik risk altında olan ancak güvenli bağlanma yaşayan çocukların ise kendi kendilerini daha iyi kontrol edebildikleri saptanmıştır (Kochanska vd., 2009). Dışlanan bireylerin öz yönetime olan etkisinin irdelendiği başka bir çalışmadaki (Oaten vd., 2008) ilk araştırmada, dışlandıklarının farkında olmayan bireylere göre, dışlandıklarının farkında olan bireylerin sağlıksız gıdaları daha çok tükettikleri, aşırı yemek yeme davranışı sergiledikleri ve yüksek seviyede sosyal fobi belirtileri gösterdikleri saptanmıştır. Bu çalışmanın ikinci araştırmasında da bu sonuca yakın bir sonuç olan, sosyal fobi belirtileri ve dışlanma algılarına sahip bireylerin kendi kendilerini daha kötü yönetebildikleri saptanmıştır (Yaka, 2011).

Sosyal duygusal zeka ve öz yönetim arasında var olan ilişkiyi araştırmak amacıyla gerçekleştirilen araştırmada ise öz yönetim faktörleri ile sosyal duygusal zekânın faktörleri arasında olumlu yönde ilişki saptanmıştır (Furtner vd., 2010). Sosyal duygusal zekanın, sosyal duyarlılık ve duyguları yansıtılma boyutlarının öz yönetimin özellikleriyle olumlu yönde bir ilişkisinin olduğu bulunmuştur. Evli kadınların duygusal zekâ seviyelerinin evlilik uyumlarına etkisini inceleyen bir araştırmada ise evli kadınların duygusal zeka (öz kontrol, duygusallık, iyi oluş hali, sosyallik davranışları) seviyeleri ile evliliklerindeki uyumları arasında olumlu yönde ilişki olduğunu saptamışlardır (Özgen vd., 2019).

2.2.Evlilik Uyumu

Evlilik insanlar arası ilişkiler içerisinde en önemli olan ilişki türlerinden biridir. Evlilik ilişkisinde var olan kişiler arasındaki süreçler, evlilik uyumundaki değişkenleri idrak etmede gerekli şartlardan biridir (Bradbury vd., 2000). Haldford vd., (1997) evlilikteki uyumu, pozitif bir ilişki algısının olması; çiftlerin birbirleriyle ilgili pozitif duyguları ve düşünceleri beslemesi, iyi bir iletişim şekline sahip olması, ortaya çıkan problemlerle baş edebilme becerisi ve çiftlerin karşılıklı mutlu olarak birlikte etkinlikler gerçekleştirebilmesi olarak tanımlamaktadır.

Evlilik uyumu için gerekli belirleyiciler arasında varsayılan davranışsal olarak birbirlerine bağlı olma, karşılıklı ihtiyaçların giderilmesi ve duygusal bağlılık evlilikteki doyumunu da etkilemektedir. Evlilik içerisinde yakınlık ve evlilikteki doyum arasında pozitif yönde bir ilişki vardır. Geçirilen süre ve eşlerin birbirlerine olan yakınlığı arttıkça evlilikteki doyumda da artış yaşanmaktadır (Grych vd., 1992). Kişilerin bilişsel olarak benzer olmalarının evliliklerindeki uyumu da arttırdığı araştırmalarca da desteklenmektedir. Benzer bir şekilde çevresindeki kişileri fark edebilen ve düşüncelerini düzenleyebilen çiftlerin evlilikteki doyumunun daha yüksek olduğu saptanmıştır (Spainer vd., 1995; Broderick ve O'Leary, 1986).

Rusell (1983), evlilik uyumu kavramını, çiftlerin adalet duygusunu kazanmış olması, düşünsel olarak ve fiziksel olarak yakınlık geliştirmeleri şartıyla oluşabilen bir ilişki şeklinde nitelendirir. Evlilik uyumu, evliliğe dair memnun olma durumudur. Evlilik uyumu, evlilik içerisindeki mutluluğun çoğalması ve çatışmaların aza inmesiyle gerçekleşmektedir (Tucker ve O'Grady, 1991). Evlilikte mutluluk; birlikte yapmanın, toplumsallığın ve tatmin olunan faaliyetlerin ne miktarda yaşandığına bağlıdır. Bunlarla beraber, evliliğin iyi tarafları ve kötü tarafları da birbirinden ayırırlar ve her evlilik ilişkisinde iyi durumlar ve kötü durumlar ortaya çıkabilir. Özellikle çatışma ve gerginliğin yeterli ölçüde kontrol edilemediği evliliklerde eşler genellikle mutsuzdurlar. Uyumlu ve mutlu bir evlilik ilişkisi, yakın kültürel değerleri paylaşma, sevgi ve tatmin olunan bir cinsel hayat gibi birçok değişkenin birlikte var olması sonucunda oluşur (Tucker ve O'Grady, 1991; Collins ve Coltrane, 1991; Broderick ve O'Leary, 1986).

Evlilik uyumu genellikle evlilikteki mutlulukla beraber cinsel tatmin, pozitif yönde bir iletişim ve eğer tekrardan evlenilme şansı olsa tekrar aynı bireyle evlenme talebi gibi çeşitli evlilik uyumu değişkenleriyle ortaya konmaktadır (Collins ve Coltrane, 1991). Evlilik uyumu ve eşlerin yaşanan olaylara karşı tarafın bakış açısıyla bakması arasındaki ilişkiyi irdeleyen çalışmalar vardır. Franzoi ve arkadaşları (1985) eşlerle çalışma yürütmüş ve eşlerin olaylara karşı tarafın bakış açısıyla bakılmasının evlilikte yaşanan gerilimi azaltmada etkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Davis ve Oathout (1987), yaptıkları çalışmalarında eşlerin sorunlara karşı tarafın bakışıyla bakmasının eş doyumunu olumlu yönde arttıran davranışların güçlü belirleyicisi olduğunu saptamıştır.

2.2.1.Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumu pek çok değişkenden etkilenmektedir. Bunların tespit edilmesi ve yorumlanması için çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Genel anlamda bakıldığında evlilik uyumu, kişilerin çift olarak birçok alanda uyum içerisinde hareket etmeleridir. Bu uyum, ekonomik durum, hislerin dışavurumu, sosyal çevre, toplumsal normlar, cinsellik, yaşam felsefesi, eşin karşı tarafın akrabalarıyla olumlu ya da olumsuz geliştirdiği iletişim, boş zamanın geçirilme şekli, ev içi ve ev dışı etkinlikleri, problemleri çözmeye yönelik ilişki tarzlarını, eşe güveni ve evlilik ilişkisi ile ilgili genel düşünceyi içermektedir (Locke ve Wallace, 1959).

Yukardakilere ek olarak evlilik biçimi de evlilik uyumunu etkileyen göz ardı edilmemesi gereken bir unsurdur. Akraba evliliği gerçekleştiren bireylerin, evlilik uyumlarından düşük puanlar elde ettiği belirtilmiştir (Fırlıoğlu, 2001). Bununla birlikte ekonomik durumu yeterince iyi olmayan çiftlerin de yaşadıkları ruhsal problemlerden dolayı evlilik uyumlarından düşük puanlar elde ettiği saptanmıştır (Tutarel Kışlak ve Göztepe, 2012). Yine Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu'nun ortaya koyduğu çalışmada eşlerin kullandıkları iletişim şekilleri, bağlanma stilleri, empati düzeyleri ve affedicilik seviyelerinin evlilik uyumunun saptanmasında etkili olduğu bildirilmiştir (Tutarel Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Evlilik uyumunu etkileyen faktörlerden biri de partnerlerin doğum sırasındadır. Yapılan bir çalışmada eşleriyle aynı doğum sırasına sahip olan kişilerin eşleriyle farklı

doğum sırasında olan kişilere göre evlilik uyumları daha yüksek çıkmıştır. Bu çalışmadan hareketle aynı doğum sırasına sahip olmak çiftlerin evlilik uyumuna etki eden bir değişkendir (Çelebi ve Bal, 20015).

Evlilik uyumu ile eşlerin yaşları da araştırılan bir diğer evlilik uyumunu etkileyen faktördür. Erbil ve Hazer'in ortaya koyduğu araştırmada çiftlerin yaşları yükseldikçe evlilik uyumlarının düştüğü tespit edilmiştir. Aynı araştırmada 26-34 yaş arasında çalışan bireylerin %65'inin, 45 yaş üstündeki kişilerin %90'ının evliliklerindeki uyumlarının yüksek olmadığı tespit edilmiştir (Erbil ve Hazer, 2018). Kirkpatrick (1937) yaptığı çalışmada ise yaş faktörüne ilişkin olarak çiftlerin yaşlarının birbirine yakın olmasının evlilik uyumunu arttırdığı sonucunu elde etmiştir.

Çarpıcı bir araştırma sonucunda ise evlilikleri 50 yıldan uzun süren çiftlerin evlilik uyumunu en çok belirleyen özelliğin, eşlerin birbirlerine benzediklerine dair inançları olduğu saptanmıştır (Sporakowski ve Hughston, 1978). Üstünde durulması gereken evlilik uyumunu yordayıcı faktörlerden biri de çiftlerin eğitim düzeyidir. Türkiye'de yapılan çalışmada eğitim seviyesi arttıkça çiftlerin evlilik uyumlarının da arttığı gözlenmiştir (Şendil ve Korkut, 2008). Yapılmış bir çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiş eğitim düzeyi arttıkça evlilik uyumu da artmıştır (Kamo, 1993).

Pakistan da çiftlerle yapılan bir araştırmada da bazı demografik faktörlerin ve duygusal zekânın evlilik uyumuna etkisi üzerine çalışılmıştır. Elde edilen sonuçlardan demografik faktörlerden yalnızca sahip olunan çocuk sayısı üzerinden anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre, bireylerin sahip olduğu çocuk sayısı çoğaldıkça, evlilik uyumunun düştüğü gözlenmiştir. Araştırmacılar, çocuk sahibi olunmasının çift üzerinde maddi güçlülere neden olması, eşlerin birbirleriyle ilgilenmeleri gereken zamanı çocuğun bakımıyla geçirmesi ve ev içerisinde eşler için kısıtlı hale gelmesi evlilik hayatında bazı aksaklıklar çıkaran bir etmen olması şeklinde yorumlamışlardır (Batool ve Khalid, 2012).Evlilikte geçirilen süre arttıkça çiftler arasındaki arzunun ve doyumun düştüğü bu yüzden de evlilik uyumunun da düşüş eğilimi gösterdiği araştırmalarda saptanmıştır (Lauer ve Lauer, 1997).

Yukarıdakilerin bilgilere paralel olarak Burgess, 1939 yaptığı çalışma sonucu yüksek evlilik uyumu için gereken faktörleri araştırmıştır; evliliğin istenerek yapılmış olması, benzer kültürel altyapıdan gelmeleri, köken ailelerle samimi ilişkiler kurmaları ve

eşlerin çocuk sahibi konusunda ortak fikre sahip olmaları evlilik uyumlarını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

2.3.Öz Düzenleme

Okul öncesi dönemdeki çocuklar duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını kontrol altına almak için bilişsel stratejiler kullanmaya, ahlaki ve sosyal yargılar doğrultusunda hareket etmeye, kendilerinin oluşturdukları amaçlar ve diğerler bireylerin taleplerini yerine getirecek şekilde düşüncelerini ve davranışlarını kontrol etmeye başlarlar. Okul öncesi dönemde edinilmesi planlanan bu becerilerin hepsi ÖDB olarak tanımlanmaktadır (Bayındır ve Ural, 2016).

ÖDB, çeşitli şekillerde de tanımlanabilmektedir. Sosyal-bilişsel teoristler öz düzenleme becerisini; çocuğun etkin şekilde öğrenmeyi gerçekleştirmesini ailesinin, öğretmenin ya da diğer yönerge içeren etmenler olmadan gerçekleştirebilmesi olarak tanımlamışlardır (Zimmerman, 1989). Bir diğer tanımda da ÖDB, çocuğun davranışın kontrolü, duygusal süreçlerin yönetimi, dikkatini toplama ve sürdürebilme becerileri olarak ifade edilmiştir (Shonkoff ve Phillips, 2000). Kişilerin içsel ve dışsal isteklerine nitelikli yanıtlar iletebilmesi için öz düzenleme becerisinin kazanılmış olması gerekmektedir (Raffaelli vd., 2005).

Bireyin hayatı boyunca kişilerarası ilişkilerinde ve hayat kalitesinin artmasında kritik yeri olan öz düzenlemenin gelişimi, dünyaya geldiğimiz andan itibaren başlamaktadır. Bebeklik döneminin başından ilk çocukluk dönemi bitene gerçekleşen bu zaman zarfında öz düzenlemenin gelişim aşamalarında kritik ilerlemeler gerçekleşmektedir (McCabe vd., 2004).

Öz düzenleme dört yaşından itibaren ortaya çıkmaya başlamaktadır, çünkü yürütücü dikkat becerileri üç yaş dönemi süresince kritik bir gelişim ve değişim süreci yaşamaktadır. (Posner ve Rohtbarth, 2000). Çocukların öz düzenlemesinin gelişmesini desteklemek, aynı doğrultuda çocukların sosyal, duygusal becerilerine de katkı sağlamak anlamını taşımaktadır. (Magdalena, 2014). Çocuğun bilişsel gelişimi, çocuğun dikkat ve dürtü kontrolü becerisinin gelişimine katkı sağlanmaktadır. Sosyal ve duygusal gelişim ise

çocuğun dürtüsünü kontrol etmesine ve duygusunu dışa vurmasına yardımcı olmaktadır. Dikkat ve dürtüsünü kontrol etmeyi başaran ve pozitif duyguları geliştirebilen çocuklar ilkokul dönemine daha rahat adapte olabilmekte ve okulun ona yönlendirdiği sorumlulukları rahat bir şekilde gerçekleştirebilmektedir (Tekin ve Koçyiğit, 2020).

Öz düzenlemenin gelişiminin erken yaşlarda desteklenmesi; çocukların hem gündelik yaşamlarında hem de okul hayatlarında karşılarına çıkan sorunların çözümünde çaba harcamaları, farklı zorluklara karşısında mücadele vermeleri ve stresle başa çıkabilmelerinde izlenecek yolları keşfetmeleri kendilerine güvenlerini geliştirmek açısından önemli olmaktadır (Schunk ve Zimmerman, 1998).

Bu sebeplerden, okul öncesi dönemde kazandırılması beklenen becerilerle çocuklar, kendilerini tanıyan, yeterliliklerini ve yetersizliklerini bilen, başka bireylerle sağlıklı iletişim ve arkadaşlık ilişkisi kurabilen, araştırma yapan, yaratıcı, kendisini ve çevresini seven bireyler haline gelmektedirler (Senemoğlu, 1994).

2.3.1.Öz Düzenlemenin boyutları

Öz düzenleme, bireyin kendi kendini yönetebildiği bir süreç olarak nitelendirilmektedir. Bundan dolayı birçok etmen, öz düzenleme sürecini etkilemektedir. Bu faktörleri genel olarak üçe ayrılmaktadır; Bunlar kişinin kendisinden kaynaklı etmenler (örneğin, değer yargıları, inançları, hedefleri, inançları, tarzları ve kişilik treytları), ilişkilerinden kaynaklı etmenler ve sosyokültürel etmenlerdir (örneğin, kişinin bulunduğu sosyal konum, aile çevreleri, okulların olduğu ortamlar vb.). Bu etmenler, kişilerin amaçlarına ulaşmalarında öz düzenlemelerini pozitif veya negatif yönde etkilemektedir (Boekarts vd., 2005).

Bireyin gelişmesi, öğrenmesi ve sosyal yaşama katılımlarında kritik bir yeri olan öz düzenlemeye, ilk çocukluk döneminde destek sağlanması önemlidir. İlk çocukluk dönemindeki çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesi için bu becerilerin birey bazında ölçülüp değerlendirilmesi gerekmektedir. Farklı ülkelerde yapılan araştırmalarda, çocukların öz düzenlemelerinin genellikle öğretmen veya ailenin, çocuğun davranışını, duygusunu ve dikkatini düzenlemesine yönelik oluşturdukları performans temelli

faaliyetlerle ölçüldüğü bildirilmiştir. Çocukların ÖDB desteklenmesi ve bunun sonucunda sosyal, bilişsel ve duygusal anlamda hazır bulunmalarının sağlanması yönünden, güvenilir ve geçerli ölçme araçlarına ihtiyacı doğurmuştur. (McClelland ve Tominey, 2011).

Öz düzenlemeyle ilgili açıklamalar genellikle, çocukların öğrenme aşamaları üzerinde bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak kritik bir yerinin olduğunu belirtmektedir (Ainley ve Patrick, 2006). Bazı araştırmacılar ise öz düzenlemenin farklı boyutları olabileceğini olabildiğini ve bu boyutların; dikkat, önleyici kontrol ve çalışan bellek olduğunu belirtmişlerdir. (Erol ve İvrendi, 2018; McClelland vd., 2007). Ancak en çok kabul gören öz düzenleme boyutları ise duygusal düzenleme, zihinsel/bilişsel düzenleme ve davranışsal düzenlemedir (Aydın, 2018; Tanrıbuyurdu, 2012; Smith-Donald vd., 2007).

Duygusal Düzenleme

Son dönemlerde pek çok birey sebebi belli olmayan bir şekilde kendini çaresiz, yalnız, duygusal olarak çökkün, değersiz, yetersiz, özgüveni eksik, mutsuz, kaygılı veya başka bireylere bağımlı olduklarını düşünerek tam anlamıyla anda yaşayamamaktadır. Her ne kadar kaynağının belirsiz olduğu düşünülse de bireyi etkisi altına alan bu olumsuz hislerin bilinçaltında belli sebepleri bulunmaktadır. Bu durum, bazı bireylerde çocukluk döneminde anne ile kurulan bağımlı ilişkinin sonucundan kaynaklanırken kimisinde ise bir takım travmatik yaşantıların sonucu olabilmektedir (Akçakaya, 2015).

Duygular; istenilmeyen durumlarla mücadele edebilmek için seri bir hızla değerlendirme yapabilme ve aksiyon meydana getirebilme eğilimini izleyen biyolojik bir dayanıklılığın yeteneğidir (Cole vd., 2004). Duygu düzenleme ise, kişilerin duygularını nasıl tecrübe edebilecekleri ya da nasıl açığa çıkarabileceklerine dair iradeli ya da otonom bir biçimde duyguları yönlendirebilme durumudur (Gross ve Thompson, 2007).

Duygular bireyin davranışları kadar başkalarının davranış örüntülerini de değiştirmeyi hedefleyen değerlendirme ve davranış yönelimlerini içinde barındırmaktadır. Örneğin; bir bebek korktu hissettiğinde jest ve mimikleri değişir ve bu duruma karşın bakım veren kişi bebeğe karşı davranışını değiştirir (Cole vd., 2004). Bu anlamda duyguların hem düzenleyici hem düzenlenen rolü olduğu söylenebilmektedir (Cole vd.,

1994). Duyguları düzenleme yeteneği bir durumun duygusal, bilişsel ve sosyal gerekçelerinin farkına varmayı gerektirerek hem pozitif hem negatif duyguları değiştirmeyi kapsamaktadır. (Eisenberg ve Spinrad, 2004; Cole vd., 2004; Mauss vd., 2007; Kopp, 1989).

Erken çocukluk döneminde duygu düzenleme, ebeveynlerin etkisiyle gelişmekte ve duygularının ifade edilmesi sürecinde ebeveynlerin çocuğa sunduğu işaretleri takip etmeyle önem kazanmaktadır (Onat ve Otrar, 2010). Ebeveynle kurulan ilişkinin niteliği, ihtiyaçların net olarak saptanıp ve karşılanabilmesi bebeklerin duygusal gelişim sürecinde olumlu etkiler meydana getirir. Bu sebeple anne ile bebek arasındaki bağlanma stillerinin çocukların duygu düzenlemelerinde mühim bir yerinin olduğu anlaşılmaktadır. (Türköz,2007)

Okul öncesi dönemdeki çocukların, çevrelerindeki duygusal olarak öne çıkan olaylara yaklaşma, olayları değiştirme ya da olaylardan uzaklaşma imkanlarını fark ederek duygu düzenleme açısından yetenekli hale geldikleri görülmektedir. (Demirkapı, 2014). Okul öncesi dönem sürecinde çocuklar yeni yaşantılar kazanarak bebeklik dönemi içerisinde oluşturdukları duygu düzenleme kabiliyetlerini geliştirmektedirler. Bu dönemden sonraki okul dönemi; çocukların somut işlem becerileri edindikleri ve daha kompleks duygusal deneyimlere sahip oldukları yeni bir dönemin özelliğini kazanırken ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de bu süreçler aynı doğrultuda ilerleyebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında okul öncesi dönemdeki çocukların duygu düzenleme becerilerinde zamanla artış meydana gelmesini diğer gelişim dönemlerinde ve çocuğun duygu düzenleme becerilerini sergileme şekillerinde de görmek çok daha imkanı olabilmektedir (Yükçü ve Demircioğlu, 2017). Bu durumda duygu düzenleme becerisinin gelişimi çoğunlukla yaş ile ilişkilendirilse de alanyazın verileriyle çelişki gösterebilmektedir. Duygu düzenlemenin okul öncesindeki dönemde yaş ile beraber farklılaşma gösterdiğine dair çalışmalar bulunduğu gibi yaşa göre farklılaşma göstermediğine dair çalışmalarda bulunmaktadır (Metin, 2010; Aka, 2011).

Sonuç olarak, duygu düzenleme büyük ölçüde okul öncesindeki dönemde şekil kazanmaktadır. Bu sebeple duygu düzenlemenin gelişim sürecini gözlemleyip süreci daha iyi yönetebilmek ancak bu dönemdeki çocukların duygu düzenleme becerilerini etkileyen değişkenleri anlayıp müdahale edilmesiyle mümkün olabilir (Yükçü ve Demircioğlu, 2017).

Bilişsel Düzenleme

Öz düzenleme bireyin davranışlarını ve verdiği tepkiyi kontrol edebilme yeteneği olarak anılmakta olup, sağlıklı bir kişilik gelişiminin oluşması için önem arz etmektedir. Öz düzenlemenin erken kişiliğin oluşması ve davranışsal uyumun sağlanmasıyla önemli bir yeri vardır. Bu süreçler, bireylerin bilişsel, duygusal, fiziksel ve sosyal ilişki ve iletişim sahalarında gözlemlenebilmektedir. (Calkin ve Fox, 2002)

Çocuklardaki öz düzenlemenin yapı taşı oluşturulan bilişsel yeteneklerin hızlı gelişmesi ve yaşayarak öğrenme, olgunlaşma ile birlikte programlı ve istendik davranışların oluşmasına ve pekiştirilmesine olanak sağlamaktadır (Bronson, 2000; Best ve Miller, 2010). Alanyazına bakıldığında, öz düzenlemenin disiplinler arasında pek çok şekilde kavramsallaştırıldığı gözlemlenmekte ama genellikle duygu, biliş ve davranış kategorize eden bir sözcük olarak ifade edilmektedir (McClelland vd., 2010; McClelland vd., 2019).

Geçmiş yıllarda özellikle sosyal süreçleri kapsayan bir terim olarak nitelendirilen öz düzenlemenin, araştırmalar ilerledikçe zihinsel süreçleri de içine aldığı ortaya koyulmuştur. Öz düzenleme becerilerinin oluşmasını sağlamak için bir araya gelen zihinsel beceriler çoğunlukla bilişsel işlevler veya üstbilişsel beceriler olarak bilinmektedir. Bu beceriler, duyguları, düşünceleri ve davranışları, hedefe yönelik bir şekilde birleştirmektedir (Blair, 2002).

Öz düzenleme alanındaki çalışmalarda bilişsel süreç ile ilişki kurulan 3 belirgin zihinsel kavram bulunmaktadır (McClelland vd., 2019; Ponitz vd., 2008). Blair (2016) için, bilişsel işlevler; çalışma belleği, dikkatin esnekliği ve engelleyici kontrol ile alakalı genel psikolojik süreçleri içermektedir.

Çalışma belleği bilgiyi işleme ve hafızada tutma sürecini gerçekleştiren bir yapıdır. (McClelland ve Tominey, 2015). Baddeley (1992) çalışma belleğini, hatırlanması gereken kısıtlı miktardaki bilginin zihinde korunabilmesi ve bilginin ideal bir biçimde aktive edilmesi olarak ifade ederken, kısa süreli belleğin de çalışan belleğinin önde gelen bir parçası olduğu kabul etmiştir (Baddeley, 2000).

Diğer bir değişken olan dikkat, rutin yaşantımızda yer verdiğimiz hemen her davranışın yerine getirilebilmesi için gereken çeşitli bilişsel işlevlerle alakalı çok yönlü bir yapıdır. Dikkat, bireye veya amaç doğrultusunda gerçekleştirilecek eylemle ilgili bilgiyi alma olanağı sunarak, bireyin uygun eylemi gerçekleştirmesini sağlayan ve bununla birlikte bireyin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını düzenlemeye yarayan kontrol sistemi olarak açıklanmaktadır (Conejero ve Rueda, 2017). Dikkat düzenleme, çocuğun birbirleriyle çelişen durum ve olayları daha iyi analiz etmesine, bilgiyi aklında tutmasına ve sonraki eylemi planlayabilmek amacıyla uyarana dikkat etmesine ya da gerektiğinde dikkatinin yönünü değiştirmesine olanak sağlamaktadır (Smith-Donald vd., 2007).

Bir diğer yürütücü işlev mekanizması olan engelleyici kontrol (inhibitory control), bireyin dürtülerini denetleyebilmesi, kontrolünü edinebilmesi ve o dürtüye paralel başka bir yanıt oluşturabilme yeteneğidir. Bir çocuğun bir şey söylemek için bağırması yerine, parmağını kaldırarak söz alması bir engelleyici kontrol becerisi olarak örneklendirilebilir (McClelland ve Tominey, 2015). Bütün bu yürütücü işlevler, öz düzenlemenin uygun bir doğrultuda gelişmesine imkan tanımaktadır (Özcan, 2020).

Davranışsal Düzenleme

Birey maruz kaldığı uyarıcılar karşısında refleksif tepkilerine engel olarak ve uyarıcıdan bağımsız davranışlarını kontrol altına alarak öz düzenlemesini sağlamaktadır. Bu nedenle davranış düzenleme, başarılı bir öz düzenlemenin alt boyutlardan biri olarak kabul edilebilir (Luna, 2009).

Davranışçı kuramcılar davranışsal öz düzenlemenin öğrenilebilen bir beceri olduğunu ve bu öğrenme sürecinde çocukların bulunduğu çevrenin ve dış etmenlerin büyük ölçüde etkisinin olduğunu savunmaktadırlar. Çocuğun davranışsal öz düzenlemesinin gelişimi, davranış sonuçlarını irdeleyebilmesini ve uygun hedefler belirleyebilmesini öğrenmesini gerektirmektedir (Bronson, 2000).

Yürütücü işlevler temelde bilişsel alanda işlev göstermektedirler. Fakat yürütücü işlevler, düşünce süreçlerini düzenlemekle beraber çocukların davranışlarını kontrol

edebilmesi için de gereklidirler (McClelland vd., 2007). Buradan yola çıkarak, davranışsal öz düzenlemenin ve yürütücü işlevlerin birbirinden bağımsız düşünülmemeyeceği söylenebilir.

Çaba gerektiren kontrol becerileri çocukların davranışsal düzenlemeyle ilgili problemleriyle ile bağlantılıdır. Çaba gerektiren kontrol becerisi yeterli düzeyde gelişmeyen çocuklarda dürtüsel davranışlar gösteren duygusal yönden endişe, öfke gibi duygusal ifadeler görülebilmektedir; bedensel açıdan da gergin olma, şiddet uygulama gibi davranışlar görülebilmektedir. Eğer çocuk kontrol becerisine sahip ise, dürtüsel davranışlarını kontrol edebileceğinden davranışlarını hedef doğrultusunda yeniden düzenleyecektir. Bu anlamda çocukların çaba gerektiren kontrol becerilerinin olması, akran ilişkilerinde ve sosyal yaşamlarında dışlanma, içe yönelme gibi sorunlar yaşamaması açısından oldukça önem arz etmektedir (Eisenberg vd., 2000; Eisenberg vd., 2004).

Çoğunlukla eğitim alanında gözlemlenebilen davranışsal öz düzenleme, çocukların kendilerinin sergiledikleri davranışlar için özgür bir şekilde hedeflerini ortaya koymalarını ve eyleme geçmelerini içermektedir. Çocukların yaşlarıyla iletişim halinde olduğu, yöntemini veya oyununu kendi başına seçebildiği eğitim alanları, davranış düzenleme becerilerinin yüksek sıklıkta sergilendiği ve gelişim gösterdiği ortamlardır (McClelland vd., 2007).

ÖD; duygusal, davranışsal ve bilişsel boyutları açısından bir bütün olarak kabul edilse de, tüm boyutları aynı seviye ve zamanda gelişim gösterememektedirler. Çocuklar ilk önce bedensel davranışlarını sonrasında duygusal olan davranışlarını düzenlemeyi öğrenirlerken, bilişsel ÖD becerilerini kullanıp geliştirebilmeleri ilköğretim döneminin sonuna dek devam etmektedir (Bodrova ve Leong, 2013).

2.3.2. Çocuklarda ÖD Becerilerinin Gelişimi

Bireylerin arzularını, davranışlarını, hislerini, algılarını bastırma veya geciktirme, duygularını kontrol etme, toplumca kabul edilen değerlere, uyarıcıya odaklanma ve dikkatini devam ettirme gücü birçok araştırmacı tarafından ÖD olarak ifade edilmektedir (Bauer ve Baumeister, 2011; Koole vd., 2011; Posner ve Rothbart, 2009). Konuyla ilgili

tarihi yani, ÖD tarihini Vygotsky, James ve Peaget gibi kuramcılar başlatmışlardır (Fox ve Riconscente, 2008). ÖD ile ilgili ekoller arasında davranışçı kuram, sosyal öğrenme kuramı, psikanalitik kuram ve bilişsel yaklaşımlar bulunmaktadır (Bronson, 2000).

Davranışçı kuramda göre ÖD “öğrenilmiş öz kontrol” şeklinde açıklanır. Çocuğun davranışları bu yaklaşıma göre çoğu zaman çevresel faktörlerden etkilenir. Piaget ÖD’yi açıklarken zihinsel çarpıklıkları çözüme kavuşturma yoluyla zihinsel dengeyi oluşturma süreci olarak adlandırmıştır. Vygotsky’ye göre davranışların hedeflerini ve izleyeceği yolu sosyokültürel yapı oluşturmaktadır. Çocukların yaşlıları ve eğitimleri de çocukların öğrenmelerinde önemli derecede etkili olmaktadır (Akt. Bodrova ve Leong, 2013). Psikoanalitik kuram ise bekleme zamanındaki id, ego ve süperegö arasındaki bağlantıda ÖD bulunmaktadır (Akt. Fındık Tanrıbuyurdu, 2012; Mischel vd., 1989).

Bilişsel yaklaşıma göre, çocuklar etrafındaki kişilerin uyarılarını yerine getirmek ve hatırlamak için onu temsil edene ve depolama alanına gerek duyar. 12-18 aylarda bu depolama alanları ortaya çıkar. 12-18 aylarda etrafındakilerin arzularını yerine getirme becerisi kazanırlar ve bu beceri ÖD’nin önemli bir adımı sayılmaktadır. Kolay istekleri ve talimatları yerine getirirler. 24 aylık çocuklar da etrafında büyük olmasa da davranışlarına hakim olmaya, 36 aylık çocuklarda farklı olaylara göre ÖD yaptıkları görülmüştür (Berk ve Meyers 2015; Akt. Kochanska vd., 2001). Sonraki senelerde beynin gelişimine bağlı olarak ÖDde de gelişim görülür (Fındık Tanrıbuyurdu, 2012; Ertürk, 2013). “Kendisine yönelik konuşma”, “diğerlerini düzenleme” ve “kuralları özümseme” süreçleri takip edilerek ÖD oluşmaktadır. Kendine yönelik konuşma, çocuğun benliğine eleştirisidir. Oyun oynarken “şunu yan tarafa koyacağım, onu da önüne ve işte oldu” gibi oyunda yaptıklarının sırasını yüksek sesle söylerler. Çocuklar böylelikle ebeveynlerinin yaptığı davranışları düzenlemek için yaptıkları yönlendirmeleri içselleştirerek kendi davranışlarını düzenlerler. Sonraki adımda çocuklar başkalarının davranışlarını düzenlemeye çalışırlar. Çocuklar 3-4 yaşlarında kurallara fazla yerine getirebilirler. Çocuklar zamanla bu kuralları yadırgamamaya başlarlar. Çocuklar kuralları yadırgamadığında başkası söylediğinden değil de kendisi için düzenleme yapmasının gerektiğini farkına varır (Bodrova ve Leong, 2013).

Çocukların dürtülerini, olumsuz duygularını kontrolünü sağlaması ve toplumsal açıdan desteklenen faaliyetlerde bulunması gibi gayret gerektiren kontrolün gerçekleştirilmesi ÖD’yi içermektedir (Berk ve Meyers, 2015). Kişinin gelişiminde,

öğrenmesinde ve kişilerarası ilişkilerinde araştırmalar ÖD'nin gerekliliğine dikkat çekilmektedir. Yalnızca bireysel açıdan değil, toplumsal hayat alanında da öz denetimin ne kadar gerekli olduğu ifade edilmektedir (Fındık Tanrıbuyurdu ve Güler Yıldız, 2014). Kişinin sosyal, duygusal, davranışsal ve bilişsel gelişimlerinde etkili olan en gerekli dönemlerden birisi okul öncesi dönemdir (Oktay, 2007). Erken yıllarda çocukların öz düzenlenmelerinin desteklenmesi okulda ve hayatlarında karşılaşacakları problemleri çözüme kavuşturmak için sürekli çaba harcamalarını, stres ve kaygıyla başa çıkmanın doğru yöntemlerini öğrenmelerini ve öz güvenin oluşmasını destekler (Schunk ve Zimmerman, 2001). Bundan dolayı anti-sosyal veya davranış problemleri gösterme ihtimali daha az olan çocuklar ÖD becerileri yüksek olan çocuklar olabilmektedir (McClelland vd., 2011; Posner ve Rothbart, 2009). ÖD; dikkati, duyguyu ve davranışı düzenleme gibi boyutları içeren çok kapsamlı bir çerçeveden oluşmaktadır. Tüm boyutlar birbirleri ile etkileşim içerisindedir (Haşlamam ve Aşkar, 2007; Fındık Tanrıbuyurdu, 2012).

Çocukların hepsi ÖDB eşit düzeyde göstermeyebilir, bazı çocuklar erken, bazı çocuklar geç gösterebilir fakat zaman içinde geliştirebilirler, bazı çocuklar ise başlangıçta iyi olmalarına rağmen ÖDleri çevresel faktörlere bağılı olarak durabilir, azalabilir (Mischel, 2016). Yapılan ÖD'yle ilgili araştırmalar çocukların kendi öğrenme süreçlerinin nasıl uzmanları olabileceklerine cevap aramaktadırlar (Zimmerman, 2008). Çocukların problemlerinden uzaklaştırıldığında değil, sorunları çözmeye odaklandığında benliklerini tamamladıkları görülmektedir (Berk ve Meyers, 2015; Mischel, 2016). Bunlardan kaynaklı ilk çocukluk döneminden başlayarak çocukların ÖDlerini geliştirecek anne baba tutumlarına ve eğitici yaklaşımlarına gereklilik devamlı artış göstermektedir (Aydın ve Ulutaş, 2017).

Öğrenme sürecinde çocukların öz kontrollerini geliştiren sınıf yönetimi yaklaşımlarının seçilmesi çocukların davranış, duygu ve düşüncelerini düzenlemelerini sağlar. Sanat, oyun gibi aktiviteler çocukların kendi hareketlerinin yine kendi hareketlerine engel koymalarını sağlar. Özellikle okul öncesi eğitiminde kukla, duygu ifadeleri, kurallarla ilgili görseller çocukların ÖD becerilerinin gelişimini destekleyeceğinden bu materyallerin sınıf ortamına yerleştirilmesi kazanımların kabulünü güçlendirecektir. Gözlem, ölçme araçlarıyla çocukların düzenli aralıklarla ÖDlerinin takibi hem ailelerin hem de çocukların gelişimlerinin farkında olmalarını sağlayacaktır. Öğrenmenin çocuk

merkezli olması, ÖD becerilerini geliştirmeye destek olacaktır. Öğrenme yaklaşımlarının çocukların motivasyonunu arttıracak şekilde belirlenmesi ÖDyi destekleyecektir (Aydın ve Ulutaş, 2017).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümünde araştırmanın yöntemine, veri toplama araçlarına, veri toplama sürecine ve verilerin analizine ilişkin bilgiler sunulmuştur.

3.1. Araştırma Yöntemi

Bu araştırma annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ve çocuklarının ÖD becerileriyle ilişkisinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş nicel bir çalışmadır. Sosyal bilimlerde geniş kitlelerin görüş ve özelliklerini ortaya koyma amacıyla gerçekleştirilen ilişkisel tarama çalışmalarında ortaya konan ilişkiler nedensellik taşımaz (Akarsu,2019; Can, 2019).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın katılımcıları 2020-2022 yılları arasında Türkiye’de yaşayan 4 ile 6 yaş aralığında çocuğu olan 346 annelerden oluşmaktadır. Araştırma grubu olasılığa dayanmayan örneklemelerden basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur. Bu yöntemde katılımcılar gönüllü katılımlarına ve erişilebilirliklerine göre seçilmektedirler (Shaughnessy vd., 2016). Covid-19 pandemi koşullarından dolayı çalışma örnekleme ile yüz yüze veri toplama yapılamamış olup, Google Formlar aracılığıyla veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Formların 4 ile 6 yaş döneminde çocuğu olan annelere ulaştırılması Instagram, Twitter, Facebook, Telegram ve WhatsApp aracılığıyla hem bireysel katılım çağrısı ile hem de sosyal medyalarda psikoloji alanında faaliyet gösteren ruh sağlığı uzmanlarınca oluşturulmuş gruplara ve çocuk gelişimi alanında faaliyet gösteren uzmanlarca oluşturulmuş gruplara iletilerek veriler elde edilmiştir. Başlangıçta 377 katılımcıdan veri toplanmış olup, veriler incelendiğinde 31

katılımcının yanıtlarında tutarsızlık ve eksiklik fark edilmesi üzerine bu katılımcıların verileri silinerek, analizler geriye kalan 346 katılımcının verileri ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçlarından bu araştırmada Kişisel Veri Toplama Formu, Öz Kontrol – Öz Yönetim Ölçeği, Evlilik Uyumu Ölçeği ve 4 ile 6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği - Anne Formu kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Veri Toplama Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen form, katılımcıların araştırma içerisinde incelenecek sosyodemografik özellikleri hakkında veri elde etmek amacıyla oluşturulmuş soruları kapsamaktadır. Kişisel Veri Toplama Formu; yaş, gelir durumu, eğitim durumu, çocuk sayısı, meslek, bir işte çalışıyor olma durumu, evlilik süreleri, evlendiklerinde kaç yaşında oldukları ve eşleriyle nasıl evlendiklerine ilişkin bilgileri içermektedir.

3.3.2. Öz Kontrol – Öz Yönetim Ölçeği (ÖKYÖ)

Mezo'nun (2009) literatüre kattığı Öz-Kontrol ve Öz-Yönetim Ölçeğinin Türkçe 'ye uyarla çalışmasını Ercoşkun (2016) gerçekleştirmiştir. Öz-Kontrol ve Öz-Yönetim Ölçeği 6'lı Likert tipinde derecelendirilmektedir. Öz-Kontrol ve Öz-Yönetim Ölçeğinin 16 maddesi bulunmaktadır ve ölçeğin 7 ile 11. arasındaki maddeleri ters olarak puanlanmaktadır. Ölçekte 3 alt boyut bulunmaktadır; öz pekiştirme, öz ayarlama ve öz değerlendirme.

Ölçek Cronbach's Alpha (α) iç tutarlık güvenilirliğinin katsayısı ölçeğin tümü için .87, öz pekiştirme alt boyutunun .81, öz ayarlama alt boyutunun .80, öz değerlendirme alt

boyutunun .73 olarak hesaplanmıştır (Ercoskun, 2016). Bu araştırmada ise ölçeğin tümü için Cronbach's Alpha iç tutarlık güvenilirliğinin katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Evlilik Uyumu Ölçeği (EUÖ)

Locke ve Wallace'in 1959' da geliştirdiği bu ölçeğin Türkçe geçerliliğinin ve güvenilirliğinin saptanma çalışması Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır. Karmaşık puanlama sistemi basitleştirme işlemleri dikkate alınarak Tutarel ve Kışlak Türkçe 'ye uyarlama çalışmasını yapmıştır. 15 maddeden oluşan bu ölçek evlilik sürecinde çiftler arasındaki uyumu saptamayı amaçlamaktadır. (Tutarel- Kışlak, 1999). Ölçekteki maddeler, ölçek maddesi sırasına göre değişen 0 ile 6 arasında puanlar almaktadır. Ölçeğin puanlanma şekli Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Evlilik Uyum Ölçeği Puanlanması

Ölçek maddeleri	Puanlama türü
1. Madde	6,5,4,3,2,1,0,
2. Madde- 9. Madde	5,4,3,2,1,0
10. Madde	0,1,2
11. Madde	3,2,1,0
12. Madde	Anlaşmazlık: 0 , dışarıda bir şey yapma:1, evde oturma:2
13. Madde	0,1,2,3
14. Madde	2,1,0
15. Madde	0,1,2,2
Top.: 60 puan	

Yapılan çalışmalarda ölçeğin iç tutarlılık 0,90, yarım test güvenilirliğini 0,84, tekrar test güvenilirliğini 0,57 olarak bulunmuştur (Tutarel- Kışlak ve Çabukça, 2002; Tutarel- Kışlak ve Çavuşoğlu,2006). Bu araştırma kapsamında Cronbach's Alpha katsayısı.90 bulunmuştur.

3.3.4. 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği -Anne Formu (ÖDBÖ)

Ölçek Erol ve İvrendi 2018 yılında anne görüşlerine dayalı olarak çocukların öz düzenleme becerilerini ortaya koyma amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 5’li likert tipinde, toplamda 20 maddeyi içermekte ve dört tane alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayısının .90 olduğu, eş zaman geçerliğinin .84 olduğu ve test tekrar test güvenirliğinin .77 olduğu bildirmiştir (Erol ve İvrendi, 2018).

3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma için etik kurul izni 08.02.2021 tarihinde, 05/37 sayılı kararı ile ÇOMÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu’ndan alınmıştır. Veri toplama süresince Covid-19 pandemisi kapsamında alınan önlemlerin devam etmesi sebebiyle katılımcılara yüz yüze uygulama sağlanamamış olup, Google Forms üzerinden oluşturulan ölçekler internet aracılığıyla evli bireylere ulaştırılmıştır. Veri Toplama Süreci Ekim 2021-Eylül 2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Toplanan verilerin analiz işlemleri SPSS 21 Nicel Veri Analizi Paket Programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde sosyodemografik değişkenler ile sırasıyla; Annelerin öz kontrol ve öz yönetim, evlilik uyumu ve 4 ile 6 yaş aralığındaki çocuklara yönelik ÖD becerileri puanları arasındaki ilişkileri incelemek adına Bağımsız Örneklem T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, Spearman Sıra Farkı Korelasyonu Testi, Kruskal Wallis H Analiz Testi ve Mann-Whitney U Analiz Testi kullanılmıştır. Annelerin öz kontrol ve öz yönetim, evlilik uyumu ve 4 ile 6 yaş aralığındaki çocuklarına yönelik ÖD becerileri puanları arasındaki ilişkileri

incelemek adına Spearman Sıra Farkı Korelasyon Analizi testi kullanılmıştır. Grup karşılaştırmalarında her bir grup için normallik değerlerine bakılmış olup, normal dağılım özelliğine sahip olmayan verilerin analizinde parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Normalliğin belirlenmesinde; basıklık ve çarpıklık değerleri, Kolmogorov Smirnov sonuçları, histogram ve Q-Q plots grafikleri incelenmiştir. (Büyüköztürk, 2019; Byrne, 2010; Can, 2019; Curran vd., 1996; Hair vd., 2019). Çarpıklığın +2 ile -2 ve basıklığın +7 ile -7 değerleri aralığının dışında olan (Byrne, 2010; Curran vd., 1996; Hair vd., 2019) ve normallik analizinde p değerinin .05'ten küçük olduğu durumlarda, Q-Q plots grafikleri de göz önüne alınarak normal dağılım göstermediğine karar verilmiştir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak araştırma katılımcılarının gelir durumu, eğitim durumu, çocuk sayısı, meslek türü, çalışma durumu, eş ile evlenme türü, yaş, evlilik yılı, evlilik yaşını kapsayan sosyodemografik özelliklerine ilişkin bulgular özetlenmiştir. Sonrasında sırasıyla Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeği (ÖKÖY), Evlilik Uyumu Ölçeği (EYU) ve 4 ile 6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik ÖD Becerileri Ölçeği - Anne Formu (ÖDBÖ)'nden elde alınan puanların sosyodemografik değişkenlerle ilişkileri verilmiştir. Son olarak ÖKÖY, EYU ve ÖDBÖ'den toplanan puanların birbirleriyle ilişkilerini ortaya koymak amacıyla Spearman Korelasyon Analizine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.1.Sosyodemografik Bulguların Özetlenmesi

Tablo 2

Katılımcıların Gelir Durumu, Eğitim Durumu, Çocuk Sayısı, Meslek Türü, Çalışma Durumu ve Eş ile Evlenme Türüne Dair Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımına İlişkin Bulgular

Sosyodemografik	Gruplar	N	%
Değişkenler			
Gelir Durumu	Alt	210	60,69
	Orta	80	23,12
	Üst	56	16,19
Eğitim Durumu	İlköğretim	17	4,9
	Ortaöğretim	69	19,9
	Önlisans/Lisans	218	63,0
	Yüksek Lisans/Doktora	42	12,1
Çocuk Sayısı	1	150	43,35
	2	148	42,77

	3+	48	13,87
Meslek Türü	Ev Hanımı	85	24,6
	Eğitim Sektörü	107	30,9
	Sağlık Sektörü	43	12,4
	Teknik Sektör	31	9,0
	Kurumsal Sektör	49	14,2
	Diğer Sektörler	31	9,0
	Çalışma Durumu	Evet	206
Hayır		140	40,5
Eş ile Evlenme Türü	Kendi Tanışarak ve Anlaşarak	257	74,3
	Arkadaş Aracılığıyla	35	10,1
	Aile Aracılığıyla	17	4,9
	Görücü Usulüyle	37	10,7

Tablo 2'ye göre araştırma katılımcılarının %60,69'u alt, %23,12'si orta ve %16,19'u üst gelir düzeyine sahiptir. Katılımcıların eğitim durumu açısından bakıldığında %4,9'u ilköğretim, %19,9'u ortaöğretim, %63'ü önlisans/lisans ve %12,1'i yüksek lisans, doktora ve üstü eğitim düzeylerine sahiptir. Katılımcılardan bir çocuca sahip olanların oranı %43,35, iki çocuca sahip olanların oranı %42,77 ve üç ve daha fazla çocuca sahip olanların oranı ise %13,87'dir. Meslek türü açısından bakıldığında araştırma katılımcıları %24,6 ev hanımları, %30,9 eğitim sektöründe çalışanlar, %12,4 sağlık sektöründe çalışanlar, %9 teknik sektörde çalışanlar, %14,2 kurumsal sektörde çalışanlar ve %9 diğer sektörlerde çalışanlardan oluşmaktadır. Araştırmaya katılanların %59,5'i hali hazırda bir işte çalışmaktayken, %40,5'i herhangi bir işte çalışmamaktadır. Katılımcıların eşleriyle evlenme türüne göre dağılımı kendi tanışarak ve anlaşarak %74,3, arkadaş aracılığıyla 10,1, aile aracılığıyla 4,9 ve görücü usulü 10,7 şeklindedir.

Tablo 3

Katılımcıların Yaş, Evlilik Yılı, Evlenme Yaşına Dair Sosyodemografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

Sosyodemografik Değişkenler	N	\bar{x}	S	Min.	Max.
-----------------------------	---	-----------	---	------	------

Yaş	346	33,50	5,585	22	57
Evlilik Yılı	346	9,14	4,800	1	37
Evlenme Yaşı	346	24,45	3,944	13	42

Not: Değişkenlere ilişkin süreler yıl cinsinden belirtilmiştir.

Tablo 3'e göre katılımcıların yaş ortalaması 33,50'tür. Katılımcıların bildirdiği en alçak yaş 22, en yüksek yaş ise 57'dir. Katılımcıların ortalama evlilik yılı yaklaşık 9 yıldır. Katılımcıların bildirdiği en kısa olan evlilik süresi 1 yıl, en uzun olan evlilik süresi ise 37 yıldır. Katılımcıların ortalama evlenme yaşı ise 24,45'tir. Katılımcıların bildirdiği evlenme yaşı en küçük 13, evlenme yaşı en büyük ise 42'dir.

4.2. Annelerin ÖK ve ÖY Algılarının Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

4.2.1. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile bireylerin yaşları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, annelerin ÖK ve ÖY algıları ve yaşları birbirleriyle aralarında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r = .03, p > .05$).

4.2.2. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların gelir düzeyine göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 4'te yer verilmiştir.

Tablo 4

ÖKÖY'den Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi

Varyans. Kaynak.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Gruplar Arası	91,796	2	45,898	.489	.613
Gruplar İçi	32171,245	343	93,794		
Top.	32263,040	345			

Katılımcıların gelir düzeylerine göre ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, gelir düzeylerine göre oluşturulan grupların ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonunda, alt gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_A = 60,50$), orta gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_O = 61,66$) ve üst gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_Ü = 61,35$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(2-343)} = .489, p > .05$].

4.2.3. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların eğitim düzeyi değişkenine göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 5'te yer verilmiştir.

Tablo 5

ÖKÖY'den Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Varyans. Kaynak.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Gruplar Arası	612,764	3	204,255	2,207	.087
Gruplar İçi	31650,276	342	92,545		
Top.	32263,040	345			

Katılımcıların gelir durumlarına göre ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, gelir durumuna göre oluşturulan grupların ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklemeler için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonunda, ilköğretim mezunu olanların puan ortalaması ($\bar{x}_i = 57,0$), ortaöğretim/lise mezunu olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_O = 59,33$), önlisans/lisans mezunlarının puan ortalamasının ($\bar{x}_Ü = 61,36$) ve yüksek lisans/doktora ve üstü mezunlarının puan ortalamasının ($\bar{x}_{L2} = 62,71$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(3-342)} = 2,207, p >.05$].

4.2.4. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların çocuk sayısı değişkenine göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 6'da yer verilmiştir.

Tablo 6

ÖKÖY'den Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	240,412	2	120,206	1,288	.277
Gruplar İçi	32022,628	343	93,360		
Top.	32263,040	345			

Katılımcıların çocuk sayısına göre ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında fark bulunup bulunmadığını saptamak için, çocuk sayısına göre oluşturulan grupların ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklemeler için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonunda, bir çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_1 = 61,18$), iki çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_2 = 60,09$) ve üç ve üstü çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_3 = 62,56$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(2-343)} = 1,288, p >.05$].

4.2.5. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların meslek gruplarına göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 7'de yer verilmiştir.

Tablo 7

ÖKÖY'den Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi

Varyans. Kaynak.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Gruplar Arası	481,155	5	96,231	1,029	.400
Gruplar İçi	31781,886	340	93,476		
Top.	32263,040	345			

Katılımcıların meslek gruplarına göre, ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında fark bulunup bulunmadığını saptamak için yapılmış olan ilişkisiz örneklem t testinde, ev hanımı olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_E = 59,61$), sağlık sektöründe çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_S = 62,13$), eğitim sektöründe çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_{E2} = 61,71$), kurumsal sektörde çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_K = 61,57$), teknik sektörde çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_T = 61,32$) ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_D = 58,51$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(5-340)} = 1,029, p > .05$].

4.2.6. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların bir işte çalışma durumuna göre değişip değişmediğini incelemek için Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 8'de yer verilmiştir.

Tablo 8

ÖKÖY'den Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Gruplar	N	\bar{x}	S	Sd	T	P
Evet	206	61,43	9,25	344	1.350	.099
Hayır	140	60,05	10,21			

Katılımcıların bir işte çalışma durumuna göre ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında fark bulunup bulunmadığını saptamak için yapılmış olan ilişkisiz örneklem T testinde, bir işte çalıştıklarını bildiren bireylerin ÖKÖY'den topladıkları puan ortalaması ile ($\bar{x}_E = 61,48$), bir işte çalışmadıklarını bildiren bireylerin ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_H = 60,05$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$t_{(344)} = 1.350, p > .05$].

4.2.7. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile bireylerin evlilik yaşı arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, ÖKÖY ve evlilik yaşının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = .00, p > .05$).

4.2.8. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile evlilik yılı arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, ÖKÖY ve evlilik yılının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = .04, p > .05$).

4.2.9. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanların evlilik türüne göre değişip değişmediğini incelemek için Bağımsız Örneklemeler Tek Yönlü Varyans Analizi Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 9'da yer verilmiştir.

Tablo 9

ÖKÖY'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	286,095	3	95,365	1,020	.384
Gruplar İçi	31976,945	342	93,500		
Toplam	32263,040	345			

Katılımcıların evlenme türüne göre ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, evlenme türüne göre oluşturulan grupların ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklemeler için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, test sonunda, kendileri tanışarak evlenen bireylerin ilişkilerde ÖKÖY'den topladıkları puan ortalaması ile ($\bar{x}_K = 61,27$), arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_A = 58,25$), aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin ÖKÖY'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_{A2} = 60,41$) ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin ÖKÖY'den

topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_G = 61,08$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$F_{(3-342)} = 1,020, p > .05$].

4.3. Evlilik Uyumunun Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

4.3.1. Evlilik uyumu değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin yaşları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, annelerin evlilik uyumları ve yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = -.11, p < .05$).

4.3.2. Evlilik uyumu değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanların gelir düzeyine göre değişip değişmediğini incelemek için Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 10'da yer verilmiştir.

Tablo 10

EUÖ'nden Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	P
Alt	210	165,61	2	4.472	.107
Orta	80	193,34			
Üst	56	174,74			

Katılımcıların gelir düzeyine göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, gelir düzeylerine göre oluşturulan grupların EUÖ'den topladıkları puanlar ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların EUÖ'den topladıkları puanlarının birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$X^2_{(2)}=4.472, p>.05$].

4.3.3. Evlilik uyumu değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanların eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini değişip değişmediğini incelemek için Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 11'de yer verilmiştir.

Tablo 11

EUÖ'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sd	X^2	P
İlköğretim	17	150,94	3		.661
Ortaöğretim	69	182,07			
Önlisans/Lisans	218	171,48			
Yüksek lisans/Doktora ve ötesi	42	179,01			

Katılımcıların gelir düzeyine göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı farkın bulunup bulunmadığını saptamak için, eğitim düzeyine göre oluşturulan grupların EUÖ'den topladıkları puanlar ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların EUÖ'den topladıkları puanların birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$X^2_{(3)}=1.591, p>.05$].

4.3.4. Evlilik uyumu değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanlar çocuk sayısına göre değişip değişmediğini incelemek için Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 12'de yer verilmiştir.

Tablo 12

EUÖ'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	P
1 Çocuk	150	180,92	2	1.589	.452
2 Çocuk	148	166,36			
3 Çocuk ve Üstü	48	172,31			

Katılımcıların çocuk sayısına göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, çocuk sayısına göre oluşturulan grupların EUÖ'den topladıkları puanlar ilişkisiz örneklemeler için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların EUÖ'den topladıkları puanların birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$X^2_{(2)}=1.589, p>.05$].

4.3.5. Evlilik uyumu değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanların meslek değişkenine göre değişip değişmediğini incelemek için Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 13'te yer verilmiştir.

Tablo 13

EUÖ'nden Alınan Puanların Meslek Değişkenine Göre İncelenmesi

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	P
Ev Hanımı	85	170,58	5	3.543	.617
Eğitim Sektörü	107	183,51			
Sağlık Sektörü	43	166,36			
Teknik Sektör	31	168,92			
Kurumsal Sektör	49	156,46			
Diğer Sektörler	31	188,35			

Katılımcıların meslek gruplarına göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, meslek gruplarına göre oluşturulan grupların topladıkları puanlar ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların EUÖ'den topladıkları puanların birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$X^2_{(5)}=3.543, p>.05$].

4.3.6. Evlilik uyumu değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanların bir işte çalışma durumuna göre değişip değişmediğini incelemek için Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 14'te yer verilmiştir.

Tablo 14

EUÖ'nden Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Evet	206	176,19	36295,50	13865.50	.543
Hayır	140	169,54	23735,50		

Bir işte çalışma durumuna göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunup bulunmadığını saptamak için yapılmış olan Mann-Whitney U testine göre, hali hazırda bir işte çalışan bireylerin EUÖ'den topladıkları puan ortalaması ile ($\bar{X}_E = 176,19$), hali hazırda bir işte çalışmayan bireylerin EUÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{X}_H = 169,54$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmemiştir [$U = 13865.50$ $p > .05$].

4.3.7. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin evlendikleri yaşı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, EUÖ ve evlilik yaşının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = -.02$, $p > .05$).

4.3.8. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ölçüde ilişki var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin evlilik yılı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi

sonucunda, EUÖ ve evlilik yılının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = -.07, p > .05$).

4.3.9. Evlilik uyumu değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların EUÖ'den topladıkları puanların evlilik türüne göre değişip değişmediğini incelemek için Bağımsız Örneklem Tek Yönlü Varyans Analizi Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 15'te yer verilmiştir.

Tablo 15

EUÖ'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	1726,060	3	575,353	8.533	.000
Gruplar İçi	23060,275	342	67,428		
Top.	24786,335	345			

Katılımcıların evlenme türüne göre EUÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, evlenme türüne göre oluşturulan grupların EUÖ'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, test sonunda, kendileri tanışarak evlenen bireylerin ilişkilerde EUÖ'den topladıkları puan ortalamasının ile ($\bar{x}_K = 46,12$), arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin EUÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_A = 39,45$), aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin EUÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_{A2} = 46,70$) ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin EUÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_G = 42,27$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmüştür [$F_{(3-342)} = 8.533, p < .05$]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey post hoc analizi sonucu, anlamlı farkın kendileri tanışarak evlenen bireyler ve arkadaşlar aracılığıyla evlenen bireyler; kendileri tanışarak evlenen bireyler ve görücü usulü evlenen bireyler ile arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen

bireyler ve aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireyler arasında olduğu bulunmuştur. Buna göre kendi tanışarak evlenen bireylerin evlilik uyumu arkadaşları aracılığıyla tanışıp evlenen ve görücü usulüyle tanışıp evlenenlere kıyasla daha yüksektir; ailesi aracılığıyla tanışan bireylerin evlilik uyumu, arkadaşları aracılığıyla evlenenlerden daha yüksektir.

4.4. Çocuklarının Öz Düzenleme Becerilerinin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

4.4.1. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile yaş değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin yaşları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çocuklarının ÖDB ve yaşlarının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = .01, p > .05$).

4.4.2. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile gelir düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanların gelir düzeyine göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 16'da yer verilmiştir.

Tablo 16

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	293,185	2	146,593	1.323	.268

Gruplar İçi	38018,332	343	110,841
Toplam	38311,517	345	

Katılımcıların gelir düzeylerine göre ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, gelir düzeylerine göre oluşturulan grupların ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, test sonunda, alt gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_A = 76,97$), orta gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_O = 78,97$) ve üst gelir düzeyine sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_Ü = 78,66$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(2-343)} = 1.323, p >.05$].

4.4.3. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile eğitim düzeyi değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanların eğitim düzeyine göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 17'de yer verilmiştir.

Tablo 17

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	711,319	3	237,106	2.157	.093
Gruplar İçi	37600,198	342	109,942		
Top.	38311,517	345			

Katılımcıların gelir durumlarına göre ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, gelir durumuna göre oluşturulan grupların ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonunda, ilköğretim

mezunu olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_i = 71,58$), ortaöğretim/lise mezunu olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_O = 78,55$), önlisans/lisans mezunlarının puan ortalamasının ($\bar{x}_Ü = 77,77$) ve yüksek lisans/doktora ve üstü mezunlarının puan ortalamasının ($\bar{x}_{L2} = 78,47$) birbirleriyle aralarında anlamlı olduğu gözlenmemiştir [$F_{(3-342)} = 2.157, p >.05$].

4.4.4. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile çocuk sayısı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanların çocuk sayısına göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 18'de yer verilmiştir.

Tablo 18

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi

Varyans. Kaynak.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Gruplar Arası	280,782	2	140,391	1.266	.283
Gruplar İçi	38030,735	343	110,877		
Top.	38311,517	345			

Katılımcıların çocuk sayısına göre ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, çocuk sayısına göre oluşturulan grupların topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonucunda, bir çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_1 = 76,88$), iki çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_2 = 77,92$) ve üç ve üstü çocuğa sahip olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_3 = 79,60$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(2-343)} = 1,266, p >.05$].

4.4.5. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile meslek değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanların meslek gruplarına göre değişip değişmediğini incelemek için Tek Yönlü Varyans Analizi Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 19'da yer verilmiştir.

Tablo 19

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi

Varyans. Kaynak.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Gruplar Arası	534,430	5	106,886	.962	.441
Gruplar İçi	37777,087	340	111,109		
Top.	38311,517	345			

Katılımcıların meslek gruplarına göre, ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında fark bulunup bulunmadığını saptamak için yapılmış olan İlişkisiz Örneklem T Testinde, ev hanımı olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_E = 79,12$), sağlık sektöründe çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_S = 79,30$), eğitim sektöründe çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_{E2} = 77,27$), kurumsal sektörde çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_K = 76,53$), teknik sektörde çalışanların puan ortalamasının ($\bar{x}_T = 75,45$) ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalamasının ($\bar{x}_D = 77,22$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu gözlenmemiştir [$F_{(5-340)} = .962, p > .05$].

4.4.6. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile bir işte çalışma durumu değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlarının bir işte çalışma durumuna göre değişip değişmediğini incelemek için Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmış ve testin bulgularına Tablo 20'de yer verilmiştir.

Tablo 20

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Bir İşte Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Gruplar	N	\bar{x}	S	Sd	T	P
Evet	206	77,36	9,46	344	-.736	.013
Hayır	140	78,21	11,96			

Katılımcıların bir işte çalışma durumuna göre ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında fark bulunup bulunmadığını saptamak için yapılmış olan ilişkisiz örneklem t testinde, bir işte çalıştıklarını bildiren bireylerin ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalaması ile ($\bar{x}_E=77,36$), bir işte çalışmadıklarını bildiren bireylerin ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_H=78,21$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark olduğu görülmüştür [$t_{(344)} = -.736, p < .05$]. Yapılan t testi sonucuna göre bu fark çalışmayan annelerin çalışan annelere göre çocuklarının ÖD becerilerinin daha yüksek olduğu yönündedir.

4.4.7. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yaşı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin evlilik yaşları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çocuklarının ÖDB ve evlilik yaşlarının birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($r = -.10, p > .05$).

4.4.8. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik yılı değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı ilişki var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile bireylerin evlilik yılı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi

sonucunda, çocuklarının ÖDB ve evlilik yılının birbirleriyle aralarında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .12, p < .05$).

4.4.9. Çocuklarının ÖDB değişkeni ile evlilik türü değişkeninin birbirleriyle aralarında anlamlı fark var mıdır?

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar evlilik türüne göre değişip değişmediğini incelemek için Bağımsız Örneklem Tek Yönlü Varyans Analizi Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 21'de yer verilmiştir.

Tablo 21

ÖDBÖ'den Alınan Puanların Evlilik Türüne Göre İncelenmesi

Varyans.	Kare Top.	Sd	Kare Ort.	F	P
Kaynak.					
Gruplar Arası	114,910	3	38,303	.343	.794
Gruplar İçi	38196,608	342	111,686		
Top.	38311,517	345			

Katılımcıların evlenme türüne göre ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunup bulunmadığını saptamak için, evlenme türüne göre oluşturulan grupların ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile yapılmış, testin sonunda, kendileri tanışarak evlenen bireylerin ilişkilerde ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamasının ile ($\bar{x}_K = 78,00$), arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_A = 76,40$) aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_{A2} = 77,94$) ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin ÖDBÖ'den topladıkları puan ortalamasının ($\bar{x}_G = 76,78$) birbirleriyle aralarında anlamlı fark görülmemiştir [$F_{(3-342)} = .343, p > .05$].

4.5. Annelerin ÖK ve ÖY Algıları İle Evlilik Uyumları, Annelerin ÖK ve ÖY Algıları İle Çocuklarının ÖDB ve Annelerin Çocuklarının ÖDB ve Evlilik Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile EUÖ'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi, ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile ÖKÖY'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi ve ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile EUÖ'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi uygulanmıştır ve testin bulgularına Tablo 22'de yer verilmiştir.

Tablo 22

ÖDBÖ, ÖKÖY ve EUÖ'den alınan puanların ilişkisel karşılaştırılması

		ÖDBÖ	ÖKÖY	EUÖ
ÖDBÖ	R	1,000	,438**	,290**
	P	.	,000	,000
	N	345	345	345
ÖKÖY	R	,438**	1,000	,176**
	P	,000	.	,001
	N	345	346	346
EUÖ	R	,290**	,176**	1,000
	P	,000	,001	.
	N	345	346	346

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile EUÖ'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyon

Testi sonucunda annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik uyumlarının birbirleriyle aralarında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .17, p < .05$).

Katılımcıların ÖKÖY'den topladıkları puanlar ile ÖDBÖ'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi sonucunda annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuklarının ÖDB puanlarının birbirleriyle aralarında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .43, p < .05$).

Katılımcıların ÖDBÖ'den topladıkları puanlar ile EUÖ'den topladıkları puanlar arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla yapılmış olan Spearman Sıra Farkları Korelasyon testi sonucunda annelerin çocuklarının ÖDB ve evlilik uyumlarının birbirleriyle aralarında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .29, p < .05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde ilk olarak araştırmadan elde edilen bulgulara ilişkin tartışma, sonrasında bulguların özetlenmesi ve yorumlanması, son olarak uygulayıcılara yönelik öneriler yer almaktadır.

5.1. Tartışma

Okul Öncesi Dönemde çocuğu annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evliliklerindeki uyum ve çocuklarının ÖD becerisine etkisini incelemek amacıyla yapılmış olan bu çalışmada Kişisel Veri Toplama Formu, Öz kontrol ve Öz yönetim Ölçeği, Evlilik Uyum Ölçeği ve 4 ile 6 Yaş Aralığındaki Çocuklara Yönelik ÖD Becerileri Ölçeklerinden elde edilen veriler incelenip tartışılmıştır.

5.1.1. Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması

Yapılan çalışma kapsamında annelerin öz kontrol ve öz yeterlilik algıları ve Kişisel veri formundan elde edilen demografik değişkenler incelenmiş olup annelerin öz kontrol ve öz yeterlilik algıları demografik değişkenler arasında istatistiki olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Alanyazında öz kontrolle ilgili çalışmaların azlığı göze çarpmaktadır. Yapılan çalışmaların birçoğu ergenler ya da anne babalar üzerine yapılmıştır. Bu anlamda annelerin ÖK ve ÖY yargılarıyla ilgili demografik değişkenlerine ilişkin bulguları oldukça kısıtlıdır. Alanyazını incelediğimizde bu çalışma ile benzer bulgular gösteren çok az çalışma bulunmaktadır. Yapılan bir çalışmada bireylerin öz kontrol algıları ve sosyo-ekonomik düzeyleri arasındaki ilişki irdelenmiş ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

(Boyalı, 2020). Alanyazın tarandığında doğrudan kardeş sayısı ve öz kontrol ilişkisi arasında bir çalışma saptanmamıştır ancak okul öncesi dönemindeki davranış sorunlarını inceleyen bir araştırmada; çocukların davranış problemleri ile ebeveyn eğitim durumu ve kardeş sayısı ile aralarında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Alisinanoğlu ve Kesicioğlu, 2010).

Alanyazında tespit edilen bulguların çoğu bu çalışmadaki öz kontrol ve demografik değişkenler arasında saptanan bulgulara ters düşmektedir. Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde yaş ilerledikçe prefrontal kortekst gelişmekte ve bu duruma paralel olarak da bireylerin karar verme ve kontrol sürelerinde artış olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Aydın ve Karabekiroğlu, 2018; Casey ve Caudle, 2013). Sezgin (2013), çocuklarla yürüttüğü bir çalışmada, irade eğitimi almanın çeşitli değişkenler üzerindeki etkisini incelemiştir; yaş, cinsiyet, sahip olunan kardeş sayısı değişkenlerinin yürütücü işlevler üzerinde etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Türkeş (2004) 'in yaptığı bir çalışmada kardeş sayısı ve ailedeki kişi sayısı arttıkça öz kontrol becerilerinin de arttığı tespit edilmiştir. Dal vd. (2004) yürüttüğü bir araştırmada eğitim düzeyi ve dikkat/dürtüsellik arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kişilerin öz kontrol seviyelerinin artması dürtüselliklerini daha rahat kontrol edebilecekleri anlamına gelmektedir. Bu bulgudan yola çıkarak kişilerin eğitim seviyesindeki arttıkça öz kontrol becerileri artmaktadır. Durmaz (2015) yaptığı bir araştırmada farklı nitelikte sonuçlar elde etmiştir; anne eğitim seviyesi azaldıkça öz kontrol becerisinin arttığı saptanmıştır. Yapılan başka bir çalışmada ise bölünmüş, ekonomik seviyenin düşük olduğu ailelerdeki bireylerin öz kontrol seviyelerinin düşük olduğu saptanmıştır (Brannigan vd., 2002; Perrone vd., 2004; Chapple vd., 2005). Buelow ve Johnson (2000) yaptıkları çalışmada eğitim ve öz kontrol öz yönetim gelişimi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve pozitif yönde anlamlı sonuçlar elde etmişlerdir. Cedraschi vd. (2004) ve Karlson vd. (2008) yaptığı çalışmalarda da yakın bulgulara ulaşmışlardır. Strömbäck vd. (2017) yürüttüğü bir çalışmada öz kontrol ve finansal iyi oluş ilişkisini incelenmiş; öz kontrolü yüksek olan bireylerin finansal olarak kendilerini daha iyi hissettikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmanın bir diğer bulgusu ise ekonomik açıdan kendilerini güvende hisseden bireylerin öz kontrol becerileri de benzer oranda yüksek çıkmıştır.

5.1.2. Evlilik Uyumunu Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması

Yapılan çalışma kapsamında annelerin evlilik uyumlarının yaş değişkenine göre incelendiğinde bireylerin evlilik uyumları ile yaşları arasında negatif korelasyon saptanmıştır. Evlilik uyumu ve yaş değişkeni üzerine yapılmış pek çok araştırma bulunmaktadır. Erbil ve Hazer'in (2018) yaptığı çalışma bu veriyi desteklerken, Yalçın'ın (2014) yaptığı çalışmada tam tersi olarak kadınların yaşları arttıkça evlilik uyumlarının arttığı saptanmıştır. Demiray'ın (2006), 51 evli çiftin katılımıyla yaptığı çalışmasında da yaş faktörü arttıkça evlilik uyumunun düştüğü saptanmıştır. Yapılan bir başka çalışmada da cinsiyet, evlenme yaşı, eğitim düzeyi ve sahip olunan çocukların yaşına göre evlilik uyumlarında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı saptanmıştır. (Fincham ve Beach, 2007). Aslında bu veriler bu çalışmada kullanılan demografik değişkenlerin sonuçlarıyla büyük ölçüde paralellik göstermektedir. Yapılan bu çalışmada gelir durumu, eğitim durumu, çocuk sayısı, meslek, bir işte çalışıyor olma durumu, evli olma süresi ve evlilik yaşı değişkenleri ile annelerin evlilik uyumlarıyla aralarında anlamlı ölçüde fark saptanmamıştır. Benzer şekilde Tutarel-Kışlak (2002) tarafından yapılan çalışmada, evlilik uyumu bazı demografik değişkenlere göre irdelenmiştir. Bu değişkenler; yaş, cinsiyet, evlilik senesi, çocuk sayısı, eğitim düzeyi ve iş düzeyi olarak belirlenmiştir. Yapılan araştırma sonuçlarında bu demografik değişkenlerin evlilik uyumunu yordamadığı saptanmıştır. (Turanlı, 2010)

Yapılan bu çalışmada yalnızca yaş değişkeni ve evlenme türü değişkeni ile evlilik uyumu arasında ilişki saptanmıştır. Evlenme türü değişkeni ile evlilik uyumu değişkeni arasında çıkan sonuçta; anlamlı farkın kendileri tanışarak evlenen bireyler ve arkadaşlar aracılığıyla evlenen bireyler; kendileri tanışarak evlenen bireyler ve görücü usulü evlenen bireyler ile arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireyler ve aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireyler arasında olduğu bulunmuştur. Buna göre kendi tanışarak evlenen bireylerin evlilik uyumu arkadaşları aracılığıyla tanışıp evlenen ve görücü usulüyle tanışıp evlenenlere kıyasla daha yüksektir; ailesi aracılığıyla tanışan bireylerin evlilik uyumu, arkadaşları aracılığıyla evlenenlerden daha yüksektir. Alanyazında bunu destekleyecek nitelikte çalışmalar mevcuttur. Kendileri tanışarak evlenen bireylerin görücü usulü ile evlenen bireylerden daha iyi düzeyde evlilik kalitesine sahip olduğunu tespit eden

araştırmalar sayıca çoktur (akmak- Tolan, 2015; Kelley,1999). Şendil ve Korkut (2008), evli bireylerde evlilik uyumunu demografik özellikler bakımından incelemiştir. 117 evli çiftle yaptığı çalışmasında verilerin toplanması için çift uyumu leğinden yararlanmıştır. Yapılan çalışmanın bulgularına göre tanışarak evlilik gerçekleştiren bireylerin evlilikteki uyumlarının görücü usulü ile evlilik gerçekleştiren bireylerden yüksek olduğu saptanmıştır. Evlilik biçiminin de evlilik uyumunu etkilediğini ortaya koyan bir başka çalışmada; akraba evliliği yapan çiftlerin, evlilik uyumlarından daha düşük puanlar aldığı bildirilmiştir (Fışlıhoğlu, 2001).

Bu çalışmanın sonucunda demografik değişkenlerin çoğu evlilik uyumu ile ilişkisiz olarak bulunmuş olsa da alanyazında yapılmış olan evlilik uyumuyla ilgili pek çok araştırma mevcut olup evlilik uyumu ve demografik değişkenlerden elde edilen sonuçlar araştırmadan araştırmaya farklılık göstermektedir. Burgess, (1939) yapmış olduğu araştırmasında yüksek evlilik uyumu için řu etmenleri vurgulamıştır; İstenerak yapılan bir evlilik, ocuk sahibi olma konusunda ortak fikre sahip olma ,benzer kültürel özelliklere sahip olma ve köken ailelerle yakın ilişkiler kurma. stnde durulan evlilik uyumunu yordayıcı faktörlerinden biri de eşlerin eğitim seviyesidir. Türkiye’de yapılmış olan bir çalışmada çiftlerin eğitim sevipleri arttıa evlilik uyumlarının da arttığı saptanmıştır (Şendil ve Korkut, 2008). Yapılan başka bir araştırmada da benzer sonuçlar bulunmuş eğitim düzeyi arttıa evlilik uyumunun da arttığı saptanmıştır (Kamo, 1993). Yurtdışında yapılan bir çalışmada yine benzer sonuçlar elde edilmiştir. Üniversite mezunu olan çiftlerin, daha alçak eğitim düzeyine sahip olan çiftlere göre evlilik uyumları daha yüksek olarak bildirilmiştir (Jose ve Alfons, 2007). Yıldırım’ın (1992) yaptığı evli bireylerin uyumlarını etkileyen değişkenleri incelediği araştırmasının sonucunda ekonomik düzeyin, mesleki statünün, eğitim seviyesinin, eşlerin yaptıkları işlerde ne kadar mutlu olduklarının, çiftlerin ortak btye katkıda bulunma oranlarının ve elde edilen toplam paranın beklentiyi karşılama seviyesinin, evlilik uyumu üzerinde ciddi oranda etkili olduğunu saptamıştır. Şener ve Terzioğlu (2008), çalışmasında evli bireylerin demografik değişkenlerinin evlilik uyumlarına etkisini incelemişlerdir. 413 çiftle yapılan çalışmada, evli bireylerin evlendiğindeki yaşı, eğitim durumu ve gelir durumu ile evlilikteki uyumları arasında pozitif doğrultuda bir ilişki saptanmıştır. Benzer nitelikteki araştırmalar eşlerin bir işte çalışma durumunun da evlilik uyumunu arttırdığı yönündedir (Suchet ve Barling, 1986; Sezer, 2005; Kaslow ve Robison, 1996).

Evlilik uyumunu etkilediğini düşünen değişkenlerden biri de sahip olunan çocuk sayısıdır. Araştırmamızda evlilik uyumu ile çocuk sayısı değişkeni arasında bir fark bulunmamış olsa da bu durumun araştırmaya katılan bireylerin eğitim seviyesinin yüksek oluşundan ya da evlilik uyumlarının yüksek oluşundan kaynaklandığını söyleyebiliriz. Yapılan çalışmaların birçoğunda evlilik uyumu değişkeni ile sahip oldukları çocuk sayısı değişkeni arasında negatif yönde bir korelasyon sergilediği saptanmıştır (Blum ve Mehrabian,1999; Batool ve Khalid, 2012; Umberson vd, 2005).

5.1.3. 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden elde edilen verilerin Kişisel Veri Toplama Formuna göre tartışılması

Bu çalışmada 4 ile 6 yaş aralığındaki çocuklara yönelik ÖD becerilerinin demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş olup çalışma sonucunda yalnızca çocukların ÖDB ile bir işte çalışma durumu puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde çıkan sonuca ters sonuçların olduğu gözlemlenmiştir. Eke (2017) çalışmasında bir işte çalışan annelerin çocuklarının kontrol becerilerinin bir işte çalışmayan annelerin çocuklarından daha yetkin olduğunu tespit etmiştir. Saraç vd. (2012) yaptığı araştırmada, bir işte çalışan annelerin çocuklarının ÖD becerileri puanlarının bir işte çalışmayan annelerin çocuklarından daha yüksek olduğu verisini saptamıştır. Bu veriler araştırma sonucuyla paralellik göstermemektedir. Araştırmanın sonucunun bu şekilde çıkması çalışan annelerin çocuklarıyla yeterince vakit geçirememelerinden kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Yapılan araştırmada diğer bir fark ise çocukların ÖD becerileri ve evlilik yılı değişkeni arasında saptanmıştır. 4 ile 6 yaş aralığında çocuğa sahip olan annelerin evlilik süreleri arttıkça çocuklarının ÖD becerileri de pozitif oranda artış göstermektedir. Direk olarak annelerin evlilik süreleri ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamış olursa da ancak annelerin yaşları ilerledikçe çocuklarının ÖD becerilerinde artış olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur; Eke (2017) ve Mercan (2019) yapmış olduğu çalışmalarında daha ilerideki yaşlarda annelerin çocuklarının ÖD becerilerinin daha yüksek seviyede olduklarını saptamıştır. Buradan yola çıkarak evlilik süresinin artması çocuklarında ÖD becerilerine pozitif yönde katkı sağlar çıkarımı yapılabilir.

Araştırmanın geri kalan demografik değişkenleri ile 4 ile 6 aralığındaki çocukların ÖD becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmemiştir. Alanyazında benzer nitelikte olan pek çok veri mevcuttur. Arabacı (2019) Karaman il sınırları içerisinde yaptığı bir çalışmada 48 ay ve 72 ay aralığında kalan çocukların ÖD becerilerini farklı değişkenlere göre incelemeyi planlamıştır. Çalışmada çocukların cinsiyeti, ebeveynlerinin öğrenim düzeyleri, ebeveynlerinin çocuk sayısı, çocuğun odasının olup olmama durumu, annesinin bir işte çalışıp çalışmama durumu değişkenleri ile ÖDB arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Özbey'in (2018) yaptığı benzer bir araştırmada ÖD becerilerinin çocuğun içinde bulunduğu yaşa, çocuğun cinsiyetine, babasının eğitim seviyesine, babasının mesleğine göre değiştiği; fakat annenin eğitim seviyesine, annenin yapmış olduğu mesleğe ve çocuğun gittiği okul türüne göre değişmediği saptanmıştır.

Demografik değişkenler doğrultusunda incelenen diğer araştırmalarda; Tuzcuoğlu vd., (2019) yapmış oldukları araştırmada ÖD becerilerinin annenin öğrenim durumuna ve kardeş sayısı değişkenine göre farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir. Bayındır (2016) yaptığı bir çalışmada ailelerin sosyoekonomik seviyesinin ve anne öğrenim seviyesinin çocuklarının ÖD beceri seviyelerini etkilemediğini saptamıştır. Bu çalışmaların bulguları , bu araştırmanın demografik değişkenleriyle paralellik gösterse de çocukların ÖD becerileriyle ilgili farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Yılmaz'ın (2021) yaptığı çalışmada ÖD becerileri çocuk sayısına göre incelemiş; en yüksek öz-düzenleme puanına sahip çocukların iki çocuğu olan ebeveynlerin çocukları olduğu, bunu tek çocuğu olan ebeveynlerin çocukları ve üç ve daha fazla çocuğu olan ebeveynlerin çocukları izlediği sonucunu bulmuştur. Dağgül (2016) ebeveynlerin sahip oldukları çocuk sayısı azaldıkça çocuklarının ÖD becerilerinin arttığı bulgusuna ulaşmıştır. Ertürk Kara ve Gönen'in (2015) yaptığı çalışmada çocukların ÖD becerilerini incelemiş ve annenin öğrenim seviyesinin yüksek olması ve yaşın ilerlemesi ile ÖD becerisi arasında pozitif yönde korelasyon gösterdiğini saptamıştır.

5.1.4. Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeği, Evlilik Uyumu Ölçeği ve 4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeğinden elde edilen verilerin ilişkisel olarak karşılaştırılmasından elde edilen sonuçların tartışılması

Bu çalışmada annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ilişki incelenmiş ve aralarında pozitif yönde bir korelasyon saptanmıştır. Annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının artması evliliklerindeki uyumu da olumlu olarak etkilediği ve arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Evli kadınların duygusal zeka seviyelerinin evliliklerindeki uyuma etkisini inceleyen ÖK ve ÖY bir araştırmada evli kadınların evlilik uyumu ve öz kontrol seviyeleri arasında pozitif doğrultuda anlamlı ilişki bulunmuştur (Özgen vd., 2019). Birçok araştırma anne babanın yakınlığının artmasının öz kontrol davranışını da arttıracığı yönünde veriler saptamıştır. (Gibbs vd., 2003; Hay, 2001; Perrone vd., 2004)

Bu kısımda ilişkiye bakılan 2. varsayım olan annelerin ÖK ve ÖY algılarının çocuklarının ÖD becerilerine etkisi incelenmiş ve annelerin ÖK ve ÖY algılarının çocuklarının ÖD becerisini pozitif yönde etkilediği; öz kontrol/öz yönetim algısı arttıkça çocuklarının ÖD becerilerinin de arttığı saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde birçok araştırmacı tarafından öz kontrol ve ÖD birbirleri yerine kullanılan kavramlar olarak önümüze çıkmaktadır. Tangney vd. (2004) öz kontrol ve öz düzenlemenin aynı anlam için kullanılmalarında bir sakınca görmemişlerdir. Erken çocukluk döneminde, çocuklar kendi kendilerine karar verme, davranış taklidi ve duygu düzenleme için neredeyse her zaman ailelerine güvenirlere ve aileler, çocuklarına duygu ve davranışlarını düzenleme imkanı bulacakları bir ortam sağlayarak, ÖD potansiyelleriyle çocuklarına destek olurlar (Kopp, 1982; Sameroff, 2010). Yapılan bir çalışmada anne ve babaların çocuklarını denetlemediğinde, çocuklarının davranışlarıyla etkili bir biçimde ilgilenmediğinde çocuklarının öz kontrolünün geliştiği yönünde bulguya rastlanılmıştır (Gottfredson ve Hirschi, 2005). Öz kontrol ve Ebeveyn yönetimini birlikte inceleyen başka bir araştırmada ise düşük ebeveyn yönetimi ve disiplin sonucunda çocuklarının da düşük öz kontrol sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır (Hay, 2001). Ebeveyn tutumları ve öz kontrol arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmada ise ebeveyn denetimi ve düşük öz kontrol arasında negatif yönde bir korelasyon saptanmıştır. Ebeveynlerin uyguladıkları kurallar noktasında tutarlı davranışlar sergilemesi, çocuklarının öz denetim sağlamalarında rehber

olacağı düşünülmektedir. Bundan dolayı ebeveynlerin kontrol davranışının, ÖD davranışı üzerinde olumlu etkisi olduğunu söylemek mümkündür (Üredi ve Erden, 2009).

Bu kısımda ilişkisine bakılan 3. varsayım annelerin evlilik uyumlarının çocuklarının ÖD becerilerine etkisi incelenmiş ve annelerin evlilik uyumları ile çocuklarının ÖDB arasında pozitif doğrultuda anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Annelerin evliliklerindeki uyumun artmasına paralel doğrultuda çocuklarının da ÖD becerilerinin gelişmesi beklenmektedir. İlişkilerinde mutlu olan ve uyumlu davranan çiftler, çocuklarına yönelik daha destekleyici ve daha kabullenen bir davranış gösterirler. İlişkilerinde mutsuz olan eşler ise çocuklarıyla nitelikli iletişim kurmakta zorluk yaşarlar. Çiftlerin uyumsuz halleri çocukları direk olarak etkilemektedir. Bu şekilde bir ortamda çiftler çocuklarına yönelik ilgisiz ve baskıcı bir tutum sergilemelerine neden olabilmektedir (Dönmezer, 1999). Bu bilgiden yola çıkarak uyumsuz ve mutsuz bir ortamda yetişen çocuğun ÖD becerisinin düşük olacağı söylemek mümkündür.

5.2. Sonuç

Bu çalışmada annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarının evlilik uyumuyla ve çocuklarının ÖD becerileriyle ilişkisi incelenmiştir. Araştırmaya ek olarak annelerin öz kontrol ve öz yönetim algıları, evlilik uyumu ve çocuklarının ÖD becerileri; yaş, gelir durumu, eğitim durumu, çocuk sayısı, meslek, bir işte çalışıyor olma durumu, evlilik süresi, evlilik yaşı, evlilik türü değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırma sonucundan elde edilen bulgular aşağıda yorumlanmıştır.

- 1.1. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, yaş değişkenine göre incelendiğinde; annelerin ÖK ve ÖY algıları ve yaşlarının birbirleriyle arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- 1.2. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde; alt gelire sahip olanların puan ortalaması, orta gelire sahip olanların puan ortalaması ve üst gelire sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 1.3. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde; ilköğretim mezunlarının puan ortalaması, ortaöğretim/lise mezunlarının puan ortalaması, önlisans/lisans mezunlarının puan ortalaması ve yüksek lisans/doktora ve

üstü mezunlarının puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.

- 1.4. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, çocuk sayısı değişkenine göre incelendiğinde; bir çocuğa sahip olanların puan ortalaması, iki çocuğa sahip olanların puan ortalaması ve üç ve üstü çocuğa sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 1.5. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, meslek değişkenine göre incelendiğinde; ev hanımı olanların puan ortalaması, sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması, eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması, kurumsal sektörde çalışanların puan ortalaması, teknik sektörde çalışanların puan ortalaması ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 1.6. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, bir işte çalışıyor olma durumu değişkenine göre incelendiğinde; bir işte çalıştıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalaması ile bir işte çalışmadıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 1.7. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, evlilik süresi değişkenine göre incelendiğinde; annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik süresi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.
- 1.8. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, evlilik yaşı değişkenine göre incelendiğinde; annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik yaşı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.
- 1.9. Annelerin ÖK ve ÖY algıları, evlilik türü değişkenine göre incelendiğinde; kendileri tanışarak evlenen bireylerin evlenen puan ortalaması, arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması, aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 2.1. Evlilik uyumu, yaş değişkenine göre incelendiğinde; evlilik uyumu ve yaşlar değişkeni arasında negatif yönde anlamlı ölçüde bir ilişki bulunmuştur.
- 2.2. Evlilik uyumu, gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde; alt gelire sahip olanların puan ortalaması, orta gelire sahip olanların puan ortalaması ve üst gelire sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 2.3. Evlilik uyumu, eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde; ilköğretim mezunlarının puan ortalaması, ortaöğretim/lise mezunlarının puan ortalaması, önlisans/lisans mezunlarının puan ortalaması ve yüksek lisans/doktora ve üstü mezunlarının puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.

- 2.4. Evlilik uyumu, çocuk sayısı değişkenine göre incelendiğinde; bir çocuğa sahip olanların puan ortalaması, iki çocuğa sahip olanların puan ortalaması ve üç ve üstü çocuğa sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 2.5. Evlilik uyumu, meslek değişkenine göre incelendiğinde; ev hanımı olanların puan ortalaması, sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması, eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması, kurumsal sektörde çalışanların puan ortalaması, teknik sektörde çalışanların puan ortalaması ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 2.6. Evlilik uyumu, bir işte çalışıyor olma durumu değişkenine göre incelendiğinde; bir işte çalıştıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalaması ile bir işte çalışmadıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 2.7. Evlilik uyumu, evlilik süresi değişkenine göre incelendiğinde; annelerin evlilik uyumu ile evlilik süresi değişkeni arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.
- 2.8. Evlilik uyumu, evlilik yaşı değişkenine göre incelendiğinde; annelerin evlilik uyumu ile evlilik yaşı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.
- 2.9. Evlilik uyumu, evlilik türü değişkenine göre incelendiğinde; kendileri tanışarak evlenen bireylerin evlenen puan ortalaması, arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması, aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmüştür. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı görüldüğünü tespit etmek amacıyla yapılan Tukey post hoc analizi sonucu, anlamlı farkın kendileri tanışarak evlenen bireyler ve arkadaşlar aracılığıyla evlenen bireyler; kendileri tanışarak evlenen bireyler ve görücü usulü evlenen bireyler ile arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireyler ve aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireyler arasında olduğu bulunmuştur.
- 3.1. Çocuklarının ÖDB, yaş değişkenine göre incelendiğinde; çocuklarının ödb ve yaşları arasında anlamlı ölçüde bir ilişki bulunmamıştır.
- 3.2. Çocuklarının ÖDB, gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde; alt gelire sahip olanların puan ortalaması, orta gelire sahip olanların puan ortalaması ve üst gelire sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.

- 3.3. Çocuklarının ÖDB, eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde; ilköğretim mezunlarının puan ortalaması, ortaöğretim/lise mezunlarının puan ortalaması, önlisans/lisans mezunlarının puan ortalaması ve yüksek lisans/doktora ve üstü mezunlarının puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 3.4. Çocuklarının ÖDB, çocuk sayısı değişkenine göre incelendiğinde; bir çocuğa sahip olanların puan ortalaması, iki çocuğa sahip olanların puan ortalaması ve üç ve üstü çocuğa sahip olanların puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 3.5. Çocuklarının ÖDB, meslek değişkenine göre incelendiğinde; ev hanımı olanların puan ortalaması, sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması, eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması, kurumsal sektörde çalışanların puan ortalaması, teknik sektörde çalışanların puan ortalaması ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalamalarının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
- 3.6. Çocuklarının ÖDB, bir işte çalışıyor olma durumu değişkenine göre incelendiğinde; bir işte çalıştıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalaması ile bir işte çalışmadıklarını bildiren bireylerin aldıkları puan ortalamalarının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmüştür. Yapılan t testi sonucuna göre bu fark çalışmayan annelerin çocuklarının çalışan annelerin çocuklarına göre ÖD becerilerinin daha yüksek olduğu yönündedir.
- 3.7. Çocuklarının ÖDB, evlilik süresi değişkenine göre incelendiğinde; annelerin evlilik uyumu ile evlilik süresi değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- 3.8. Çocuklarının ÖDB, evlilik yaşı değişkenine göre incelendiğinde; annelerin evlilik uyumu ile evlilik yaşı değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.
- 3.9. Çocuklarının ÖDB, evlilik türü değişkenine göre incelendiğinde; kendileri tanışarak evlenen bireylerin evlenen puan ortalaması, arkadaşlar aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması, aile aracılığıyla tanışarak evlenen bireylerin puan ortalaması ve görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin puan ortalamasının birbirleriyle aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
4. Annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik uyumları, annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuklarının ÖDB ve annelerin çocuklarının ÖDB ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelendiğinde; annelerin ÖK ve ÖY algıları ile evlilik uyumları arasında, annelerin ÖK ve ÖY algıları ile çocuklarının ÖDB arasında ve annelerin çocuklarının ÖDB ve evlilik uyumları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

5.3. Öneriler

Bu kısımda araştırmadan elde edilen bulgularından yola çıkarak, çift ve aile danışmanlığı hizmetlerine ve yeni araştırmacılara fayda sağlayacağı düşünülen öneriler sunulmuştur:

Araştırmanın sonucunda annelerin evlilik uyumları ve çocuklarının ÖD becerileri arasındaki ikili ilişkiler incelendiğinde karşılaştırmalar arasında pozitif korelasyonlara ulaşılmıştır. Bu durum annelerin öz kontrol algılarının yüksek seviyede olması hem evliliklerindeki uyumu arttırdığı hem de çocuklarının ÖD becerilerini olumlu yönde etkilediği şeklinde yorumlanabilir. Bu yüzden kadınlara/annelere yönelik öz kontrol algılarını arttıracak ve güçlendirecek psikoeğitim programları düzenlenebilir. Anne-çocuk, anne-eş programları ya da yayınları düzenlenip bu konuda bilinçlenme yoluna gidilmeye çalışılabilir. Özellikle annelerin öz kontrol ve öz yönetim algılarına yönelik araştırmaların azlığı göze çarpmaktadır. Türk aile yapısı ve gelişiminde annelerin rolünün çok önemli olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu noktada özellikle annelerin öz kontrol ve öz yönetim becerileri üzerine yapılan çalışmaların artması Türk aile yapısını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Aynı zamanda bireysel danışmanlık süreci, aile danışmanlığı süreci ve çocuklarının ÖD becerileri ile ilgili yardım arama sürecine giren annelerin farkındalık kazanmaları için bir kaynak olacağı düşünülmektedir. Bu noktada benzer şeyleri bu konuda faydalanmak isteyen ruh sağlığı alanında çalışmalar ve süreçler yürüten uzmanlar için söylemekte mümkündür. Çalışmadan elde edilen bulguları içeren psikoeğitim programlarının yapılması anne, çocuk ve aile gelişimi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırma 346 anne ile sınırlı kaldığından, kişi sayısı, incelenen değişken çeşidi artırılıp benzer çalışmaların yapılmasının psikoloji alanındaki literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Agbaria, Q., Ronen, T., ve Hamama, L. (2012). “The link between developmental components (age and gender), need to belong and resources of self-control and feelings of happiness, and frequency of symptoms among Arab adolescents in Israel”. *Children and Youth Services Review*, 34(10), 2018–2027. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.03.009>
- Ainley, M., ve Patrick, L. (2006). “Measuring self-regulated learning processes through tracking patterns of student interaction with achievement activities”. *Educational Psychology Review*, 18(3), 267–286. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9018-z>
- Aka, B. T. (2011). Perceived parenting styles, emotion recognition, and emotion regulation in relation to psychological well-being: Symptoms of depression, obsessive-compulsive disorder, and social anxiety [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi].
- Akçakaya, Ü. (2015). *Uyanış* (1. Baskı). Cinius Yayınları.
- Aksoy, A. B. ve Tozduman Yaralı, K. (2017). “Çocukların öz düzenleme becerileri ile oyun becerilerinin cinsiyete göre incelenmesi”. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (2) , 442-455 . DOI: 10.24315/trkefd.304124
- Alisinanoğlu, F. (2003). “Çocukların denetim odağı ile algıladıkları anne tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi”. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1 (1) , 0-0 .<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tebd/issue/26133/275262>
- Alisinanoğlu, F. ve Kesicioğlu, O. S. (2010). “Okul öncesi dönem çocuklarının davranış sorunlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (giresun ili örneği)”. *Journal of Theoretical Educational Science* , 3 (1) , 0-0 . <https://dergipark.org.tr/tr/pub/akuveg/issue/29340/313969> adresinden edinilmiştir.
- Alizadeh, S., Abu Talib, M. B., Abdullah, R., ve Mansor, M. (2011). “Relationship between parenting style and children’s behavior problems”. *Asian Social Science*, 7(12). <https://doi.org/10.5539/ass.v7n12p195>

- Arabacı, F. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 48-72 ay arası çocukların öz düzenleme becerilerinin incelenmesi: Karaman ili örneği* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi].
- Aydın, F. ve Ulutaş, İ. (2017). “Okul öncesi çocuklarda öz düzenleme becerilerinin gelişimi”. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (2), 36-45. <http://aseddergi.aksaray.edu.tr/tr/pub/issue/39720/470461>
- Aydın, M., Karabekiroğlu, K. (2018). “Ergenlikte ceza sorumluluğu: nörobiyolojik yaklaşım”. *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Bozukluklar*, 301-7.
- Baddeley, A. (2000). “The episodic buffer: A new component of working memory?”. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(11), 417–423. [https://doi.org/10.1016/s1364_ile_6613\(00\)01538-2](https://doi.org/10.1016/s1364_ile_6613(00)01538-2)
- Balta N. (2018). *Öğretmenlerin Öz Yönetim ve Üst Biliş Düzeyleri* [Yüksek Lisans Tezi, Mustafa Kemal Üniversitesi].
- Bandura, A. (1979). “Self-referent mechanisms in social learning theory”. *American Psychologist*, 34(5), 439–441. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.5.439.b>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Barber, B. K. (1996). “Parental psychological control: Revisiting a neglected construct”. *Child Development*, 67(6), 3296–3319. <https://doi.org/10.2307/1131780>
- Batool, S.S., ve Khalid, R. (2012). “Emotional Intelligence: A Predictor of Marital Quality in Pakistani Couples”. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27, 65-88.
- Bauer, I. M., ve Baumeister, R. F. (2011). “Self-regulatory strength”. K. Vohs, ve R. Baumeister (Ed.), *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications* (ss. 64–82) içinde. The Guilford.
- Baumeister, R. F., ve Vohs, K. D. (2007). “Self-regulation, ego depletion, and motivation”. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115–128. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x>

- Baumrind, D. (1991). "The influence of parenting style on adolescent competence and substance use". *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/02724316911111004>
- Bayındır, D. (2016). *48-72 aylık çocuklar için Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin geliştirilmesi ve çocukların öz düzenleme beceri düzeyleri ile annelerine bağlanma biçimleri, annelerin ebeveyn davranışları ve psikolojik sağlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi].
- Bayındır, D. ve Ural, O. (2016). "Öz düzenleme becerileri ölçeğinin geliştirilmesi". *International Online Journal of Educational Sciences*, 8, 119-132.
- Bennett, S., Farrington, D. P., ve Huesmann, L. R. (2005). "Explaining gender differences in crime and violence: The importance of social cognitive skills". *Aggression and Violent Behavior*, 10(3), 263–288. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2004.07.001>
- Berk, L. E. (2023). *Infants, children, and adolescents*. SAGE Publications.
- Best, J. R., ve Miller, P. H. (2010). "A developmental perspective on executive function". *Child Development*, 81,1641–1660. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01499.x>
- Blair, C. (2002). "School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry". *American Psychologist*, 57(2), 111–127. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.57.2.111>
- Blair, C. (2016). "Executive function and early childhood education". *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 10, 102–107. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2016.05.009>
- Blum, J. S., ve Mehrabian, A. (1999). "Personality and temperament correlates of marital satisfaction". *Journal of Personality*, 67(1), 93–125. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00049>
- Bodrova, E., ve Leong, D. J. (2013). *Zihnin araçları-erken çocukluk eğitiminde Vygotsky yaklaşımı* (Çev. T. Güler, F. Şahin, A.Yılmaz ve E. Kalkan). Anı Yayıncılık. (Özgün kitap 2007'de yayımlandı)

- Boekaerts, M., Maes, S., ve Karoly, P. (2005). "Self-regulation across domains of Applied Psychology: Is there an emerging consensus?". *Applied Psychology*, 54(2), 149–154. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2005.00201.x>
- Boyalı, C. (2020). *Öz-kontrol ile akademik erteleme arasındaki ilişkide akıllı telefon bağımlılığının aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi].
- Bradbury, N.B., Fincham, F.D. ve Beach, S.R. (2002). "Evlilik doyumunun doğası ve belirleyicileri üzerine araştırmalar: Son on yılın derlemesi" (Çev. Ş.T.Kışlak). *Türk Psikoloji Bülteni*, 8 (24-25),120-127.
- Brannigan, A., Gemmell, W., Pevalin, D. J., ve Wade, T. J. (2002). "Self-control and social control in childhood misconduct and aggression: The role of family structure, hyperactivity, and hostile parenting". *Canadian Journal of Criminology*, 44(2), 119–142. <https://doi.org/10.3138/cjcrim.44.2.119>
- Broderick, J. E., ve O'Leary, K. D. (1986). "Contributions of affect, attitudes, and behavior to marital satisfaction". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 514–517. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.4.514>
- Bronson, M. B. (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture*. (2.Baskı). Guilford Press.
- Bronson, M. B. (2000a). *Recognizing and supporting the development of self-regulation in young children*. *Young Children*, 55, 32-37.
- Buckner, J. C., Mezzacappa, E., ve Beardslee, W. R. (2009). Self-regulation and its relations to adaptive functioning in low income youths. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(1), 19–30. <https://doi.org/10.1037/a0014796>
- Buelow, J. M., ve Johnson, J. (2000). "Self-management of epilepsy". *Disease Management and Health Outcomes*, 8(6), 327–336. <https://doi.org/10.2165/00115677-200008060-00003>

- Buker, H. (2011). "Formation of self-control: Gottfredson and Hirschi's general theory of crime and beyond". *Aggression and Violent Behavior*, 16(3), 265–276. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.03.005>
- Burgess, E. W. (1939). "Predictive factors in the success or failure of Marriage". *Living*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.2307/346569>
- Calkins, S. ve Fox, N. (2002). "Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression". *Development and Psychopathology*, 14(3), 477–498. <https://doi.org/10.1017/s095457940200305x>
- Casey, B. J., ve Caudle, K. (2013). "The teenage brain". *Current Directions in Psychological Science*, 22(2), 82–87. <https://doi.org/10.1177/0963721413480170>
- Cedraschi, C. (2004). "Fibromyalgia: A randomised, controlled trial of a treatment programme based on Self Management". *Annals of the Rheumatic Diseases*, 63(3), 290–296. <https://doi.org/10.1136/ard.2002.004945>
- Chapple, C. L., Hope, T. L., ve Whiteford, S. W. (2005). "The direct and indirect effects of parental bonds, parental drug use, and self-control on adolescent substance use". *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 14(3), 17–38. https://doi.org/10.1300/j029v14n03_02
- Chirkov, V. I., ve Ryan, R. M. (2001). "Parent and teacher autonomy-support in Russian and U. S. Adolescents: Common effects on well-being and academic motivation". *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(5), 618–635. <https://doi.org/10.1177/0022022101032005006>
- Cole, P. M., Martin, S. E., ve Dennis, T. A. (2004). "Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research". *Child development*, 75(2), 317–333. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x>
- Cole, P. M., Michel, M. K., ve Teti, L. O. (1994). "The development of emotion regulation and dysregulation: a clinical perspective". *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73–100.

- Collins, R. ve Coltrane, S. (1991). *Sociology of marriage and the family*. Nelson–Hill.
- Colman, R. A., Hardy, S. A., Albert, M., Raffaelli, M., ve Crockett, L. (2006). “Early predictors of self-regulation in Middle Childhood”. *Infant and Child Development*, 15(4), 421–437. <https://doi.org/10.1002/icd.469>
- Conejero, A., ve Rueda, M. R. (2017). “Early development of executive attention”. *Journal of Child and Adolescent Behavior*, 5(341). doi: 10.4172/2375-4494.1000341
- Çakmak-Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (diyarbakır ili örneği)* [Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi].
- Çelebi, B., ve Bal, P. (2015). “Evli bireylerin doğum sıralarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi”. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(4):308-319.
- Dağgöl, H. C. (2016). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin çocuk yetiştirme stilleri arasındaki ilişki incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi].
- Dal, H., Durmaz, E., Zorlu, N., Aşkin, R., Taymur İ ve Güngör, B.B. (2014). “Erken ve geç başlangıçlı alkol bağımlılığında dürtüsellik ve karar vermenin değerlendirilmesi”. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*. 27(4): 281-290.
- Davis, M. H., ve Oathout, H. A. (1987). “Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 397–410. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.2.397>
- Demiray, Ö. (2006). Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi].
- Demirkapı, E. Ş. (2014). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi].
- Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2016). “Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25), 17-26.

- Donma, M. ve Donma, O. (2006). “Evlilik problemleri, sosyal ve fiziksel çevre ile çocuk sağlığı etkileşiminde sosyal hizmetlerin önemi”. *Küreselleşen Dünyada Sosyal Hizmetlerin Konumu Hedefleri ve Geleceği Sempozyum Sunum Kitabı*. 67-71.
- Dönmezer, İ. (1999). *Ailede İletişim ve Etkileşim Sağlıklı İnsan Sağlıklı Aile*. Sistem Yayıncılık.
- Durmaz, A. (2015). *İlköğretim 4. sınıf öğrencilerinde irade eğitimi* [Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Üniversitesi].
- Dwairy, M., ve Achoui, M. (2010). “Parental control: A second cross-cultural research on parenting and psychological adjustment of children”. *Journal of Child and Family Studies*, 19(1), 16–22. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9334-2>
- Eccles, J. S., Wigfield, A., ve Schiefele, U. (1998). “Motivation to succeed”. In W. Damon & N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* (pp. 1017–1095). John Wiley & Sons, Inc.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., ve Spinrad, T. L. (1998). “Parental socialization of emotion”. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241–273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Fabes, R. A., Shepard, S., Losoya, S., Murphy, B., Jones, S., Poulin, R., ve Reiser, M. (2000). “Prediction of elementary school children's externalizing problem behaviors from attentional and behavioral regulation and negative emotionality”. *Child Development*, 71(5), 1367–1382. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00233>
- Eisenberg, N., ve Spinrad, T. L. (2004). “Emotion-related regulation: sharpening the definition”. *Child development*, 75(2), 334–339. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x>
- Erbil, D., ve Hazer, O. (2018). “Çalışan bireylerin evlilik uyumlarının incelenmesi”. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 23(2): 213-242.
- Ercoskun, M. H. (2016). “Adaptation of Self-Control and Self-Management Scale (SCMS) into Turkish culture: A study on reliability and validity”. *Kuram ve Uygulamada*

Eğitim Bilimleri/Educational Sciences: Theory & Practice, 16(4), 1125–1145. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.4.2725>

Erol, A. ve İvrendi, A. (2018). “4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi (Anne Formu)”. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44 (44), 178-195 . <https://dergipark.org.tr/tr/pub/pauefd/issue/37689/430918> adresinden edinilmiştir.

Ertürk Kara, H. G. ve Gönen, M. (2015). “Examination of children’s self regulation skill in terms of different variables /okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi”. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 11 (4), 1224-1239 . <https://dergipark.org.tr/tr/pub/eku/issue/5467/74230> adresinden edinildi.

Ertürk, H. G. (2013). *Öğretmen çocuk etkileşiminin niteliği ile çocukların öz düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü]. <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/235782/>

Fındık Tanrıbuyurdu, E. (2012). *Okul öncesi öz düzenleme ölçeği Türkçe’ye uyarlama çalışması*. [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=LtK31j2J1h_YOOAM6gwzsQ&no=3gvesvIyaYXfrz8ghxvI7Q

Fışiloğlu, H. (2001). “Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey”. *The Family Journal*, 9(2), 215–222. <https://doi.org/10.1177/1066480701092021>

Fincham, F., ve Beach, S. R. (2007). “Forgiveness and marital quality: Precursor or consequence in well-established relationships?”. *The Journal of Positive Psychology*, 2(4), 260–268. <https://doi.org/10.1080/17439760701552360>

Fox, E., ve Riconscente, M. (2008). “Metacognition and self-regulation in james, piaget, and Vygotsk”. *Educational Psychology Review*, 20(4), 373–389. <https://doi.org/10.1007/s10648-008-9079-2>

Franzoi, S. L., Davis, M. H., ve Young, R. D. (1985). “The effects of private self-consciousness and perspective taking on satisfaction in close relationships”. *Journal*

of Personality and Social Psychology, 48(6), 1584–1594.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.6.1584>

Furtner, M. R., Rauthmann, J. F., ve Sachse, P. (2010). “The socioemotionally intelligent self-leader: Examining relations between self-leadership and Socioemotional Intelligence”. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 38(9), 1191–1196. <https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.9.1191>

Gibbs, J. J., Giever, D., ve Higgins, G. E. (2003). “A test of Gottfredson and Hirschi's general theory using structural equation modeling”. *Criminal Justice and Behavior*, 30(4), 441–458. <https://doi.org/10.1177/0093854803253135>

Gottfredson, M. R., ve Hirschi, T. (2005). *A general theory of crime*. Stanford University Press.

Grolnick, W. S., Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (1997). “Internalization within the family: The self-determination theory perspective”. J. E. Grusec & L. Kuczynski (Ed.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory* (s. 135–161) içinde. John Wiley & Sons Inc.

Gross, J. J. ve Thompson, R. A. (2007). “Emotion regulation: Conceptual foundations”. J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (s. 3-24) içinde. Guilford Press.

Grych, J. H., Seid, M., ve Fincham, F. D. (1992). “Assessing marital conflict from the child's perspective: The children's perception of interparental conflict scale”. *Child Development*, 63(3), 558. <https://doi.org/10.2307/1131346>

Guay, F., Ratelle, C. F., ve Chanal, J. (2008). “Optimal learning in optimal contexts: The role of self-determination in education”. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 49(3), 233–240. <https://doi.org/10.1037/a0012758>

Güleç, H. (2012). “On the marriage rituals of transition period traditions in çan district”. *Journal of Turkish Studies*.

Gürkan, T. (2009). “Okul Öncesi Eğitime Giriş”. Ş. Yaşar (Ed.), *Erken Çocukluk Dönemi ve Okul Öncesi Eğitim* (s.1-20). Anadolu Üniversitesi.

- Halford, W. K., Sanders, M. R., ve Behrens, B. C. (2001). "Can skills training prevent relationship problems in at-risk couples? Four-year effects of a behavioral relationship education program". *Journal of Family Psychology*, 15(4), 750–768. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.750>
- Halford, WK., Kelly, A, Markman, H. L. (1997). "The concept of a healthy marriage". *Clinical Handbook of Marriage and Couple Intervention*.
- Haşlaman, T., ve Aşkar, P. (2007). "Programlama dersi ile ilgili özdüzenleyici öğrenme stratejileri ve başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi". *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32,110-122.
- Hay, C. (2001). "Parenting, self-control, and delinquency: A test of self-control theory". *Criminology*, 39(3), 707–736. <https://doi.org/10.1111/j.1745-9125.2001.tb00938.x>
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R. R., Vohs, K. D., ve Baumeister, R. F. (2013). "Yes, but are they happy? effects of trait self-control on affective well-being and life satisfaction". *Journal of Personality*, 82(4), 265–277. <https://doi.org/10.1111/jopy.12050>
- Jose, O., ve Alfons, V. (2007). "Do demographics affect marital satisfaction?". *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73–85. <https://doi.org/10.1080/00926230600998573>
- Kamaraj, I. (2004). Sosyal becerileri derecelendirme ölçeğinin türkçeye uyarlanması ve beş yaş çocuklarının atlıanlık sosyal becerisini kazanmalarında eğitici drama programının etkisi. [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]
- Kamo, Y. (1993). "Determinants of marital satisfaction: A comparison of the United States and Japan". *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(4), 551–568. <https://doi.org/10.1177/0265407593104005>
- Karreman, A., van Tuijl, C., van Aken, M. A., ve Deković, M. (2006). "Parenting and self-regulation in preschoolers: A meta-analysis". *Infant and Child Development*, 15(6), 561–579. <https://doi.org/10.1002/icd.478>

- Kelley, D. (1999). "Relational expectancy fulfillment as an explanatory variable for distinguishing couple types". *Human Communication Research*, 25(3), 420–442. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1999.tb00452.x>
- Kirkpatrick, C. (1937). "Factors in marital adjustment". *American Journal of Sociology*, 43(2), 270–283. <https://doi.org/10.1086/217684>
- Kochanska, G., Coy, K. C., ve Murray, K. T. (2001). "The development of self-regulation in the first four years of life". *Child Development*, 72(4), 1091–1111. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00336>
- Kochanska, G., Philibert, R. A., ve Barry, R. A. (2009). "Interplay of genes and early mother-child relationship in the development of self-regulation from toddler to preschool age". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(11), 1331–1338. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.02050.x>
- Koole, S., van Dillen, L., ve Sheppers, G. (2011). "The Self- Regulation of Emotion". K. Vohs, ve R. F. Baumeister (Ed.), *Handbook of Self-Regulation, Second Edition: Research, Theory and Application* (s. 22-40) içinde. The Guilford.
- Kopp, C. B. (1982). "Antecedents of self-regulation: A developmental perspective". *Developmental Psychology*, 18(2), 199–214. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.18.2.199>
- Kopp, C. B. (1989). "Regulation of distress and negative emotions: A developmental view". *Developmental Psychology*, 25(3), 343–354. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.25.3.343>
- Lauer, R., ve Lauer, J. (1997). *Marriage and Family: The Quest for Intimacy*. New York: Mc Graw Hill.
- Locke, H. J., ve Wallace, K. M. (1959). "Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity". *Marriage and Family Living*, 21(3), 251. <https://doi.org/10.2307/348022>

- Luna, B. (2009). "The maturation of cognitive control and the adolescent brain". F. Aboitiz ve D. Cosmelli (Ed.), *From attention to goal-directed behavior* (s. 249-274). Springer-Verlag
- Magdalena, S. M. (2014). "The effects of parental influences and school readiness of the child". *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 733–737. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.345>
- Mauss, I. B., Cook, C. L., Cheng, J. Y., ve Gross, J. J. (2007). "Individual differences in cognitive reappraisal: experiential and physiological responses to an anger provocation". *International journal of psychophysiology : official journal of the International Organization of Psychophysiology*, 66(2), 116–124. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2007.03.017>
- McCabe, L. A., Cunnington, M., ve Brooks-Gunn, J. (2004). "The development of self-regulation in young children". R.F. Baumeister ve K.D. Vohs (Ed.). *Handbook of the self-regulation: Research theory and applications*. The Guilford Press.
- McClelland, M. M., Cameron, C. E., Wanless, S., ve Murray, A. (2007). "Executive function, behavioral self-regulation, and social-emotional competence: Links to school readiness". O. N. Saracho ve B. Spodek (Ed.), *Contemporary Perspectives on Social Learning in Early Childhood Education* (s. 113-137) . Information Age.
- McClelland, M. M., Ponitz, C. C., Messersmith, E., ve Tominey, S. L. (2010). "Selfregulation: The integration of cognition and emotion". K. L. Fingerman, C. Berg, J. Smith, ve T. C. Antonucci (Ed.), *Handbook of Life- Span Development* (s. 509-553). Wiley and Sons.
- McClelland, M. M., Tominey, S. L., Schmitt, S. A., Hatfield, B. E., Purpura, D. J., Gonzales, C. R., ve Tracy, A. N. (2019). "Red Light, purple light! results of an intervention to promote school readiness for children from low-income backgrounds". *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02365>

- McClelland, M. M., ve Tominey, S. L. (2011). "Introduction to the special issue on self-regulation in early childhood". *Early Education and Development*, 22(3), 355–359. <https://doi.org/10.1080/10409289.2011.574265>
- McClelland, M. M., ve Tominey, S. L. (2015). *Stop, think, act: integrating self-regulation in the early childhood classroom*. Routledge.
- Meldrum, R. C. (2008). "Beyond parenting: An examination of the etiology of self-control". *Journal of Criminal Justice*, 36(3), 244–251. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2008.04.005>
- Mercan, M. (2019). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile akademik benlik saygıları ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Mezo, P. G., ve Short, M. M. (2012). "Construct validity and confirmatory factor analysis of the self-control and self-management scale". *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 44(1), 1–8. <https://doi.org/10.1037/a0024414>
- Mischel, W. (2016). *Marsmallow Testi*. (B. Satılmış, Çev.). Pegasus yayınları.
- Mischel, W., Shoda, Y., ve Rodriguez, M. L. (1989). "Delay of gratification in children". *Science*, 244(4907), 933–938. <https://doi.org/10.1126/science.2658056>
- Norris, S. E. (2008). "An examination of self-leadership". *Emerging Leadership Journeys*, 1 (2), 43-61.
- O'Grady, K. E., ve Tucker, N. W. (1990). "Effects of physical attractiveness, intelligence, age of marriage and cohabitation on the perception of marital satisfaction". *The Journal of Social Psychology*, 13(2), 473–490.
- Oaten, M., Williams, K. D., Jones, A., ve Zadro, L. (2008). "The effects of ostracism on self-regulation in the socially anxious". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(5), 471–504. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.5.471>
- Oktay, A. (2007). *Yaşamın sihirli yılları: Okul öncesi dönem*. Epsilon yayınevi.

- Polnariiev, B. A. (2006). Dynamics of preschoolers self-regulation: viewed through the lens of conflict resolution strategies during peer free-play [Unpublished doctoral thesis]. The City University of New York.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). “Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları”. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31: 123 – 143.
- Özbey, S. (2009). Anaokulu ve anasınıfı davranış ölçeği'nin (pkbs– 2) geçerlik güvenilirlik çalışması ve destekleyici eğitim programının etkisinin incelenmesi. [Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi].
- Özbey, S. (2018). “Okul öncesi dönem çocuklarında motivasyon ve öz düzenleme becerileri üzerine bir inceleme”. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(65), 26-47.
- Özcan, Ö. (2020). *Erken çocukluk döneminde öz-düzenleme becerileri ve sosyo-dramatik oyun arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi].
- Özgen, H., Koç, M., ve Bir, Y. (2019). “Evli Kadınların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Evlilik Uyumları Üzerindeki Etkisi (Aile Danışmanlığı Merkezi Örneği)”. 7. *Örgütsel Davranış Kongresi*, (s. 386-396).
- Perrone, D., Sullivan, C. J., Pratt, T. C., ve Margaryan, S. (2004). “Parental efficacy, self-control, and delinquency: A test of a general theory of crime on a nationally representative sample of Youth”. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 48(3), 298–312.
<https://doi.org/10.1177/0306624x03262513>
- Posner, M. I., ve Rothbart, M. K. (2009). “Toward a physical basis of attention and self-regulation”. *Physics of Life Reviews*, 6(2), 103–120.
<https://doi.org/10.1016/j.plrev.2009.02.001>
- Posner, M. ve Rothbart, M. (2000). “Developing mechanisms of self-regulation”. *Development and Psychopathology*, 12(3), 427–441.
<https://doi.org/10.1017/s0954579400003096>

- Raffaelli, M., Crockett, L. J., ve Shen, Y.-L. (2005). "Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence". *The Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 54–76. <https://doi.org/10.3200/gntp.166.1.54-76>
- Richardson, B. (2007). "Preliminary construct and concurrent validity of the preschool self-regulation assessment (PSRA) for field-based research". *Early Childhood Research Quarterly*, 22(2), 173–187. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2007.01.002>
- Sameroff, A. (2010). "A unified theory of development: A dialectic integration of nature and nurture". *Child Development*, 81(1), 6–22. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01378.x>
- Saraç, S. , Abanoz, T. ve Gülay Ogelman, H. (2021). "Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi". *Gelişim ve Psikoloji Dergisi* , 2 (3) , 1-11 . DOI: 10.51503/gpd.847786
- Schaefer, E. S. (1965). "Children's reports of parental behavior: An inventory". *Child Development*, 36(2), 413–424. <https://doi.org/10.2307/1126465>
- Schunk, D. H., ve Zimmerman, B. J. (1998). *Self-regulated learning: From teaching to self-reflective practice*. Guilford Press.
- Senemoğlu, N. (1994). "Okul öncesi eğitim programı hangi yeterlilikleri kazandırmalıdır?". *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 21-30.
- Sezer Ö. (2005). "Kadınların uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 87 - 101.
- Sezgin, A.S. (2013). 6-8 yaş arası üstün ve normal çocukların yaş, zeka ve duygu 127 kontrolü- irade eğitimi almış olma bağlamında karşılaştırılması [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi]
- Shonkoff, J. P. ve Phillips, D., (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academies Press.

- Simons, R., Simons, L. G., Chen, Y., Brody, G. ve Lm, K. (2007). "Identifying the psychological factors that mediate the association between parenting practices and delinquency". *Criminology*, 45(3), 481–517. <https://doi.org/10.1111/j.1745-9125.2007.00086.x>
- Smith-Donald, R., Raver, C. C., Hayes, T., ve Richardson, B. (2007). "Preliminary construct and concurrent validity of the preschool self-regulation assessment (PSRA) for field-based research". *Early Childhood Research Quarterly*, 22(2), 173–187. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2007.01.002>
- Spanier, G. B., Lewis, R. A., ve Cole, C. L. (1975). "Marital Adjustment over the Family Life Cycle: The Issue of Curvilinearity". *Journal of Marriage and Family*, 37(2), 263–275. <https://doi.org/10.2307/350960>
- Sporakowski, M. J., ve Hughston, G. A. (1978). "Prescriptions for happy marriage: Adjustments and satisfactions of couples married for 50 or more years". *The Family Coordinator*, 27(4), 321. <https://doi.org/10.2307/583434>
- Strömbäck, C., Lind, T., Skagerlund, K., Västfjäll, D., ve Tinghög, G. (2017). "Does self-control predict financial behavior and financial well-being?". *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 14, 30–38. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2017.04.002>
- Suchet, M., ve Barling, J. (1986). "Employed mothers: Interrole conflict, spouse support and marital functioning". *Journal of Organizational Behavior*, 7(3), 167–178. <https://doi.org/10.1002/job.4030070302>
- Şendil, G., ve Korkut, Y. (2008). "Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi". *Psikoloji Çalışmaları*, 28 (0) , 15-34 .
- Şener, D. D. A. VE Terzioğlu, P. D. G. (2008). "Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması". *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 13 (13), 7-20. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21113/227411> adresinden edinildi.

- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., ve Boone, A. L. (2004). "High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success". *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Tanrıbuyurdu E, Güler Yıldız T. (2014). "Okul öncesi öz düzenleme ölçeği (OÖDÖ): Türkiye uyarlama çalışması". *Eğitim ve Bilim*, 39(176), 317 - 328.
- Tekin, H. ve Koçyiğit, S. (2020). "Öz düzenleme becerilerinin ilkokula hazır bulunuşluk üzerindeki etkisi". *Kastamonu Eğitim Dergisi* , 28 (5) , 1932-1945 . DOI: 10.24106/kefdergi.3928.
- Tezel Şahin, F. ve Özbey, S. (2007). "Aile eğitim programlarına niçin gereksinim duyulmuştur? aile eğitim programları neden önemlidir?". *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 12 (12). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21107/227319>
- Tezer, E. (1986). Evli eşler arasındaki çatışma davranışları algılama ve doyum. [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Tucker, M. W., ve O'Grady, K. E. (1991). "Effects of physical attractiveness, intelligence, age at marriage, and cohabitation on the perception of marital satisfaction". *The Journal of Social Psychology*, 131(2), 253–269. <https://doi.org/10.1080/00224545.1991.9713848>
- Tutarel-Kışlak, Ş., ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). "Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler". *Aile ve Toplum*, 61-68.
- Tutarel-Kışlak, Ş., ve Göztepe, I. (2012). "Duygu Dışavurumu, Empati, Depresyon Ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler". *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2):27-46.
- Tuyan, S. ve Beceren, E. (2005). Duygusal zeka ve empati. *Personal Excellence Dergisi*, Rota Yayınları, 1-2.
- Tuzcuoğlu, N. , Efe Azkeskin, K. , İlçi Küsmüs, G. ve Cengiz, Ö. (2019). "Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkisinin

incelenmesi". *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi* , Ekim 2019 Özel Sayısı , 607-623 .
DOI: 10.21733/ibad.613920

Türkeş, M.C. (2004). Ergenlerde sapkın davranışın nedenleri olarak özdenetim ve aile içi denetim mekanizmalarının analizi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniveristesi].

Türköz, Y. (2007). *Okul öncesi çocuklarda bağlanma örüntüsünün kişilerarası problem çözme ve açık bellek süreçlerine etkisi* [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi].

Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D., ve Campbell, A. M. (2005). "As good as it gets? A life course perspective on marital quality". *Social Forces*, 84(1), 493–511. <https://doi.org/10.1353/sof.2005.0131>

Üredi, I., ve Erden, M. (2009). "Öz-düzenleme stratejileri ve motivasyonel inançlarının yordayıcısı olarak algılanan anne baba tutumları". *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, s. 781-811.

Vaughn, M. G., DeLisi, M., Beaver, K. M., ve Wright, J. P. (2009). "Identifying latent classes of behavioral risk based on early childhood". *Youth Violence and Juvenile Justice*, 7(1), 16–31. <https://doi.org/10.1177/1541204008324911> /

Vazsonyi, A. T., ve Belliston, L. M. (2007). "The family low self-control deviance". *Criminal Justice and Behavior*, 34(4), 505–530. <https://doi.org/10.1177/0093854806292299>

Vygotsky, L. S. (1956). "Learning and development in preschool children". *RSFSR Academy Of Pedagogical Sciences*.

Wanless, S. B., McClelland, M. M., Tominey, S. L., ve Acock, A. C. (2011). "The influence of demographic risk factors on Children's behavioral regulation in prekindergarten and kindergarten". *Early Education and Development*, 22(3), 461–488. <https://doi.org/10.1080/10409289.2011.536132>

- Wertsch, J. V. (1979). "From social interaction to higher psychological processes: A clarification and application of Vygotsky's theory". *Human Development*, 22(1), 1–22. <https://doi.org/10.1159/000272425>
- Yaka A.İ (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz Yönetim ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi].
- Yalçın, H. (2014). "Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki". *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.
- Yıldırım, İ. (1992). Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yıldız, T.G. (2017). "Ailenin Tanımı, Tarihsel Gelişimi Ve Aile Çeşitleri". *Pegem Atıf İndeksi*.
- Yılmaz Ş. (2021). *Covid-19 pandemi sürecinde 60-72 aylık çocukların okula hazırbulunuşluk ve öz-düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi].
- Yükçü, Ş. ve Demircioğlu, H. (2017). "Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi". *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44: 442-466.
- Zeidner, M., Boekaerts, M. ve Pintrich, P. (2000) "Gelecekteki araştırmalar için yönergeler ve zorluklar". M.Boekaerts, P. Pintrich, ve M. Zeidner (Ed.). *Handbook of Self-Regulation*, (749-768), Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/b978-012109890-2/50052-4>
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., ve Stegall, S. (2006). *Emotion Regulation in Children and Adolescents. Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 27(2), 155–168.[doi:10.1097/00004703-200604000-00014](https://doi.org/10.1097/00004703-200604000-00014)
- Zimmerman, B. J. (1989). "A social cognitive view of self-regulated academic learning". *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>

Zimmerman, B. J. (2008). "Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects". *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183.
<https://doi.org/10.3102/0002831207312909>

Zimmerman, B.J. ve Schunk, D.H. (2011). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. Routledge Basın.



EKLER

EK 1. ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

Öz Kontrol – Öz Yönetim Ölçeği

Merhaba,

> Daha önce tarafıma Türkçeye uyarlanan Ozkontrol - özyönetim ölçeğimi çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ekte uyarladığım ölçek makalemin Türkçe ve İngilizce formunu gönderiyorum. İstedğiniz bilgiler ve ölçeğin bir örneğine bu makalelerden ulaşabilirsiniz. Makalenin ekindeki ölçekte ters olarak
>>
>> değerlendirecek maddelerin sonunda * işareti var.) Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. Selamlar
>> Dr. M. Hanifi ERCOŞKUN

Evlilik Uyumu Ölçeği

Merhaba,

Ekte EUÖ yer alıyor. Çalışmanızda kullanabilirsiniz. Makaleyi ise research gate'den indirebilirsiniz.

Puanlamayı doğru yapmak için makalenin tümünü iyi okuyunuz. Tablodaki puanlama değil, ondan sonra geliştirilen puanlama geçerli, makaleyi okuyunca sizin için daha açık olacaktır.

İyi günler

Şennur Kışlak

Prof.Dr.Şennur Tutarel Kışlak

4 ile 6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği - Anne Formu

Merhabalar hocam,

Ölçeklerle ilgili bilgiler ektedir. Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

AHMET ERDL

EK 2. ÖLÇEKLER

Kişisel Veri Toplama Formu

Aşağıda bulunan boşlukları doldurup, soruları size uygun gelen seçeneği işaretleyerek (x) cevaplayınız.

Yaşınız:

Gelir durumunuzu sosyoekonomik düzeyde nasıl değerlendiriyorsunuz? (TL) :

1000

1100

1200

1300

1400

1500

1600

1700

1800

1900

2000

2100

2200

2300

2400

2500

2600

2700

2800

2900

3000

3100

3200

3300

3400

3500

3600

3700

3800

3900

4000

4100

4200

4300

4400

4500

4600

4700

4800

4900

5000

() 5100

() 5200

() 5300

() 5400

() 5500

() 5600

() 5700

() 5900

() 6000

() 6100

() 6200

() 6300

() 6400

() 6500

() 6600

() 6700

() 6800

() 6900

() 7000

() 7100

() 7200

() 7300

() 7400

() 7500

7600

7700

7800

7900

8000

8100

8200

8300

8400

8500

8600

8700

8800

8900

9000

9100

9200

9300

9400

9500

9600

9700

9800

9900



10.000 +

Eğitim Durumunuz:

Okur yazar değil

İlköğretim

Ortaöğretim

Önlisans/Lisans

Yüksek Lisans/Doktora

Doktora üstü

Kaç çocuğunuz var?

1

2

3

4

4 ve üzeri

Mesleğiniz:

Halen bir işte çalışıyor musunuz?

Evet, çalışıyorum

Hayır, çalışmıyorum

Kaç yıldır evlisiniz?:

Evlendiğinizde kaç yaşındaydınız? :

Eşinizle nasıl evlendiniz? Eğer bu seçeneklerden biri sizin için uygun değilse evlilik şeklinizi kısaca yazın.

Kendim tanışarak ve anlaşarak

Arkadaşlar tanıştırdı

Ailem tanıştırdı

Görücü usulüyle

Diğer



EK 2. ÖLÇEKLER- Devamı

Öz Kontrol ve Öz Yönetim Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadelerin her birini okuyunuz ve her bir ifadenin sizi ne kadar iyi betimlediğini aşağıdaki ölçeği kullanarak derecelendiriniz:	Beni	hiç	Beni	Beni	pek	Beni	biraz	Beni	büyük	Beni
	hiç	Beni	Beni	pek	Beni	biraz	Beni	büyük	Beni	
5: Beni tamamıyla tanımlıyor. 4: Beni büyük ölçüde tanımlıyor. 3: Beni biraz tanımlıyor. 2: Beni pek tanımlamıyor. 1: Beni çoğunlukla tanımlamıyor. 0: Beni hiç tanımlamıyor.										
1. Bir şey üzerinde çalıştığım zaman, tüm dikkatimi ona veririm.										
2. Yapmam gereken görevlere, onları sevmesem de odaklanırım.										
3. Bir amaç uğruna çalışırken, yaptığım şeyin bilincinde olurum.										
4. Bir hedef doğrultusunda çalışırken, ilerleyişimi sürekli takip ederim.										
5. Zor bir şey üzerinde çalışırken, düşüncelerim üzerinde yoğunlaşırım.										
6. Bir amaç doğrultusunda çalışırken, hangi yolu takip edebileceğimi bilirim.										
7. Kendim için önemli hedefler belirlediğimde, o hedefleri genellikle başaramam. *										
8. Hayatımda karşılaştığım çoğu sorun için net planlar yapma yeteneğine sahip olduğumu düşünmüyorum. *										
9. Başardığım hedefler benim için çok şey ifade etmez. *										
10. Plan yapmanın faydasız olduğunu düşünüyorum. *										
11. Kendim için oluşturduğum standartlar belirsizdir ve bir görevi nasıl yapmam gerektiği konusunda karar vermem zor olur. *										
12. Başarı sağladığımda kendimi takdir ederim.										
13. Daha sonra tadını çıkarmak için plan yaparak zor işlere girişirim.										
14. Başkaları beni takdir etmese de, ben kendimi sessizce takdir ederim.										
15. Bir şeyi doğru yaptığımda, bunun tadını çıkarırım.										
16. İlerleme sağladığım zaman, kendimi ödüllendiririm.										

EK 2. ÖLÇEKLER- Devamı

Evlilik Uyumu Ölçeği

Bu maddede yer alan ölçeği kullanarak, bütün yönleri ile evliliğinizdeki mutluluk düzeyini en iyi temsil ettiğine inandığınız noktayı **daire** içine alınız. Ortadaki 'mutlu' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliği çok mutlu küçük bir azınlığı temsil etmektedir.

*	*	*	*	*	*	*
<hr/>						
Çok Mutsuz			Mutlu			Çok Mutlu

Aşağıdaki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak, siz ve eşiniz arasındaki **anlaşma ya da anlaşmazlık** derecesini yaklaşık olarak (X) şeklinde belirtiniz. Lütfen her maddeyi değerlendiriniz.

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen her zaman anlaşamayız	Her zaman anlaşamayız
2. Aile bütçesini idare etme	()	()	()	()	()	()
3. Boş zaman etkinlikleri	()	()	()	()	()	()
4. Duyguların ifadesi	()	()	()	()	()	()
5. Arkadaşlar	()	()	()	()	()	()
6. Cinsel ilişkiler	()	()	()	()	()	()

7. Toplumsal kurallara uyma (doğru, iyi veya uygun davranış) () () () () () ()

8. Yaşam felsefesi () () () () () ()

9. Eşin akrabalarıyla anlaşma () () () () () ()

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabın yanındaki kutucuğu (X) şeklinde işaretleyiniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:

- Erkeğin susması ile
 Kadının susması ile
 Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır.

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

- Hepsini
 Bazılarını
 Çok azını
 Hiç birini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
 Evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini yapmayı tercih eder?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
 Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

-) Sık sık
) Arada sırada
) Çok seyrek
) Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz;

-) Aynı kişiyle evlenirdiniz
) Farklı bir kişiyle evlenirdiniz
) Hiç evlenmediniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

-) Hemen hemen hiçbir zaman
) Nadiren
) Çoğu konularda
) Her konuda



EK 2. ÖLÇEKLER - Devamı

4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği- Anne Formu

		Hiçbir	Nadire	Bazen	Çoğunl	Her
1	Olayları önceliğine göre sıralar.	1	2	3	4	5
2	Hedefe ulaşmak için aşama aşama gerekli düzenlemeleri yapar.	1	2	3	4	5
3	Verilen yönergeleri takip eder.	1	2	3	4	5
4	Konsantrasyonu toplayarak bir sorunu çözer.	1	2	3	4	5
5	Bir aktiviteyi veya etkinliği sonuna kadar sürdürür.	1	2	3	4	5
6	Olaylar arasında neden sonuç ilişkisi kurar.	1	2	3	4	5
7	Yapılan planları hatırlar ("Yemekten sonra bahçeye çıkacağız" denildiğinde yemekten sonra bahçeye çıkılacağını hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
8	Eşyalarını koyması gereken yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
9	Eşyalarını koyduğu yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
10	Öğrendiklerini hatırlar (Öğrendiği bir şarkıyı hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
11	Bir görevi ya da etkinliği yapması için verilen yönergeleri hatırlar.	1	2	3	4	5
12	Duygu ve düşüncelerini rahatça ortaya koyar.	1	2	3	4	5
13	Kalabalık karşısında kendini ifade eder.	1	2	3	4	5
14	Başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını söyler.	1	2	3	4	5
15	Kendisiyle ilgili olumlu şeyler söyler (Çok güzel bir resim çizdim gibi).	1	2	3	4	5
16	Kendini ortaya koyması gerektiği yerde sağlıklı şekilde ortaya koyar.	1	2	3	4	5
17	Gerginlik yaratacak bir durumda kendini kontrol eder.	1	2	3	4	5
18	Kızgınlığını kontrol etmek için farklı yollar kullanır.	1	2	3	4	5
19	İstekleri ile kurallar çeliştiğinde bile kurallara uyar.	1	2	3	4	5
20	Çok sevdiği bir oyuncuğu izin almadan oynamaz.	1	2	3	4	5

EK 3. ETİK KURUL KARARI



T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü



Sayı : E-84026528-050.01.04-2100021080
Konu : Başvuru İncelenmesi

11.02.2021

Sayın Hüseyincan KATILMIŞ

Yürütücülüğünüzü yapmış olduğunuz 2021-YÖNP-0042 nolu projeniz ile ilgili Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun almış olduğu 08.02.2021 tarih ve 03/22 sayılı kararı aşağıdadır.

KARAR:22- Hüseyincan KATILMIŞ'ın sorumlu yürütücülüğünü yaptığı "Okul Öncesi Dönemde Çocuğu Olan Annelerin Öz Kontrol ve Öz Yönetim Algılarının Evlilik Uyumuyla ve Çocuklarının Öz Düzenleme Becerileriyle İlişisinin İncelenmesi" başlıklı araştırmasının, Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul ilkelerine **uygun olduğuna** oy birliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Salih Zeki GENÇ
Kurul Başkanı

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

İsim SOYİSİM :
Doğum Yeri :
Doğum Tarihi :

EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi :
Yüksek Lisans Öğrenimi :
Bildiği Diller :

İŞ DENEYİMİ

Çalıştığı Kurumlar ve Yıl:

İLETİŞİM

E-posta Adresi :

ORCID :