



T.C.
ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKIYATRI ANABİLİM DALI
KPJ-YL-2013-0005

EBEVEYN KONTROL DAVRANIŞLARININ ERGENLERİN
ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ VE DUYGUSAL
SORUNLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Canan ÇELİK ÖZDEN

DANIŞMAN
Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY

AYDIN-2013

T.C.
ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKIYATRI ANABİLİM DALI
KPJ-YL-2013-0005

EBEVEYN KONTROL DAVRANIŞLARININ ERGENLERİN
ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ VE DUYGUSAL
SORUNLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Canan ÇELİK ÖZDEN

DANIŞMAN
Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY

AYDIN-2013

T.C.
ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
AYDIN

Psikiyatri Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Canan ÇELİK ÖZDEN tarafından hazırlanan “Ebeveyn Kontrol Davranışlarının Ergenlerin Öz Düzenleme Becerileri ve Duygusal Sorunlarına Etkisi” başlıklı tez, .././2013 tarihinde yapılan savunma sonucunda aşağıda isimleri bulunan jüri üyelerince kabul edilmiştir.

Unvanı, Adı ve Soyadı : **Üniversitesi :** _____ **İmzası:**

Başkan
Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY **Adnan Menderes Üniversitesi**

Jüri üyeleri tarafından kabul edilen bu yüksek lisans tezi, Enstitü Yönetim Kurulunun ... Sayılı kararıyla .././2013 tarihinde onaylanmıştır.

Unvanı, Adı Soyadı

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, ebeveynlerin ergenlik çağının başındaki çocuklarına uyguladıkları psikolojik ve davranışsal kontrol biçimlerinin, bu ergenlerin öz düzenlemelerini ve öz düzenlemenin aracılık etkisi üzerinden de duygusal sorunlarını etkileyeceği düşüncesinden yola çıkılmıştır. Bu konu, doksanlı yılların başından beri dünya literatüründe tartışılmaya başlanmış olan ancak ülkemizde çok az sayıda çalışmanın yapıldığı, görece yeni bir konudur. Çalışmanın özellikle ergenlik döneminin başında, öz düzenlemenin gelişimi için kritik olabilecek bir dönemde olan sağlıklı bir örnekleme uygulanmış olmasının literatüre değerli katkılar sağlayacağı düşünülmüştür.

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
ÖNSÖZ	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	vi
ÇİZELGELER DİZİNİ.....	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	viii
1 GİRİŞ.....	1
1.1 Ebeveynlik ve Ebeveyn Kontrolü	1
1.1.1 Davranışsal Kontrol.....	3
1.1.2 Psikolojik Kontrol.....	4
1.1.3 Psikolojik Kontrol Araştırmalarının Tarihi.....	5
1.1.4 Ebeveyn Kontrolü ve Duygusal Sorunlar.....	7
1.2 Öz Düzenleme.....	10
1.2.1 Öz Düzenleme Teorisi.....	13
1.2.2 Öz Düzenleme Dayanıklılığı: Sınırlı Bir Kaynak (Egonun Tükenmesi).....	14
1.2.3 Öz Düzenleme Başarısızlıklarının Tipleri	15
1.2.4 Öz Düzenlemenin Gelişimi	16
1.2.5 Öz Düzenleme ve Duygusal Sorunlar	19
1.2.6 Öz Düzenleme ve Psikopatolojinin Gelişimi.....	20
1.3 Ebeveyn Kontrolü, Öz Düzenleme ve Duygusal Sorunlar	22
1.4 Araştırmanın Amacı.....	27
1.5 Araştırmanın Önemi.....	27
1.6 Araştırma Hipotezleri ve Beklentiler.....	28
2 GEREÇ VE YÖNTEM.....	29
2.1 Araştırmanın Evreni ve Örnekleme.....	29
2.2 Veri Toplama Araçları.....	30
2.2.1 Demografik Bilgi Formu.....	30
2.2.2 Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği.....	31

2.2.3 Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği.....	32
2.2.4 Öz Düzenleme Ölçeği.....	33
2.2.5 Güçler ve Güçlükler Anketi.....	33
2.3 Verilerin Toplanması.....	34
2.4 Araştırmanın Sınırlılıkları.....	35
2.5 Araştırmanın Güçlükleri.....	35
2.6 Veri Analizi.....	35
3 BULGULAR.....	37
3.1 Araştırmada Elde Edilen Verilerin Analize Uygunluğunun İncelenmesi.....	37
3.2 Anne ve Babalara Ait Toplam Puanların Tanımlayıcı İstatistikleri.....	38
3.3 Ergenlere Ait Toplam Puanların Tanımlayıcı İstatistikleri.....	38
3.4 Ergenlere Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri.....	38
3.5 Annelere Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri.....	42
3.6 Babalara Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri.....	45
3.7 Ergen, Anne ve Baba Yanıtlarının Birbiri ile İlişisini Gösteren Korelasyonlar.....	47
3.8 Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EPKÖ Boyutu Olan “Suçluluk Yükleme” ile Yaşanan Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	50
3.9 Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EPKÖ Boyutu Olan “Sevginin Esirgenmesi” ile Yaşanan Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	53
3.10 Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EDKÖ Boyutu Olan “İzleme” ile Yaşanan Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	56
3.11 Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EPKÖ Boyutu Olan “Haberdarlık” ile Yaşanan Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	58
3.12 Annelere Göre, EPKÖ Boyutları Olan “Suçluluk Yükleme” ve “Sevginin Esirgenmesi” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	60
3.13 Annelere Göre, EDKÖ Boyutları Olan “İzleme” ve “Haberdarlık” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	63

3.14 Babalara Göre, EPKÖ Boyutu Olan“Suçluluk Yükleme” ve “Sevginin Esirgenmesi” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	65
3.15. Babalara Göre, EDKÖ Boyutu Olan“İzleme” ve “Haberdarlık” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi.....	68
3.16 Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	71
3.16.1 Ergenlerin Yanıtlarına Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	71
3.16.2 Annelerin Yanıtlarına Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	73
3.16.3 Babaların Verdiği Yanıtlara Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	75
4 TARTIŞMA VE YORUM.....	77
4.1 Ebeveyn Psikolojik Kontrol Boyutları (Suçluluk Yükleme ve Sevginin Esirgenmesi) ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	77
4.2 Ebeveyn Davranışsal Kontrol Boyutları(İzleme ve Haberdarlık) ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	81
4.3 İlköğretim 6. – 7. – 8. Sınıf Öğrencilerinin Toplam Güçlük Puanlarının Ebeveyn Kontrol Davranışı Boyutlarına ve Ergenlerin Sahip Olduğu Başarılı Özdüzenleme Düzeylerine Göre Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	84
5 SONUÇ.....	93
ÖZET	96
SUMMARY	97
KAYNAKLAR	98
EKLER.....	107
ÖZGEÇMİŞ	125

SİMGELER VE KISALTMALAR

EPKÖ:	Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği
EDKÖ:	Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği
ÖDÖ:	Öz Düzenleme Ölçeği
BÖDÖ:	Başarılı Öz Düzenleme
GGA:	Güçler ve Güçlükler Anketi
CBCL:	Çocuklar için Davranış Değerlendirme Ölçeği
YSR:	Gençler için Kendini Değerlendirme Ölçeği
GTop:	Güçlük Toplam Puanı
HA:	Haberdarlık Anne
HB:	Haberdarlık Baba
İA:	İzleme Anne
İB:	İzleme Baba
SYA:	Suçluluk Yükleme Anne
SYB:	Suçluluk Yükleme Baba
SEA:	Sevginin Esirgenmesi Anne
SEB:	Sevginin Esirgenmesi Baba
DEHB:	Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu

ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge 2.1.Çalışmaya katılan ergenlerin demografik özelliklerinin dağılımı.....	29
Çizelge 2.2.Araştırmaya katılan anne -babaların demografik özelliklerinin dağılımı.....	30
Çizelge 3.1.Anne – babalara ait toplam puanların tanımlayıcı istatistikleri.....	38
Çizelge 3.2.Ergenlere Ait Toplam Puanların Tanımlayıcı İstatistikleri.....	39
Çizelge 3.3.Ergenlerin yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan günlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar.....	40
Çizelge 3.4.Ergenlerin yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan günlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar.....	43
Çizelge 3.5.Babaların yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan günlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar.....	45
Çizelge 3.6.Güçlük puanları açısından anne, baba ve ergen yanıtlarının birbiri ile ilişkisi.....	71
Çizelge 3.7. Ergenlerin öz düzenleme düzeylerine ilişkin anne, baba ve ergen yanıtları arasındaki ilişki.....	72
Çizelge 3.8. Toplam güçlük puanının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları.....	73
Çizelge 3.9.Toplam güçlük puanlarının yordamasına ilişkin B, Beta korelasyonu ve anlamlılık düzeyi.....	74
Çizelge 3.10.Toplam güçlük puanının yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları.....	75
Çizelge 3.11.Toplam güçlük puanlarının yordamasına ilişkin B, Beta korelasyonu ve anlamlılık düzeyi.....	76

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 3.1. Anne suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	52
Şekil 3.2. Baba suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	53
Şekil 3.3. Annenin sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	54
Şekil 3.4. Baba suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	55
Şekil 3.5. Annenin izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	56
Şekil 3.6. Baba izleme ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	57
Şekil 3.7. Annenin haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	59
Şekil 3.8. Babanın haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	60
Şekil 3.9. Babanın haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	61
Şekil 3.10. Annenin sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	62
Şekil 3.11. Annenin izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	64
Şekil 3.12. Annenin haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	67
Şekil 3.13. Babanın suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....	67

- Şekil 3.14. Babanın sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....68
- Şekil 3.15. Babanın izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....69
- Şekil 3.16. Babanın haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.....70

1. GİRİŞ

1.1. Ebeveynlik ve Ebeveyn Kontrolü

Aile, çocukların davranışları ve karakter gelişimleri üzerinde etkisi olan sosyal, kültürel ve ekonomik bir düzendir (Baumrind, 1991). Aile içinde ebeveynlerin, çocukların gelişimleri üzerinde önemli etkileri bulunur. Alizadeh ve ark.'na göre (2011) ebeveynlik, birarada veya tek başına işleyen davranışların toplamından oluşan ve çocuğun davranışlarını yönlendirmeye yardımcı olan eylemler bütünüdür .

Baumrind (1991), ebeveynliği iki boyutta ele alır: Talepkarlık, ebeveynin çocuğundan ne oranda yaşına uygun davranışlar beklediği, onu ne kadar denetlediği, kurallara uymadığında çocuğunu bununla yüzleştirip uygun disiplin uygulayıp uygulamadığı gibi konularda hangi boyutta yer aldığı ile ilgili bir kavramken duyarlılık, çocuğun ihtiyaçlarını karşılama, bireyleşmeyi ve öz düzenlenmeyi geliştirmesini sağlama gibi alanlarda hangi boyutta yer aldığı ile ilgili bir kavramdır.

Baumrind (1991), ebeveynlik tarzları ve bu tarzların ergenlerin gelişimine etkisini açıklamıştır. Buna göre açıklayıcı otoriter olan ebeveynler, talepkarlık ve duyarlılık boyutları arasında bir denge tutturabilen ebeveynlerdir. Otoriter ebeveynler yüksek beklentileri olan ancak duyarlı olmayan, çocuğa daha az şefkat gösterirken onun itaat etmesine önem veren ebeveynler; izin verici ebeveynler, duyarlı olan ancak beklentileri olmayan; reddedici-ihmkar ebeveynler ise beklentisi de duyarlılığı da olmayan, aktif bir biçimde reddedici davranan ebeveynlerdir. Baumrind'e göre (1991), açıklayıcı otoriter aileler sosyal ve duygusal uyum açısından en uygun ortamı sağlarken, reddedici-ihmal eden aile tipi çocuğun sosyal ve duygusal uyumu açısından en uygunsuz aile tipidir.

Kort – Butler ve ark.'na göre (2011), Baumrind'in ebeveynlik tarzlarına ilişkin kuramı, hem tutarlı ve uygun izleme ile disiplinin önemini belirtir hem de öz düzenleme için gerekli olan ve ebeveynin desteğini içeren, çocuğun sosyal-duygusal ihtiyaçlarının önemini vurgular.

Ebeveynlerin ergenlik dönemindeki çocuklarının davranışlarını ve etkinliklerini denetleme ve düzenleme biçimleri sosyalleşme araştırmaları alanında önemli bir yer tutmaktadır. Baumrind (1994) sosyalleşmeyi kişisel bir bütünlük duygusu oluşurken

çevredeki diğerlerinin isteklerine uyum sağlanması olarak tanımlar ve sosyaleşmenin ebeveynlik rolünün en önemli bileşeni olduğunu savunur.

Baumrind'in erken dönemdeki çalışmaları, erken çocukluk döneminde ebeveyn otoritesindeki çeşitliliğin etkisi üzerine odaklanır; bu konuyu araştırır ve genişletirken "ebeveyn kontrolü" kavramı da gelişmeye başlamıştır. Önceleri kontrol kavramı katılık, fiziksel ceza kullanımı, cezanın tutarlılığı, açıklama yapılması gibi değişik biçimlerde açıklansa da, Baumrind, çocuğun aile ve toplum içine entegre edilmesi için yapılan ve çocuğun davranışsal uyum geliştirmesini hedef alan girişimleri de ebeveyn kontrolü kavramının içine almıştır (Steinberg ve Darling, 1993).

Çocuk ve ergenlere uygulanan ebeveyn kontrolünün doğasının ve etkilerinin keşfedilmesine yönelik literatürde birbirinden farklı kontrol tanımlarına rastlanır; bulgular da çelişkili olabilmektedir (Barber, 1996). Genellikle ebeveynlerin ergenlik dönemindeki çocuklarını ne yaparak kontrol ettikleri ve uygulanan bu kontrolün ergenlerin uyum davranışlarını nasıl etkilediği ile ilgilenilmiştir. Kakihara ve Tilton-Weaver (2009), kontrol kavramını tanımlarken daha çok ergenlerin dürtülerini ve arzularını düzenleyebilmelerine ve böylece davranışlarını sosyal kurallara uygun hale getirmelerine yardımcı olacak ebeveyn davranışları üzerine odaklanmışlardır.

Kontrol terimi daha sık olarak ebeveynin müdahaleci olması, baskı uygulaması veya hükmetmesi anlamında kullanılmaktadır (Pomerantz ve Wang, 2009).

Ebeveyn kontrolünün tanımlanması ve kontrol biçimlerinin ayrılaşmasında önemli etkisi bulunan Barber (1996), ebeveyn kontrolü kavramını tanımlarken ebeveynlerin çocuklarının etkinliklerini ve alışkanlıklarını kontrol edip düzenlemeleri, ebeveynlerine bağlılığı sağlamaları ve çocuklarının düşüncelerini ve hislerini yönlendirmeleri gibi konular üzerine odaklanır ve ebeveyn kontrolünü bu alanları içine alan bir davranış kümesi olarak tanımlar. Schaefer (1965) ise ebeveyn kontrolü kavramını çocukların ruh sağlığını etkileyen ana etkenlerden biri olarak görür. Yüksek düzeydeki ebeveyn kontrolünün çocukların algılanan kişisel yeterliliklerini ve kontrolünü azalttığı, çaresizlik yüklediği, bu şekilde anksiyete ve depresyona neden olduğu bilinmektedir (Dwairy ve Achoui, 2010).

Tüm ebeveyn kontrol davranışları birbirinin aynısı değildir. Barber (1996), Schaefer'ın 1965 yılında yaptığı yayınlara dayanıp davranışsal kontrol ile psikolojik kontrolü birbirinden ayırmışlardır. Çocuklar sosyal yaşamın yapısını ve kurallarını öğrenmek için davranışlarının yeterli düzeyde düzenlenmesine ihtiyaç duyarlar. Aynı zamanda açık bir kendilik duygusuna sahip, yeterliliği olan bir birey olarak gelişebilmek için de yeteri kadar psikolojik özerkliğe sahip olmak gerekir. Bu nedenlerle farklı kontrol biçimlerinin birbirinden ayrılıp tanımlanması önemlidir (Barber ,1996).

Soenens ve Vansteenkiste'ye göre (2010), iki kontrol edici ebeveynlik türünün ayırt edilmesini sağlayan şey, dışsal olarak kontrol edici ebeveynlik stratejilerinin açıkça görülür tarzda yapılmasına, örneğin ebeveynin bağırıp vurmasına ya da çocuğunu ödüllendirmesine karşın içsel (psikolojik) olarak kontrol edici ebeveynlik için bunun gerekli olmamasıdır. Örneğin, çocuk ödevini yapmadığında annesi belirli haklarını ondan alacağını söyleyebilir. Burada çocuğun davranışı ile verilen ceza arasında açıkça gözlenen bir paralellik vardır. Ancak bazen ebeveynler hemen kolayca anlaşılamayacak şekilde üzüntülerini ya da hoşnutsuzluklarını gösterirler; sözel olmayan ipuçları kullanırlar. Bu tip içsel kontrol edici stratejiler üstü kapalı ve gizlice zarar verici olabilir.

Soenens ve Vansteenkiste'ye göre (2010) durumsal faktörler ve çocuğa ait karakteristikler (mizaç, yaş, cinsiyet vb.) ebeveynlik davranışlarının nasıl yorumlandığını, ebeveyn davranışlarının içsel veya dışsal olarak kontrol edici tarzda deneyimlenip deneyimlenmediğini veya ne düzeyde deneyimlendiğini etkilemektedir.

1.1.1. Davranışsal Kontrol

Pomerantz ve Wang'a göre (2009) davranışsal kontrol, ebeveynin çocuğuna rehberlik yapması, onu izlemesi ve kurallar koymasındır. Dolayısıyla davranışsal kontrolün içinde müdahalecilik, baskı ve hüküm kurma gibi olumsuz davranışlar olması gerekmez; hatta bu tür kontrol çocukların psikolojik gelişimlerini olumlu yönde etkiler.

Davranışsal kontrol, çocuğun tavırları, çalışma etkinlikleri, arkadaşlarına katılımı gibi davranışlarını yapılandırmak ve düzenlemek, dolayısıyla çocuğun sosyal ortama uygun davranışlar sergilemesini sağlamak için ebeveynin yaptığı girişimleri içerir. Bu girişimler içinde ebeveynin uygun davranış için gerekli olan kuralları çocuğuna öğretmesi

ve çocuğun davranışlarını izlemesi örnek olarak verilebilir (Dishion ve McMahon, 1998; Stattin ve Kerr, 2000).

Barber ve Harmon (2002), psikolojik kontrolün, davranışsal kontrolün aksine daha manüplatif teknikleri içerdiğini, çocuğun duyguları gibi iç dünyasına ait deneyimleri kontrol etmeyi hedeflediğini belirtirler. Yazarlara göre psikolojik kontrolü kullanan ebeveynler çocuklarına koşullu sevgi gösterirler, çocuklar uygunsuz davrandıklarında onları utandırabilirler veya suçluluk hissetmelerini sağlayabilirler.

Psikolojik kontrolü kuramlaştırmaya çalışan Pettit ve ark.'na göre (2001) bu tür kontrolün uygulanması ergenin özerkliğinin ve kendini yönlendirme becerisinin gelişmesini engeller, dolayısıyla ergenin gelişimi etkilenir. Buna karşın davranışsal olarak düzenleme, yani çocuğu izleme ve ona rehberlik etme, ergenin ihtiyaç duyduğu şeylerdir ve ergenin bu şekilde desteklenmesi sebebiyle davranışsal kontrolün pozitif bir sosyalleşme aracı işlevi gördüğünü söylerler (Pettit ve ark., 2001).

İzleme, özellikle orta çocukluk ve ergenlik döneminde etkili olan, davranışsal kontrolün ana öğelerinden biridir ve ebeveynlerin çocuklarının nerede oldukları, neler yaptıkları ve arkadaşlıkları ile ilgili bilgi sahibi olmaları, onları denetlemeleri anlamında kullanılmaktadır (Pettit ve ark., 2001).

İzlemenin temelde çocukların normal olarak kabul edilen ailesel ve toplumsal standartlara uymalarında, bu standartları içselleştirmelerinde ve bu yolla sosyalleşmelerinde etkili olduğu düşünülür (Pettit ve ark., 2001).

1.1.2. Psikolojik Kontrol

Psikolojik kontrol uygulayan ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına yanıt vermek, onların özgürce kendilerini ifade etmelerine olanak sağlamak ya da davranışlarında özerk olmalarını sağlamak yerine onların düşüncelerine, duygularına, ebeveynlerine bağlılık düzeylerine zorla girişimlerde bulunurlar ve bu yönde bir sosyalleşme baskısı kurarlar (Barber, 1996). Barber'a göre (1996), bir çocuğu davranışının olumsuz sonuçları konusunda hassasiyet yaratmak amacıyla ikna etmeye çalışmak gibi psikolojik girişimler olumlu davranış gibi görünse de bir ebeveynlik boyutu olarak psikolojik kontrol, kontrolün olumsuz biçimidir.

Psikolojik kontrol sıklıkla ebeveynlerin çocuklarının yaptıklarını düzenlemeleri anlamında kullanılan davranışsal kontrolün tersi olarak anlaşılır (Pomerantz ve Wang, 2009). Bu kavram her ne kadar 1960'larda tanımlanmış olsa da (Schaefer, 1965) çocukların ve ergenlerin psikolojik işlevselliğindeki rolü sadece 1990'lardan beri sistematik bir biçimde çalışılmaya başlanmıştır (Soenens ve Vansteenkiste, 2010).

Barber ve Harmon'a göre (2002) psikolojik kontrol şunları içerir:

a) Suçluluk duygusu yükleme; çocuğu ebeveynlerinin isteklerine uymaya zorlayan, suçluluk duygusu yükleyici stratejilerin kullanımı anlamına gelmektedir.

b) Koşullu sevgi ya da sevginin esirgenmesi ile ebeveynler dikkatlerini, ilgilerini, bakımlarını ve sevgilerini, çocuğun ebeveynlerin koyduğu standartlara uymasına bağlı olarak gösterirler.

c) Kaygı aşılama; çocukların, ebeveynlerinin isteklerine uymalarını sağlamak için çocuklara kaygı aşılmasını ifade eder.

d) Çocuğun bakış açısının geçersizleştirilmesi, çocuğun düşünce ve duygularını doğal bir şekilde ifadesinin ebeveynleri tarafından kısıtlanması/ engellenmesi olarak tanımlanabilir.

Erken ergenlik dönemi otonomi ihtiyacının arttığı, ergenin bir yandan ebeveynleri ile bağlantısını sürdürmeye çalıştığı, bir yandan da bağımsız bir kimlik duygusuna sahip olabilmek için çabalamanın normal gelişimin bir parçası olduğu bir dönemdir. Bu dönemde uygulanan psikolojik kontrol, çocuğun duygusal açıdan ebeveyne bağımlı olmasını sağlayarak çocuğun bağımsızlık ve kendini yönlendirebilme gelişimini ketler (Pettit ve ark, 2001).

1.1.3. Psikolojik Kontrol Araştırmalarının Tarihi

Psikolojik kontrol kavramına ilk kez 1960'larda, Schaefer'in (1965) çalışmalarında rastlanmaya başlanır.

Schaefer (1965) ebeveynlerin davranışlarının çocukları tarafından değerlendirildiği bir ölçek oluşturmuş (Child Report of Parent Behavior Inventory), ardından bu ölçeğin hem ebeveyn hem de çocuk bildirimlerine faktör analizi uygulamış ve 3 adet tekrarlayan

faktör ortaya çıkarmıştır: Kabule karşı Red, Sıkı Kontrole karşı Gevşek Kontrol, Psikolojik Özerkliğe karşı Psikolojik Kontrol. “Psikolojik Özerliğe Karşı Psikolojik Kontrol” faktörünü tanımlayan ölçekler incelendiğinde, bu ölçeklerin daha çok çocuğun etkinliklerini ve davranışlarını kontrol etmenin psikolojik yöntemlerini tanımladığı görülür.

Psikolojik kontrol üzerine Schaefer’in 1965’te yazdığı erken dönem yazılardan sonra, araştırmacıların 25 yıl kadar süreyle bu konuya ilişkin çalışmalarına rastlanmamıştır. 1990’ların başlarında Steinberg ve Barber gibi gelişim araştırmacılarının önderliğinde psikolojik kontrol kavramına yeniden odaklanılmaya başlandığı görülür (Soenens ve Vansteenkiste, 2010).

Psikolojik kontrolü tanımlamak amacıyla ortaya konan erken dönemdeki çabalar, ebeveyn çocuk arasındaki bağın bir nevi kötüye kullanıldığına dikkat çeker; ebeveynin olumsuz duygusal ifadeleri, eleştiriyi kullandığını vurgular ve çocuğun psikolojik gelişimini kitlediği, bunu ise üstü örtük bir biçimde yaptığı görüşünün olduğu görülür. Barber (1996) bu özelliklerin tümünü psikolojik kontrol tanımının içine almıştır.

Son yıllarda yapılan bazı ana derleme çalışmalarında bile psikolojik kontrol yapısı gözardı edilmiş veya detaylandırılmadan, geliştirilmeden kullanılmıştır ancak son dönemde Steinberg ve Darling’in (1993), tutarlı olarak psikolojik kontrolün ebeveyn kabulünden ve davranışsal kabulden farklı bir şey olduğunu bulduğu görülmektedir. Diğer araştırmacılar (Barber ve ark., 1994; Fauber, Forehand ve ark., 1992, akt. Barber, 1996)) ise psikolojik kontrolün gençlerin işlevselliğine olan bağımsız katkıları üzerine odaklanmaya başlamışlardır.

Diana Baumrind (1991), psikolojik kontrolü ele aldığı çalışmalarında, çocuğun fikirlerini söylemesini, ebeveyn-çocuk arasındaki sözel alış veriş, çocukların bireysel görüşlerinin ifadesini yüreklendiren ebeveynlik stillerinin kullanılmasını önerir; çocuğun bireysel ilgilerinin farkında olunmasının ve çocuğun özelliklerinin tanınmasının önemini vurgular; özellikle çocuk ile olan sevgi ilişkisinin yönlendirilmesinin, suçluluk yükleyecek tekniklerin karşısında durur.

Psikolojik kontrol kavramını ele alan bir başka grup ise Hauser ve arkadaşlarıdır. Hauser ve ark. (1984), ebeveynler ve çocuklar arasındaki etkileşimlerin çocuğun ego gelişimi için kritik olduğunu savunurlar. Bu etkileşimlerin içinde çocuğa açıklama

yapılmasının, merak ifade edilmesinin ve çocukla ortak sorun çözme yollarının kullanılmasının çocuğun bireyselleşmesini arttıracaklarını iddia ederler. Öte yandan onlara göre, ebeveyn çocuk arasındaki etkileşimlerin kısıtlanması, değersizleştirme, yargılama, dikkat etmeme, ilgi göstermeme, geri çekilme, bireyselleşmenin gelişimini engeller. Böylesine etkileşimlerin olduğu bir ailede yetişen çocuğun algılarını, fikirlerini ve gözlemlerini paylaşmak konusunda gönülsüz olacağını savunurlar.

Klinik alanyazında da psikolojik kontrol yapısını ele alan yazılar görülmektedir. Barber'ın (1996) klinik alanda yapılmış çalışmaları da kapsayan derleme çalışması depresif kişilerin, ebeveynlerini psikolojik kontrol uygulayan, örneğin aşırı müdahaleci, suçluluk hissettiren, olumsuz olarak değerlendiren, kişiler olarak hatırladıklarını göstermektedir. Grotevant ve Cooper (1986), aile bireylerinin diğerlerinin fikirlerine açıklığı ve birinin kendi inançlarını sürdürmesine saygı gibi konuları çalışmalarında ele almıştır. Benzer şekilde, aile terapisti olan araştırmacılar, uzun zamandan bu yana müdahaleci ve psikolojik özerkliği ketleyen ilişki örüntüleri ile ilgilenirler. Buna ayrılaşmamış ve kaynaşmış ilişkiler (Bowen,1978), içiçe geçmiş ilişkiler (Minuchin, 1974) ve kapalı aile paradigmaları örnek olarak verilebilir.

1.1.4. Ebeveyn Kontrolü ve Duygusal Sorunlar

Ebeveynlerin uyguladığı kontrol ile çocukların davranışları arasındaki ilişkiyi konu alan çalışmalardan elde edilen sonuçlar tutarlı değildir. Bazı çalışmalar ebeveyn kontrolünün çocuklar üzerindeki olumlu etkisini gösterirken, bazı çalışmalar olumsuz etkiler bulmaktadır. Kochanska ve Knaack (2003) bu tutarsız sonuçları kontrolün pozitif ve negatif biçimleri olmasına bağlarlar ve bu biçimler arasındaki farkın belirlenmesi gerektiğini savunurlar. Ebeveynler tarafından çocuğa öğreterek ve rehberlik ederek uygulanan davranışsal kontrolü pozitif kontrol biçimi olarak değerlendirirler. Oysa negatif kontrol biçimi olan psikolojik kontrol uygulayan ebeveyn, öfke, eleştiri ve fiziksel zarar verme yöntemlerini kullanarak çocuğu üzerinde güç hissettirir (Dwairy ve Achoui, 2010).

Baumrind (1991) ebeveynlik tarzlarını tanımladığı modelinde, otoriter ebeveynleri yüksek düzeyde kontrol uygulayan ebeveynler olarak tanımlarken, izin verici ebeveynlerin çocuklarına düşük düzeyde kontrol uyguladıklarını belirtir. Bu iki tip iki ebeveynlik ile yetişen çocuklar duygusal ve davranışsal problemlere sahip olabilirler.

Ebevenyler çocuklarının düşünceleri, duyguları ve davranışları üzerinde zorla kontrol uygularlarsa buna maruz kalan çocuklar psikolojik olarak zarar görebilirler. Aksine eğer ebeveynler çocuklarına seçim şansı vererek, kişisel girişimlerini destekleyerek ve onların bakış açılarını kabul ederek çocuklarının özerkliklerini desteklerlerse çocukların özerklikleri gelişir (Pomerantz ve Thompson, 2008).

McLeod ve ark.'na göre (2007), ergenin kontrol edici ve baskıcı bir ortamdaki günlük yaşamı, ergenin gelişimsel olarak uygun davranışlarının gelişimini engeller, çevreyi kontrol edilemez olarak algılamasına katkıda bulunabilir. Yazarlar ebeveynin sağladığı çevre ile çocuğun davranışsal sorunları arasındaki ilişkiye tersten de bakmayı başarmıştır; bazen de ergenin sahip olduğu özellikler ebeveyni daha fazla kontrol uygulamaya teşvik edebilir. Buna göre, ergen kaygıları yüksek bir ergense, ebeveyni çocuğu için güvenliği ve tahmin edilebilirliği sağlamak amacıyla, onun adına daha fazla karar almaya başlayabilir. Bu tarzda ortaya çıkan davranışsal kontrol, ebeveynin davranışsal kontrolü ile yaratılan bu çevre, ergenin düşük düzeyde öz yeterlilik sergilemesine, kaygı bozukluğu semptomları göstermesine yönelik bir hassasiyet geliştirmesine sebep olabilir.

Varolan ilişkiyi benzer yönden inceleyen Pettit ve ark.'na göre de (2001), okul öncesi dönemdeki çocuklarını zor, fazla ilgi gerektiren ve agresif olarak nitelendiren anneler, çocuklarıyla ilgili düşmanca tutumlar geliştirebilir ve sonraki süreçte (erken ergenlik döneminde) daha fazla psikolojik kontrolü kullanabilirler.

Barber ve Harmon'a göre (2002) davranışsal kontrol uygulayan ebeveynler çocuklarına uygun davranışın ne olduğu ile ilgili rehberlik ederler; çocuklara sınırlarını öğrenmeleri konusunda yardımcı olurlar. Bu şekilde aslında çocuklarını dışsallaştırma sorunlarından veya antisosyal davranışlardan korumuş olurlar. Yazarlara göre, psikolojik kontrol ise olumlu bir kendilik kurulmasını engeller. Çünkü psikolojik kontrol çocuğun duygusal açıdan ebeveyne bağlı olmasını sağlayarak çocuğun bağımsızlık ve kendini yönlendirebilme becerisinin gelişimini engeller (Pettit ve ark., 2001).

Erken ergenlik dönemi özerklik ihtiyacının arttığı, ergenin bir yandan ebeveynleri ile bağlantısını sürdürürken bağımsız bir kimlik duygusuna sahip olmak için çabaladığı bir dönemdir. Bu dönemde psikolojik kontrol uygulayan ebeveynler ergenleri düşük öz güven ve depresif semptomlar açısından riske atarlar (Barber ve Harmon, 2002). Suçluluk

yükleme ve sevginin esirgenmesi gibi psikolojik kontrol yöntemlerini sık sık kullanan ebeveynler kimlik gelişimi evresindeki

Kontrol edici ebeveynlik biçimlerinin ikisi de çocukların gündelik işlevselliklerini etkileyen davranışsal düzenleme, ebeveynlerin istediği şekilde davranma oranı ve çocuğun gösterdiği davranış sorunlarının tipi üzerinde farklı etkiler sağlayabilir (Soenens ve Vansteenkiste, 2010).

Soenens ve Vansteenkiste, (2010) iki tip kontrol biçiminde çocukların kurallara uymalarını sağlayan motivasyonları incelemiştir. Onlara göre, davranışsal kontrol uygulayan ebeveynlerin çocukları, ebeveynlerin kurallarına uyarken daha çok gelebilecek cezalardan kaçmaya veya somut ödülleri elde etmeye çalışırlar. Psikolojik kontrol uygulayan ebeveynlerin çocuklarında, ebeveynlerin kurallarına uymalarını sağlayan motivasyon ise daha başkadır: Burada çocuklar ebeveynleri tarafından kendilerine yüklenen suçluluk, utanç ve kaygı gibi olumsuz duygulardan kaçmaya çalışırlar veya başka türlü içsel gereklilikler tarafından motive edilir.

Varolan alanyazın, psikolojik kontrolün çocuklardaki içselleştirme problemleri üzerinde kısmi etkilerinin olduğunu, davranışsal kontrolün ise dışsallaştırma problemleri ile belirgin bağlantısının olduğunu belirtmektedir. Psikolojik kontrol uygulanan çevrede, çocuğun duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarına karşı duyarsız olan ebeveynler, çocuğun istedikleri yönde sosyalleşmesi için baskı uygularlar. Bu durumda çocuğun kendisini bağımsız şekilde ifade etmesi zorlaşacaktır ve aynı zamanda çocuk diğerleriyle etkileşim konusunda gönülsüz olabilir (Maccoby ve Martin, 1983).

Psikolojik olarak kontrol edici bir çevrede çocukların ilgi ve istekleri önemsiz, çocuğun sahip olduğu özellikler küçümsenir ve ailedeki diğer kişilerle etkileşim sağlıklı değildir (Youniss ve Smollar, 1985, akt. Barber, 1996). Aynı zamanda böyle bir çevre, kişisel yeterlilik duygusunun gelişimi için gerekli olan imkanların sınırlı olması (Seligman ve Peterson, 1986, akt. Barber, 1996), kimlik duygusunun kurulması için ihtiyaç duyulan keşiflerin yapılamaması (Erikson, 1968; Marcia, 1980, akt. Barber, 1996) gibi özellikleri nedeniyle bir çocuk için sağlıklı bir öz farkındalık ve sağlıklı bir kendilik algısı gelişimini zorlaştırır.

Baumrind (1971), erken dönemde yaptığı çalışmalarda ebeveyn tarafından uygulanan yetersiz davranışsal kontrol ile çocuğun kendisini kontrol edememesine dayalı davranış sorunları arasındaki ilişkiye odaklanmış ve anlamlı ilişki bulmuştur. Bu tarihten yirmi yıl sonra yaptığı benzer bir çalışmada da bulgularını tekrarlamış, yetersiz ebeveyn kontrolünün olduğu çevrede çocukların öz düzenlemelerinin gelişmediğini, sıklıkla dürtüsellikle ilgili sorunlar geliştirdiklerini bulmuştur (Baumrind, 1991). Aynı yoldan giden Barber (1996), benzer şekilde yetersiz kontrolün olduğu çevrede ergenlerde risk alma davranışında artış olduğunu göstermiştir. Düzenlemenin olmadığı aile çevrelerinde ergenler, uygunsuz davranışa yönlendiren yaşıt etkilerine daha duyarlı hale gelir, istemli olarak suça yönelebilirler. Bundaki amaç, kendileri için kabul edilebilir davranış sınırlarını belirleyebilmektir (Barber, 1996).

Pettit ve ark. (2001), yaptıkları çalışmada, Barber'ın 1996'daki çalışması ile uyumlu şekilde, izleme boyutunun sistematik bir biçimde suç işleme davranışı ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bunun aksine psikolojik kontrol hem suçluluk davranışı hem de anksiyete ile ilişkili çıkmıştır.

Kültür, çocukların psikolojik uyumları ile ebeveyn kontrolü arasındaki ilişkiyi etkiliyor olabilecek bir diğer etkidir. Aile ahenginin çok önemli olduğu toplulukçu kültürlerde ebeveynlerin bu ahengi sürdürmek için çocuklarına daha fazla kontrol uyguladığı düşünülmektedir (Triandis, 1995). Ebeveyn kontrolü birçok toplulukçu toplumda sevginin ve bakım vermenin ifadesi olarak algılanmakta; dahası, bu gibi birçok ülkede yapılmış çalışmada, otoriter ebeveynlik veya kontrol ile çocukların psikolojik uyumu arasında herhangi bir ilişki veya pozitif ilişki bulunmamaktadır (Dwairy ve Achoui, 2010).

1.2. Öz Düzenleme

Öz düzenleme kavramı bireyin sosyalleşmesi ile bağlantılı birçok psikolojik süreci barındıran karmaşık bir kavramdır; bu nedenle standart bir tanımını yapmak zordur. Literatür gözden geçirildiğinde, öz düzenleme kavramının davranışların belirli bir duruma göre düzenlenmesi, duyguların veya düşüncelerin varolan durumla uyumlu olarak yönlendirilmesi üzerine odaklanılarak tanımlamalar yapıldığı görülmektedir. Bunun yanı sıra daha spesifik olarak bilişsel fonksiyonlarımız üzerine odaklanan, dikkatin ve ders

çalışma alışkanlıklarının düzenlenmesi gibi konuları ele alan çalışmalara ve bunlar üzerinden yapılan tanımlara rastlamak da mümkündür.

Dale ve Baumeister'a göre (2000) kişiye yönlendirildiğinde otomatik olarak bir tepki ortaya çıkarması beklenen bir uyarı karşısında kişi öz düzenleme süreçlerini devreye sokabilir; o tepkiyi baskılayabilir; kendisini tutabilir; alternatifler arasından yeni bir tepkiyi seçerek beklenen tipik tepkiden daha farklı şekilde tepki verebilir. Bu tanım dikkatle incelendiğinde bu iki araştırmacının öz düzenleme kavramını bireyin tepkilerinde değişiklik yapabilmesi üzerine kurdukları görülmektedir.

Baumeister ve Vohs'a göre (2003) benlik inisiyatif alan, birçok alternatif arasından bir tanesini seçen, gereksiz bilgileri dışlayan ve uygun tepkileri ortaya çıkaran bir yürütücü işleve sahiptir. Araştırmacılara göre benlik bu işlev sayesinde dış dünyayı algılayıp kontrol edebilmek için otomatik ve bilinçli olarak kendisini de kontrol eder. Bu tanım üzerine odaklanan araştırmacıların inceledikleri konular arasında, bireyin arzularına veya yoldan çıkarabilecek şeylere karşı nasıl direndiği; nasıl düşünüp, amaca ulaştıracak en uygun tepkiyi belirlemek için planlamalar yaptığı gibi daha içsel süreçler yer almaktadır.

Bu tanımlardan farklı olarak öz düzenleme kavramı dışarıdan gözlenebilen davranışlara dayalı olarak tanımlanmıştır:

“Öz düzenleme, durumsal gerekliliklere bağlı olarak davranışları başlatmak ve sonlandırmak, sosyal ortamdaki davranışların süresine, sıklığına karar vermek, arzu edilen bir şeyi veya amacı ertelemek ve dış gözlemciler olmadığında dahi sosyal olarak kabul edilebilir şekilde davranmaktır” (Kopp, 1982, syf. 190).

Baumeister ve Vohs'a göre (2007) öz düzenleme bireyin davranışlarının sosyal ve durumsal gerekliliklere uyum göstermesine olanak sağlar; böylece insan davranışının esnekliğini ve kişinin uyum yeteneğini artırır. Aynı zamanda öz düzenleme kavramı sosyal açıdan kabul edilebilir davranışlar ve özgür irade gibi popüler kavramlar için de önemli bir temel oluşturmaktadır.

Zimmerman (2000), öz düzenlemenin insanoğlunun hayatta kalabilmesi için önemli olduğunu, çünkü öz düzenlemenin sosyal kabul ile doğrudan bağlantılı olduğunu belirtir. Evrimsel olarak sosyal kabul hayatta kalmak için hayati öneme sahiptir. Hayatta kalma ve

üreme, sosyal yalıtılmışlıkla değil, ancak sosyal kabul ile daha kolay olabilmektedir. İnsanoğlu, hayvanlardan farklı olarak ihtiyaç duyduğu şeyleri doğrudan doğadan değil, içinde varolduğu sosyal grubundan alır. Baumeister ve Vohs'a göre (2007) sosyal grubun öneminden ötürü sosyal grubun kabulü ve onayı, bundan ötürü de kendini düzene sokabilme, hayatta başarılı olabilmek için kritik öneme sahiptir.

Alan yazında öz düzenleme ile birlikte ele alınan kavramlardan biri öz kontroldür. Simonds ve ark. (2007) öz kontrolü, öz düzenlemenin gelişimsel açıdan erken formu olarak değerlendirirler. Buna göre öz kontrol, çocuğun bir yetişkinin yönergelerini basitçe tekrar etmesi ve o yetişkin yokken de yönergelere uymaya devam etmesidir. Araştırmacılara göre öz düzenlemede ise kişi planlar üretir, bir görevin değişen gerekliliklerine esnek şekilde uyum sağlayabilir; dolayısıyla öz düzenleme daha kompleks bir davranıştır.

Baumeister ve ark.'na göre (1998), bazı içsel kaynaklar karar verme, aktif olarak tepki verme ve öz kontrolü sağlama amacıyla benlik tarafından kullanılır. Bu bakış açısıyla öz düzenleme, karar vermeyi ve aktif bir tepkide bulunmayı olduğu kadar öz kontrolü de içine alan daha geniş bir terim – bir içsel kaynak – olarak görülebilir. Ancak Baumeister (1998), öz kontrol ve öz düzenleme terimlerini birbirinin yerine de kullanmaktadır.

Öz düzenleme konusunda yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde, bu konunun farklı yazarlar tarafından farklı açılardan ele alındığı görülmektedir. En fazla odaklanılan açılardan biri, egonun kendini düzene sokma konusunda tükenen bir kaynak olduğunu savunan Roy Baumeister'in (1998) görüşleriyle ilgilidir.

Muraven ve Baumeister (2000) tarafından yapılan bir çalışmada deneklerin, kendilerini tutmaları gereken koşullarda bunu ne kadar başarabildikleri, bu görev sonrası verilen, ikinci kere öz düzenleme gerektiren görevde çaba gösterme konusunda ne kadar zorlandıkları özbildirim ölçekleri verilerek ölçülmüş ve karşılaştırmalar bu ölçek sonuçları üzerinden yapılmıştır. Deneklerin yoğun öz düzenleme gerektiren bir görevi yerine getirdikten sonra ikinci öz düzenleme gerektiren görevde başarısız olduğu, göreve başlamayı reddettikleri veya erken bıraktıkları gözlenmiştir. Bu durum araştırmacılarca, egonun tükenen bir kaynak olduğu yönündeki görüşü destekleyen bir durum olarak değerlendirilmiştir.

Öz düzenlemedeki başarısızlıkların psikopatolojiye katkısı araştırmalarda önemle üzerinde durulan konular arasındadır. Alan yazında spesifik bazı bozukluklarda kendini düzene sokmadaki başarısızlıkların etkisi araştırılmıştır. Özellikle yeme bozuklukları, madde kullanım bozuklukları ve dışsallaştırılan davranış sorunları (DEHB gibi) sıklıkla rastlanan konular arasındadır. Örneğin, Gottfredson ve Hirschi (1990) suçun zayıf öz kontrolün sonucu olduğunu ve beraberinde normalden sapmayı getirdiğini savunmaktadır. Onlara göre öz kontrolü zayıf olan insanlar dürtüsellik göstermektedirler ve risk almaya eğilimli, engellenmeye toleransı düşük, bilişsel çözümlerden çok fiziksel çözümlere başvuran, ben merkezli kişilerdir. Bu nedenle normalden sapmanın mümkün olduğu bir anda kendilerini daha az kısıtlayabilmektedirler.

1.2.1. Öz Düzenleme Teorisi

Öz düzenleme teorisi hazzı geciktirme çalışmasından köken alır. Hazzı geciktirme kapasitesi medeni bir toplum yaşamı için çok önemlidir. Mischel ve Ayduk'a göre (2004), hazzın geciktirilmesi öz düzenlemenin erken dönemdeki formudur. Hazzı geciktirme süreci, dürtüsel davranışların düzenlenmesini ve hemen doyurulmak isteyen arzulara karşı daha sonra daha büyük bir ödül elde etmek için direnmeyi içerir. Temel olarak bu beceri, yaşamın daha sonraki evrelerinde öz düzenlenme becerisi üzerinde bir etkiye sahiptir.

Öz düzenleme teorisinin gelişimindeki önemli ilerleme, "geribesleme döngüsü" kavramının kullanılması ile olmuştur. Öz düzenlemedeki geri besleme döngüsü standartlar, izleme ve işlem olmak üzere üç ana bileşene ayrılır: Kişi kendisini bir standart ile kıyaslar (örneğin, kilosunu ölçer), eksiklikleri azaltmak için eyleme geçer (örneğin diyete başlar), o standart ile tekrar kıyaslar, eksiklik ortadan kaybolana kadar kıyaslama devam eder ve sonunda standart karşılandığında işlemi bitirir. Ancak son dönemde yapılan araştırmalar, bu bileşenlere dördüncü olarak motivasyonu da eklemektedir (Baumeister ve Vohs, 2007).

Bileşenlerin ilki, idealleri, normları, hedefleri veya diğer değerleri içeren standartlardır. Standartların olmaması, birbiri ile çatışması veya uygunsuz standartlar - örneğin çok yüksek veya çok düşük standartlar- etkili bir öz düzenlemenin olmasını engeller (Baumeister ve Bushman, 2008).

Öz düzenlemenin ikinci bileşeni, izlemedir. Geribesleme döngüsü modelinin test evresi olan bu evrede kişinin, mevcut durumunu standartlarla kıyaslaması, bunu yapılabilmesi için kendisini izleyebilmesi; hareketlerine ve içinde bulunduğu duruma dair izleri takip edebilmesi gerekir. Kişi ne zaman kendisini izlemeyi keserse kontrolü kaybetmeye meyilli hale gelir (Baumeister ve Bushman, 2008).

Hull (1981), alkolün, kişinin dikkatini kendine yöneltebilmesi için gerekli olan bilişsel süreçleri bozduğu hipotezini ortaya atmış ve bunu test etmeye yönelik çalışmalar yapmıştır. Hull (1981)'a göre, kişinin kendisini eleştirel şekilde değerlendirmesi ve olumsuz duygulanıma kapılması için dikkatini kendisine yöneltebilmesi gereklidir ve alkol alınca kendine odaklanma baskılanır, rahatlama duygusu sağlanabilir veya olumsuz kişisel sonuçların psikolojik etkilerinden kaçılabilir.

Hull ve Young (1983), bireylerin kendilerine yönelmiş dikkati azaltmak için alkol aldıkları fikrini test etmişler; kendine odaklanma düzeyi yüksek olan bireylerde, olumsuz bir kişisel sonuçla karşılaşıldığında, kendine odaklanmayı ve ortaya çıkan olumsuz duygulanımı azaltmak için alkol tüketildiği sonucuna varmışlardır.

Öz düzenlemenin üçüncü bileşeni ise geribesleme döngüsünün işlem evresidir. Test evresinde gözden geçirilen mevcut durum standartlar için yetersiz olursa belirli tepkiler içsel bir programlanma, öğrenme, alışkanlık veya motivasyon sayesinde harekete geçer ve öz düzenleme bu tepkileri baskılar. Öz düzenleme, tipik tepkiyi bozan ve normal bir şekilde ortaya çıkışını engelleyen bir durumdur (Baumeister ve Bushman, 2008). Örneğin, bir bira reklamı (harekete geçirici uyaran) kişinin alkol için arzusunu ön plana çıkarabilir (gizil motivasyon) ve alkol alımı için bir dürtü yaratabilir. Ancak içki tüketimini azaltmaya çalışan biri, bu tepki dizisini baskılamaya ve alkol tüketimini önlemeye çabalar (Baumeister ve Bushman, 2008).

1.2.2. Öz Düzenleme Dayanıklılığı: Sınırlı Bir Kaynak (Egonun Tükenmesi)

Öz düzenlemenin gerçekleştiği durumlarda kişi arzu ettiği bir şeye karşı direnç göstermiş; birçok seçenek arasından eleme yapmak zorunda kalmış veya bir plan yapıp onu yürütmüş olabilir. Tüm bunlar amaçlı ve bilinçli bir tepki değişikliğini gerektirir ve bunların yapılabilmesi için bir kaynak kullanılması gerekir. Baumeister ve ark.'nın (Baumeister, Bratslavsky, Muraven ve Tice, 1998; Baumeister, Heatherton ve Tice, 1994)

önerdiği öz düzenlemenin dayanıklılığı modeline göre benliğin bu tür etkinlikleri bir enerji veya dayanıklılık gerektirir ve bu enerji veya dayanıklılığın kapasitesi sınırlıdır. Yazarlar öz düzenlemenin her bir etkinliğinin bu limitli kaynaktan bir miktar tükettiği ve daha sonraki eylemler için daha az enerji kalmasına sebep olduğu sonucuna varmışlardır. Bu limitli kaynak tükendiğinde ise (yazarlar burada egonun tükenmesi kavramına gönderme yaparlar) öz düzenleme başarısızlıkları ortaya çıkar.

Murtagh ve Todd'a göre de (2004) öz kontrol işlemlerinde öz, sahip olduğu tepkilerin otomatik tarzda sergilenmesine izin vermek yerine onları kontrol etmeye çalışır. Bunu yaparken gerekli olan sınırlı kaynak kısmen öz kontrol için kullanılır ve sonra azalır.

Bu konuda yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar, egonun tükenmesi hipotezini desteklemektedir. Muraven, Tice, ve Baumeister'a göre (1998) göre, bir durum, iki ardışık öz kontrol eylemini gerektirdiğinde, ikinci öz kontrol eylemindeki performans bozulmaktadır. Yazarlar bu bozulmayı şu şekilde açıklamaktadırlar: Çekici şeyin cazibesine dayanmak, psişik bir bedel ortaya çıkarıp, katılımcılar ikinci görevde engellenme ile karşılaştıklarında kolaylıkla bırakmalarına sebep olmaktadır. Yazarlara göre bu durum, öz kontrolün değişik biçimlerinin ortak bir kaynak kullandığını -veya öz kontrol gücü kullandığını- bunun oldukça limitli olduğunu ve bu nedenle tükenebileceğini göstermektedir.

Özetle, kendini tutma, kişinin baskın olan tepkisini önleyebilmesi veya kısıtlayabilmesi amacıyla, sahip olduğu davranışı değiştirmesini dolayısıyla bir öz kontrol sergilemesini gerektirir. Kişinin kendi davranışını kontrol etmesi ise içsel ve sınırlı bir kaynağın harcanması anlamına gelir. Muraven ve Baumeister'a göre (2000) dolayısıyla insanların bilhassa mevcut gereklilikler ve çabalar kendi kaynaklarını azalttığı zaman öz kontrol konusunda başarısızlık yaşadığı söylenebilir.

1.2.3. Öz Düzenleme Başarısızlıklarının Tipleri

Baumeister ve Heatherton, (2004), öz düzenleme başarısızlıklarını yetersiz düzenleme ve uygunsuz düzenleme olarak ikiye ayırır. Yetersiz düzenleme, daha sık görülen bir durumdur ve kişinin davranışını kontrol etmedeki başarısızlığıdır. Uygunsuz düzenlemede ise kişi davranışını başarılı bir şekilde kontrol edebilir ancak bu ortaya çıkan davranış kişiye yardımcı olacak, istenir sonuç getirecek bir davranış olmaz. Yazarlar bu

duruma depresif birinin neşelenmek için alkol alıp sonuçta daha kötü hissetmesini örnek olarak verirler.

Baumeister'e göre (1998), insanlar kendini kontrolün imkansız olduğunu düşündükleri durumlarda kontrol konusunda başarısız olurlar. Heatherton ve Wagner'e göre (2011) bireyler bazen kendilerini bunalmış hissedip kendilerini kontrol etmeyi bırakabilirler. Yazarlara göre bu durum risklidir çünkü kişi bir kere öz kontrolü bıraktığında sadece yeniden onarma konusunda başarısız olmaz, aynı zamanda tekrar kontrol etmeyi istemeyebilir. Bu duruma içki içme konusunda kendisini tutan bir içicinin, stres veya belli duygulardan ötürü aşırı bunalıp tavrını bozarak bir kadeh içmesi örnek olarak verirler: Kişi içmeme durumuna geri dönmeyi reddeder ve hatta aktif şekilde daha fazla alkol isteyip alabilir.

Baumeister ve Heatherton, (2004) stres ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada, bireyin olumsuz veya zarar verici dürtüleri sergilemekten kaçınmaya çalıştığı durumlarda duygusal sıkıntının kişinin sahip olduğu kaynakları tükettiği sonucuna varmışlardır. Yazarlar bu durumu psikopatoloji ile yakından ilişkili olarak değerlendirirler çünkü birçok psikopatolojide stres, duygusal sıkıntı görülür. Bu nedenle savaş verirken bireylerin öz düzenleyici kaynaklarını tükettiğini ileri sürerler. Ruhsal rahatsızlıkların kötü sonuçlarının çoğunun egonun tükenmesi ile ilişkisi bu şekilde açıklanmaktadır.

Alan yazında öz düzenleme başarısızlıklarının ya da yetersizliklerinin bedelleri ile ilgili birçok çalışmaya rastlamak mümkündür. Örneğin; Tangney, Baumeister ve Boone (2004) yaptıkları çalışmada öz düzenlemesi yüksek olan kişilerin daha az tıknırcasına yeme veya alkol kötüye kullanımı gibi dürtü kontrol sorunları gösterdiklerini; aynı zamanda somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, depresyon gibi psikopatolojik semptomları daha az sergilediklerini, dolayısıyla psikolojik uyumlarının daha iyi düzeyde olduğunu bulmuşlardır. Aynı zamanda bu kişiler kendilerini, öz güvenleri ve kendini kabul düzeyleri daha yüksek; stres düzeyleri daha düşük kişiler olarak tanımlamaktadırlar.

1.2.4. Öz Düzenlemenin Gelişimi

Öz düzenleme kapasitesi hem genetik hem de çevresel etkenler ve bunların etkileşimi ile ilişkili görünmektedir. Kochanska ve ark.'na göre (2000) çocukların öz

düzenlemedeki bireysel farklılıkları, yaşamlarının ilk bir veya iki yılından sonra sabit hale gelmektedir.

Kopp ve Neufeld'e göre (2003) kontrol, zaman içinde dışsal kaynaklardan içsel kaynaklara doğru bir geçiş yapar. Buna göre, çocuklar yeni doğan evresinde refleksleri aracılığıyla veya erken çocukluk evresinde duysal-motor becerilerini kullanarak uyarılır ve bu şekilde hareket ederler. Ancak zaman içinde dışsal bir kontrol olmadan davranışlarını düzenleyebildikleri bir davranışsal kontrol aşamasına doğru gelişim gösterirler. Dolayısıyla bu yazarlara göre küçük bebekler duygularını düzenleme konusunda neredeyse tamamen bakım veren kişiye bağımlıdırlar, giderek yaşamın ilk yılı içinde kendilerini nasıl sakinleştireceklerini öğrenirler (yani kendileri düzenlemeyi öğrenirler). Dahası Kopp ve Neufeld (2003)'e göre, bu alandaki değişiklikler motor ve bilişsel olgunlaşma ile de uyum içinde ortaya çıkar.

Kopp (1982), öz düzenleme sürecine ait gelişimsel bir yol tanımlamıştır. O'na göre öz düzenlemenin gelişimi yaklaşık olarak bebekliğin ikinci ayında başlar ve beş evre halinde ilerler. Birinci basamağı, nörofizyolojik düzenleme basamağı olarak adlandırır. Bebek bu dönemde daha çok refleksleri tarafından uyarılır ve hareket eder; onları organize etmeye çalışır. Bebeğin hareketleri ikinci aydan üçüncü aya doğru daha tahmin edilebilir olmaya başlar. Bu basamakta bakım veren kişinin rolü bebeğin değişen durumlarına yanıt vermek, dışarıdan destek ve düzen sağlamaktır.

Öz düzenleme gelişiminin ikinci basamağı duysal – motor düzenlemeyi kapsar. Kopp (1982) bebeğin üçüncü aydan 12. aya kadar çevresinde meydana gelen olaylara tepki olarak davranışını değiştirebilme yeteneğini geliştirdiğini söyler. Burada ortaya çıkan davranış düzenlemesi istemli veya herhangi bir motivasyon sonucu ortaya çıkan bir düzenleme değildir; tesadüfen davranışların değişimi keşfedilmeye başlanır.

Kopp'un (1982) üçüncü evresinde, 12. ay ile 18. ay arasında çocukta kontrol becerisi ve sosyal gereklilikler farkedilmeye başlanır. Bu basamaktan itibaren çocuk sosyal gerekliliklere tepki olarak bir etkinliği başlatma ve sonlandırma becerisini göstermeye başlar.

Dördüncü basamakta, 18. – 24. aylar arasında çocukta temsili düşünme başlar ve çocuk anıları biriktirmeye başlar. Kopp'a göre (1982) bu bilişsel becerilerin gelişmesi

çocuğun önceki olayları hatırlamasına ve bunlara göre davranışlarını düzenlemesine olanak sağlar. Çocuk bu dönemde bakım veren kişinin yokluğunda da sosyal olarak kabul edilebilir şeylerin neler olduğunu hatırlar ama bu hatırlananları yeni durumlara uyarlamada kısıtlılıklar vardır.

Kopp (1982) beşinci basamakta çocukta öz düzenlemenin olduğuna dair açıkça gözlenebilecek kanıtlar olduğunu belirtir. Bu dönem yaklaşık iki yaş civarındadır.

Ancak Kopp (1982) gerçek öz düzenlemenin, çocukların başkalarının isteklerine uyabildiği ve dışsal bir gözlemci olmadan davranabildiği okul öncesi yıllarına kadar tam olarak ortaya çıkmadığını da belirtir. Bu yıllar boyunca çocuklar giderek kurallar ve hedefe yönelik planlar kullanarak içsel öz düzenleme kapasitesine ulaşırlar (Grolnick, Deci, and Ryan, 1997).

Bebekler ve okul öncesi çocuklar yönetici işlevlerde giderek gelişim gösterirler ve yönetici işlevler, çabaya dayalı olarak ortaya çıkan kontrolün önemli bir parçasıdır. Eisenberg (2010), dokuz ve 12 aylık çocukların kutu içindeki bir oyuncak alabilmek için görme hattı boyunca ilerlemelerini incelemiş, dokuz aylık çocuklarda görme hattının tamamen belirleyici olduğunu, çocuk kutunun açık olan tarafındaki oyuncakla dokunsa bile, eğer hareketi baktığı yönde değilse elini oyuncaktan çektiğini bulmuştur. Ancak üç ay sonra çocuklar önce kapalı tarafa bakıp sonra açık tarafa ilerlemiş ve oyuncakı içinden almışlardır (Posner and Rothbard, 2000). Yazarlar bu becerinin, niyetli davranış ve planlama yapma uygulama becerisi olduğunu söylerler.

Çabaya dayalı olarak ortaya çıkan kontrolün bir diğer bileşeni ise davranışı verilen bir komuta göre ketleyebilme becerisidir. Bu beceri 2 – 3 yaşa kadar pek görülebilen bir beceri değildir. Bu alanda yaptıkları çalışmalarda Kochanska ve ark (2000), çabaya dayalı kontrolün beş önemli bileşenini saptamışlardır: erteleme, motor aktiviteyi yavaşlatma, işaret verilen bir aktiviteyi durdurma veya başlatma, sesi alçaltma ve dikkati yönlendirme. Boylamsal verileri kullanarak 22-33 aylar arasında çabaya dayalı kontrolde anlamlı düzeyde kazanımlar olduğunu göstermişlerdir. Çocuklardaki ketleyici kontrolü ölçmeye yarayan görevlerden en sık kullanılanı, daha çok küçük yaş çocuklarında kullanılan hazzı erteleme görevidir. Burada çocuklardan sevdikleri bir yiyeceği yemeyi sinyal gelene kadar ertelemeleri, hemen daha küçük bir ödülü veya biraz bekleyerek daha büyük bir ödülü

seçmeleri istenir. Çocukların verilecek sürpriz ödül için bekleme sürelerinin uzunluğunun 2 yaştan 4 yaşa doğru arttığı görülmektedir (Kochanska ve ark., 2000).

Çaba gerektiren kontrolün okul yıllarında da gelişmeye devam ettiği ancak gelişim devam etse de erişkinliğe doğru hızının giderek azaldığı belirtilmektedir (Eisenberg ve ark, 2010).

1.2.5. Öz Düzenleme ve Duygusal Sorunlar

Öz düzenlemedeki başarısızlıklar psikopatolojik belirtiler olarak ortaya çıkıp sıklıkla ruh sağlığı için tanı kriterleri arasında yer almaktadır. Psikopatolojilerin çoğunda kişinin duygusal deneyimleri üzerindeki kontrolü zayıftır. Dale ve Baumeister'e göre (2000) başarılı bir duygusal düzenleme iş ortamında dikkatin sürdürülmesi, duygusal karşılıklılığı olan sağlıklı ilişkilerin kurulması ve kişinin kendi içinde huzur duygusunu yaşayabilmesi için önemlidir. Yazarlar bu çalışmalarında başarısız öz düzenlemenin ise duygudurum bozuklukları, madde kullanım bozuklukları, kötü okul başarısı ve evlilik sorunları gibi problemlerin gelişmesine sebep olduğunu bulmuşlardır.

Duygu ve davranışın düzenlenmesinde, çabayla ortaya çıkan kontrol ve bununla ilişkili becerilerin rolü vardır. Buradan hareketle yaptıkları çalışmada Eisenberg ve ark. (2010) çaba sonucu ortaya çıkan kontrolün, çocukların dışsallaştırılan problemlerinin gelişimi ve sürmesi ile bağlantılı olduğunu; duygusal deneyim ve davranışın düzenlenmesine etki ederek ve uyuma yönelik bilginin işlenmesini bozarak uyumun da bozulması üzerinde etki gösterdiğini bulmuşlardır.

İçselleştirme sorunları, anksiyete, depresyon, içe çekilme, somatik şikayetler gibi bir dizi sorunu içerir. İçselleştirme sorunları olan çocuklar aşırı kontrollü görünebilirler ve gözlemlenen davranışları ketlenmiş olabilir. Eisenberg ve ark. (2010) hem riskli hem de normal örneklemlerde, çocukların öz düzenlemeleri ile eş zamanlı ve/veya sonraki içselleştirme problemleri arasında negatif yönde ilişki olduğunu bulmuşlardır. Öte yandan aynı çalışmada araştırmacılar, öz düzenleme/çabaya dayalı kontrol ile dışsallaştırma problemlerinin ters yönlü ilişkisi olduğu sonucunu da elde etmişlerdir.

Çalma davranışı gibi örtük dışsallaştırma sorunları olan çocuklar, olumsuz duygulara kapıldıklarında ve duygusal olarak uyarıldıklarında, davranışlarını ketlemede ve

duygularını düzenlemede güçlük yaşarlar. Onların duygu düzensizlikleri, gelişimlerini ve bilgi işlemede kullanılan sosyal bilişlerini bozabilir; ebeveynleri ve akranlarıyla sosyal etkileşimlerini baltalayabilir. Bu çocukların aksine proaktif agresyona (psikopatik özellikler içerir) yatkın çocukların korku sonucu davranışlarını ketlenmeleri daha seyrek olur; bu durum bilinç gelişimini baltalar (Frick ve Morris, 2004).

Frick ve Morris (2004), konuyla ilgili derlemelerinde, öz düzenlemedeki eksikliklerin tepkisel davranım sorunları ile ilişkili olduğunu ancak örtük ve proaktif dışsallaştırma sorunları ile ilişkili görünmediğini belirtmektedirler.

Tangney, Baumeister ve Boone (2004) tarafından yürütülen kapsamlı bir araştırmada, düşük düzeyde öz kontrolü olduğunu bildiren katılımcıların madde bağımlılığı, alkol kötüye kullanımı, yeme bozuklukları, evlilik dışı hamilelik, şiddet ve benzeri suç davranışları, okul ve işte başarısızlık gibi birçok olumsuz sonuç bildirdiği görülmüştür. Yazarlara göre eğer kişiler davranışlarını daha iyi düzeyde kontrol edebilselerdi tüm bu olumsuz sonuçlar azalabilir hatta hiç ortaya çıkmayabilirdi. Çalışmada yer alıp öz düzenleme becerisi iyi olan bireylerin iyi olmayanlarla karşılaştırıldığında daha iyi okul notlarına sahip olduğu bulunmuştur.

Öz kontrol bireylerin kişilerarası ilişkilerdeki işlevselliği ile de ilişkili görünmektedir. Örneğin, Eisenberg ve ark. (1998) yüksek sosyal işlevselliğin yüksek düzeydeki öz düzenleme tarafından yordandığını bulmuşlardır. Öz düzenlemenin erken şekli olan hazzı geciktirme araştırmaları benzer şekilde erken yaşlardaki hazzı geciktirme kapasitesinin genç yetişkinlikteki kişilerarası ilişkilerdeki başarıyı yordadığını bulmuşlardır (Sethi, Mischel, Aber, Shoda ve Rodriguez, 2000).

1.2.6. Öz Düzenleme ve Bebeklikten Çocukluğa Psikopatolojinin Gelişimi

Kochanska ve ark.'na göre (2001) bebeğin sahip olduğu duygu düzenleme kaynakları ile durumsal gereklilikler arasındaki uyum zayıf olduğunda ve ebeveynliğin işlevsel olmadığı durumlarda bebeklerde duygu düzenleme sorunları ortaya çıkmaktadır. Yazarlar bu duruma depresif annenin durumunu örnek olarak gösterirler: Depresyon annenin çocuğuna uygun ve zamanında yanıtlar vermesini bozar. Bu durumda bebeğin duygusu annede uygun bir yanıt ortaya çıkarmada başarısız olur ve bebeğin duyguları da

başlar; bebekte artmış iritabilite, erişkinlerle iletişime geçme konusunda ilgisizlik ve kayıtsızlık gözlenebilir.

Bebeklerde altı ve 12. aylar arasında duygu epizodları (örneğin, öfke nöbetleri) yoğunluk ve süre bakımından artar; duygu yoğunluğunun ve süresinin düzenlenememesi biçimindeki kendini düzenleyememe atakları ve duygudurum değişiklikleri bu dönemde görülür. Dale ve Baumeister'e göre (2000) bu gibi olumsuz duygulanımlar ebeveyn-çocuk ilişkisinde stres kaynağı olur ve daha sonra psikopatoloji gelişimi için risk oluşturur.

Kochanska ve ark. (2001) bazı bebeklerde, duygusal ihtiyaçlarına uygun olmayan yanıtılığın depresyon, organik olmayan büyüme gerilikleri, ruminasyon bozuklukları ve reaktif bağlanma bozuklukları gibi ciddi ruhsal sorunlara sebep olabildiğini; bu gibi durumlarda bebeğin duygusal deneyiminin azaldığını göstermişlerdir. Yazarlar buradan hareketle erken çocukluk çağındaki duygu düzenlenmesiyle ilgili aksaklıkların bebekte duygu düzenleme sorunlarına yol açabileceğini ve bunun sebebinin çocuk veya anne olabileceğini tartışmışlardır.

Çocuklarda öfke nöbetleri, ağlama krizleri gibi olumsuz duygudurum atakları yaklaşık olarak üç – dört yaştan sonra azalmaya başlar. Bronson'a göre (2000) güvensiz bağlanan bebeklerin duygu düzenlemeleri farklı olabilmektedir; örneğin, güvensiz bağlanan üç – yedi yaş çocukların ilişkilerinde öfkeli, kızgın, üzgün, korkulu veya aşırı düzeyde neşeli olabildiği görülmektedir. Yazara göre klinik açıdan en önemli bileşen, istismarcı veya alkolik ebeveynlerin varlığı gibi işlevsel olmayan bir çevrenin varlığıdır.

Bronson'a göre (2000) kişilerarası öfkeye maruz kalma, ebeveynler arasında anlaşmazlık, bir ebeveynin psikopatolojisinin olması ve istismarcı ebeveyne sahip olmak gibi durumlar hızlı bir şekilde bebeğin gelişmekte olan duygu düzenleme örüntüsünü etkileyip çarpıtabilir. Bronson (2000), çocuğun ebeveyninin kendisini sakinleştirmesi ve ne istediğini okumasını zorlaştıran özelliklerinin bebeğin ebeveyninden duygu düzenleme stratejilerini öğrenmesini güçleştirdiğini savunur.

Çocukluk çağı boyunca duyguların düzenlenmesi giderek kişiye özgü üslup kazanmaya başlar. Bu dönemde gelişen en önemli özellikler duyguların söze dökülmesi, kavramsallaştırılması ve yansıtılmasının daha soyut bir şekilde yapılabilmesidir; duyguları ifade etme buna bir örnek olabilir (Simonds ve ark, 2007).

Bu dönemdeki bilişsel gelişim, çocuğun duygusal düzenleme yeteneğini davranışlarına, düşüncelerine ve duygularına yansıtabilmesine olanak sağlar; çocuklar daha bilinçli farkındalık düzeyine sahip oldukları için içsel yaşantıları ile ilgili akıl yürütebilirler (Posner ve Rothbart, 2000).

Orta çocukluk duygulara dair problemlerin ortaya çıkabileceği, sosyal etkilerin fazla görülebileceği, karşısındakiyle kendisi arasında ortaya çıkan duygusal döngüyü içselleştirdikleri bir dönemdir. Çocuğun sosyal dünyasında düzenlemeye yardımcı olacak uygun alternatif kaynaklar olmazsa, çocuğun kendini düzenleme kapasiteni aşan durumlar duyguları düzenleyememenin sabit hale gelmesine sebep olur (Posner ve Rothbart, 2000).

1.3. Ebeveyn Kontrolü, Öz Düzenleme ve Duygusal Sorunlar

Ebeveyn kontrolü, özellikle psikolojik kontrol, alanyazında çocukların sağlıklı öz düzenleme gelişimlerini engelleyen bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Grolnick, Ryan, and Deci'ye göre (1997), aşırı kontrol edici ebeveynler çocuklarına çok sayıda strateji vererek çocuğun kendisi için en uygun seçimi yapmasını güçleştirirler. Çünkü bu çok sayıda bilgi ve strateji arasından çocuk kendisi için en uygun olanı seçmekte zorlanır. Aynı zamanda aşırı kontrol edici bu ebeveynler, çocuklarına çok basit ya da çok karmaşık olan ve genellikle yaşlarına uygun olmayan stratejiler verme eğiliminde olurlar. Yazarlar, psikolojik olarak kontrol edici ebeveynlerle kıyaslandığında çocuklarına daha açık ve net kurallar koyan, çocuğun okul başarısını takip eden ebeveynlerin çocuklarının kendilerini daha iyi düzenleyebildiğini ve sosyal yaşamdaki ve okuldaki başarılarının daha iyi düzeyde olduğunu göstermiştir.

Blair ve ark. (2008) duyarlı, çocuğun duygusal tepkilerine ve ipuçlarına yanıt veren ebeveynliğin, duygusal uyarıma daha düşük kortizol yanıtı ve daha fazla düzenleyici davranış ile bağlantılı olduğunu bulmuşlardır. Annenin yanıtlılığına veya duyarlılığına benzer şekilde, sıcaklık ve destek içeren anne-çocuk etkileşimlerinin de duygu düzenleme becerilerini geliştirdiği düşünülmektedir (Eisenberg ve ark., 2009).

Çocuğa yönelik genel ebeveynlik tutumlarını ve davranışları yansıtan ebeveynlik tarzı da çocuğun duygu düzenlemesi ile ilişkili görünmektedir. Eisenberg ve ark.'nın (2009) yaptığı kapsamlı araştırmada otoriter, negatif ve cezalandırıcı ebeveynliğin çabaya dayalı kontrolün düşük olması ile ilişki olduğu; otoriter ebeveynliğin (yüksek katı kontrol ve

düşük sıcaklık), Çinli çocukların çabaya dayalı kontrolleri ve baş etmelerindeki etkililik ile negatif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir.

Çocuklar saldırganlık içeren stratejileri ebeveyn-çocuk ilişkisinden öğrenip davranışlarına uyarlayabilirler. Bu bakımdan Barber (1996), ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol stratejilerinin çocukların ilişkilerinde gösterdikleri saldırganlık ile ilişkili olduğunu varsayar. Yazar, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrolü, ebeveyn-çocuk arasındaki bağı kullanarak çocuğun istismar edilmesini; duygu yüklü ifadelerin ve eleştirinin kullanılmasını; aşırı kontrol uygulanması yoluyla, çocukların psikolojik dünyalarının içine giren zarar verici ebeveynlik davranışları olarak değerlendirir.

Kavramsal olarak bakıldığında psikolojik kontrol, ilişkilerde uygulanan saldırgan eylemler ile birarada görülmektedir. Örneğin, çocukları beklentilerini karşılamadığı takdirde onları sevmeyi bırakacağı mesajını ileten anne-baba davranışları, çocukların, bir isteğine uymadığı takdirde arkadaşı ile arkadaşlığını bitireceğini söylemesine benzemektedir (Kuppens ve ark., 2009).

Ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını yönlendirmek için gösterdiği çabaların çocukların uyum davranışları üzerinde etkili olması beklenir. Çok sayıda araştırma bu varsayımı desteklemektedir. Örneğin Finkenauer ve ark. (2005) başarısızlıklar karşısında çocuğu yüreklendirme şeklindeki ebeveyn desteğinin, kesin kurallar koyma şeklindeki tutarlı kontrolün, çocukların etkinliklerini izlemenin (örn., ne yapıyor olduğuna bakmak-takip etmek) ve çocukların nerelerde olduğu ve neler yaptığı ile ilgili bilgi sahibi olmanın tutarlı şekilde ergenlerin sorun davranışları ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Yazarlar, özellikle, ebeveynlik davranışlarının bu bileşiminin ergenlikteki ana sorunları azaltmada gerekli olduğunu düşünmektedirler. Bu ana sorunlar suçluluk ve saldırganlıktır ama aynı zamanda depresyon ve düşük öz saygıyı da azalttığını bildirirler.

Ebeveynler çocuklarının, erişkinlikte başarılı bir psikososyal uyum için gerekli olan karakterlerinin bazı yönlerinin gelişimini de beslerler. Bu bakış açısından, Finkenauer ve ark. (2005) yaptıkları çalışmada, uygun ebeveynliğin çocukların depresif veya suçlu bireyler haline gelmelerini önlemenin yanı sıra kendilerini yönlendirme kapasitesi geliştirmelerine ve psikososyal sorunlar yaşamamalarına da yardımcı olduğunu bulmuşlardır.

Eisenberg ve ark.'na göre (2010) çocuklar belirli ebeveynlik tepkilerini ortaya çıkarabilirler ve ebeveynlik ile çocukların kendilerini düzenlemeleri arasındaki etki süreci çift yönlüdür. Buna göre kendilerini düzenleyemeyen çocuklar kendilerini düzenleyebilenlerle karşılaştırıldıklarında, daha fazla yaşıtlarına ve erişkinlere yönelik saldırganlık gösterir, düşük kalitede sosyal ilişki yaşarlar. Kuppens ve ark. (2009) yaptıkları çalışmada kız çocuklarında akranların oylamaları ile ölçülen ilişkiyel saldırganlığın anne ve babalardaki psikolojik kontrol ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulmuştur.

Ebeveyn psikolojik kontrolü ile çocukluk çağında görülen ilişkiyel saldırganlık arasındaki ilişki çift yönlü olarak yorumlanmaktadır. Kuppens ve ark. (2009) bu iki yönlü ilişkiye dair bir açıklama getirmişlerdir. Buna göre, çocuklar ebeveyn-çocuk ilişkisi içinde öğrendikleri öğretileri kendi akran ilişkilerine taşırlar. Bu tür davranışlar ebeveynlerin psikolojik kontrol stratejilerini etkiliyor olabilir. Ebeveynler aslında çocuklarının ilişkilerindeki saldırgan davranışlarına (yani bu davranışları bizzat gözlemleyerek veya çocuk okuldaki akran ilişkileri ile ilgili evde konuşurken) eleştirerek, duygularını önemsizleştirerek, ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiyi kullanarak karşılık veriyor olabilir. Eğer diğer ebeveynlik stratejileri etkili olmuyorsa ilişki içinde saldırganca eylemlerde bulunarak çocuklarını durdurmaya çalışıyor, bunun için böylesine zarar verici yollar kullanıyor olabilirler. Yani ebeveynler bu tür davranışlarda bulunarak çocuklarının problem davranışlarını azaltacaklarına inanıyor olabilirler.

Nofziger (2008), Ulusal Boylamsal Gençlik Anketi'nden elde edilen verileri kullanarak yaptığı çalışmasında, öz düzenleme düzeyi düşük olan annelerin çocuklarının öz düzenlemelerinin düşük olduğunu bulmuştur. Bu ilişkiden sorumlu olan mekanizmanın anlaşılmaya başlanması için birçok ebeveyn davranışı araştırılmıştır. Buna göre, annelerin öz düzenlemeleri çocuklarını nasıl yönlendirdikleri üzerinde etki göstermesi kadar kullandıkları ceza seçimini de etkilemektedir. Nofziger (2008), daha yüksek düzeyde denetleme ve çok sayıda ceza seçiminin çocukta öz düzenlemenin gelişimini etkilediğini bildirir.

Ebeveynler için çocuklarına özellikle düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını düzenlemeyi öğretmek öz düzenlemeyi yavaş yavaş işlemek önemli görevlerden biridir. Uygun bir ebeveynlik (yüksek ebeveyn kabulü, tutarlı şekilde kontrol ve izleme,

manupulatif psikolojik kontrolün en az düzeyde kullanımı), öz düzenlemenin öğretilmesinin ve öğrenilmesinin cesaretlendirildiği bir çevrenin yaratılmasını sağlar. Özellikle, sevgisini gösteren ve destekleyici olan, onayını ifade eden ve sıkı kurallar koyan ebeveynler çocukların etkin bir biçimde kurallara uymayı ve hazzı ertelemeyi öğrendikleri koşullar sunarlar. Bu tür bir ebeveynlik sadece çocukların temel ihtiyaçlarının gidermekle kalmaz, aynı zamanda öz düzenleme kapasitelerini arttırmak ve deneyim kazanmak için koruyucu ortam sağlar. Eğer ebeveynler bu konuda başarılı olurlarsa tecrübesiz olan çocuğun sorunlu davranış geliştirme ihtimali de düşük olacaktır (Finkenauer ve ark., 2005).

Gottfredson and Hirschi (1990), suçun zayıf öz kontrolün sonucu olduğunu ve beraberinde normalden sapmayı getirdiğini savunmaktadır. Onlara göre öz kontrolü zayıf olan insanlar dürtüsellik göstermektedirler ve risk almaya eğilimli, engellenmeye toleransı düşük, bilişsel çözümlerden çok fiziksel çözümlere başvuran, ben merkezli kişiler olmaktadır; dolayısıyla normalden sapanın mümkün olduğu bir anda kendilerini daha az kısıtlayabilmektedirler.

Gottfredson ve Hirschi'ye göre (1990), çocukların öz kontrole sahip olabilmeleri için sosyalleşmeleri gerekir. Uygun eğitim, disiplin ve yetiştirme koşullarının olmadığı durumda düşük öz kontrol ortaya çıktığını belirtirler. Bu teorisyenlere göre, bir çocuğun öz kontrol geliştirebilmesi için çocuğa duygusal yakınlığı veya çocukla ilgili yatırımı olan birinin çocuğun davranışlarını izlemesi ve denetlemesi, ortaya çıktığında çocuğun anormal davranışlarını fark etmesi, tutarlı ve uygun bir biçimde bu tür davranışlara izin vermemesi gerekir.

Psikolojik kontrol uygulayan ebeveynler çocuklarının bağımsız düzenleme stratejilerinin gelişmesine zarar veren psikolojik müdahalelerde bulunurlar. Bu müdahaleler, çocukların özerk düzenleme deneyimleri yaşamalarını engellediği gibi öz düzenlemenin ne zaman gerekli olduğunu öğrenme şanslarını da ellerinden alır. Moilanen (2005) bu durumu örneklemek amacıyla, işten sıkıntılı ayrılmış bir ebeveyn ve okulda sıkıcı bir gün geçirmiş çocuğun arabadaki etkileşimini bir vaka çalışması olarak incelemiştir. Bu vakada ebeveyn çocuğuna “ eve gidene kadar yerinde oturmazsan seni artık sevmeyeceğim” der. Burada ebeveyn çocuğun sıkıcı bir okul gününden sonra duyduğu ihtiyaçları göz ardı ederek çocuktan kendisinin ihtiyaçları doğrultusunda davranmasını bekler. Moilanen (2005) çocuğun bu durumda üç önemli dersi çıkarma

şansını kaybettiğini düşünür: Bunlardan ilki, çocuğun davranışını gönüllü olarak sonlandırma şansını kaybetmesidir. İkincisi, çocuğun sonlandırılması gereken davranışları nasıl tanıyacağını öğrenmesi engellenmiş olur. Son olarak, çocuk içinde olduğu durumda uygun davranışın ne olduğuna dair sosyal sinyalleri tanımayı da öğrenemeyecektir. Bu örnekle tutarlı olarak Barber and Harmon (2002) tutarsız ve müdahaleci olan kontrolün, zayıf sosyal ve duygusal yeterlilik ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Davranışsal kontrolün de çocuk ve ergenlerde öz düzenlenmenin gelişimi ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Ergenler her ne kadar yoğun şekilde yaşatlarının etkisi altında olsa ve abartılı şekilde kendilerini özerk hissetmeye önem verseler de ebeveynlik davranışlarının ergenlik boyunca öz düzenleme için önemli olduğu bulunmuştur (Maccoby ve Martin, 1983). Çocuklar ebeveynlerinin yönergelerini içselleştirerek veya dışarıdan davranışsal kontrolün empoze edilmesi aracılığıyla kendi davranışlarını nasıl kontrol edeceklerini öğrenirler. Çocuklar bu ebeveynlerden gelen sosyal normları içselleştirerek davranışsal kontrolü öğrenirler (Moilanen, 2005). Bu nedenle, çocukların veya ergenlerin öz düzenlemesi ebeveynlerin beklentileri ve sınırları tarafından yönlendirilir.

Dışsallaştırma sorunları, madde kullanımı veya suç davranışı gibi yetersiz kontrolün olduğu sorunlardır (Moilanen, 2005). Ergenlik yıllarında bu dışsallaştırma sorunlarında artma eğilimi görülür (Kim, Hetherington, & Reiss, 1999). Öz düzenleme yetisi ergenlerde dışsallaştırma sorunları ilişkili bulunur. Öz düzenlemenin yetersiz olması ile dışsallaştırma sorunlarının fazlalığı arasında ilişki vardır (Tangney ve ar., 2004). Finkenauer ve ark. (2005) saldırganlık, öfke düşmanlık ile yetersiz öz düzenleme arasında ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Psikolojik kontrolün fazla olması ile dışsallaştırma sorunları arasında da ilişki olduğu bulunmuştur (Barber ve Harmon, 2002; Barber, 1996). Ancak psikolojik kontrol ile dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişki karmaşıktır; araştırmalardan elde edilen bulgular tutarlı değildir. Örneğin, Bean, Barber, and Crane (2006) ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol ile dışsallaştırma sorunları arasında Afrikalı Amerikalı gençlerde bir ilişki bulamamıştır. Bu durum, psikolojik kontrolün uygulanışı ile ilgili kültürler arasında farklar olabileceğini akla getirmektedir.

Dışsallaştırma sorunları gibi içselleştirme sorunları da yaşamın ikinci on yılında daha sık hale gelmeye başlar (Goodman, 1997). İçselleştirme sorunları da çocuk ve

ergenlerde öz düzenleme becerisi ile ilişkili olarak bulunur (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004; Finkenauer, Engels, & Baumeister, 2005). Dışsallaştırma sorunları ile karşılaştırıldığında içselleştirme sorunlarını kapsayan davranışlar daha az sıklıkta çalışılmıştır. Genellikle, içselleştirme sorunlarından biri olan depresyonda “yetersiz düzenleme” kavramı kullanılır. Bir çalışmada depresyonda olan kişiler olmayanlara göre daha düşük düzeyde öz düzenlemeleri olduğunu bildirmişlerdir (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004). Benzer şekilde, depresyonda olan çocuklar, dikkatin düzenlenmesi ile ilgili bir görevde depresyonda olmayan çocuklara göre daha kötü performans göstermişlerdir (Lengua, 2002).

Genel olarak ergenlik döneminde, duygusal sorunlar başta olmak üzere içselleştirme sorunları ile ebeveyn psikolojik kontrolü arasında anlamlı ilişki bulunur (Barber, 1996).

1.4. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amaçlarından biri, ergenlik döneminin başındaki çocuklara ebeveynleri tarafından uygulanan kontrol biçimleri ile bu çocukların öz düzenleme becerileri arasında bir ilişki olup olmadığının anlaşılmasıdır. Çalışmada Güçler ve Güçlükler Anketi kullanılarak çocukların aşırı hareketlilik, fazla duygusallık, akran ilişkileri, davranım sorunları gibi alanlarda ne düzeyde güçlük yaşadığı bir toplam puan olarak tespit edilmiştir. Çalışmanın önemli bir hedefi de, ebeveynler tarafından uygulanan psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile çocukların öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin elde edilen toplam güçlük puanına aracılık edip etmediğinin belirlenmesidir. Aynı zamanda, çocuklarda varolan öz düzenleme kapasitesinin ve ebeveyn kontrol biçimlerinin çocukların duygusal sorunlarını ne düzeyde yordadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu yordamaların yapılmasında, anneden, babadan ve çocuktan ayrı ayrı öz bildirim ölçeklerinin verilmesi ve böylece üç ayrı kaynağın aynı hedefi değerlendirmesi yoluyla elde edilen bulgular arasındaki tutarlılığın gözden geçirilmesi hedeflenmiştir.

1.5. Araştırmanın Önemi

Ebeveynlik tarzı üzerine yapılan çalışmalar, erken dönemden itibaren anne-babadan algılanan kontrol davranışlarının ve ebeveynlerle ilişki biçiminin çocuğun kendisini düzenleyebilme becerisini etkilediğini; hem içselleştirilen hem de dışsallaştırılan

sorunların ortaya çıkışına katkıda bulunduğunu göstermektedir. Öte yandan ergenlik döneminin uygun anne-baba rehberliğine en fazla ihtiyaç duyulan, dolayısıyla uygun kontrolün gösterilmesi gereken bir dönem olduğu da bilinmektedir. Bu bilgilerden hareketle, ebeveynlerden algılanan kontrol düzeyinin ve şeklinin ergenlerin kendilerini düzenlemelerine ve duygusal sorunlarına ne yönde etkide bulunduğunun anlaşılması önemlidir. Ancak bu alanda ülkemizde oldukça az sayıda çalışma yapılmıştır; mevcut çalışmanın ülkemiz alan yazınına önemli bir katkıda bulunacağı düşünülmüştür.

1.6. Araştırma Hipotezleri ve Beklentiler

Yapılacak olan bu çalışmada görgül verilerce desteklenen görüşler temel alınarak hipotezler oluşturulmuştur.

1) Ebeveyn psikolojik kontrol boyutları olan suçluluk yükleme ve sevginin esirgenmesi ile (Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği ile ölçülmüştür) ergenlerin yaşadığı duygusal güçlükler (Güçler ve Güçlükler Anketi ile ölçülmüştür) arasındaki ilişkide ergenlerin öz düzenleme becerileri (Öz Düzenleme Ölçeği ile ölçülmüştür) aracı (mediating) rol üstlenecektir;

2) Ebeveyn davranışsal kontrol boyutları olan izleme ve haberdarlık (Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği ile ölçülmüştür) ile ergenlerin yaşadığı duygusal güçlükler (Güçler ve Güçlükler Anketi ile ölçülmüştür) arasındaki ilişkide ergenlerin öz düzenleme becerileri aracı (mediating) rol üstlenecektir;

3) Erken ergenlik dönemindeki çocukların yaşadığı duygusal güçlüklerin açıklanmasına, anne – baba tarafından uygulanan kontrol biçimlerinin ve çocukların sahip olduğu öz düzenlemede başarılı olup olmasını yordayacağı beklenmektedir.

1. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın evren ve örneklemini, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenen yol ve verilerin analizinde uygulanan istatistiksel teknikler üzerinde durulmuştur.

2.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemini

Çalışmanın örneklemini, Aydın merkezde bulunan üç ilköğretim okulunun 6., 7., 8. sınıflarında okuyan, 221 öğrenci ve bu öğrencilerin anne babaları oluşturmaktadır. Örneklemini oluşturan katılımcılar gönüllülük esasına göre çalışmaya katılmışlardır.

Örneklemin evreni temsil etebilmesi için okulların seçilmesinde düşük, orta ve yüksek gelir düzeyine sahip öğrencilerin devam ettiği okulların belirlenmesi önemsenmiştir. Bu amaçla Aydın ilinin merkezi gözlemler doğrultusunda üç bölgeye ayrılmış, bu bölgelerin üç gelir grubunu temsil ettiği öngörülmüştür. Bu üç bölgedeki hangi okullarda çalışılacağını belirleyen ise uygulamaya izin vermeleri ve işbirliğini kabul edip rehber öğretmenleri aracılığıyla uygulamayı kolaylaştırmaları olmuştur. Belirlenen okullarda hangi sınıflarda uygulama yapılacağına karar verilmesi için rasgele sayılar tablosu kullanılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlere ait demografik özellikler Çizelge 2.1.'de verilmiştir.

Çizelge. 2.1. Çalışmaya katılan ergenlerin demografik özelliklerinin dağılımı

	Sayı	(%)
Cinsiyet		
Kız	123	56
Erkek	98	44
Yaş		
12	78	35
13	68	31
14	70	32
15	4	2
Okuduğu Sınıf		
6. Sınıf	87	39
7. Sınıf	74	34
8. Sınıf	60	27
Gelir Düzeyi		
Yüksek Gelir	43	20
Orta Gelir	125	56
Düşük Gelir	53	24
Toplam	221	100)

Örneklemin geri kalan kısmını, okullarına gidilerek araştırmaya alınmış ergenler aracılığıyla evlerine gönderilen formları doldurmuş olan anne ve babalar oluşturmaktadır. Anne ve babalara ait demografik özellikler Çizelge 2.2.'de verilmiştir.

Çizelge 2.2. Araştırmaya katılan anne - babaların demografik özelliklerinin dağılımı

	Sayı	(%)		Sayı	(%)
Anne Yakınlık			Baba Yakınlık		
Öz	218	99	Öz	202	99
Üvey	2	1	Üvey	3	1
Anne Eğitim			Baba Eğitim		
Okur – Yazar değil	6	3	Okur – Yazar değil	3	1
İlkokul	76	34	İlkokul	57	26
Ortaokul	28	13	Ortaokul	26	12
Lise	68	31	Lise	50	23
Üniversite	40	18	Üniversite	66	30
Yüksek +	2	1	Yüksek +	3	1
Anne İş			Baba İş		
Çalışmıyor	140	63	Çalışmıyor	14	6
Çalışıyor	79	36	Çalışıyor	180	81
Emekli	1	1	Emekli	11	5
Aile Yapısı			Gelir Düzeyi		
Anne – Baba birlikte	189	86	0 – 1000	85	39
Anne – baba boşanmış	11	5	1100 – 2000	69	31
Çocuk anne ile	15	7	2100 – 3000	35	16
Çocuk baba ile	2	1	3100 – 4000	21	10
Diğer	3	1	4100 +	10	5
Toplam	221	100		221	100

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmaya katılan ergenlere demografik bilgi formu, Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği, Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği, Öz Düzenleme Ölçeği ile Güçler ve Güçlükler Anketi uygulanmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından ergenlere ve onların ebeveynlerine yönelik iki tür bilgi formu oluşturulmuştur. Ergenler için oluşturulmuş bilgi formunda hangi okulda ve kaçınıcı sınıfta okuduğu, cinsiyeti, doğum tarihi, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, anne ve babanın eğitim durumu alanlarında bilgi almaya yönelik sorular sorulmuştur. Anne ve babalara yönelik hazırlanmış ebeveyn bilgi formunda ise ebeveynin yakınlık düzeyi, yaşı, eğitim düzeyi, iş ve meslek durumu, aile yapısı, gelir durumu, çocuk sayısı ve işletmele

yaptığı çocuğunun bir hastalığının olup olmadığı gibi alanlarda bilgiler alınması amaçlanmıştır.

2.2.2. Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği

Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği (EPKÖ) Harma (2008) tarafından derlenen, ebeveynlerin çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol düzeyini ölçen, ergen ve ebeveyn formu olmak üzere iki formu bulunan, 32 maddelik bir ölçektir. Ölçek maddeleri 1'den (hiçbir zaman) 4'e (her zaman) doğru giden dördümlük likert tipindedir. Ölçeğin "suçluluk yükleme" (EPKÖ-SY) ve "sevginin esirgenmesi" (EPKÖ-SE) olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. İlk boyut olan suçluluk yükleme boyutu 11 madde içerir. İkinci boyut olan sevginin esirgenmesi 14 madde içerir ve bu boyutlarda alınan puanlar arttıkça ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol düzeyinin bu boyutlarda arttığı anlaşılır. Ölçekten alınan puanlar iki boyut için ayrı ayrı hesaplanır; (EPKÖ-SY) için 11 – 44 arasında; (EPKÖ-SE) için 14 – 56 puan arasında değişir. Ergen formunda ergenlerin ebeveynlerinden hangi düzeyde psikolojik olarak kontrol edici davranış algıladıkları ölçülürken; ebeveynler için oluşturulmuş formda sorulan soruların öznesi ebeveynin kendisini değerlendirmesini sağlayacak şekilde değiştirilmiştir.

Harma (2008) tarafından derlenmiş olan ölçeğin 18 maddesi Barber (1996) tarafından oluşturulmuş Psychological Control Scale-Youth Self-Report (PCS-YSR)'dan alınmıştır. Geri kalan 16 maddesi ise Olsen ve ark. (2002)'nin oluşturulduğu, sevginin esirgenmesi, suçluluk yükleme, değişken duygusal davranışlar gibi psikolojik kontrolün farklı bileşenlerini içeren ölçekten alınmıştır. Harma'nın (2008) yaptığı açıklayıcı faktör analizi sonucunda, psikolojik kontrolün iki boyutu olan sevginin esirgenmesi ve suçluluk yükleme boyutlarını temsil eden iki ayrı faktör bulunmuş ve toplam varyansın % 40.16'sını açıklamıştır (baba formlarında % 36.86; anneler tarafından bildirilen formlarda % 33.94). İlk boyut olan suçluluk yükleme boyutu varyansın % 33.54'ünü açıklamıştır (baba formları için % 30.67; anne tarafından bildirilen formlar için % 24.39). Ölçeklerin Cronbach alfa içtutarlılık katsayıları anneler için 0,87, babalar için 0,85, anneler tarafından bildirilen formlarda ise 0,78 olarak bulunmuştur ($\alpha_{anne}=.87$; $\alpha_{baba}=.85$; $\alpha_{anne\ bildirimi}=.78$). İkinci faktör olan sevginin esirgenmesi varyansın % 6.63'ünü açıklamıştır (baba formları için % 6.19, anneler tarafından bildirilenler için % 9.55). Ölçeklerin içtutarlılık katsayıları yeterli düzeydedir ($\alpha_{anne}=.86$; $\alpha_{baba}=.85$; $\alpha_{anne\ bildirimi}=.78$).

2.2.3. Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği

Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği (EDKÖ), Harma (2008) tarafından derlenen, ebeveynin çocuğunun davranış veya eylemlerini ne düzeyde izlediklerini ölçmeyi amaçlayan, ergen ve ebeveyn formu olmak üzere iki formu bulunan, 20 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin “haberdarlık” (EDKÖ-H) ve “izleme” (EDKÖ-İ) olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. Birinci boyut 9 madde içerirken ikinci boyutta 11 madde yer alır. Ölçek maddeleri 1’den (hiçbir zaman) 4’e (her zaman) doğru giden dördümlük likert tipindedir. Ölçekten alınan puanlar iki boyut için ayrı ayrı hesaplanır; (EDKÖ-H) için 9 – 36 puan; (EDKÖ-İ) için 11 – 44 puan arasında değişir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça ebeveyn tarafından uygulanan davranışsal kontrol düzeyinin bu boyutlarda arttığı anlaşılır. Ergen formunda ergenlerin ebeveynlerinden hangi düzeyde davranışsal olarak kontrol edici davranış algıladıkları ölçülürken; ebeveynler için oluşturulmuş formda sorulan soruların öznesi ebeveynin kendisini değerlendirmesini sağlayacak şekilde değiştirilmiştir.

Harma (2008) tarafından uyarlanmış olan ölçeğin 16 maddesi Kerr ve Stattin’in (2000) ebeveynlerin çocuklarıyla ilgili bilgi düzeylerini ve izlemelerini ölçen ölçeklerinden alınmıştır. Ölçeğin orijinalinde yer alan sekiz madde bu yaştaki örneklem grubu için uygun olmadığından ölçekten çıkarılmıştır (gece dışarıda vakit geçirmek vb. konularla ilgili olan maddeler). Bunun yerine davranışsal kontrol ile kültürel olarak bağlantı kurabilecek dört yeni madde eklenmiştir (Annen ya da baban öğretmenlerinle derslerinle ilgili konuşur mu vb).

Harma (2008) yaptığı bir dizi açıklayıcı faktör analizi sonucunda Kerr ve Stattin’in (2000) bulgularıyla uyumlu olarak haberdarlık ve izleme alt ölçeklerini temsil eden iki boyut bulunmuş; toplam varyansın % 50.85’i açıklanmıştır (baba formları için % 51.86; anneler tarafından bildirilen formlar için % 54.38). Haberdarlık boyutu 9 madde içermektedir ve varyansın % 42.77’sini açıklamıştır (baba formları için % 7.46; annelerin bildirimleri için % 45.05). İç tutarlılık katsayıları tatmin edici düzeydedir ($\alpha_{anne}=.88$; $\alpha_{baba}=.87$; $\alpha_{anne\ bildirimleri}=.91$). İkinci boyut olan izleme ise 11 maddeden oluşmaktadır ve varyansın % 8.08’ini açıklamaktadır (baba formları için % 44.40; anne bildirimleri için % 9.31). Bu alt ölçeğin iç tutarlılık katsayıları anneler için 0,87; babalar için 0,88; anne bildirimleri için ise 0,87’dir ($\alpha_{anne}=.87$; $\alpha_{baba}=.88$; $\alpha_{anne\ bildirimleri}=.87$).

2.2.4. Öz Düzenleme Ölçeği

Öz Düzenleme Ölçeği (ÖDÖ), Moilanen (2005) tarafından ergenlerin kendilerini düzenleme yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olup Harma (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlaması ve geçerlilik güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin 32 maddesi bulunmaktadır ve bu maddeler 1'den (hiçbir zaman) 4'e (her zaman) doğru giden dördümlü likert tipindedir. Ölçekten alınan puanlar 32 – 128 arasında değişir ve puan arttıkça ergenin kendini düzenleme konusunda başarısının arttığı anlaşılmaktadır. Ergenlerin kendilerini değerlendirdikleri formun yanı sıra ebeveynin çocuğunu değerlendirdiği bir formu bulunmaktadır.

Harma (2008), tarafından yapılan faktör analizi sonucunda, başarılı öz düzenleme ve başarısız öz düzenleme olmak üzere iki ayrı faktör elde edilmiştir. Başarılı öz düzenleme boyutunun varyansın % 19.15'ini (annelerin bildirimlerinde % 26.07'sini) açıkladığı; başarısız öz düzenlemenin ise % 10.07'sini (annelerin bildirimlerinde % 7.07'sini) açıkladığı görülmüştür. Başarılı öz düzenleme boyutunun içtutarlılık katsayısı istatistiksel olarak tatmin edici düzeyde olup, ergenler tarafından verilen yanıtlardan elde edilen içtutarlılık katsayısı 0.85; anne bildirimlerinden elde edilen içtutarlılık katsayısı 0.89 olarak hesaplanmıştır ($\alpha_{ergen}=.85$; $\alpha_{anne\ bildirim}=.89$). Başarısız öz düzenleme boyutunun içtutarlılık katsayısı istatistiksel olarak kabul edilir düzeyde olup ergenlerin bildirimlerinde 0.80 olup annelerin bildirimlerinde 0.79'dur ($\alpha_{ergen}=.80$; $\alpha_{anne\ bildirim}=.79$)

2.2.5. Güçler ve Güçlükler Anketi

Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), İngiliz psikiyatrist Robert Goodman tarafından 1997 yılında geliştirilmiş (Goodman, 1997), Güvenir ve ark.(2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak geçerlilik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bazıları olumlu, bazıları ise olumsuz davranış özelliklerini sorgulayan, üçlü likert tipi 25 soru içerir. Bu sorular hem uygun tanısal ölçütler, hem de faktör analizi sonuçlarına göre her biri beş soru içeren beş alt başlıkta toplanmıştır; Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite, Davranış Sorunları, Duygusal Sorunlar, Akran Sorunları ve Sosyal Davranışlar. Her alt başlık kendi içinde değerlendirilip her biri için ayrı puan elde edilebildiği gibi, ilk dört başlığın toplamı ile "Toplam Güçlük Puanı" da hesaplanabilmektedir. Bu anketin, 4-16 yaşlar için anne-baba

ve öğretmen formu ile 11-16 yaşlar için ergenin kendisinin doldurduğu formları yaklaşık beş dakika içinde işaretlenebilmektedir.

GGA'nın Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirliğinin saptanması amacıyla ölçek, klinik ve toplum örneklemini yansıtan 501 ebeveyn ve 514 ergene uygulanmış, ölçeğin psikometrik özellikleri, Türkçe'ye uyarlaması önce tamamlanmış olan Çocuklar için Davranış Değerlendirme Ölçeği (Child Behavior Checklist - CBCL) ve Türkçe'ye çeviri çalışması yapılmış olan 11-18 yaş grubu Gençler için Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report - YSR) ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlar GGA'nın, yüksek bir iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermiştir; toplam günlük puanına ait içtutarlılık katsayısı anne – babalardan elde edilen formlarda 0.84, ergenlerden edilen formlarda 0.73 olarak bulunmuştur ($\alpha_{anne-baba} = .84$; $\alpha_{ergen} = .74$) Ayrıca GGA ve ilişkili CBCL ve YSR alt testlerinin anlamlı düzeyde korelasyon gösterdiği saptanmıştır; CBCL'nin ilgili alt testleri ile GGA'nın toplam günlük puanı arasındaki korelasyon, anne- babalardan elde edilen formlarda 0.80, YSR ile olan korelasyon düzeyi ise 0.72 olarak bulunmuştur. Ek olarak, GGA klinik ve toplum örneklemlerini, CBCL ve YSR'ye benzer şekilde ayırıştırabilmektedir.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan ölçekler, 2011 – 2012 eğitim öğretim yılında belirlenen okulların, seçkisiz olarak belirlenmiş sınıflarında okuyan öğrencilerine ve bu öğrencilerin anne - babalarına uygulanmıştır. İlgili makamlardan gerekli izinler alındıktan sonra, ilkokullara gidilmiş, ölçekler, sorumlu öğretmenin izni ve desteğiyle derslerde dağıtılıp uygulama yapılmıştır. Veri toplama araçları uygulamaya katılan öğrenci grubuna dağıtıldıktan sonra, araştırmanın amacı ve katılımcıların vereceği yanıtlardaki samimiyetin önemi hakkında öğrenciler bilgilendirilmiştir. Ergenlerden ebeveynleri ile ilgili olan ölçeklerden, anneleri ile ilgili olanları sadece annelerinin davranışlarını düşünerek; babaları ile ilgili olanları ise sadece babalarının davranışlarını düşünerek doldurmaları istenmiştir. Tüm uygulamanın tamamlanmasının ardından çocuklara üzerlerinde anne ve baba yazan iki adet zarf verilmiş, bu zarfları anne – babalarına götürmeleri, doldurulmuş ve imzalanmış formları ise ağız kapalı şekilde öğretmenlerine teslim etmeleri istenmiştir. Ebeveynlerden, ebeveynler ile ilgili formları çocuklarına yönelik kendi davranışlarını değerlendirerek, diğer formları ise çocuklarının davranışlarını değerlendirerek

doldurmaları istenmiştir. Gönderilen zarflarda yer alan, gönüllülük formlarını imzalamış olmaları çalışmaya alınmaları için gerekli şartlardan biridir. Öğrencilere yapılan uygulama bir ders saati kadar sürmüştür.

2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmanın en önemli sınırlılığı, kullanılan öz-bildirim ölçekleri ile ölçülen verilerin güvenilirliğiyle ilgilidir. Bu durum özellikle ebeveynlerin yargılanma endişeleri veya onaylanma arzularını etkinleştirebilecek soruları içeren ebeveyn kontrol ölçekleri için söz konusudur. Araştırmanın sınırlılıklarından bir diğeri, yapılan 900 öğrenci uygulamasından 221 tanesinin anne babasından ebeveyn formu ve çocuklarının çalışmaya katılmasına izin verdiklerini gösteren onam formunun geri dönmüş olmasıdır. Ölçekleri doldurmayan, dolayısıyla çalışmaya katılmayan grubun yaratacağı etkinin yönü bilinmemektedir.

2.5. Araştırmanın Güçlükleri

Araştırmayla ilgili en büyük güçlük, okullarda ulaşılması mümkün olmuş öğrencilerin anne babalarına gönderilmiş ölçeklerin doldurulmasının kabul edilmesi ve doldurulmuş ölçeklerin geri toplanması ile ilgili olmuştur. Araştırma için ulaşılabilen yaklaşık 900 öğrencinin 221 tanesi için araştırmaya katılım izni alınabilmiş, 218 tanesinin annesi, 202 tanesinin babası formları doldurarak geri göndermiştir. Geri gönderimler çoğunlukla belirlenen tarihte olmamış, okullara tekrar tekrar gidilmesi gerekmiştir.

2.6. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler, Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı (SPSS, Statistical Package for the Social Sciences) 16.0 ile çözümlenmiş, öncelikle ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler arasındaki ilişkide, ergenlerin özdüzenleme becerilerinin aracı değişken olup olmadığını belirleyebilmek için bir dizi regresyon analizi yapılmış, değerlendirme için Baron ve Kenny (1986)'in önerdikleri model kullanılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık $p < 0,05$ veya $p < 0,01$ olarak ele alınmıştır.

Aracılık etkisi (mediation effect) iki değişkenin birbirini anlamlı düzeyde açıklaması yanında, üçüncü bir değişkenin aracı değişken olarak yer alması durumudur. Bir

değişkenin aracılık etkisi değişik şekillerde sınımlanabilmektedir. Ancak, aracı etkiden bahsedebilmek adına öncelikli olarak aşağıdaki önkoşulların sağlanması gereklidir (Baron ve Kenny 1986):

- 1) Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkisi olmalıdır.
- 2) Bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde anlamlı etkisi olmalıdır.
- 3) Bağımsız ve aracı değişkenlerin ikisinin birden bağımlı değişken üzerine etkisi, ölçüldüğünde (iki bağımsız değişken aynı anda modele dahil edildiğinde) bağımsız değişkenin etkisi azalmalıdır (kısmi aracılık-partial mediation) veya ortadan kalkmalıdır (tam aracılık-complete mediation).

Bu şartlar sağlandığında ilgili değişkenin anlamlı bir aracılık etkisi vardır denebilir. Bu etkinin anlamlılığı ise Sobel testi ile sınımlanabilmektedir. Sobel testi ile bağımsız ve aracı değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki regresyon etkilerinin standartlaştırılmamış beta ve standart hata değerlerine bağlı olarak üzere aracılık etkisinin anlam düzeyi tespit edilebilmektedir (Preacher ve Hayes 2004).

Ardından, araştırmada ele alınan bağımsız değişkenler olarak ebeveyn psikolojik kontrol boyutları olan sevginin esirgenmesi ve suçluluk yüklemenin; davranışsal kontrol boyutları olan izleme ve haberdarlığın; öz düzenleme başarısı ile anne, baba ve çocuğa ait demografik özelliklerden bazılarının (yaş, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey) erken ergenlik dönemindeki çocuklara duygusal güçlükleri yordama gücünü belirlemek amacıyla “aşamalı çoklu regresyon” (stepwise multiple regression) analiz yöntemi kullanılmıştır.

Regresyon analizi, aralarında ilişki olan ya da daha fazla değişkenden birinin bağımlı değişken, diğerlerinin bağımsız değişkenler olarak ayrımı ile aralarındaki ilişkinin bir matematiksel eşitlik ile açıklanması sürecini anlatır (Büyüköztürk, 2008).

Regresyon analizinde; bağımlı değişken bir, bağımsız değişken bir ise yönteme “basit regresyon analizi”, bağımlı değişken bir, bağımsız değişken iki ya da daha fazla ise “çoklu regresyon analizi”, bağımlı değişken iki ya da daha fazla ise “çok değişkenli regresyon analizi” denir (Büyüköztürk, 2008).

3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amaçları doğrultusunda, araştırmaya katılan ergenlerden ve bu ergenlerin anne-babalarından elde edilen ölçek toplam puanlarına uygulanan korelasyonlar ve çoklu regresyon analizi sonuçları sunulmuştur.

Öncelikli olarak ebeveyn tarafından uygulanan kontrol boyutları ile ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler arasındaki ilişkide, ergenlerin özdüzenleme becerilerinin aracılık etkisine ilişkin bulgular üzerinde durulmuştur. Daha sonra ergenlerin sahip oldukları duygusal güçlüğü yordamada etkili olan ebeveyn kontrol boyutları ve özdüzenleme becerisi aşamalı çoklu regresyon analizini sokularak yaşanan duygusal güçlükleri, bu değişkenlerin ne oranda yordadığı saptanmaya çalışılmıştır.

3.1. Araştırmada Elde Edilen Verilerin Analize Uygunluğunun İncelenmesi

Öncelikle, araştırmanın amaçları doğrultusunda uygulanan ölçeklere, ergenler ve bu ergenlerin anne – babaları tarafından verilen yanıtların ortalamasının ne düzeyde birbiri ile tutarlı olduğunun incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu doğrultuda, araştırma sonucunda elde edilen ölçek toplam puanlarına uygun görülen analizlerin yapılabilmesi için verilerin analize uygun olup olmadıkları incelenmiştir. Bu doğrultuda ilk olarak, ergenlerden, bu ergenlerin anne ve babalarından elde edilen tüm toplam puanların normal dağılım gösterip göstermediklerini değerlendirmek amacıyla normal dağılım eğrilerinden ve Kolmogorov – Smirnov analizinden yararlanılmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda Güçler ve güçlükler anket puanlarının normal dağılım göstermediği, ($D_{anne} (198)= 0,073$, $p= 0,012$; $D_{baba} (198)= 0,103$, $p= 0,000$; $D_{ergen} (198)= 0,079$, $p= 0,004$) ebeveyn kontrol boyutları puanlarının normal dağılmadığı ($D_{annehaberdarlık} (216)= 0,248$, $p= 0,000$; $D_{babahaberdarlık} (204)= 0,179$, $p= 0,000$; $D_{ergenhaberdarlık} (216)= 0,210$, $p= 0,000$) öz düzenleme puanları içinde, ergenlerden elde edilenlerin normal dağılım gösterdiği ($D_{ergen} (188)= 0,052$, $p= 0,200$) ancak anne ve babalardan elde edilenlerin normal dağılım göstermediği ($D_{anne} (188)= 0,076$, $p= 0,011$; $D_{baba} (188)= 0,095$, $p= 0,000$) görülmüştür.

3.2. Anne ve Babalara Ait Toplam Puanların Tanımlayıcı İstatistikleri

Araştırmaya katılan anne babaların, çalışmanın ana değişkenlerine verdiği yanıtlara göre ortaya çıkan tanımlayıcı istatistikleri çizelge.3.1.'de verilmiştir.

Çizelge. 3.1. Anne – babalara ait toplam puanların tanımlayıcı istatistikleri

	Anneler			Babalar		
	N	X	SS	N	X	SS
Davranışsal Kontrol						
Haberdarlık	216	45	3,9	204	43	5,3
İzleme	216	26	5	201	23	5,4
Psikolojik Kontrol						
Suçluluk Yükleme	216	30	7,4	203	30	7,7
Sevgiyi Esirgeme	215	24	6,3	204	24	6,9
Güçlükler						
Duygusal Sorunlar	218	26	2,2	204	2,4	2
Davranış Sorunları	220	1,4	1,6	204	1,3	1,4
Hiperaktivite	219	3,4	2,2	204	3,2	2,2
Akran Sorunları	219	4,1	1,5	205	4	1,4
Sosyal Davranışlar	220	8,5	1,7	205	8,5	1,6
Özdüzenleme						
Başarılı Özdüzenleme	206	87	12,8	199	87	14

3.3. Ergenlere Ait Toplam Puanların Tanımlayıcı İstatistikleri

Araştırmaya katılan ergenlerin, çalışmanın ana değişkenlerine verdiği yanıtlara göre ortaya çıkan tanımlayıcı istatistikler çizelge 3.2.'de verilmiştir.

3.4. Ergenlere Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri

Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği'nin alt boyutları olan sevginin esirgenmesi ve suçluluk yükleme; ebeveyn davranışsal kontrol ölçeğinin alt boyutları olan haberdar olma ve izleme; özdüzenleme ölçeğinden alınan puanlar; güçler ve güçlükler anketinin alt boyutları olan hiperaktivite, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları, sosyal davranışlar ve toplam güçlük puanı arasında nasıl bir ilişki olduğunu incelemek için katılımcılardan elde edilen yanıtlar “Pearson Korelasyon Analizi” uygulanarak karşılaştırılmış ve sonuçlar Çizelge. 3.3.'de verilmiştir.

Çizelge 3.2. Ergenlere ait toplam puanların tanımlayıcı istatistikleri

	Kızlar			Erkekler		
	N	X	SS	N	X	SS
Davranışsal Kontrol						
Haberdarlık Anne Top.	123	46	3,4	98	41	4,7
Haberdarlık Baba Top.	123	41	7	98	40	8
İzleme Anne Top.	123	27	4,3	98	26	5,3
İzleme Baba Top.	123	23	5,8	98	22	6
Psikolojik Kontrol						
Suçluluk Yükleme Anne Top.	123	21	5,9		23	7,2
Suçluluk Yükleme Baba Top.	123	21	4,7	9898	24	8,3
Sevgi Esirgeme Anne Top.	123	26	7,3	98	28	9,1
Sevgi Esirgeme Baba Top.	123	26	6,3	98	30	9,23
Özdüzenleme						
Basarılı Öz Düzenleme Top.	123	88	12	98	88	13
Güçlükler						
Duygusal Sorunlar	123	3,1	2	98	2,4	1,9
Davranış Sorunları	123	1,6	1,2	98	1,7	1,5
Hiperaktivite	123	3,3	1,8	98	3,7	2
Akran Sorunları	123	2,2	1,4	98	2,7	1,8
Sosyal Davranışlar	123	9	1,1	98	8,2	1,7

Çizelge 3.3. Ergenlerin yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan güçlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar

			DAVRANIŞSAL KONTROL				PSİKOLOJİK KONTROL			
	BÖDÖ	GTop	HA	HB	İA	İB	SYA	SYB	SEA	SEB
BÖDÖ										
Gtop	- * .481 *									
HA	* .250 *	** -257								
HB	* .258 *	** -224	** .550							
İA	* .261 *	* -137	** .695	** .452						
İB	* .264 *	* -162	** .451	** .724	** .560					
SYA	- * .304 *	** .307	** -306	** -254	** -315	** -267				
SYB	- * .211 *	** .285	** -209		* -141		** .691			
SEA	- * .262 *	** .239	** -248	** -235	** -298	- ** .273	** .821	** .589		
SEB	- * .230 *	** .261	* -137				** .647	** .816	** .661	

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Yapılan korelasyon analizinde, ergenlerin öz bildirimlerine dayalı olan başarılı öz düzenleme puanları ile yaşadıkları güçlüklerin toplam puanı arasında anlamlı ve ters yönlü bir ilişki bulunmuştur ($r = -.481, p < 0.01$). Buna göre, ergenlerin öz düzenlemedeki başarıları azaldıkça yaşadıkları güçlüklerin arttığı söylenebilir.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, hem annelerin hem de babaların haberdarlık puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r_{anne} = .250, p < 0.01$; $r_{baba} = .258, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmüştür. Benzer şekilde, hem annelerin hem de babaların izleme puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r_{anne} = .261, p < 0.01$; $r_{baba} = .264, p < 0.01$) bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durumda anne ve babaların çocuklarına uyguladıkları davranışsal kontrol arttıkça, ergenlerin öz düzenleme becerilerinin de arttığı söylenebilir.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn psikolojik kontrol boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, hem annelerin hem de babaların suçluluk yükleme puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r_{anne} = -.304, p < 0.01$; $r_{baba} = -.211, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmüştür. Benzer şekilde, hem annelerin hem de babaların sevginin esirgenmesi puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r_{anne} = -.262, p < 0.01$; $r_{baba} = -.230, p < 0.01$) bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durumda anne ve babaların çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol arttıkça, bu durumun ergenlerin öz düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisi ele alındığında, annelerin haberdarlık boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan izleme boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .695, p < 0.01$); babaların haberdarlık boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan izleme boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .724, p < 0.01$) görülmektedir.

Ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisi incelendiğinde, annelerin suçluluk yükleme boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan sevginin esirgenmesi boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .821, p < 0.01$),

babaların suçluluk yüklemeye boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan sevginin esirgenmesi boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .816, p < 0.01$) görülmektedir.

Ebeveyn davranışsal kontrolünün alt boyutlarının psikolojik kontrolün boyutları ile olan ilişkisi incelendiğinde, annelerin haberdarlıkları ile suçluluk yüklemeye puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.306, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.248, p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir. Annelerin izleme davranışları ile suçluluk yüklemeye davranışları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.315, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.298, p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir. Babaların ölçümlerinde ise davranışsal kontrol boyutları ile psikolojik kontrol boyutları arasında ters yönlü bir ilişki görünmesine rağmen bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Ebeveyn kontrol boyutları ile ergenlerin yaşadığı duygusal sorunlar arasındaki ilişki incelendiğinde, toplam güçlük puanı ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarından haberdarlık boyutu arasında anlamlı ve negatif yönde ($r_{anne} = -.257, p < 0.01$; $r_{baba} = -.224, p < 0.01$); izleme ile anlamlı ve negatif yönde ($r_{anne} = -.137, p < 0.01$; $r_{baba} = -.162, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Öte yandan psikolojik kontrol boyutları ile olan ilişkiye bakıldığında, toplam güçlük puanı ile suçluluk yüklemeye arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r_{anne} = .307, p < 0.01$; $r_{baba} = .285, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve pozitif yönde ($r_{anne} = .239, p < 0.01$; $r_{baba} = .261, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda ebeveynler tarafından uygulanan davranışsal kontrolün ergenlerin yaşadığı güçlükler üzerinde olumlu etkisinin olduğu, öte yandan ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol arttıkça ergenlerin yaşadığı güçlüklerin de arttığı söylenebilir.

3.5. Annelere Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri

Anne ve babaların çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrolü değerlendirdikleri Psikolojik Kontrol Ölçeği'nin suçluluk yüklemeye ve sevginin esirgenmesi alt boyutlarından; davranışsal kontrolü değerlendirdikleri Davranışsal Kontrol Ölçeği'nin haberdar olma ve izleme alt boyutlarından alınan puanlar ile çocuklarının öz düzenlemelerini değerlendirdikleri Öz Düzenleme Ölçeği'nden ve çocuklarının yaşadıkları duygusal

güçlükleri değerlendirdikleri Güçler ve Güçlük Anketi'nden elde edilen puanlar arasında nasıl bir ilişki olduğunun incelenmesi için katılımcılardan elde edilen yanıtlar “Pearson Korelasyon Analizi” uygulanarak karşılaştırılmış ve sonuçlar Çizelge. 3.4.'de verilmiştir.

Yapılan korelasyon analizine göre, annelerin öz bildirimlerine dayalı olan çocuklarının öz düzenleme puanları ile yaşadıkları güçlüklerin toplam puanı arasında anlamlı ve ters yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r = -.512, p < 0.01$). Buna göre, ergenlerin öz düzenlemedeki başarıları azaldıkça yaşadıkları güçlüklerin arttığı söylenebilir.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, annelerin haberdarlık puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .324, p < 0.01$) bir ilişkinin; benzer şekilde, annelerin izleme puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .314, p < 0.01$) bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Bu durumda annelerin çocuklarına uyguladıkları davranışsal kontrol arttıkça öz düzenleme becerilerinin de arttığı söylenebilir.

Çizelge 3.4. Annelerin yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan güçlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar

	BÖDÖ	DAVRANIŞSAL KONTROL		PSİKOLOJİK KONTROL		Güçlük Toplam
		Haberdarlık	İzleme	Suçluluk Yükleme	Sevginin Esirgenmesi	
BÖDÖ						
Haberdarlık	.324**					
İzleme	.314**	.645**				
Suçluluk Y.	-.171*	-.342**	-.293**			
Sevgi Esir.	-.291**	-.426**	-.273*	.683**		
Güçlük Top	-.512**	-.239**	-.205**	.284**	.323**	

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn psikolojik kontrol boyutları arasındaki ilişki ele alındığında, annelerin suçluluk yükleme puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.171, p < 0.05$) bir ilişki olduğu,

benzer şekilde, annelerin sevginin esirgenmesi puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.291, p < 0.01$) bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durumda annelerin çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol arttıkça, bu durumun ergenlerin öz düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisi incelendiğinde, annelerin haberdarlık boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan izleme boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .645, p < 0.01$) görülmektedir.

Ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisi incelendiğinde, annelerin suçluluk yükleme boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan sevginin esirgenmesi boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .683, p < 0.01$) görülmektedir.

Ebeveyn davranışsal kontrolünün alt boyutlarının psikolojik kontrolün boyutları ile olan ilişkisi incelendiğinde, annelerin haberdarlıkları ile suçluluk yükleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.342, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.426, p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir. Annelerin izleme davranışları ile suçluluk yükleme davranışları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.293, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.273, p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir.

Ebeveyn kontrol boyutları ile ergenlerin yaşadığı duygusal sorunlar arasındaki ilişki incelendiğinde, toplam güçlük puanı ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarından haberdarlık boyutu arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.239, p < 0.01$); izleme ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.205, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Psikolojik kontrol boyutları ile olan ilişkisi incelendiğinde, toplam güçlük puanı ile suçluluk yükleme arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .284, p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve pozitif yönde ($r = .223, p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda ebeveynler tarafından uygulanan davranışsal kontrolün ergenlerin yaşadığı güçlükler üzerinde olumlu etkisinin olduğu, öte yandan ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol arttıkça ergenlerin yaşadığı güçlüklerin de arttığı söylenebilir.

3.6. Babalara Ait Ana Değişkenlerin Korelasyon Analizleri

Babaların çocuklarına uyguladıkları ebeveyn psikolojik kontrolünü değerlendirdikleri psikolojik kontrol ölçeğinin sevginin esirgenmesi, suçluluk yükleme alt boyutlarından; ebeveyn davranışsal kontrolünü değerlendirdikleri davranışsal kontrol ölçeğinin haberdar olma ve izleme alt boyutlarından; çocuklarının öz düzenlemelerini değerlendirdikleri özdüzenleme ölçeğinden alınan puanlar ile çocuklarına verdikleri toplam günlük puanı arasında nasıl bir ilişki olduğuna bakmak için katılımcılardan elde edilen yanıtlar “Pearson Korelasyon Analizi” uygulanarak karşılaştırılmış ve sonuçlar çizelge. 3.5. 'de verilmiştir.

Yapılan korelasyon analizine göre, babaların öz bildirimlerine dayalı olan çocuklarının öz düzenleme puanları ile yaşadıkları güçlüklerin toplam puanı arasında anlamlı ve ters yönlü bir ilişki bulunmuştur ($r = -.506$, $p < 0.01$). Buna göre, ergenlerin öz düzenlemedeki başarıları azaldıkça yaşadıkları güçlüklerin arttığı söylenebilir.

Çizelge 3.5. Babaların yanıtlarına göre psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile yaşanan güçlük düzeyi ve öz düzenleme başarısı arasındaki korelasyonlar

	BÖDÖ	DAVRANIŞSAL KONTROL		PSİKOLOJİK KONTROL		Güçlük Toplam
		Haberdarlık	İzleme	Suçluluk Yükleme	Sevginin Esirgenmesi	
BÖDÖ						
Haberdarlık	.404**					
İzleme	.407**	.750**				
Suçluluk Y.	-.271**	-.215**	-.249**			
Sevgi Esir.	-.312**	-.319**	-.244**	.728**		
Güçlük Top	-.506**	-.303**	-.219**	.270**	.304**	

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında, babaların haberdarlık puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .404$, $p < 0.01$) bir ilişki olduğu, benzer şekilde, babaların izleme puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve

pozitif yönde ($r = .407$, $p < 0.01$) bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durumda babaların çocuklarına uyguladıkları davranışsal kontrol arttıkça öz düzenleme becerilerinin de arttığı söylenebilir.

Ergenlerin öz düzenleme becerileri ile ebeveyn psikolojik kontrol boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında, babaların suçluluk yüklemeye puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.271$, $p < 0.05$) bir ilişki olduğu, benzer şekilde, babaların sevginin esirgenmesi puanları ile ergenlerin öz düzenleme puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.312$, $p < 0.01$) bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durumda babaların çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol arttıkça, bu durumun ergenlerin öz düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisine bakıldığında, babaların haberdarlık boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan izleme boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .750$, $p < 0.01$) görülmektedir.

Ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarının birbiri ile olan ilişkisine bakıldığında, babaların suçluluk yüklemeye boyutunun aynı kontrol biçiminin diğer boyutu olan sevginin esirgenmesi boyutu ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki içinde olduğu ($r = .728$, $p < 0.01$) görülmektedir. Ebeveyn davranışsal kontrolünün alt boyutlarının psikolojik kontrolün boyutları ile olan ilişkisine bakıldığında, babaların haberdarlıkları ile suçluluk yüklemeye puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.215$, $p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.319$, $p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir. Babaların izleme davranışları ile suçluluk yüklemeye davranışları arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.249$, $p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.244$, $p < 0.01$) bir ilişki olduğu görülmektedir.

Ebeveyn kontrol boyutları ile ergenlerin yaşadığı duygusal sorunlar arasındaki ilişkiye bakıldığında, toplam güçlük puanı ile ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarından haberdarlık boyutu arasında anlamlı ve negatif yönde ($r = -.303$, $p < 0.01$); izleme ile anlamlı ve negatif yönde ($r = -.219$, $p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Psikolojik kontrol boyutları ile olan ilişkisine bakıldığında, toplam güçlük puanı ile suçluluk yüklemeye arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .270$, $p < 0.01$); sevginin esirgenmesi ile anlamlı ve pozitif yönde ($r = .304$, $p < 0.01$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda ebeveynler tarafından uygulanan davranışsal kontrolün ergenlerin yaşadığı güçlükler üzerinde olumlu

etkisi olduğu, öte yandan ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol arttıkça ergenlerin yaşadığı güçlüklerin de arttığı söylenebilir.

3.7. Ergen, Anne ve Baba Yanıtlarının Birbiri ile İlişisini Gösteren Korelasyonlar

Ergenlerin yaşadığı güçlük düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergen yanıtları ile annelerin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .359$, $p = 0.00$); ergenlerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .397$, $p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .733$, $p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler tarafından bildirilen güçlük düzeyi arttıkça çocuklarının yaşadığı güçlük düzeyine ilişkin annelerin bildirimlerinde de artış gözlemlendiği; benzer şekilde ergenler tarafından bildirilen güçlük düzeyi arttıkça çocuklarının yaşadığı güçlük düzeyine ilişkin babaların bildirimlerinde de artış gözlemlendiği söylenebilir. Aynı şekilde annelerin bildirimlerindeki artış babaların bildiriminde de artış olarak gözlenmektedir. Bu iki grup yanıt arasında oldukça yüksek düzeyde korelasyon olması dikkati çekmektedir. Güçlük puanları açısından anne, baba ve ergen yanıtlarının birbiri ile ilişkisi çizelge 3.6.'da verilmiştir.

Çizelge 3.6. Güçlük puanları açısından anne, baba ve ergen yanıtlarının birbiri ile ilişkisi

	Ergen Güçlük Toplam	Anne Güçlük Toplam
Anne Güçlük Toplam	.359**	
Baba Güçlük Toplam	.397**	.733**
	Ergen BÖDÖ	Anne BÖDÖ
Anne BÖDÖ	.285**	
Baba BÖDÖ	.319**	.587**

** P = 0.00

BÖDÖ : Başarılı Öz Düzenleme

Ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergen yanıtları ile annelerin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .285$, $p = 0.00$); ergenlerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .319$, $p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .587$, $p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler

tarafından bildirilen öz düzenleme düzeyi arttıkça çocuklarının sahip olduğu öz düzenleme düzeyine ilişkin annelerin bildirimlerinde de artış gözlemlendiği; benzer şekilde ergenler tarafından bildirilen öz düzenleme düzeyi arttıkça çocuklarının sahip olduğu öz düzenleme düzeyine ilişkin babaların bildirimlerinde de artış gözlemlendiği söylenebilir. Aynı şekilde annelerin bildirimlerindeki artış babaların bildiriminde de artış olarak gözlenmektedir. Bu iki grup yanıt arasında daha yüksek düzeyde korelasyon olması dikkati çekmektedir. Ergenlerin öz düzenleme düzeylerine ilişkin anne, baba ve ergen yanıtları arasındaki ilişki çizelge 3.7.'de verilmiştir.

Çizelge 3.7. Ergenlerin öz düzenleme düzeylerine ilişkin anne, baba ve ergen yanıtları arasındaki ilişki

EDKÖ			
	Ergen_{anne} İzleme	Ergen_{baba} İzleme	Anne İzleme
Ergen_{baba} İzleme	.488**		
Anne İzleme	.245**	.244**	
Baba İzleme	.102	.266**	.519**
	Ergen_{anne} Haberdarlık	Ergen_{baba} Haberdarlık	Anne Haberdarlık
Ergen_{baba} Haberdarlık	.377**		
Anne Haberdarlık	.306**	.058	
Baba Haberdarlık	.128	.223**	.561**
EPKÖ			
	Ergen_{anne} Sevgi Esirgeme	Ergen_{baba} Sevgi Esirgeme	Anne Sevgi Esirgeme
Ergen_{baba} Sevgi Esirgeme	.657**		
Anne Sevgi Esirgeme	.439**	.241**	
Baba Sevgi Esirgeme	.222**	.290**	.377**
	Ergen_{anne} Suçluluk Yükleme	Ergen_{baba} Suçluluk Yükleme	Anne Suçluluk Yükleme
Ergen_{baba} Suçluluk Yükleme	.688**		
Anne Suçluluk Yükleme	.360**	.286**	
Baba Suçluluk Yükleme	.162*	.227**	.424**

** P = 0.00

EDKÖ : Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği

EPKÖ: Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği

Ebeveynlerin çocuklarını izleme düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergenlerin annelerinin uyguladığı izleme düzeyine ilişkin yanıtları ile annelerin kendilerinin uyguladığı izleme düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .245, p = 0.00$); ergenlerin babalarının uyguladığı izleme düzeyine ilişkin yanıtları ile babaların kendilerinin uyguladığı izleme düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .266, p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .519, p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler tarafından bildirilen anne izlemesi arttıkça annelerin öz bildirimlerindeki izleme düzeyinde de artış görüldüğü; benzer şekilde ergenlerin bildirimlerindeki baba izleme arttıkça babaların öz bildirimlerindeki izleme düzeyinde de artış olduğu görülmektedir. Aynı şekilde annelerin kendi uyguladıkları izleme arttıkça babaların izlemesinin de arttığı söylenebilir.

Ebeveynlerin çocuklarından haberdar olma düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergenlerin annelerinin haberdarlığına ilişkin yanıtları ile annelerin öz bildirimlerindeki haberdarlık düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .306, p = 0.00$); ergenlerin babalarının haberdarlığına ilişkin yanıtları ile babaların öz bildirimlerindeki haberdarlık düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .223, p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .561, p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler tarafından bildirilen anne haberdarlığı arttıkça annelerin öz bildirimlerindeki haberdarlık düzeyinde de artış görüldüğü; benzer şekilde ergenlerin bildirimlerindeki baba haberdarlığı arttıkça babaların öz bildirimlerindeki haberdarlık düzeyinde de artış olduğu görülmektedir. Aynı şekilde annelerin haberdarlıkları arttıkça babaların haberdarlığının da arttığı söylenebilir.

Ebeveynlerin çocuklarına uyguladıkları sevgi esirgeme düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergenlerin annelerinin sevgi esirgemesine ilişkin yanıtları ile annelerin öz bildirimlerindeki sevgi esirgeme düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .439, p = 0.00$); ergenlerin babalarının sevgi esirgemesine ilişkin yanıtları ile babaların öz bildirimlerindeki sevgi esirgeme düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve

pozitif yönde ($r = .290$, $p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .377$, $p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler tarafından bildirilen anne sevgi esirgemesi arttıkça annelerin öz bildirimlerindeki sevgi esirgeme düzeyinde de artış görüldüğü; benzer şekilde ergenlerin bildirimlerindeki baba sevgi esirgemesi arttıkça babaların öz bildirimlerindeki sevgi esirgeme düzeyinde de artış olduğu görülmektedir. Aynı şekilde annelerin sevgi esirgemeleri arttıkça babaların sevgi esirgemelerinin de arttığı söylenebilir.

Ebeveynlerin çocuklarına uyguladıkları suçluluk yüklemeye düzeyinin bildirilmesi ile ilgili olarak anne, baba ve ergenlerin yanıtları arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergenlerin annelerinin suçluluk yüklemesine ilişkin yanıtları ile annelerin öz bildirimlerindeki suçluluk yüklemeye düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .360$, $p = 0.00$); ergenlerin babalarının suçluluk yüklemesine ilişkin yanıtları ile babaların öz bildirimlerindeki suçluluk yüklemeye düzeyine ilişkin yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .227$, $p = 0.00$); annelerin yanıtları ile babaların yanıtları arasında anlamlı ve pozitif yönde ($r = .424$, $p = 0.00$) ilişki olduğu görülmektedir. Bu durumda üç gruptaki yanıtların birbiri ile tutarlı olduğu; ergenler tarafından bildirilen anne suçluluk yüklemesi arttıkça annelerin öz bildirimlerindeki suçluluk yüklemeye düzeyinde de artış görüldüğü; benzer şekilde ergenlerin bildirimlerindeki baba suçluluk yüklemesi arttıkça babaların öz bildirimlerindeki suçluluk yüklemeye düzeyinde de artış olduğu görülmektedir. Aynı şekilde annelerin suçluluk yüklemesi arttıkça babaların suçluluk yüklemesinin de arttığı söylenebilir.

3.8. Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EPKÖ Boyutu Olan “Suçluluk Yüklemeye” ile Yaşanan Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Bu çalışmada yanıtlanmaya çalışılan ana soru, ebeveynler tarafından uygulanan psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile bu ebeveynlerin çocukları tarafından yaşanan duygusal güçlükler arasındaki ilişkide “başarılı öz düzenleme”nin herhangi bir aracı rolünün olup olmadığıdır.

Araştırma hipotezleri doğrultusunda başarılı öz düzenlemenin aracılık rolü, anne ve baba tarafından uygulanan kontrol boyutlarının her birinden elde edilen puanlar için ayrı ayrı ve daha sonra anneler ve babalar için ayrı ayrı Baron ve Kenny'nin (1986) önerdiği üç

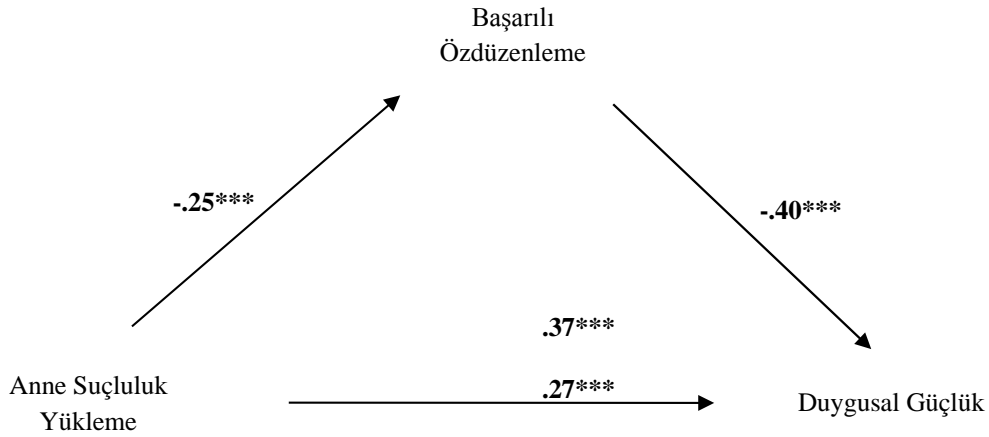
adımdan oluşan bir dizi doğrusal regresyon analizi ile incelenmiş, aracılı model uygulanmıştır.

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yüklemesi” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “Suçluluk yüklemesi”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “suçluluk yüklemesi”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “suçluluk yüklemesi” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.1.’de; babalar için önerilen aracılı model Şekil 3.2.’de sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada algıladıkları, anne tarafından uygulanan suçluluk yüklemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta=,37$, $t_{(219)}=5,79$, $p<.000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise suçluluk yüklemesinin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta=,25$, $t_{(219)}= -3,75$, $p<.000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Anne tarafından uygulanan suçluluk yüklemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta= -,40$ $t_{(219)}= - 6,78$, $p<.000$) buna karşılık anne suçluluk yüklemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta=,27$, $t_{(219)}=4,49$, $p<.000$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 1,97 ($p<0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “annenin suçluluk yüklemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu, varolan aracılığın ise “kısmi aracılık” (partial mediation) olduğu göstermektedir.

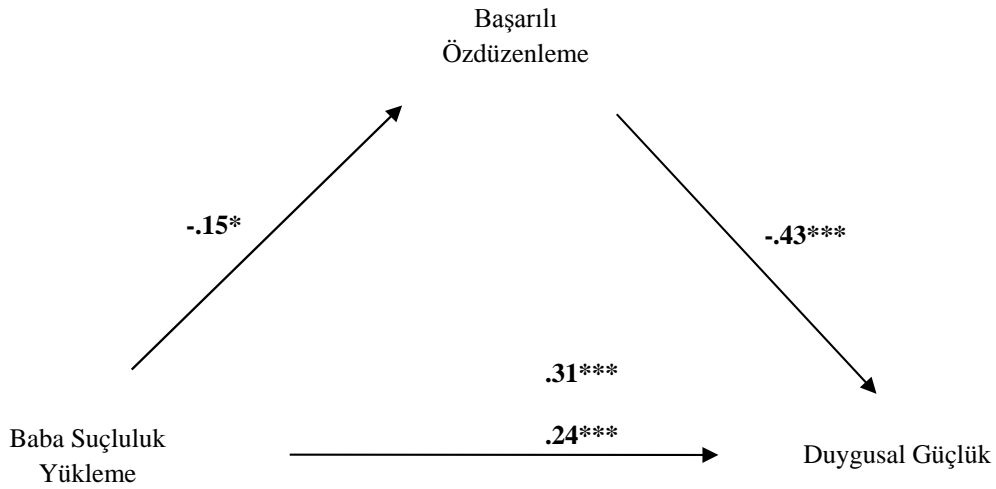
Ergenlerin babaları tarafından uygulanan “suçluluk yüklemesi” ile duygusal güçlükleri arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık rolü incelendiğinde ise; benzer sonuçlar

bulunmuştur. Ergenlerde duygusal güçlüğü yordamada baba tarafından uygulanan suçluluk yüklemenin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür ($\beta=.31$, $t_{(219)}=4,83$, $p<.000$). Baba suçluluk yüklemesi, başarılı özdüzenlemeyi yordamada da anlamlı bir etki göstermektedir ($\beta= -.15$, $t_{(219)}= - 2,17$, $p<.05$). Baba suçluluk yüklemesi ile başarılı özdüzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı özdüzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu ($\beta= -.43$, $t_{(219)}= - 7,39$, $p<.000$), buna karşılık baba suçluluk yüklemesinin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta=.24$, $t_{(219)}= 4, 26$, $p<.000$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 1,18 ($p>0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “babanın suçluluk yüklemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını, olduğu göstermektedir.



* $p<.05$, *** $p<.001$

Şekil 3.1. Anne suçluluk yükleme ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.



*p<.05, ***p<.001

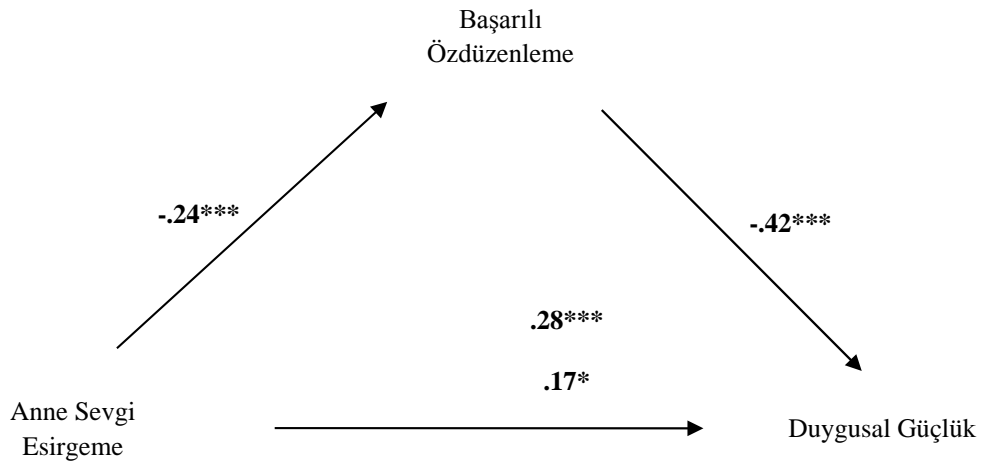
Şekil 3.2. Baba suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.9. Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EPKÖ Boyutu Olan “Sevginin Esirgenmesi” ile Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “sevginin esirgenmesi” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “Sevginin esirgenmesi”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “sevgi esirgenmesi”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “sevgi esirgenmesi” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.3.’de; babalar için önerilen aracılı model Şekil 3.4.’de sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada algıladıkları anne tarafından uygulanan sevgi esirgenmesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta=.28$, $t_{(219)}=4.26$, $p<.000$). İkinci aşamada

yapılan doğrusal regresyonda ise sevginin esirgenmesinin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = -.24$, $t_{(219)} = -3,61$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Anne tarafından uygulanan sevginin esirgenmesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.42$, $t_{(219)} = -7,01$, $p < .000$) buna karşılık annenin sevgisinin esirgemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = .17$, $t_{(219)} = 2,90$, $p < .05$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 2,37 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “annenin sevgisini esirgemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu, varolan aracılığın ise “kısmi aracılık” (partial mediation) olduğu göstermektedir.

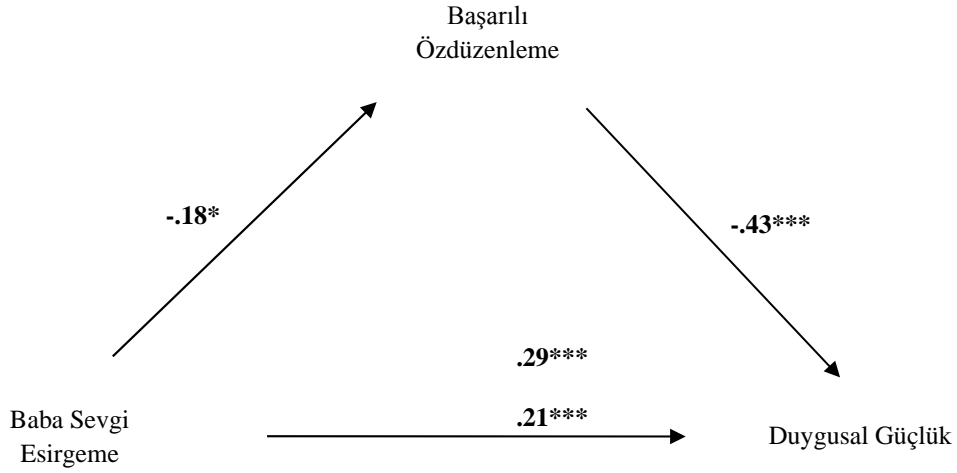


* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.3. Annenin sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Ergenlerin babaları tarafından uygulanan “sevginin esirgenmesi” ile duygusal güçlükleri arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık rolü incelendiğinde ise; benzer sonuçlar bulunmuştur. Ergenlerde duygusal güçlüğü yordamada baba tarafından

uygulanen sevgi esirgenmesinin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür ($\beta=.29$, $t_{(219)}=4,48$, $p<.000$). Babanın sevgisini esirgemesi, başarılı özdüzenlemeyi yordamada da anlamlı bir etki göstermektedir ($\beta= -.18$, $t_{(219)}= - 2,74$, $p<.05$). Babanın sevgisini esirgemesi ile başarılı özdüzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı özdüzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu ($\beta= -.43$, $t_{(219)}= - 7,22$, $p<.000$), buna karşılık babanın sevgisini esirgemesinin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta=.21$, $t_{(219)}= 3, 58$, $p<.000$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 1,75 ($p>0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “babanın sevgisini esirgemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

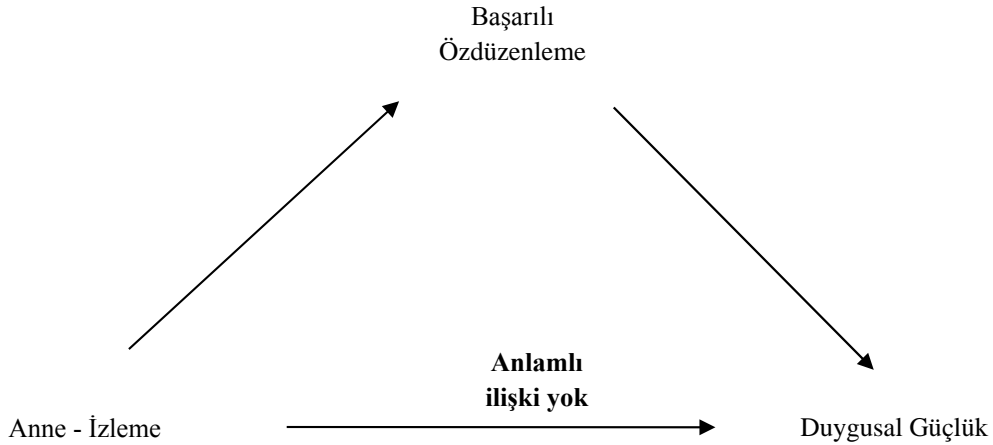


* $p<.05$, *** $p<.001$

Şekil 3.4. Baba suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.10. Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EDKÖ Boyutu Olan “İzleme” ile Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

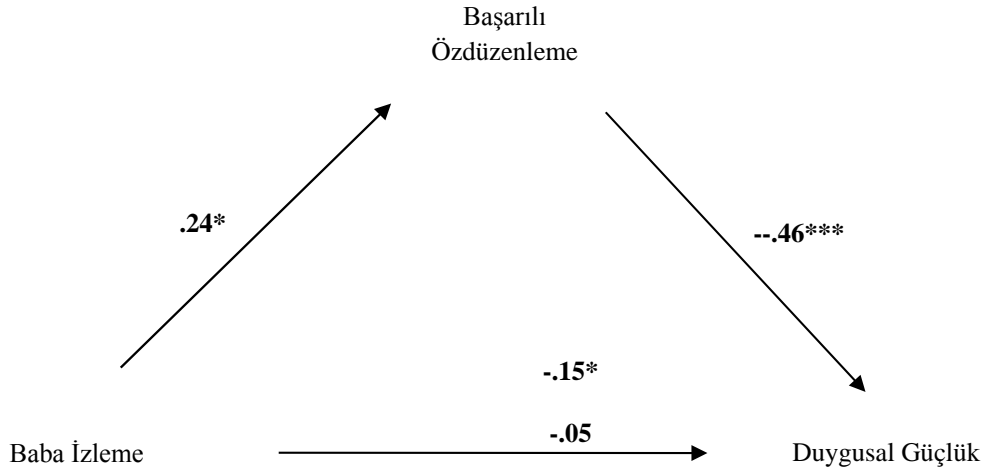
Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve davranışsal kontrol boyutlarından biri olan “izleme” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “İzleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “izleme”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmesi planlanmıştır. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “izleme” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmesi planlanmıştır. Ancak ilk basamakta, “izleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda anne tarafından izlenme ile çocuğun yaşadığı duygusal güçlük arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görüldüğünden ikinci ve üçüncü basamaklara geçilememiştir.



Şekil 3.5. Annenin izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Ergenlerin babaları tarafından uygulanan “izleme” ile duygusal güçlükleri arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık rolü incelendiğinde, ergenlerde duygusal güçlüğü yordamada baba tarafından uygulanan izlemenin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür

($\beta = -.15$, $t_{(219)} = -2,31$, $p < .05$). Babanın izlemesi, başarılı özdüzenlemeyi yordamada da anlamlı bir etki göstermektedir ($\beta = .24$, $t_{(219)} = 3,63$, $p < .000$). Babanın izlemesi ile başarılı özdüzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı özdüzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu ($\beta = -.46$, $t_{(219)} = -7,39$, $p < .000$), buna karşılık babanın izlemesinin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -.05$, $t_{(219)} = -.74$, $p > .05$) görülmüştür. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, özdüzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Ancak bu düşüncenin anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 1,7 ($p > 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “babanın izlemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.



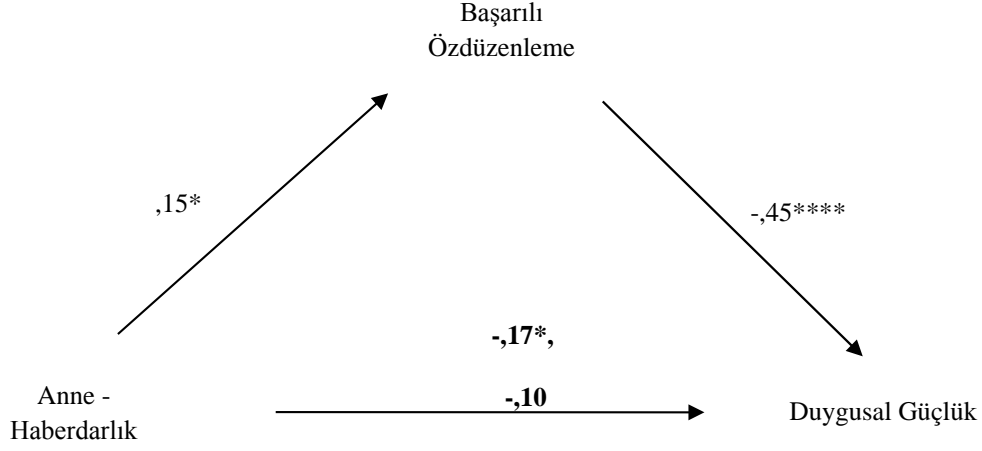
* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.6. Baba izleme ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.11. Ergenlerin Yanıtlarına Göre, EDKÖ Boyutu Olan “Haberdarlık” ile Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve davranışsal kontrol boyutlarından biri olan “haberdarlık” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “Haberdar olma”nın, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “haberdar olma”nın aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “haberdarlık” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.7.’de; babalar için önerilen aracılı model Şekil 3.8.’de sunulmuştur.

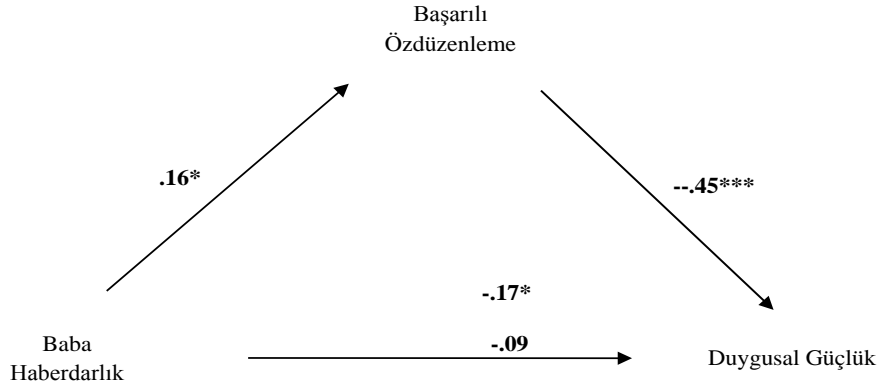
Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada algıladıkları annenin haberdar olmasının anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = -.17$, $t_{(219)} = -2,61$, $p < .05$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise haberdarlığın, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = .15$, $t_{(219)} = 2,21$, $p < .05$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Annenin haberdar olması ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.45$, $t_{(219)} = -7,49$, $p < .000$) buna karşılık annenin haberdar olmasının yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -.10$, $t_{(219)} = -2,90$, $p > .05$) görülmüştür. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, öz düzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Ancak bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri $-0,75$ ($p > 0,05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “annenin haberdar olması” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.



*p<.05, ****p<.001

Şekil 3.7. Annenin haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Ergenlerin babalarının “haberdar olmaları” ile duygusal güçlükleri arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık rolü incelendiğinde, ergenlerde duygusal güçlüğü yordamada babanın haberdar olmasının anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür ($\beta = -.17$, $t_{(219)} = -2,49$, $p < .05$). Babanın haberdar olması, başarılı özdüzenlemeyi yordamada da anlamlı bir etki göstermektedir ($\beta = .16$, $t_{(219)} = 2,36$, $p < .05$). Babanın haberdar olması ile başarılı özdüzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı özdüzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu ($\beta = -.45$, $t_{(219)} = -7,48$, $p < .000$), buna karşılık babanın haberdar olmasının duygusal güçlüğü yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -.09$, $t_{(219)} = -1,6$, $p > .05$) görülmüştür. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, özdüzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Ancak bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri $-1,41$ ($p > .05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “babanın haberdar olması” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.



*p<.05, ***p<.001

Şekil 3.8. Babanın haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

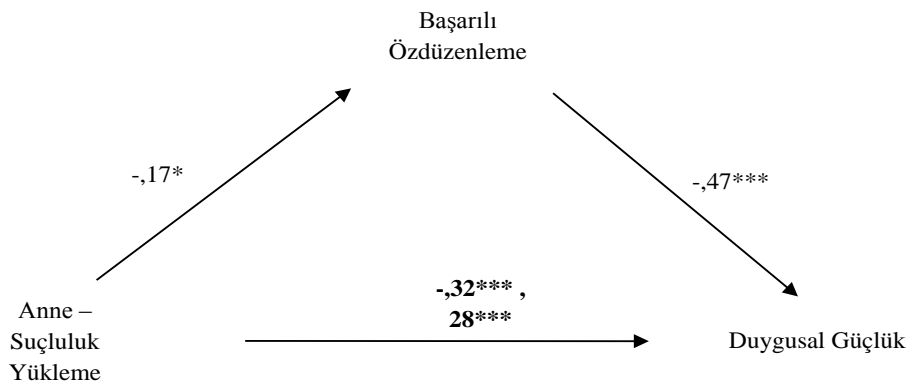
3.12. Annelere Göre, EPKÖ Boyutları Olan “Suçluluk Yükleme” ve “Sevginin Esirgenmesi” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yükleme” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “suçluluk yükleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “suçluluk yükleme”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “suçluluk yükleme” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.9.’da sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada annenin suçluluk yüklemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = .32$, $t_{(211)} = 4,95$, $p < .000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise suçluluk yüklemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = -.17$, $t_{(211)} = -2,5$, $p < .05$). Bu nedenle

çoklu regresyon testi yapılmıştır. Annenin suçluluk yüklemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.47$, $t_{(211)} = -7.10$, $p < .000$) buna karşılık annenin suçluluk yüklemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = .28$, $t_{(211)} = 4.67$, $p < .000$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 1,43 ($p > 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “annenin suçluluk yüklemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

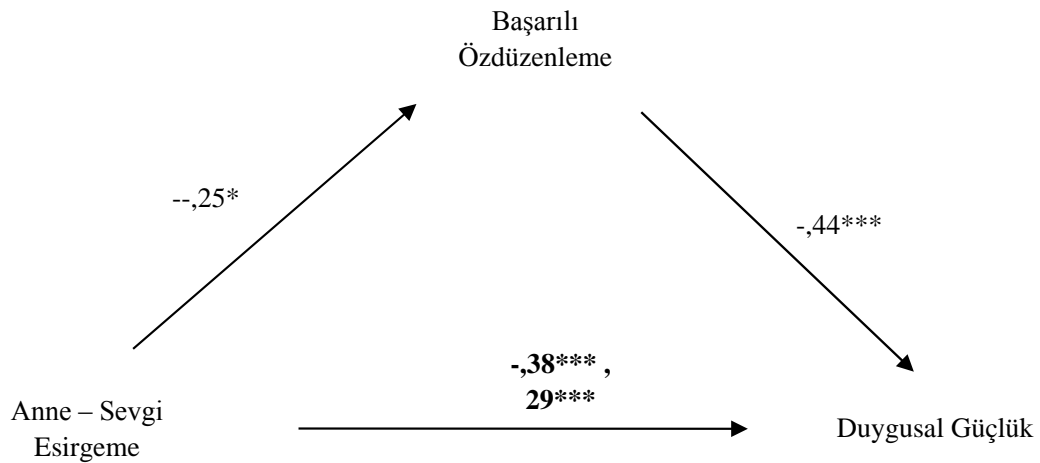
Diğer psikolojik kontrol boyutu olan anneler tarafından uygulanan “sevginin esirgenmesi” boyutu bağımsız değişken olarak değerlendirmeye alınmıştır. “Sevginin esirgenmesi”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “sevgi esirgemenin”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “sevginin esirgenmesi” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılık model, Şekil 3.10.’da sunulmuştur.



* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.9. Annenin suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada annenin sevgisini esirgemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = ,38$, $t_{(211)} = 5,90$, $p < .000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise sevgi esirgemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = -,25$, $t_{(211)} = -3,64$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Annenin sevgi esirgemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -,44$, $t_{(211)} = -7,41$, $p < .000$) buna karşılık annenin sevgi esirgemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = ,29$, $t_{(211)} = 4,81$, $p < .000$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri $-0,25$ ($p > 0,05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “annenin sevgisini esirgemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.



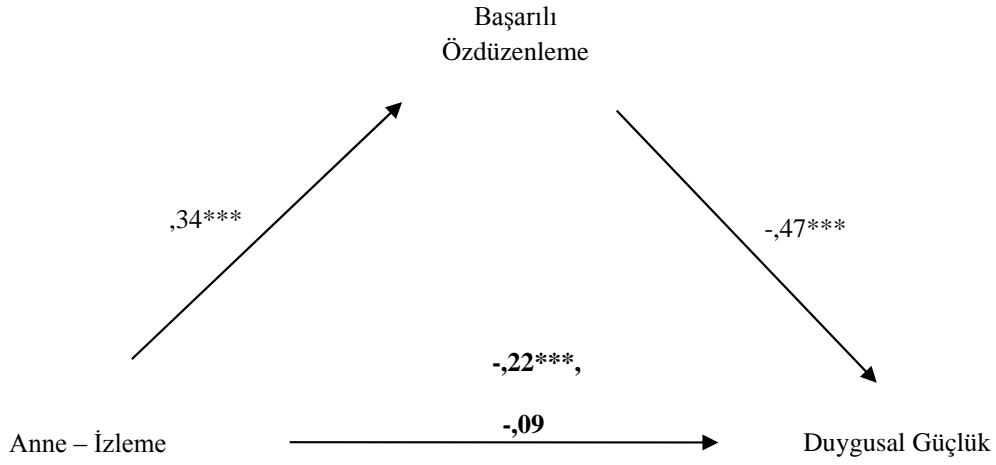
* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.10. Annenin sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.13. Annelere Göre, EDKÖ Boyutları Olan “İzleme” ve “Haberdarlık” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak anneler tarafından uygulanan ve davranışsal kontrol boyutlarından biri olan “izleme” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “İzleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “suçluluk izleme”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “izleme” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.11.’de sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada annenin çocuğunu izlemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = -.22$, $t_{(211)} = -3,28$, $p < .001$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise izlemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = ,34$, $t_{(211)} = 5,08$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Annenin izlemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.47$, $t_{(211)} = -7,32$, $p < .000$) buna karşılık annenin izlemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -.09$, $t_{(211)} = -1,41$, $p > .05$) görülmüştür. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, öz düzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri -1,1 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “annenin izlemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve varolan aracılık şeklinin “tam aracılık”(full mediation) etkisi olduğunu göstermektedir.



*p<.05, ***p<.001

Şekil 3.11. Annenin izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Diğer davranışsal kontrol boyutu olan anneler tarafından uygulanan “haberdar olma” boyutu bağımsız değişken olarak değerlendirmeye alınmıştır. “Haberdar olma”nın, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “haberdar olma”nın aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “haberdarlık” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Anneler için önerilen aracılı model, Şekil 3.12.’da sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada annenin çocuğundan haberdar olmasının anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = -.23$, $t_{(211)} = -3,37$, $p < .001$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise haberdar olmanın, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = .20$, $t_{(211)} = 2,92$, $p < .05$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Annenin haberdar olması ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü

yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.48$, $t_{(211)} = -7.71$, $p < .000$) buna karşılık annenin haberdarlığının yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = -.15$, $t_{(211)} = -2.45$, $p < .05$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri -0.91 ($p > .05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “annenin haberdar olması” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

3.14. Babalara Göre, EPKÖ Boyuları Olan “Suçluluk Yükleme” ve “Sevginin Esirgenmesi” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak babalar tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yükleme” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “Suçluluk yükleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “suçluluk yükleme”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “suçluluk yükleme” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Babalar için önerilen aracılı model, Şekil 3.13.’de sunulmuştur.

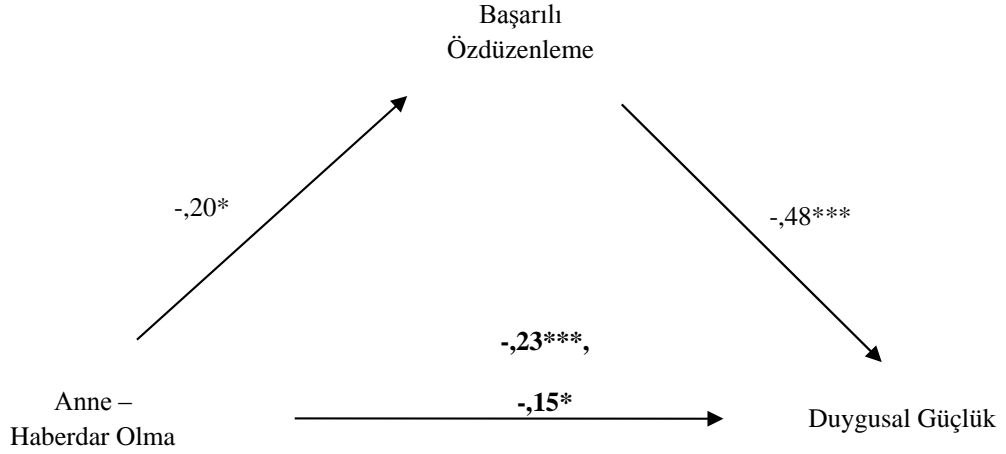
Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada babanın çocuğuna suçluluk yüklemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = .25$, $t_{(198)} = 3.63$, $p < .000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise suçluluk yüklemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = -.28$, $t_{(198)} = -4.06$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Babanın suçluluk yüklemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.47$, $t_{(198)} = -7.33$, $p < .000$) buna karşılık babanın suçluluk yüklemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -.10$, $t_{(198)} = -1.5$, $p > .05$) görülmüştür. Bu

durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, öz düzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri -2,3 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “babanın suçluluk yüklemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve varolan aracılık şeklinin “tam aracılık”(full mediation) etkisi olduğunu göstermektedir.

Diğer psikolojik kontrol boyutu olan babalar tarafından uygulanan “sevginin esirgenmesi” boyutu bağımsız değişken olarak değerlendirmeye alınmıştır. “Sevginin esirgenmesi”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “sevginin esirgenmesi”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “sevginin esirgenmesi” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Babalar için önerilen aracılı model, Şekil 3.14’de sunulmuştur.

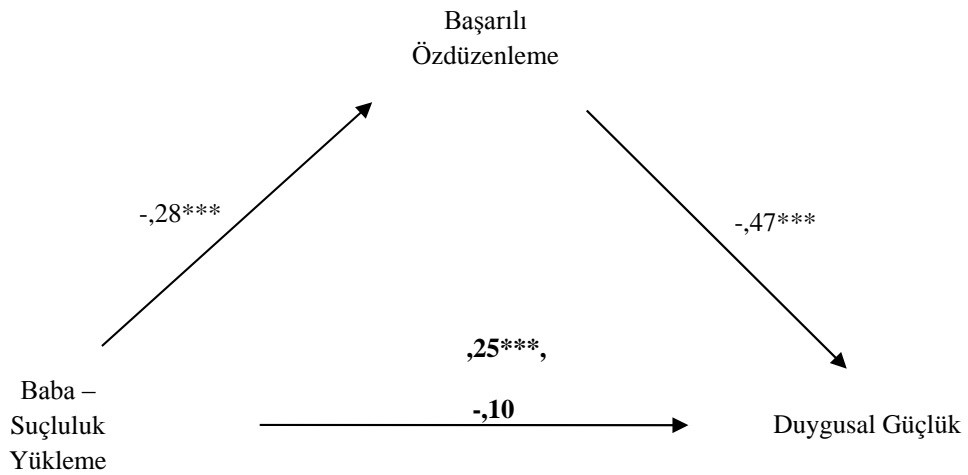
Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada babanın çocuğundan sevgisini esirgemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = ,34$, $t_{(198)} = 5,09$, $p < .000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise sevgi esirgemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = -,34$, $t_{(198)} = -5,13$, $p < .05$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Babanın sevgisini esirgemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -,44$, $t_{(198)} = -6,79$, $p < .000$) buna karşılık babanın sevgisini esirgemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = ,18$, $t_{(198)} = -2,7$, $p < .05$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 2,5 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “babanın sevgisini esirgemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği

aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve varolan aracılık şeklinin “kısmi aracılık”(full mediation) etkisi olduğunu göstermektedir.



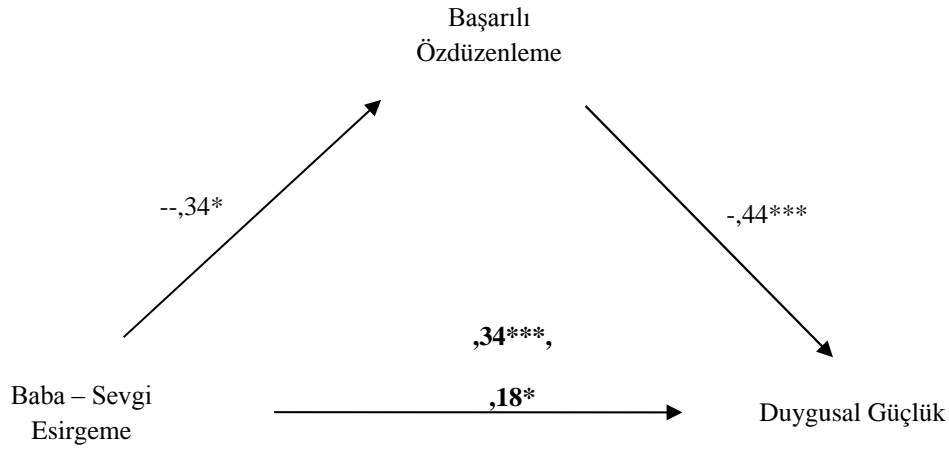
*p<.05, ***p<.001

Şekil 3.12. Annenin haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.



*p<.05, ***p<.001

Şekil 3.13. Babanın suçluluk yüklemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.



*p<.05, ***p<.001

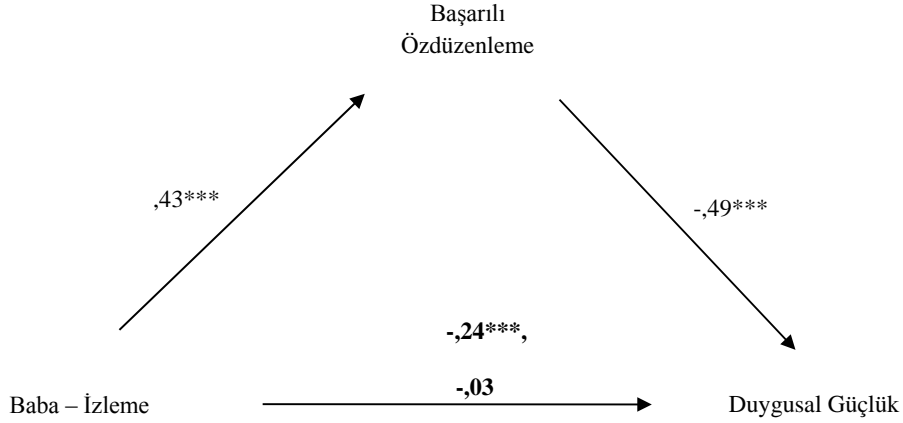
Şekil 3.14. Babanın sevgisini esirgemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.15. Babalara Göre, EDKÖ Boyutları Olan “İzleme” ve “Haberdarlık” ile Ergenlerin Yaşadığı Duygusal Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisi

Birinci adımda, bağımsız değişken olarak babalar tarafından uygulanan ve davranışsal kontrol boyutlarından biri olan “izleme” boyutu değerlendirmeye alınmıştır. “İzleme”nin, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “izleme”nin aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “izleme” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Babalar için önerilen aracılı model, Şekil 3.15.’de sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada babanın çocuğunu izlemesinin anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = -.24$, $t_{(198)} = -3,44$, $p < .001$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise izlemenin, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak

anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = ,43$, $t_{(198)} = 6,5$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Babanın izlemesi ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -,49$, $t_{(198)} = - 7,04$, $p < .000$) buna karşılık babanın izlemesinin yordamada anlamlı olmayı sürdürmediği, ilişkinin istatistiksel olarak anlamsız hale geldiği ($\beta = -,03$, $t_{(198)} = -,40$, $p > .05$) görülmüştür. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide, öz düzenlemenin “tam aracılık” etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri 2,5 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkması, öz düzenlemenin, “babanın izlemesi” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olduğunu, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve varolan aracılık şeklinin “tam aracılık”(full mediation) etkisi olduğunu göstermektedir.



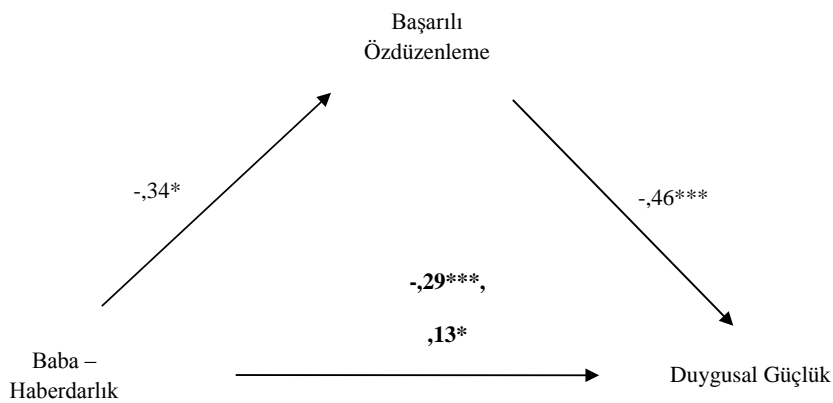
* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.15. Babanın izlemesi ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı öz düzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

Diğer psikolojik kontrol boyutu olan babalar tarafından uygulanan “haberdarlık” boyutu bağımsız değişken olarak değerlendirmeye alınmıştır. “Haberdar olma”nın, bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkisini görmek üzere, basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci adımda bağımsız değişken olan “haberdar olma”nın aracı değişken olan “öz düzenleme” üzerindeki etkisini görmek üzere ikinci bir

basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Üçüncü adımda ise bağımsız değişken olan “haberdarlık” ile aracı değişken olan “öz düzenleme”nin bağımlı değişken olan “duygusal güçlük” üzerindeki etkilerini görmek üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Babalar için önerilen aracılı model, Şekil 3.16.’da sunulmuştur.

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde ergenlerin duygusal güçlüklerini yordamada babanın çocuğundan haberdar olmasının anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür ($\beta = -.29$, $t_{(198)} = -4,21$, $p < .000$). İkinci aşamada yapılan doğrusal regresyonda ise haberdar olmanın, öz düzenlemeyi yordayabildiği, bu yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmüştür ($\beta = .34$, $t_{(198)} = 4,99$, $p < .000$). Bu nedenle çoklu regresyon testi yapılmıştır. Babanın haberdarlığı ile başarılı öz düzenlemenin birlikte yer aldığı modelde başarılı öz düzenlemenin duygusal güçlüğü yordamada anlamlı bir etkisinin olduğu, ($\beta = -.46$, $t_{(198)} = -6,95$, $p < .000$) buna karşılık babanın haberdarlığının yordamada anlamlı olmayı sürdürmesine rağmen etkisinin azaldığı ($\beta = .13$, $t_{(198)} = -1,92$, $p < .05$) görülmüştür. Bu düşüşün anlamlılığını test etmek için Sobel testi ile hesaplanan z değerine bakılmış, z değeri $-1,8$ ($p > 0.05$) olarak belirlenmiştir. Z değerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması, öz düzenlemenin, “babanın haberdar olması” ile “duygusal güçlük” arasında aracı bir faktör olmadığını, modelin önerdiği aracılık ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.



* $p < .05$, *** $p < .001$

Şekil 3.16. Babanın haberdar olması ve duygusal güçlük arasındaki ilişkide başarılı özdüzenlemenin aracılık etkisini gösteren model.

3.16. Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

3.16.1. Ergenlerin Yanıtlarına Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin toplam güçlük puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizinin üç aşamada tamamlandığı görülmektedir. Ergenlerin “başarılı öz düzenleme toplam puanı”, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından “suçluluk yüklemesi” ve ergenin devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi yordayıcılar olarak bulunmuştur. Değişkenlere ait katsayılar çizelge 3.6.'da verilmiştir.

Çizelge. 3.6. Toplam güçlük puanının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

DEĞİŞKEN n=199	Çoklu R	R ²	Düzeltilmiş R ²	F Değişimi	sd1	sd2	F'deki Değişim P
Basaralı ÖDÖ	,441 ^b	,195	,191	47,875	1	198	,000
Suçluluk Yüklemesi	,517 ^c	,268	,260	35,974	2	197	,000
OkulSED	,548 ^d	,301	,290	28,096	3	196	0

Birinci aşamada, toplam güçlük puanının en iyi yordayıcısı ya da toplam güçlük puanlarındaki varyansın en iyi açıklayıcısı olarak “başarılı öz düzenleme” değişkeni analize girmiş ve toplam varyansın % 19,5’ini tek başına açıklamıştır. Başarılı öz düzenleme puanı ile toplam güçlük puanı arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .441$, $R^2 = .195$, $F(1,198) = 47,875$ $p = 0.000$). Elde edilen bulgular, toplam güçlük puanlarının en iyi yordayıcısının, ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme olduğunu göstermektedir. Bir başka deyişle, öz düzenleme konusunda daha başarılı olan ergenlerin, daha düşük olan ergenlere göre daha az güçlüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Çizelge. 3.7. Toplam güçlük puanlarının yordamasına ilişkin B, Beta korelasyonu ve anlamlılık düzeyi

DEĞİŞKEN	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar		P
	B	Std Hata	Beta	T	
(Sabit)	-24,549	2,077		-11,819	,000
BasaralıÖDÖ	-,161	,023	-,441	-6,919	,000
(Sabit)	-19,208	2,324		8,266	,000
BasaralıÖDÖ	-,147	,023	-,402	-6,522	,000
SuçlulukYükleme A	,181	,041	,273	4,425	,000
(Sabit)	20,256	2,302		8,799	,000
BasaralıÖDÖ	-,133	,023	-,364	-5,904	,000
SuçlulukYükleme A	-1,015	,040	,277	4,590	,000
OkulSED	-,163	,333	-,186	-3,050	,000

İkinci aşamada, “öz düzenleme” puanına ek olarak analize, annelerin çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yüklemesi” boyutu önemli yordayıcı olarak analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 7.3 olup iki değişken birlikte toplam güçlük varyansını % 27’ye yükseltmişlerdir. Suçluluk yüklemesi ile toplam güçlük puanları arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .517$, $R^2 = .268$, $F(2, 197) = 35,974$, $p = 0.000$). Buna göre en güçlü ikinci yordayıcı olan anneleri tarafından daha fazla suçluluk yüklenen ergenlerin yaşadıkları toplam güçlük düzeylerinin daha fazla olduğu görülmektedir.

Üçüncü aşamada başarılı öz düzenleme ve suçluluk yüklemesi boyutlarına ek olarak, ergenlerin devam ettiği “okulun sosyoekonomik düzeyi” önemli yordayıcı olarak analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 3.3 olup, üç değişken birlikte toplam güçlük puanlarındaki toplam varyansı % 30.1’e yükseltmişlerdir. Okul değişkeni ve toplam güçlük puanı arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .548$, $R^2 = .301$, $F(3, 196) = 28.096$, $p = 0.000$). Sonuçlar değerlendirildiğinde, ergenlerin devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi düştükçe yaşanan güçlük düzeyinin arttığı söylenebilir.

3.16.2 Annelerin Yanıtlarına Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin toplam güçlük puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizinin dört aşamada tamamlandığı görülmektedir. “Başarılı öz düzenleme” puanları, anneler tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “sevginin esirgenmesi”, “annelerin eğitim yılı”, anneler tarafından uygulanan ve yine psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yükleme” boyutu yordayıcılar olarak bulunmuştur. Değişkenlere ait katsayılar çizelge 3.8.'de verilmiştir.

Çizelge. 3.8. Toplam güçlük puanının yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları ve regresyon eşitliği

DEĞİŞKEN n=198	Çoklu R	R ²	Düzeltilmiş R ²	F Değişimi	sd1	sd2	F'deki Değişim P
Basarılı ÖDÖ	,498 ^a	,248	,245	64,801	1	197	,000
Sevgi Esirgeme	,575 ^b	,331	,324	48,266	2	196	,000
Eğitim	,600 ^c	,360	,350	36,321	3	195	,000
Suçluluk Yükleme	,613 ^d	,375	,362	28,995	4	194	,000

Birinci aşamada, toplam güçlük puanının en iyi yordayıcısı ya da toplam güçlük puanlarındaki varyansın en iyi açıklayıcısı olarak ergenin “başarılı öz düzenleme” puanı değişkeni analize girmiş ve toplam varyansın % 24.8’ini tek başına açıklamıştır. Başarılı öz düzenleme toplam puanı ile toplam güçlük puanı arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .498$, $R^2 = .248$, $F(1,197) = 64.801$, $p = 0.000$). Elde edilen bulgular, toplam güçlük puanlarının en iyi yordayıcısının, ergenlerin öz düzenleme düzeyi olduğunu göstermektedir. Bir başka deyişle başarılı öz düzenleme düzeyi yüksek olan ergenlerin, öz düzenleme konusunda daha başarısız olan ergenlere göre daha az güçlüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Çizelge. 3.9. Toplam güçlük puanlarının yordamasına ilişkin B, Beta korelasyonu ve anlamlılık düzeyi

DEĞİŞKEN	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar		P
	B	Std Hata	Beta	T	
(Constant)	28,029	2,122		13,208	,000
BasarılıÖDÖ	-,194	,024	-,498	-8,050	,000
(Constant)	20,039	2,584		7,755	,000
BasarılıÖDÖ	-,167	,023	-,430	-7,138	,000
SevgiEsirgeme	,240	,049	,296	4,909	,000
(Constant)	22,573	2,677		8,431	,000
BasarılıODO	-,166	,023	-,428	-7,250	,000
SevgiEsirgeme	,225	,048	,277	4,667	,000
EGITIM	-,683	,232	-,170	-2,940	,004
(Constant)	21,333	2,710		7,871	,000
BasarılıODO	-,167	,023	-,429	-7,327	,000
SevgiEsirgeme	,133	,063	,164	2,110	,036
EGITIM	-,683	,230	-,170	-2,970	,003
SuçlulukYükleme	,113	,051	,169	2,203	,029

İkinci aşamada, “başarılı öz düzenleme” puanına ek olarak analize, ergenlerin anneleri tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “sevginin esirgenmesi” boyutu girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 8.3 olup iki değişken birlikte öz düzenleme toplam varyansını % 33.1’e yükseltmişlerdir. Sevginin esirgenmesi ile toplam güçlük puanları arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .575$, $R^2 = .331$, $F(2, 196) = 48.266$, $p = 0.000$). Buna göre en güçlü ikinci yordayıcı olan sevginin esirgenmesine bakılarak yorum yapılacak olunursa, annelerinin sevgilerini daha fazla esirgediği ergenlerin daha fazla toplam güçlüğüne sahip oldukları söylenebilir.

Üçüncü aşamada başarılı öz düzenleme ve sevginin esirgenmesi boyutlarına ek olarak, annelerin eğitim yılı değişkeni önemli yordayıcı olarak analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 2.9 olup, üç değişken birlikte toplam güçlük puanlarındaki

toplam varyansı % 36'ya yükseltmişlerdir. Annelerin eğitim yılı değişkeni ve toplam güçlük toplam puanı arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .600$, $R^2 = .360$, $F(3,195) = 36.321$, $p = 0.000$). Sonuçlar değerlendirildiğinde, annelerin eğitim yılı arttıkça ergenlerin toplam güçlük alanın azaldığı söylenebilir.

Dördüncü aşamada başarılı öz düzenleme, sevginin esirgenmesi ve annelerin eğitim yılı değişkenlerine ek olarak, annelerin çocuklarına uyguladıkları psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yüklemesi” boyutu önemli yordayıcı olarak analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 1.5 olup, üç değişken birlikte toplam güçlük puanlarındaki toplam varyansı % 37.5'e yükseltmişlerdir. Suçluluk yüklemesi boyutu ve toplam güçlük toplam puanı arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .613$, $R^2 = .375$, $F(4,194) = 28.995$, $p = 0.000$). Sonuçlar değerlendirildiğinde, annelerin suçluluk yükleyerek uyguladıkları psikolojik kontrol arttıkça toplam güçlük düzeylerinin de arttığı görülmektedir.

3.16.3. Babaların Verdiği Yanıtlara Göre Toplam Güçlük Değişkeninin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin toplam güçlük puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizinin iki aşamada tamamlandığı görülmektedir. “Başarılı öz düzenleme” puanları ve babalar tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “sevginin esirgenmesi” boyutu yordayıcılar olarak bulunmuştur. Değişkenlere ait katsayılar çizelge 3.10.'da verilmiştir.

Çizelge. 3.10. Toplam güçlük puanının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları ve regresyon eşitliği

DEĞİŞKEN n=189	Çoklu R	R ²	Düzeltilmiş 2 R	F Değişimi	sd1	sd2	F'deki Değişim P
Basarılı ÖDÖ	,503 ^a	,253	,249	63,525	1	188	,000
Sevgi Esirgeme	,529 ^b	,280	,273	36,424	2	187	,000

Birinci aşamada, toplam güçlük puanının en iyi yordayıcısı ya da toplam güçlük puanlarındaki varyansın en iyi açıklayıcısı olarak ergenin “başarılı öz düzenleme” puanı değişkeni analize girmiş ve toplam varyansın % 25.3’ünü tek başına açıklamıştır. Başarılı öz düzenleme toplam puanı ile toplam güçlük puanı arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .503$, $R^2 = .253$, $F(1,188) = 63.525$, $p = 0.000$). Elde edilen bulgular, toplam güçlük puanlarının en iyi yordayıcısının, ergenlerin öz düzenleme düzeyi olduğunu göstermektedir. Bir başka deyişle başarılı öz düzenleme düzeyi yüksek olan ergenlerin, öz düzenleme konusunda daha başarısız olan ergenlere göre daha az güçlüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Çizelge. 3.11. Toplam güçlük puanlarının yordamasına ilişkin B, Beta korelasyonu ve anlamlılık düzeyi

DEĞİŞKEN	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar		P
	B	Std Hata	Beta	T	
(Constant)	26,601	1,996		13,330	,000
BaşarılıODO	-,181	,023	-,503	-7,970	,000
(Constant)	21,523	2,725		7,898	,000
BaşarılıODO	-,158	,024	-,440	-6,633	,000
SevgiEsirgeme	,128	,048	,178	2,687	,008

İkinci aşamada, “başarılı öz düzenleme” puanına ek olarak analize, ergenlerin babaları tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “sevginin esirgenmesi” boyutu girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı % 2.7 olup iki değişken birlikte öz düzenleme toplam varyansını % 28’ye yükseltmişlerdir. Sevginin esirgenmesi ile toplam güçlük puanları arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R = .529$, $R^2 = .280$, $F(2, 187) = 36.424$, $p = 0.000$). Buna göre en güçlü ikinci yordayıcı olan sevginin esirgenmesine bakılarak yorum yapılacak olunursa, babalarının sevgilerini daha fazla esirgediği ergenlerin daha fazla toplam güçlüğüne sahip oldukları söylenebilir.

4. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde öncelikle, ebeveyn kontrol boyutlarının ergenlerin yaşadığı duygusal güçlüklerle ilişkisi ve bu ilişkide ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme becerisinin aracı rolüne ilişkin bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Ardından, ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarının, ebeveyn davranışsal kontrol boyutlarının, ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme düzeylerinin ve anne – baba – çocuğa ait demografik değişkenlerin, ergenlerin sahip olduğu toplam güçlük düzeylerini yordamadaki gücüne ilişkin bulgular tartışılmıştır ve yorumlanmıştır.

4.1. Ebeveyn Psikolojik Kontrol Boyutları ile Ergenlerin Yaşadığı Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada yanıt aranan ana soru, ebeveynler tarafından uygulanan kontrol boyutları ile ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler arasında bir ilişki olup olmadığı ve bu ilişkide ergenlerin sahip olduğu özdüzenleme becerisinin aracı bir rol üstlenip üstlenmediğidir. Bu sorunun yanıtlanması doğrultusunda öncelikle ebeveyn psikolojik kontrol boyutları bağımsız değişkenler olarak ele alınmış; ergenler, anneler ve babalardan elde edilen yanıtlar kendi içinde analiz edilmiş ve sonuçlar bu başlık altında tartışılmıştır.

Araştırmada psikolojik kontrol iki boyut halinde ölçülmüştür. Bu boyutlardan ilki, suçluluk yüklemesi; ikincisi ise sevgi esirgemedir. Araştırmaya katılan ergenler, bu iki boyut açısından önce annelerini, daha sonra babalarını değerlendirmişlerdir. Bu değerlendirmelere göre, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, anneler tarafından uygulanan suçluluk yüklemesi ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye “kısmi aracılık” (partial mediation) etmiştir. Buna göre, ergenlerin annelerinden algıladıkları suçluluk yüklemesi şeklindeki kontrol, çocuğun başarılı özdüzenleme becerisinin aracılığı ile duygusal güçlükle anlamlı düzeyde ilişkili görünmektedir. Ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler, hem annelerinden algıladıkları suçluluk yüklemesi düzeyi ile hem de sahip oldukları özdüzenleme becerileri ile ilişkilidir. Özdüzenleme becerileri, anneden gelen suçluluk yüklemesi ile duygusal güçlükler arasındaki ilişkide aracılık etmekte; onların duygusal güçlüklerini yordamada önemli bir etkiye sahip olmaktadır.

Benzer şekilde, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, anneler tarafından uygulanan sevgiyi çocuğundan esirgeme ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye “kısmi aracılık” (partial mediation) etmiştir. Buna göre, ergenlerin annelerinden algıladıkları sevginin esirgenmesi şeklindeki kontrol, çocuğun başarılı özdüzenleme becerisinin aracılığı ile duygusal güçlükle anlamlı düzeyde ilişkili görünmektedir. Ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler, hem annelerinden algıladıkları sevgiyi esirgeme düzeyi ile hem de sahip oldukları özdüzenleme becerileri ile ilişkilidir. Özdüzenleme becerileri, anneden gelen sevgi esirgenmesi ile duygusal güçlükler arasındaki ilişkide aracılık etmekte; onların duygusal güçlüklerini yordamada önemli bir etkiye sahip olmaktadır.

Annenin çocuğunun davranışlarını, alışkanlıklarını, duygu ve düşüncelerini düzenlemek veya yönetmek, aynı zamanda ebeveyne bağlılığını arttırmak gibi niyetlerle çocuğuna nasıl davranması ya da davranmaması, nasıl düşünmesi ve nasıl hissetmesi gerektiğine yönelik yönlendirmelerde bulunması ve bunu suçlayıcı tavırla ve kendi sevgisinden yoksun bırakarak yapması çocuğun özdüzenleme konusunda uygun bir noktada bulunmasının önüne geçiyor gibi görünmektedir. Bu durum şaşırtıcı değildir. Çünkü özdüzenleme kişinin kendi kendisini, gerekli yerde düzene sokabilmesi olarak tanımlanabilir ve bu tanımın içinde kişinin duygu-düşünce ve davranışının sorumluluğunu alması, davranışının sonunda eleştirileceği, suçlanacağı veya ebeveyninin sevgisinden mahrum kalacağı gibi ihtimallerden uzak olması gerekliliğini barındırmaktadır. Aksine ebeveyninin desteğini alacağını ve onaylanacağını bilen bir ergen özdenetimini ele almak konusunda daha istekli olacaktır. Bunun için kişinin suçluluk hissi taşımadan ve kendisine güvenle davranabilmesi gerekir. Oysa ebeveynden gelen suçlayıcı ve yönlendirici tepkiler bu becerinin gelişimini kettiyor olabilir. Özdüzenlemedeki bu kısıtlılık ise ergenleri duygusal güçlükler yaşamaya açık hale getiriyor gibi görünmektedir. Literatüre bakıldığında da, yüksek düzeydeki psikolojik kontrolün algılanan kişisel yeterliliği azalttığına ve çaresizliği yükleyerek anksiyete ve depresyonu doğurduğuna dair kanıtlar yer almaktadır (Dwairy, Achoui, 2010). Yüksek düzeyde davranışsal ve psikolojik kontrol bildirilen annelerin çocuklarının anneleri yüksek düzeyde sıcaklığa sahip olsa bile, genç erişkinlikleri boyunca daha az duygu regülasyonu sergiledikleri bulunmuştur. Manzesske ve Stright'e göre (2009) ebeveyn tarafından uygulanan yüksek düzeyde davranışsal ve psikolojik kontrol genç erişkinlikte yetersiz duygu düzenleme ile ilişkili görünmektedir.

Duygusal ve bilişsel bileşenleri olan öz düzenleme, sonraki dönemde bağımsızlık ve öz yeterlilik elde edebilmek için gerekli olan zemini hazırlayan, çok önemli bir gelişimsel kazanımdır(Trickett, 1998). Araştırmalar, sosyal ilişkilerin, davranışsal uyumun ve akademik başarının gelişiminde, düzenleme becerisinin hayati bir öneme sahip olduğunu göstermektedir. Örneğin, Martinez-Pons (1996) duygularını kontrol etmede zorluk yaşayan çocuklar, hem içselleştirme hem dışsallaştırma sorunlarını kapsayan şekilde davranış sorunları sergileyebilmektedir.

Elde edilen bulgular, destekleyici yani ebeveynlerin duygusal olarak katılımcı, çocukların ihtiyaçlarına karşı duyarlı, çocuklarının yaşamlarına karşı ilgili olduğu ailelerde yetişen ergenlerin, daha mesafeli, çatışmalı, katılımcı olmayan, ihmal eden veya reddeden ailelerde yetişen ergenlere göre daha az sorunlu davranış geliştirecekleri yönünde yorumlanabilir.

Öte yandan benzer tarzda bir aracılık ilişkisi, çocukların babalarına yönelik değerlendirmelerinden elde edilmemiştir. Dolayısıyla ergenlerin algılarına göre psikolojik kontrol, anneler tarafından uygulandığında, özdüzenleme bir aracı işlevi görürken babalar tarafından uygulandığında böyle bir etki gözlenmemektedir. Bu durumun, toplumumuzdaki ebeveyn rolleri ve çocukların gündelik yaşamlarında anne ve babanın ağırlık düzeyi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Toplumumuzda çocuğun gündelik yaşantısını düzenlemek daha çok annenin görevidir. Dolayısıyla çocuğun davranışlarında ortaya çıkan aksaklıklar veya olumsuz sonuçlar daha çok annenin sorumluluğundadır. Buna bağlı olarak çocuklar kendilerini, onlar adına daha çok düzene sokmaya çalışan kişiler olarak annelerini görüyor olabilirler. Yani babalarda böyle bir etkinin çıkmamış olması, çocukların yaşamlarının içinde çoğunlukla babalarını gerçekten böylesine bir konumda yaşantılamıyor olmaları ile ilişkili olabilir.

Araştırmaya katılan anneler, psikolojik kontrolün iki boyutunu uygulama düzeyleri açısından kendilerini; sahip oldukları duygusal güçlükler ve özdüzenleme becerileri açısından ise çocuklarını değerlendirmişlerdir. Annelerin yaptığı değerlendirmelere göre suçluluk yükleme veya sevgi esirgeme ile duygusal güçlük yaşama arasındaki ilişkide, çocuğun başarılı bir özdüzenlemeye sahip olup olmaması herhangi bir aracılık ilişkisi göstermemektedir.

Araştırmaya katılan babalar da yine anneler gibi psikolojik kontrolün iki boyutunu uygulama düzeyleri açısından kendilerini; sahip oldukları duygusal güçlükler ve özdüzenleme becerileri açısından ise çocuklarını değerlendirmişlerdir. Bu değerlendirmelere göre, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, babalar tarafından uygulanan suçluluk yükleme ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye “tam aracılık” (full mediation) etmiştir. Buna göre, ergenlerin babalarından algıladıkları suçluluk yükleme şeklindeki kontrolün, çocuğun sahip olduğu duygusal güçlüklerle anlamlı düzeydeki ilişkisi, başarılı özdüzenleme becerisi hesaba alındığında tamamen ortadan kalkmaktadır. Yani, babalara göre, ergenlerin özdüzenleme becerileri onların duygusal güçlükleri ile çok daha fazla ilişkilidir.

Benzer şekilde, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, babalar tarafından uygulanan sevgiyi çocuğundan esirgeme ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye “kısmi aracılık” (partial mediation) etmiştir. Buna göre, ergenlerin babalarından algıladıkları sevginin esirgenmesi şeklindeki kontrol, çocuğun başarılı özdüzenleme becerisinin aracılığı ile duygusal güçlükle anlamlı düzeyde ilişkili görünmektedir. Ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler, hem annelerinden algıladıkları sevgiyi esirgeme düzeyi ile hem de sahip oldukları özdüzenleme becerileri ile ilişkilidir. Özdüzenleme becerileri, babadan gelen sevgi esirgenmesi ile duygusal güçlükler arasındaki ilişkide aracılık etmekte; onların duygusal güçlüklerini yordamada önemli bir etkiye sahip olmaktadır.

Babaların verdiği yanıtlar ile ergenlerin verdiği yanıtlar burada tutarlılık göstermektedir. Dolayısıyla ergenler için yapılan aracılık etkisi ile ilişkili yorumların burada da geçerli olacağı söylenebilir. Bu kısımda tartışılmak istenen bir diğer nokta, psikolojik kontrolün duygusal güçlüklerle ilişkisine öz düzenlemenin aracılık etmesi ile ilgili olarak annelerden alınan değerlendirmelerle babalardan alınan değerlendirmeler arasında varolan tutarsızlıktır. Bu durumun anne babanın çocukların yaşamında aldıkları rollerdeki dağılımda görülen eşitsizlik, bu eşitsizlik içindeki sorumluluk algısı ve bu sorumluluk algısının doğurduğu psikolojik kontrol uygulamanın sonuçlarını kabul düzeyi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Disiplinsizlikler, yanlış davranışlar konusunda hesap sorma yetkisinin çoğu zaman babaya verildiği, bizim ülkemizin de içinde bulunduğu söylenebilecek doğru toplumlarında doğal olarak manüplatif tekniklerin uygulayıcısının da daha çok baba olduğu görülmektedir. Üstelik Dwairy ve Achoui'nin (2010) de belirttiği

gibi doğu toplumlarındaki anneler çocuklarına yakın olmalarına ve önemli düzeyde kontrol uyguluyor olmalarına rağmen kişisel bir otoriteleri olmamaktadır. Çoğu zaman bu anneler kontrolü babaların otoritesi adına göstermektedirler. Bu anneler çoğu zaman kuralların uygulayıcı ve takipçisi iken baba uygunsuz davranış zamanlarında kızan ve son otorite noktası olan kişi olmaktadır. Dolayısıyla baba, toplumun da kendisine verdiği babalık rolünün gereğini yerine getiriyor ve bunu daha rahat dile getiriyor olabilir. Ayrıca çocuklarına çoğu zaman babalara göre daha yakın ilişkiler içinde bulunan anneler tarafından uygulanan bu türden davranışların anneler tarafından yeterince negatif kontrol edici olarak algılanmıyor olması da mümkündür.

4.2. Ebeveyn Davranışsal Kontrol Boyutları ile Ergenlerin Yaşadığı Güçlükler Arasındaki İlişkide Öz Düzenlemenin Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada yanıt aranan ana sorunun yanıtlanması doğrultusunda ikinci olarak ebeveyn davranışsal kontrol boyutları bağımsız değişkenler olarak ele alınmış; ergenler, anneler ve babalardan elde edilen yanıtlar kendi içinde analiz edilmiş ve sonuçlar bu başlık altında tartışılmıştır.

Araştırmada davranışsal kontrol iki boyut halinde ölçülmüştür. Bu boyutlardan ilki, izleme; ikincisi ise haberdarlıktır. Araştırmaya katılan ergenler, bu iki boyut açısından önce annelerini, daha sonra babalarını değerlendirmişlerdir. Ergenlerin yaptığı bu değerlendirmelere göre, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, ne anneler tarafından, ne de babalar tarafından uygulanan davranışsal kontrol boyutları ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir. Buna göre, ergenlerin annelerinden ve babalarından algıladıkları izleme veya haberdar olma şeklindeki kontrol, çocuğun başarılı özdüzenleme becerisinin aracılığı ile duygusal güçlükle anlamlı düzeyde ilişkili görünmemektedir. Aslında aracılık ilişkisine bakılmadan analiz yapıldığında, annelerin ve babaların çocuklarının etkinliklerini izlemesi ve yaşamlarından haberdar olması, ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler ile ters yönde ilişkili çıkmıştır. Ancak aracılık ilişkisinin göz önünde bulundurulması ile ortaya çıkan sonuç, bu ilişkide özdüzenleme dışındaki başka etkenlerin aracılığı ile bu ilişkinin ortaya çıkmış olabileceğini düşündürmektedir.

Öte yandan, araştırmaya katılan anneler ve babaların verdiği yanıtlara göre, başarılı bir özdüzenlemeye sahip olma, anneler ve babalar tarafından uygulanan izleme ile ergenin

sahip olduğu duygusal güçlük arasındaki ilişkiye “tam aracılık” (full mediation) etmiştir. Buna göre, hem annelerin hem de babaların uyguladıkları izleme şeklindeki kontrol, çocuğun başarılı özdüzenleme becerisinin aracılığı ile duygusal güçlükle anlamlı düzeyde ilişkili görünmektedir. Ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler, hem annelerinden ve babalarından algıladıkları izleme düzeyi ile hem de sahip oldukları özdüzenleme becerileri ile ilişkilidir. Özdüzenleme becerileri, anneden ve babadan gelen izleme ile duygusal güçlükler arasındaki ilişkide aracılık etmekte; onların duygusal güçlüklerini yordamada önemli bir etkiye sahip olmaktadır.

Bu durumda, çocuğun düzenlenmesi, kuralların öğretilmesi, sosyal işlevselliğin kazandırılması gibi alanlarda daha etkili olan davranışsal kontrol konusunda her iki ebeveynin de daha etkin rol aldığı söylenebilir. Nitekim ülkemizdeki ana babalık şeklinde de öncelikle çocukların gündelik yaşam etkinliklerini, kimlerle birlikte olduklarını izlemek, uygunsuz görülen yerlerde bunlara dair yasaklamalar getirmek olduğu, hem anneler hem de babalar tarafından bu tür davranışlarda bulunuyor olmanın ifade edilmesinin daha kolay/kabul edilebilir olduğu söylenebilir.

Finkenauer ve ark (2005)'na göre, ebeveynlerin en önemli görevlerinden biri çocuklarına duygu, düşünce ve davranışlarını düzenlemeyi öğretmek kendini kontrol edebilme becerisini inşa edebilmektedir. Yüksek düzeyde kabulü, iyi bir kontrolü, çocuğu izlemeyi/takip etmeyi ve müdahaleci psikolojik kontrolün çok sınırlı şekilde kullanımını içeren adaptif ebeveynlik, çocuğa kendisini kontrol etme, duygu, düşünce ve davranışlarını düzenleyebilme için uygun bir ortam sağlar. Destekleyicilik, onaylayıcılık ve uygun kuralların olması gibi eğilimleri olan ebeveynler çocuklarına hazzı ertelemeyi ve yoldan çıkarıcı şeylere karşı dur diyebilmeyi öğretebilirler. Bu tip bir ebeveynlik çocukların yalnızca temel ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamakla kalmaz, aynı zamanda öz denetim geliştirmelerini ve deneyimlemelerini sağlayan koruyucu bir ortam da sunar. Eğer ebeveynler bu konuda başarılı olabilirlerse ergenler de daha az sorunlu davranış göstereceklerdir. Nitekim yaptıkları çalışmada, erken ergenlik döneminde sergilenen ebeveynlik davranışı ile psikososyal sorunlar arasındaki ilişkiye öz denetimin aracılık ettiğini bulmuşlardır (Finkenauer ve ark., 2005).

Patterson ve Loeber'in (1984) teorisine göre aşırı miktardaki psikolojik ve/veya davranışsal kontrol küçük bir çocuğun uygun prososyal davranışlar geliştirme yeteneğini

bozmakta; buna karşın düşük davranışsal kontrol, ergenlik çağında akranlarla sorun yaşamaya ilişkili görünmektedir. Diğer bir deyişle aşırı kontrol self kontrolün gelişimi için gerekli olan otonominin gelişimini ketterken, çok az olması yoldan çıkmayla ilişkili görünmektedir. Geçmişte yapılan çalışmalar ebeveynlik davranışları ve öz-düzenleme arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmış olsa da ebeveyn kontrol boyutlarının ne derece özgül şekilde öz-düzenleme yeteneklerini ortaya çıkardığı veya önlediği hala keşfedilmemiştir.

Davranışsal kontrol, çocuğun davranışını (tavırlarını, çalışma etkinliklerini, arkadaşlarına katılımını vb.) yapılandırma ve düzenleme için yapılan ebeveyn girişimlerini içermektedir. Örneğin, uygun davranışlar için gerekli olan kuralların belirtilmesi ve çocuğun davranışlarının izlenmesi davranışsal kontrol örnekleridir (Dishion ve Mcmahon, 1998; Stattin & Kerr, 2000).

Çocukluk çağı boyunca kendini düzenlemenin gelişimi sıklıkla ebeveynle ilişkilenebilir. Bu ilişkide bireyler ebeveynlerinin değerleri ile tutarlı olan inançlar, dünya görüşleri ve davranışları edinir ve içselleştirirler. Ebeveynlerin davranışları, kabul edilebilir davranışın sınırlarını ifade eder ve düzenleme stratejileri açısından model oluşturur (Kopp 1982).

Barber'a (1996) göre, davranışsal kontrol, denetim sağlayarak, sınırlar koyarak ve ev içinde kurallar koyup bu kuralları yürüterek, ergenlerin davranışlarının yönetilmesini sağlamaktadır. Bir ergenin davranışlarını yeterli şekilde düzenlemeyi öğrenmesi bu yolla olabilir ve düzenlemenin başarılması, sosyal işleyişin yapısını ve kurallarını öğrenmek için gereklidir.

Birçok çalışma tutarlı şekilde, ebeveynlerin tutarlı kurallar koymasının, çocukların etkinliklerini izliyor olmanın, yani yapıyor oldukları şeyleri, kimlerle olduğunu biliyor olmanın, yani çocuğu izlemenin ergenlerdeki sorunlu davranışlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu tür ebeveynlik davranışlarının kombinasyonu ergenlik dönemindeki ana sorunlu davranışlarının iki tipinin de (içselleştirme ve dışsallaştırma) azalmasında etkili görünmektedir (Darling & Steinberg, 1993).

Literatürde yer alan ve araştırma sonucunu destekler nitelikte olan tüm bu bilgiler ışığında şu yorum yapılabilir: Ebeveynlerden gelen bu tür davranışlar, muhtemelen çocuğun, içinde hareket edeceği alanın sınırlarını belirlemede, yapılması beklenen ve yapılmaması

istenen davranışlara dair mesaj vermekte, yoldan çıkmalara karşı engel oluşturmakta, böylece yaşamda henüz deneyimleri sınırlı olan gençleri koruyucu bir işlev üstlenmektedir. Bu koruyucu ortamda gelişen gençler, sosyal dünyayla iletişimlerinde kendilerini hangi sınırlar içinde konumlandırması gerektiğini, nerede durması, nerede ilerlemesi gerektiğini, dürtülerini kontrol etmeyi; yani öz düzenlemenin içinde yer alan birçok bileşeni daha iyi öğreniyor olabilir. Bu öğrenmenin temel nedeni ebeveynlerden gelen bu sağlıklı kontrol biçimi olabilir. Literatürde de yer aldığı şekliyle özdüzenleme, çocukların sahip olduğu içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını yordamada birinci sırada yer almaktadır. Dolayısıyla özdüzenleme açısından daha başarılı olan gençler daha az duygusal güçlük de yaşayacaklardır. Özdüzenleme konusunda sergilenen başarı, ebeveyn tarafından uygulanan izleme ile duygusal güçlükler arasındaki ilişkiye bu şekilde aracılık ediyor olabilir.

4.3. Ergenlerin Toplam Güçlük Puanlarının Ebeveyn Kontrol Boyutlarına ve Ergenlerin Sahip Olduğu Başarılı Özdüzenleme Düzeylerine Göre Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmada, ilköğretim 6. – 7. – 8. sınıf öğrencilerinin yaşadıkları toplam güçlüklerin düzeyini öngören değişkenleri belirlemek amacıyla aşamalı çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Ebeveyn psikolojik kontrol boyutları olan sevginin esirgenmesi ve suçluluk yüklemenin; ebeveyn davranışsal kontrol boyutları olan izleme ve haberdarlığın; ergenlerin sahip olduğu başarılı özdüzenleme düzeylerinin; ebeveynlere ait sosyodemografik özelliklerin, ergenlerin sahip olduğu toplam güçlük düzeylerini ne kadar yordadığı, ergenler – anneleri – babaları için ayrı ayrı değerlendirilmiştir.

Araştırma bulguları incelendiğinde, ilköğretim 6. – 7. – 8. sınıf öğrencilerinin toplam güçlük düzeylerinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarının ergenler için üç aşamada tamamlandığı görülmüş ve sırasıyla ergenlerin başarılı öz düzenleme düzeylerinin, anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan suçluluk yüklemenin ve çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik durumunun ergenlerin sahip olduğu toplam güçlük düzeyini anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Toplam güçlük düzeylerinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon, annelerden elde edilen verilere uygulandığında analiz sonuçlarının dört aşamada tamamlandığı görülmüş ve sırasıyla ergenlerin öz düzenleme düzeylerinin, anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan sevginin esirgenmesi boyutunun, annenin eğitim yılının ve

yine anneler tarafından uygulanan ve ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarından biri olan suçluluk yüklemenin ergenlerin toplam güçlük düzeyini anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Toplam güçlük düzeylerinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon, babalardan elde edilen verilere uygulandığında analiz sonuçlarının iki aşamada tamamlandığı görülmüş ve sırasıyla ergenlerin öz düzenleme düzeylerinin ve babalar tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan sevginin esirgenmesi boyutunun toplam güçlük düzeyini anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Ergenlerden elde edilen verilere göre, çocuğun sahip olduğu öz düzenleme düzeyi, annenin psikolojik kontrol boyutlarından suçluluk yüklemeyi ne düzeyde uyguladığı ve ardından da çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi toplam güçlük puanları üzerindeki varyansın %30.1'ini açıklamaktadır. Değişkenler tek tek ele alındığında çocuğun sahip olduğu özdüzenleme düzeyi tek başına % 19.5, annelerin suçluluk yüklemesi değişkeninin % 7.3 ve ardından çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi değişkeninin % 3.3 oranında toplam varyansa katkıda bulunduğu görülmüştür.

Annelerden elde edilen verilere göre, ergenlerin özdüzenleme düzeyleri, annenin psikolojik kontrol boyutlarından sevginin esirgenmesini ne düzeyde uyguladığı, annenin eğitim yılı ve annenin psikolojik kontrol boyutlarından suçluluk yüklemeyi ne düzeyde kullandığı toplam güçlük puanları üzerindeki varyansın % 37.5'ini açıklamaktadır. Değişkenler tek tek ele alındığında ise özdüzenleme değişkeninin tek başına % 24.8, annenin sevgisini esirgemesi değişkeninin % 8.3, annenin eğitim yılı değişkeninin % 2.9 ve annenin suçluluk yüklemesi değişkeninin % 1.5 oranında toplam varyansa katkıda bulunduğu görülmüştür.

Babalardan elde edilen verilere göre, ergenlerin özdüzenleme düzeyleri ve babaların ebeveyn psikolojik kontrol boyutlarından sevginin esirgenmesini ne düzeyde uyguladığı toplam güçlük puanları üzerindeki varyansın % 28'ini açıklamaktadır. Değişkenler tek tek ele alındığında ise ergenlerin özdüzenleme düzeyleri değişkeninin tek başına % 25.3, babaların sevgilerini esirgemeleri değişkeninin % 2.7 oranında toplam varyansa katkıda bulunduğu görülmüştür.

Ergenlerden elde edilen bulgular incelendiğinde, toplam güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısı olarak ergenlerin sahip olduğu başarılı özdüzenleme değişkeninin öne çıktığı, başarılı öz düzenleme ile toplam güçlük arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Başarılı özdüzenleme değişkeninde olduğu gibi çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi ile toplam güçlük puanları arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki olduğu görülmektedir. Anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutu içinde yer alan suçluluk yüklemesi değişkeni ile toplam güçlük puanları arasında ise anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle ergenlerin özdüzenleme becerileri azaldıkça ve çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi düştükçe; anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutu içinde yer alan suçluluk yüklemesi arttıkça ergenlerin yaşadığı toplam güçlük artmaktadır.

Annelerden elde edilen bulgular incelendiğinde, toplam güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısı olarak ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme değişkeninin öne çıktığı, öz düzenleme ile toplam güçlük arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Öz düzenleme değişkeninde olduğu gibi annenin eğitim aldığı yıl değişkeni ile toplam güçlük puanları arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Annenin uyguladığı sevginin esirgenmesi ve suçluluk yüklemesi değişkenleri ile toplam güçlük arasında ise anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Bir başka deyişle, öz düzenlemedeki başarı düştükçe ve annenin eğitim yılı azaldıkça ergenler daha fazla güçlük yaşıyor gibi görünmektedir. Ayrıca, anne ne kadar çok sevgisini esirgerse ve anne ne kadar çok suçluluk yüklerse çocuğun güçlük yaşama ihtimali de o kadar artmaktadır.

Babalardan elde edilen bulgular incelendiğinde, toplam güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısı olarak ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme değişkeninin öne çıktığı, öz düzenleme ile toplam güçlük arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Babalar tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutu içinde yer alan sevginin esirgenmesi ile toplam güçlük puanı arasında ise anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle, özdüzenlemedeki başarı azaldıkça bir ergenin sahip olabileceği güçlük düzeyi artmaktadır. Ayrıca babalar tarafından uygulanan sevginin esirgenmesi arttıkça ergenin yaşadığı güçlük miktarı da artmaktadır.

Ergenlerin, annelerin ve babaların verdiği yanıtlara uygulanan regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında, ergenlerdeki toplam güçlük düzeyini en iyi düzeyde yordayan değişkenin çocukların sahip olduğu “başarılı öz düzenleme” düzeyi olduğu görülmektedir. Öz düzenlemenin yetersiz düzeyde kullanılması hem davranışsal hem de duygusal sorunlar açısından önemli bir risk faktörü olarak görülmektedir. Öz kontrolün olmaması, ergenlerde spesifik bir tip psikososyal sorunun gelişimini sağlamak yerine, genel olarak psikososyal sorunlar yaşamaya daha yatkın hale getiriyor gibi görünmektedir (Gottfredson &Hirschi, 1990).

White ve ark. (2013), yaptıkları çalışmada, hem davranışları ve duyguları modüle ederek ve bilişsel kurulumu daha esnek bir tavra çevirerek yapılan davranışsal düzenlemeyi; hem de planlama, organizasyon yapma, bir işi başlatma, geleceğe yönelik bir hedefi sürdürebilme ve problem çözme gibi işlevleri içeren metakognisyonu kapsayan öz düzenlemedeki yetersizliklerin, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını içeren uyum sorunlarının sorumlusu olduğunu bildirmektedirler. Dolayısıyla öz düzenleyici süreçlerin duygusal ve davranışsal işleyişte adaptif bir rol oynadığına değinmektedirler. Literatürde yapılan birçok çalışma, öz düzenlemedeki yetersizlikleri özellikle DEHB özelinde incelemiştir. White ve arkadaşlarının (2013) yaptığı çalışmada öz düzenleme yetersizliklerinin, ergenlerin yaşadığı duygusal sorunların yordanmasında yaş, cinsiyet, DEHB tanısı, zeka düzeyi ve psikotrop ilaç tedavisi alma gibi durumların üzerinde bir etkiye sahip olduğunu bulmuşlardır.

Finkenauer ve ark.(2005) genç ergenlerle yaptıkları ve depresyon, kaygı ve düşük özsaygıyı duygusal sorunlar, suçlu davranışları ile saldırganlığı davranışsal sorunlar olarak nitelendirdikleri çalışmalarında, ergenlerin bildirimlerine dayalı olarak yaptıkları ölçümlerde, gençlerin öz denetimlerindeki yetersizlik ile davranışsal ve duygusal sorunlar arasında lineer bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Öz denetim ile psikososyal sorunlar arasındaki tüm univariate ilişkilerin anlamlı olduğunu, suçlu davranışı için $-.19$ 'dan depresyon ve kaygı için $-.46$ 'ya kadar değişen aralıkta korelasyonlar olduğunu göstermişlerdir. Bu bulgular ergenlerde yetersiz öz denetim ile çok sık duygusal ve davranışsal sorunlar yaşama arasında ilişki olduğu fikrini desteklemektedir. Dolayısıyla yetersiz öz denetim duygusal sorunlar için bir risk faktörüdür.

Öz düzenleme becerisinin duyguları, düşünceleri ve davranışları düzene sokmaya yönelik içselleştirilmiş bir kapasite olarak tanımlandığı literatüre bakıldığında, öz düzenlemedeki yetersizliklerin anksiyete, depresyon gibi tanıları kapsayan içselleştirme sorunlarında ve agresyon, DEHB, davranım sorunları gibi tanıları kapsayan dışsallaştırma sorunlarında önemli bir etkiye sahip olduğu, iki grup sorun için de bir risk faktörü oluşturduğu görülmektedir. Nitekim yapılan çalışmada da ergenlerin yaşadığı her grup sorunun sorgulanmasıyla elde edilen toplam günlük puanının en iyi yordayıcısı üç grup cevap için de öz düzenleme çıkmış ve literatür bilgisi ile uyumlu bir bulgu elde edilmiştir. İçselleştirme sorunlarında kişilerin daha çok duygularını bastırma, yok sayma, erteleme gibi stratejiler kullanarak duygularını düzenlemeye giriştikleri ancak yanlış yönde bir düzenleme yaparak sorunlardan kaçındıkları ve sorunlarla baş etmede yetersiz kaldıkları söylenebilir. Dışsallaştırma sorunlarında ise daha çok engellenmeye bağlı olarak yaşanan aşırı tepkisellik görülebilir. Sonuç olarak iki tip sorunda da varolan durumun değerlendirilmesi, yorumlanması, duruma ilişkin planlama yapılması ve sorunun çözülmesi gerekmektedir. Sorunun uygun çözümü için kişinin öz denetimini kullanarak duygudüşünce ve davranışlarını yönetebilmesi gerekir. Burada dürtü kontrolü, arzu ve isteklerin kontrolü, hazzın ertelenebilmesi, gerekli durumda davranışın geçici bir süre ile ertelenebilmesi gibi düzenleme becerilerinin kullanılması gerekir. Bunların yapılamadığı, yani duygu, düşünce davranışların regülasyonunun başarısız olduğu, durumlarda ise sorun çözülmeden, çoğu zaman büyüyerek veya yön değiştirerek yeniden kişinin karşısına çıkabilir; anksiyete, depresyon veya öfke krizleri gibi sorunlarla gözlenebilir. Dolayısıyla öz düzenleme becerisinin içeriğinde tanımlanan özellikler ergenlerin yaşayabileceği duygusal sorunlar ile doğrudan ilişkili gibi görünmektedir.

Ergenlerden elde edilen verilere yapılan regresyon analizinde, yaşanan günlük düzeyini açıklamaya katkıda bulunan ikinci sıradaki değişken, anneler tarafından uygulanan ve psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yükleme” değişkenidir. Bu değişken annelerden elde edilen yanıtlara uygulanan regresyon analizi sonuçlarında da ergenlerin yaşadığı güçlükleri açıklamada dördüncü sırada yer almıştır. Psikolojik kontrolün diğer boyutu olan sevginin esirgenmesi ise hem annelerin hem de babaların yanıtlarında ergenlerin yaşadığı güçlüğü açıklayıcı bir diğer değişken olarak karşımıza çıkmaktadır. Sonuç olarak, yapılan çalışmada psikolojik kontrol, iki boyutu olan bir yapı olarak ölçülmüştür. İki boyut ergen, anne, baba yanıtlarına yapılan regresyon analizi

sonucunda açıklayıcı değişkenler olarak görülmektedir. Dolayısıyla ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrolün yaşanan güçlüklerle önemli katkısı bulunduğu söylenebilir.

Ebeveynlerin genç ergenleri ile olan etkileşimlerinin davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutlardaki öz düzenlemenin gelişimi için bir zemin oluşturduğu artık kabul görmüş bir bilgidir. Çalışmalar açıkça göstermektedir ki, adaptif ebeveyn çocuk yetiştirme teknikleri öz düzenlemeyi geliştirir ve yetersiz düzeyde gelişen öz düzenleme becerisi de psikopatoloji ile yakından ilişkilidir (Baker, Hoerger, 2012).

Ebeveyn kabulü ve psikolojik kontrol doğrudan ve kısmi olarak duygusal ve davranışsal sorunlar ile ilişkilidir. Bu ebeveynlik boyutları, ergenlerin öz kontrol düzeyleri ile olan ilişkisi üzerinden de davranış sorunları ile ilişkili olabilir. Ebeveynin kabulü genç ergenlerin öz denetim gücünü artırırken, psikolojik kontrol çocukların öz denetimlerini zayıflatıyor gibi görünmektedir. Ebeveynlerin kısıtlayıcı ve psikolojik olarak kontrol edici olarak görülmesinin daha çok davranışsal sorun (öfke ve suçluluk) ve daha çok duygusal sorun (depresyon, kaygı, düşük öz güven) ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Ebeveynlerin daha kabul edici ve destekleyici olarak görülmesinin daha az duygusal sorunla ilişkili olduğunu; ebeveynleri genellikle katı ve çocuklarının etkinlikleri ve nerelerde/kimlerle olduğu ile ilgili daha haberdar/bilgili görmenin ise daha az davranışsal sorunla ilişkili olduğu bulunmuştur (Finkenauer ve ark., 2005).

Barber'a göre davranışsal kontrol ve psikolojik kontrol arasındaki ayrım ebeveynliğin çocukların ve ergenlerin gelişimini nasıl etkilediğine dair incelikli bir analiz yapılmasına olanak sağlar. Buna göre davranışsal kontrol ideal şekilde ergenlerin uygun davranışlar geliştirmesi için açık bir rehberlik sağlar, bu ebeveynlik boyutu ergenleri dışsallaştırılan veya antisosyal davranışlara karşı korur. Psikolojik kontrol ise tersine içselleştirilen sorunlara hassasiyet ile ilişkili görünmektedir. Çünkü bu ebeveynlik boyutu güvenli, stabil ve olumlu bir kendiliğin kurulmasını bozmakta ve böylece ergenleri düşük benlik saygısı ve depresif semptomlar açısından riske atmaktadır (Barber ve Harmon 2002). Bu tahminler üzerinden Barber ve arkadaşları ergenleri problem davranışlarının yordayıcıları olarak davranışsal kontrol ve psikolojik kontrolü işin içine soktuklarında davranışsal kontrolün tek başına dışsallaştırılan problemlerin olumsuz yönde yordayıcısı ve psikolojik kontrolü tek başına içselleştirilen problemlerin pozitif yönde yordayıcısı olarak bulmuşlardır (Soenens 2010).

Olumsuz ebeveyn kontrolü, içinde aşırı derecede kontrol, çocukların etkinliklerini ve alışkanlıklarını düzenleme, ebeveyne bağımlılığı destekleme ve çocuğa ne yapması, nasıl düşünmesi gerektiği gibi direktiflerde bulunma gibi bir dizi davranışı içerir. Yüksek düzeydeki kontrolün algılanan kişisel yeterliliği azalttığına ve çaresizliği yükleyerek anksiyete ve depresyonu doğurduğuna inanılmaktadır (Dwairy, Achoui, 2010).

Manzeske ve Stright (2009), ebeveyn kontrolü ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi bulmaya yönelik yaptıkları çalışmada küme analizi yaparak anneleri dört gruba ayırmışlardır. Birinci gruptaki anneler, çocukları tarafından, sıcaklığı yüksek, davranışsal kontrol düzeyi yüksek, orta düzeyde psikolojik kontrol uygulayan anneler olmuştur; ikinci gruptaki anneler, sıcaklığı yüksek, davranışsal kontrolü yüksek, psikolojik kontrolü düşük olan anneler olmuştur. Üçüncü gruptaki anneler, çocukları tarafından sıcaklığı yüksek, orta düzeyde davranışsal kontrol uygulayan, düşük düzeyde psikolojik kontrol uygulayan anneler olmuştur. Son grupta ise sıcaklığı yüksek, hem davranışsal hem de psikolojik kontrol düzeyi yüksek anneler yer almıştır. Dört grupta yer alan annelerin çocukların duygu düzenlemelerine bakıldığında, yüksek düzeyde sıcaklık, yüksek düzeyde davranışsal kontrol ve düşük düzeyde psikolojik kontrole sahip olan annelerin genç yetişkin çocuklarında daha yüksek düzeyde duygu regülasyonu olduğu bulunmuştur. Yüksek düzeyde davranışsal ve psikolojik kontrol bildirilen annelerin çocuklarının anneleri yüksek düzeyde sıcaklığa sahip olsa bile, genç erişkinlikleri boyunca daha az duygu regülasyonu sergiledikleri bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, ebeveyn tarafından uygulanan yüksek düzeyde davranışsal ve psikolojik kontrol düzeyleri, genç erişkinlikte yetersiz duygu düzenleme ile ilişkili görünmektedir (Manzeske, Stright, 2009).

Psikolojik kontrol uygulayan ebeveynlerin çocuklarının duygu, düşünce ve davranışlarını kısıtladıkları, değersizleştirdikleri ve manipüle etmeye çalıştıkları düşünüldüğünde çocuğun reddedileceği, olduğu gibi kabul edilmeyeceği, eleştirileceği düşüncesiyle giderek kendisini daha değersiz ve sevilemez biri olarak içselleştirmesinin mümkün olabileceği düşünülebilir. Bu ise anksiyete ve depresyon gibi içselleştirilen sorunlara doğru bir yol hazırlayabilir. Öte yandan ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki bağlam, bakım veren tarafından ifade edilen/önerilen davranışların çocuk tarafından edinilme ihtimalini artırır veya azaltır. Örneğin annenin olumsuz duyguların toplum içinde kontrol edilmesiyle ilgili tekrarlayıcı girişimleri eğer anne-çocuk arasındaki ilişki çok düşmanca veya mesafeli ise çocuk tarafından görmezden gelinebilir; tersi etkiye sebep

olabilir. Duygusal ve bilişsel deneyimlerinin kabul olmayacağına dair bir beklentinin yerleşmesi, özellikle ergenlik döneminde olup kimlik duygusunu yerleştirmeye çalışan bir genç için oldukça riskli olabilir ve kendi bireyleşme çabası içinde karşı gelme, agresyon, tepkisellik gibi yaklaşımları doğurabilir. Literatüre bakıldığında(örneğin, Finkenauer ve ark., 2005), az sayıda sorun yaşayan genç ergenlerin, ebeveynlerini duygusal olarak daha fazla destekleyen ve daha az psikolojik kontrol uygulayan ebeveynler olarak gördüğü bulunmuştur. Elde edilen bulgular, destekleyici yani ebeveynlerin duygusal olarak katılımcı, çocukların ihtiyaçlarına karşı duyarlı, çocuklarının yaşamlarına karşı ilgili olduğu ailelerde yetişen ergenlerin, daha mesafeli, çatışmalı, katılımcı olmayan, ihmal veya reddeden ailelerde yetişen ergenlere göre daha az sorunlu davranış geliştirecekleri yönündeki çok sayıda çalışmayı destekler niteliktedir.

Ergenlerden elde edilen verilere yapılan regresyon analizinde, yaşanan güçlük düzeyini açıklamaya katkıda bulunan üçüncü sıradaki değişken, çocuğun devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi değişkenidir. Çocuğun okuduğu okulun sosyoekonomik koşulları, aslında çocuğun içinde yaşadığı aile ve sosyal çevreyi temsil etmesi nedeniyle önemli görülmüş, bu nedenle çalışmaya önemli bir değişken olarak eklenmiştir. Literatüre bakıldığında, içinde yetişilen çevrenin sosyo ekonomik koşullarını oluşturan etmenlerin(ailenin gelir düzeyi, anne-babanın eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çocuğun kendisine ait bir odasının olup olmaması vb.) çocuğa uygulanan ebeveyn kontrolü üzerinde etkiye sahip olabileceği görülmektedir. Pettit ve ark.(2001)'nin yaptığı çalışmada, hem annelerin hem de ergenlerin bildirimlerinde, sosyoekonomik düzeyin ailenin çocuğu izleme düzeyini açıklayıcı değişkenlerden biri olduğu görülmektedir ancak aynı açıklayıcılık psikolojik kontrol için bulunamamıştır. Bu durumda ailenin sergilediği davranışsal kontrolün(izlemenin) çocuğun kendisini düzene sokabilme becerisine olan etkisinin çalışmamız da dahil olmak üzere bazı çalışmalarda belirtildiği göz önüne alındığında, bu regülasyonu sağlamayı yeterli düzeyde mümkün kılmaması üzerinden ergenlerin yaşadığı güçlüğe katkıda bulunuyor olabileceği düşünülmüştür.

Nitekim annelerin cevaplarında yer alan açıklayıcı değişkenlerden bir de annenin eğitim düzeyidir. Bu durumun da sosyoekonomik durumla ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Nitekim sosyoekonomik düzey ile eğitim düzeyi arasındaki ilişki göz önüne alındığında, sosyoekonomik düzeyi düşük, yeteri kadar eğitim alamamış annelerin ve genel olarak ebeveynlerin çocuklarının duygu, davranış ve düşüncelerini

yönlendirmelerine uygun katkıda bulunuşlarının zayıf olabileceği düşünölebilir. Çocukun özerkliğini desteklemek yerine, disiplin kurallarının uygulanmasının öncelikli olması mümkündür. Bu noktada çocukun bireyselliğine ve özgürlüğüne yeterince önem verilmezse çocukta değersizlik, engellenme, sınırları aşma konusunda ısrar görölebilir. Tüm bunlar yetersiz öz düzenlemenin gelişmesi üzerinde yaşanan güçlüklerle katkı sağlayabilir.

SONUÇ

Bu bölümde araştırmadan elde edilen sonuçlarla birlikte, sonuçlardan yola çıkararak geliştirilen sonuç ve öneriler sunulmuştur.

Bu araştırmada, ilk etapta, ilköğretim 6., 7., 8. sınıf öğrencilerinin ebeveynleri tarafından uygulanan psikolojik ve davranışsal kontrol boyutlarının ergenlerin yaşadığı duygusal güçlüklerle ilişkili olup olmadığı ve varolan ilişkilerde ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme becerilerinin aracılık etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Ardından, bu ergenlerin sahip olduğu duygusal güçlükler, kendilerini başarılı şekilde düzenleyebilmeleri, ebeveynleri tarafından uygulanan psikolojik ve davranışsal kontrol boyutları ile bazı sosyodemografik özelliklere göre yordanmıştır.

Kuramsal olarak öz düzenleme teorisi üzerine temellendirilmiş olan bu çalışmada ergenlerden babalardan elde edilen veriler, literatürde yer alan bulgularla tutarlı olarak, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrolün ergenlerin sahip olduğu duygusal sorunlarla ilişkili olduğu ve bu ilişkide ergenin sahip olduğu öz düzenleme becerisinin iki değişken arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur.

Ergenlerden elde edilen yanıtlara göre psikolojik kontrolün iki boyutu olan suçluluk yükleme ve sevginin esirgenmesi boyutlarının ikisi de kısmi aracılık etkisi göstermektedir. Buna göre bu ilişkide aracılık etkisi bulunan başka faktörlerin de olduğu söylenebilir. Babalardan alınan yanıtlara göre ise sevginin esirgenmesi boyutu ergen yanıtı ile tutarlı kısmi aracılık etkisi gösterirken, suçluluk yükleme boyutu tam aracılık etkisi göstermektedir. Buna göre, ebeveyn tarafından uygulanan sevginin esirgenmesi ile ergenin sahip olduğu duygusal güçlükler arasındaki ilişkide en önemli aracının ergenin sahip olduğu öz düzenleme olduğu; suçluluk yüklemenin ergenin öz düzenlemesini bozması üzerinden ergenin duygusal sorunlar yaşamasına sebep olduğu söylenebilir.

Ebeveyn tarafından uygulanan davranışsal kontrol boyutlarına gelindiğinde ise anneler ve babalar tarafından verilen yanıtarda, tutarlı olarak, izleme boyutunun tam aracı etkisi görölmektedir. Buna göre, ebeveynin çocuğunu, etkinliklerini, duygu ve düşüncelerini izliyor olması, ergenin sahip olduğu öz düzenlemeyi önemli düzeyde etkiliyor, bu etkinin aracılığı ile ergen duygusal sorun yaşıyor ya da yaşamıyor gibi görünmektedir.

Ergenlerin sahip olduğu güçlük düzeylerinin yordanması amacıyla yapılan aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları, ergenlerin verdiği yanıtlarda, yaşanan güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısının, “başarılı öz düzenleme”, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından “suçluluk yükleme” ve ergenin devam ettiği okulun sosyoekonomik düzeyi değişkenlerinin güçlük düzeyini yordayan değişkenler olduğu göstermektedir.

Ergenlerin sahip olduğu güçlük düzeylerinin yordanması amacıyla yapılan aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları, annelerin verdiği yanıtlarda, yaşanan güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısının, “başarılı öz düzenleme”, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından “sevginin esirgenmesi”, “annenin eğitim yılı” ve yine psikolojik kontrol boyutlarından biri olan “suçluluk yükleme” değişkenlerinin güçlük düzeyini yordayan değişkenler olduğu göstermektedir.

Ergenlerin sahip olduğu güçlük düzeylerinin yordanması amacıyla yapılan aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları, babaların verdiği yanıtlarda, yaşanan güçlük düzeyinin en iyi yordayıcısının, “başarılı öz düzenleme”, ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol boyutlarından “sevginin esirgenmesi” değişkenlerinin güçlük düzeyini yordayan değişkenler olduğu göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara dayanarak şu öneriler sunulabilir: .

1. Önleyici çalışmalar kapsamında, çocuğun yetiştirme koşullarının düzenlenmesi ve iyileştirilmesi, anne-babanın ergenlik dönemi özellikleriyle ve ergenliğin, bu dönemde ve önceki dönemlerde karşılaşılan ebeveynlik tarzının bireyin hayatındaki önemiyle ilgili bilgilendirilmesi, anne-baba tutum ve davranışlarının değiştirilmesi ve uygun davranışların kazandırılması için ruh sağlığı uzmanları tarafından anne-baba eğitim programları hazırlanabilir. Yine bu amaçla anneyi ve çocuğu koruyan sosyal politikaların oluşturulması yönünde adımlar atılabilir.

2. Araştırmada kısmi aracılık ilişkisi görülen değişkenlerin ilişki düzeylerinin düşük olduğu, tam aracılık etkisi gösteremedikleri gözlenmektedir. Bu durum, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında aracılık etkisi daha önemli olan başka değişkenlerin de varlığına işaret etmektedir. Bu değişkenlerin araştırılması ve yeni bir çalışma planlanarak yapısal eşitlik modeli gibi daha üst düzey bir analiz kullanılması yoluyla aradaki bağlantıların bulunması sağlanabilir.

3. Araştırmada değerlendirmeye alınan değişkenler yaşanan duygusal sorunları en fazla % 40 oranında açıklamaktadır. Buna göre hala açıklanması gereken % 60 civarı bir oran bulunmaktadır. Bu nedenle farklı değişkenler ele alınarak yeniden değerlendirmeler yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

4. Yapılacak yeni değerlendirmelerde(ileri çalışmalarda) anne ve babaların kendi güçlük düzeylerine (fke ve kaygı gibi) bakılıp, öğrenme ve ilişkinin yönü ile ilgili daha fazla Şey söylenebileceği düşünülmektedir. Zaten fke ve kaygı düzeyi daha yüksek olan ebeveynlerin çocuklarında da bu durum öz düzenlemeyi daha fazla yorduyor olabilir. Burada bir öğrenme etkisi veya genetik geçiş varolabilir. Bu durum göz önüne alınarak yapılacak bir çalışma, mevcut çalışmanın kesitsel doğası nedeniyle varolan ilişkinin yönü ile ilgili soruna dair kısıtlılığı da azaltabilir. Korelatif bir çalışmada, daha çok sorunu olduğu bildirilen çocuklar ebeveynlerini daha fazla psikolojik olarak kontrol edici Şeklinde değerlendirmiş olabilir. Öte yandan, ergenlerdeki problem davranışlar ebeveyn kabulünü azaltıp psikolojik kontrolü arttırıyor olabilir. Veya ebeveyn kabulünün düşük, psikolojik kontrolün yüksek olması ergenlerdeki sorunlu davranışlara sebep oluyor olabilir. Bu nedenle daha fazla gözleme dayalı çalışmaların yapılması da ilişki yönünün belirlenmesine katkıda bulunabilir.

ÖZET

Öz düzenleme(self regulation) kısaca, bireyin tepkilerinde değişiklik yapabilme kapasitesi olarak tanımlanabilir. Gelişiminde anne- babanın direkt etkisinin olduğu belirtilen kendini düzenlemenin(self regulation), ebeveyn kontrol (parental control) davranışları tarafından ne şekilde etkilendiğinin anlaşılması ve bunun ergenlerin yaşadıkları duygusal sorunlara katkıda bulunup bulunmadığının görülmesi amacıyla böyle bir araştırma planlanmıştır. Bu amaçla 6., 7., 8. sınıflarda okuyan erken ergenlik dönemindeki 219 ergen ve bu gençlerin ebeveynlerinden oluşan bir katılımcı grubuna, Ergenler İçin Öz Düzenleme Ölçeği, Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği, Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği, Güçler ve Güçlükler Anketi uygulanmıştır. Çalışmada psikolojik ve davranışsal kontrol davranışlarının(psychological and behavioral control) öz düzenleme becerilerinin aracı(mediator) etkisiyle ergen değişkenlerini etkilediği; farklı kontrol boyutlarının farklı ergen değişkenleri ile ilişkili olduğu; aracı değişkenli modelin büyük oranda doğrulandığı bulunmuştur. Buna göre, ergenler tarafından algılanan ana-baba psikolojik kontrolünün iki boyutu da ergenlerin özdenetim becerilerini, bu özdenetim becerileri de ergenlerin yaşadığı duygusal güçlükleri kısmı aracılık (partial mediation) etkisi ile yordamaktadır. Babalara göre de psikolojik kontrol boyutlarından suçluluk yükleme(guilt induction) boyutu duygusal sorunları tam aracılık(full mediation) olarak yordarken sevgi esirgeme(love withdrawel) kısmi aracılık etkisi ile yordamaktadır. Ayrıca hem annelerin hem de babaların verdiği yanıtlara göre davranışsal kontrol boyutlarından “izleme”(monitoring) boyutu ergen duygusal güçlüklerini tam aracılık etkisiyle yordamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik kontrol, davranışsal kontrol, öz düzenleme, duygusal sorunlar, ergenlik, ebeveynlik tarzı

SUMMARY

Self regulation can be briefly described as one's capacity to modify his or her feelings, behaviors and thoughts. This study was designed to understand how parental control effects self regulation and whether or not parental control plays a role in adolescents emotional problems. Along with this purpose, Adolescence Self Regulation Inventory, Parental Psychological Control Inventory, Parental Behavioral Control Inventory and Strength And Difficulties Inventory were administered to 219 male adolescents, attending 6th, 7th, and 8th classes. As a result, two dimensions of parental psychological control perceived by adolescents predict adolescents emotional problems by the partial mediation effect of adolescents self regulation abilities. According to fathers data, while Guilt Induction, which is a psychological control dimension, predict adolescents emotional problems by the full mediation effect of self regulation abilities, Love Withdrawal dimension predict emotional problems by the partial effect of the self regulation abilities. Again, according to fathers data, Monitoring, which is a behavioral control dimension, predict adolescents emotional problems by the full mediation effect of self regulation abilities.

Keywords: Psychological Control, Behavioral Control, Self Regulation, Adolescence, Parenting Style

KAYNAKÇA

- Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review* 2010; 30: 217–237.
- Alizadeh S, Abu Talib MB. Relationship between parenting style and children's behavior problems. *Asian Social Science* 2011;7(12): 195 – 200.
- Barber BK, Olsen JA, Shagle SC. Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behavior. *Child Development* 1994;65: 1116-1132.
- Barber B. Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development* 1996;67:3296-3319.
- Barber BK, Harmon EL. Violating the self: parental psychological control of children and adolescents. In Barber BK. (Eds). *Intrusive parenting: how psychological control affects children and adolescents*. Washington, DC: American Psychological Association Press; 2002.
- Baron RM, Kenny DA. The Moderator – mediator variable distinction in social psychology research : conceptual, strategic and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology* 1986;51(6):1173 – 1182.
- Baumeister RF, Bratslavsky E, Muraven M, Tice MD. Ego depletion: is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology* 1998;74(5): 1252-1265
- Baumeister RF. The self. In Gilbert DT, Fiske ST, Lindzey G. (Eds). *Handbook of social psychology* 4th Ed. New York: McGraw-Hill; 1998. p. 680-740
- Baumeister RF, Heatherton TF. Self-regulation failure: an overview. In Kowalski RM, Leary MR. (Eds). *The interface of social and clinical psychology*. New York and Hove: Psychology Press;2004. p. 51 – 69.

- Baumeister RF, Heatherton TF, Tice DM. Losing control: how and why people fail at self-regulation. San Diego, CA: Academic Press; 1994.
- Baumeister RF, Vohs KD. Self-regulation and the executive function of the self. In: Leary MR, Tangney JP. (Eds). Handbook of self and identity. New York: The Guilford Press; 2003.
- Baumeister RF, Vohs KD. Self regulation, ego depletion and motivation. *Social and Personality Psychology Compass* 2007;1(1), 115 - 128
- Baumeister RF, Bushman BJ. Social psychology & human nature. Belmont, CA: Thomson Higher Education; 2008.
- Baumrind D. Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology* 1971;4(1, Pt.2):1971, 1-103.
- Baumrind D. Parenting styles and adolescent development. In Brooks J, Lerner GR, Petersen AC. (Eds). The encyclopedia of adolescence. New York: Garland; 1991. p. 746 – 758.
- Baumrind, D. The social context of child maltreatment. *Family Relations* 1994;43:60-368.
- Blair C, Granger DA, Kivlighan KT, Mills-Koonce R, Willoughby M. Maternal and child contributions to cortisol response to emotional arousal in young children from low-income rural communities. *Dev Psychol* 2008;44:1095–109.
- Baker CN, Hoerger M. Parental child – rearing strategies influence self – regulation, socio-emotional adjustment and psychopathology in early adulthood: evidence from a retrospective cohort study. *Personality and Individual Differences* 2012;52:800 – 805.
- Baron RM ve Kenny DA. The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986, Vol. 51, No. 6, 1173-1182.

- Bean RA, Barber BK, Crane DR. Parental support, behavioral control, and psychological control among african american youth. *Journal of Family Issues* 2006;27:1335-1355.
- Braungart-Rieker J, Garwood MM, Stifter CA. Compliance and noncompliance: the roles of maternal control and child temperament. *Journal of Applied Developmental Psychology* 1997;18:411–428.
- Bronson, MB. *Self regulation in early childhood: nature and nurture*. New York: Guilford; 2000.
- Bowen M. *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson; 1978.
- Büyüköztürk S. *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem Yayınları; 2007.
- Dale KL, Baumeister RF. Self-regulation and psychopathology. In Kowalski RM, Leary MR. (Eds). *The social psychology of emotional and behavioral problems*. Washington, DC: American Psychological Association; 2000. p. 139-166.
- Dishion TJ, McMahon RJ. Parental monitoring and the prevention of child and adolescent problem behavior: a conceptual and empirical formulation. *Clinical Child and Family Psychology Review* 1998;1:61–75.
- Dwairy M, Achoui M. Parental control: a second cross- cultural research on parenting and psychological adjustment of children. *Journal of Child and Family Studies* 2009;19(1):16-22.
- Eisenberg N, Chang L, Ma Y, Huang X. Relations of parenting style to chinese children's effortful control, ego resilience, and maladjustment. *Dev Psychopathol* 2009;21:455–77.
- Eisenberg N, Spinrad TL, Eggum ND. Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology* 2010;6:495 – 525.

- Eisenberg N, Cumberland A, Spinrad TL. Parental socialization of emotion. *Psychol Inq* 1998a;9:241–73.
- Finkenauer C, Engels RCME, Baumeister RF. Parenting behavior and adolescent behavioral emotional problems: the role of self-control. *International Journal of Behavioral Development* 2005;29:58-69.
- Frick P, Morris AS. Temperament and developmental pathways to severe conduct problems. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* 2004;33:54–68.
- Goldstein S. What is the relationship between ADHD and self-control, <http://www.cdl.org/resource-library/articles/relationship%20between%20adhd%20and%20self%20control.php>.
ERİşim tarihi
- Goodman R. The strengths and difficulties questionnaire: a research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 1997;38:581-586.
- Goodnow JJ. Parents' ideas, actions, and feelings: models and methods from developmental and social psychology. *Child Development* 1988;59:286-320.
- Gottfredson MR, Hirschi T. *A general theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press; 1990.
- Grolnick WS, Ryan RM, Deci EL. Internalization in the family: the self-determination perspective. In Grusec JE, Kuczynski L. (Eds). *Parenting and children's internalization of values*. NY: Wiley; 1997.
- Gross, JJ, John OP. Individual differences in tow emotion regulation processes: implications for affect, relationship and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 2003;85:348 – 362.
- Grotevant H, Cooper C. Individuation in family relationships: a perspective on individual differences in the development of identity and role-taking. *Human Development* 1986;29:82–100.

- Güvenir T, Özbek A, Baykara B. Güçler ve güçlükler anketinin Türkçe uyarlamasının psikometrik özellikleri. *Çocuk Ergen Ruh Sağlığı Dergisi* 2008; 15:65-74.
- Harma M. The impact of parental control and marital conflict on adolescents' self-regulation and adjustment, 2008. Yüksek Lisans Tezi (Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Hauser S T, Powers S I, Noam G, Jacobson A, Weiss B, Follansbee D. Familial context of adolescent ego development. *Child Development* 1984; 55, 195-213.
- Heatherton T F, Wagner D O. Cognitive Neuroscience of Self-Regulation Failure. *Trends in Cognitive Sciences*, March 2011; 15(3).
- Hull J G. A Self-awareness model of the causes and effects of alcohol consumption. *Journal of Abnormal Psychology* 1981; 90. 586 – 600.
- Hull J G, Young R D. Self – consciousness, self – esteem, and success – failure as determinants of alcohol consumption in male social drinkers. *Journal of Personality and Social Psychology* 1983; 44, 1097 – 1109.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*. 1990. 107(No) 2, 156-17.
- Kakihara F, Tilton – Weaver L. Adolescents' interpretations of parental control: differentiated by domain and types of control. *Child Development*, 2009 Nov-Dec;80(6):1722-38.
- Kim J, Hetherington M, Reiss D. Associations among family relationships, antisocial peers, and adolescents' externalizing behavior: Gender and family type differences. *Child Development*, 1999; 70, 1209-1230.
- Kerr M, Stattin H. What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further evidence for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology* 2000; 36, 366-380.

- Kochanska G, Coy K. C, Murray K T. The development of self – regulation in the first four years of life. *Child development*, July/August 2001, 72 (4), 1091 – 111.
- Kochanska G, Murray K T, Harlan E T. Effortful control in early childhood: Continuity and change, antecedents, and implications for social development. *Developmental Psychology*. March 2000, 36(2), 220-232.
- Kochanska G, Knaack A. Effortful control as a personality characteristic of young children: Antecedents, correlates, and consequences. *Journal of Personality* 2003; 71, 1087-1112
- Kopp C B. Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology* 1982; 18, 199-214.
- Kopp C B, Neufeld S J. Emotional development during infancy. In R. J, 2003.
- Kort-Butler L A, Tyler K A, Melander A L. Childhood maltreatment, parental monitoring, and self-control among homeless young adults : Consequences for negative social outcomes. *Criminal Justice and Behavior* 2011; 38: 1244
- Kuppens S, Grietens H, Onghena P, Michiels D. Relations between parental psychological control and childhood relational aggression: Reciprocal in nature? *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* 2009; 38(1), 117 – 131.
- Lengua L J. The contribution of emotionality and self-regulation to the understanding of children's response to multiple risk. *Child Development* 2002; 73, 144-161.
- Maccoby E E, Martin J A. Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology*. 2003; Vol. 4: Socialization, personality, and social development (pp. 1–101). New York: Wiley.
- Manzeske D P, Stright A D. *Journal of Adult Development* 2009; 16: 223 – 229.
- Martinez-Pons M. Test of a Model of Parental Inducement of Academic Self – Regulation. *Journal of Experimental Education* 1996; 64, 213 – 227.

- McLeod BD, Wood JJ, Weisz JR. Examining the association between parenting and childhood anxiety: a meta-analysis. *Clin Psychol Rev.* 2007;27:155–172.
- Mischel W, Ayduk O. Willpower in a cognitive-affective processing system: The dynamics of delay of gratification. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: Guilford;2004, pp. 99-129.
- Minuchin S. *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1974.
- Moilanen K L. Parenting and self-regulation in adolescence: Associations with adolescent behaviors. Unpublished PhD. Dissertation. University of Nebraska; 2005.
- Moilanen K. L. The Adolescent Self-Regulatory Inventory: The development and validation of a questionnaire of short-term and long-term self-regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 2007, 36, 835 – 848.
- Muraven M, Tice D M, Baumeister R F. Self – control as limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology* 1988; 74(3), 774 – 789.
- Muraven M, Baumeister R F. Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin* 2000; 126(2), 247-259
- Murtagh A M, Todd, S A. Self-regulation: A challenge to the strength model. *JASNH* 2004;3(1), 19-51.
- Nofziger S. The “cause” of low self-control the influence of maternal self-control. *Journal of Research in Crime and Delinquency* May 2008; 45(2), 191-224.
- Olsen S. F, Yang C, Hart C H, Robinson, C C, Wu P, Nelson D A, Nelson L J, Jin S, Wo J. Maternal psychological control and preschool children’s behavioral outcomes in China, Russia, and the United States. In B. K. Barber (ed.), *Intrusive Parenting: How Psychological Control Affects Children and Adolescents*. Washington, DC : American Psychological Association Press, 2002.

- Patterson G R, Loeber L M The correlation of family management practices and delinquency. *Child Development* 1984; 55, 1299-307.
- Pettit G S, Laird R D, Dodge K A, Bates J E, Criss M M. Antecedents and behavior-problem outcomes of parental monitoring and psychological control in early adolescence. *Child Development*, March/April 2001; 72 (2), 583 – 598.
- Pomerantz E M, Wang Q. The role of parental control in children's development in western and east asian countries. *Current Directions in Psychological Science* 2009; 18, 285.
- Posner M, Rothbart M K. Developing mechanisms of self regulation. *Development and Psychopathology* 2000; 12, 427 – 441.
- Preacher KJ ve Hayes AF. SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 2004, 36 (4), 717-731.
- Simonds J, Kieras J E, Rueda M R, Rothbart M K. Effortful control, executive attention and emotional regulation in 7–10-year-old children. *Cognitive Development*, 2007; 22 (4), 474-488
- Schaefer E S. Children's reports of parental behavior: An inventory. *Child Development* 1965; 36, 413-424.
- Sethi A, Mischel W, Aber L, Shoda Y, Rodriguez M. The role of strategic attention deployment in development of self-regulation: Predicting preschoolers' delay of gratification from mother-toddler interactions. *Developmental Psychology* 2000; 36, 767-777.
- Stattin H, Kerr M. Parental monitoring: A reinterpretation. *Child Development* 2000; 71, 1072–1085.
- Steinberg L, Darling N. Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin* 1993;113, 487-496.

- Soenens B, Vansteenkiste M A. A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review* 2010; 30 74–99.
- Tangney J P, Baumeister R F, Boone A. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 2004; 72, 271-324.
- Taylor S D, Bagozzi R P, Gaither C A. Gender differences in the self-regulation of hypertension. *Journal of Behavioral Medicine* 2001; 24(5)
- Triandis H C. *Culture and social behavior*. New York: McGraw-Hill 1994.
- Tricket P K. Multiple maltreatment and the development of self and emotion regulation. *Journal of Agression, Maltreatment, and Trauma* 1998; 2, 171 – 187.
- White B A, Jarret M A, Ollendick T H. Self – regulation deficits explain in the link between reactive aggression and internalizing and externalizing behavior problems in children. *Psychopathol Behav Assess* 2013; 35:1-9.
- Zimmerman B J. Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner, *Handbook of Self-Regulation*. San Diego:Academic Press; 2000. p. 13 – 35 .

EKLER

Ek: 1 Ebeveynler İçin Oluşturulmuş Ölçek Kitapçığı



ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ

PSİKİYATRİ ANABİLİM DALI



“Ebeveyn Kontrol Davranışlarının Ergenlerin Öz-Düzenleme Becerileri ve Duygusal Sorunları Üzerindeki Etkileri” Çalışması

1.4.1.1.1. Ebeveynler için Soru Kitapçığı



Değerli Katılımcımız,

Bu çalışma, anne babaların bazı tutumlarının çocuklarının davranışları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yürütülmektedir.

Size gönderilmiş olan iki zarfta, anne ve babanın ayrı ayrı doldurması için birer soru kitapçığı ile gönüllü katıldığınızı ve çocuğunuzun katılmasına izin verdiğinizi bildiren onam formu yer almaktadır.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın verileri toplu olarak değerlendirilecek, sorulara verdiğiniz yanıtlar tamamen gizli tutulacak, kişi ya da kurumlarla paylaşılmayacaktır. Sizden kimlik bilgisi kesinlikle istenmemektedir.

Yüksek lisans kapsamında yapılacak olan bu tez çalışmasına kendi isteğinizle katılmanız, bu alanda yapılan bilimsel çalışmaların geliştirilebilmesi için önemli bir etkiye sahiptir.

Bu değerli katkınız için teşekkür ediyoruz.

Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY

ADÜ Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Proje Yürütücüsü

Psk. Canan ÇELİK ÖZDEN

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

FORM NO :

Ek 1'in Devamı

AİLEYE İLİŞKİN SORULAR

Bu form çocuğunuz ve aile ortamınız ile ilgili bazı genel soruları içermektedir.

1)Aşağıdakilerden hangisi çocuğunuz ile bağınızı daha iyi tanımlamaktadır?

- Öz annesiyim Üvey annesiyim
 Diğer(Evlat edinme, koruyucu aile vb.)

2)Kaç yaşındasınız?

3)Eğitim düzeyinizi işaretleyiniz:

- Okur-yazar İlkokul mezunuyum
Ortaokul mezunuyum Lise mezunuyum
Üniversite mezunuyum Yüksek lisans veya üstü

4)Size en uygun durumu işaretleyiniz

- Çalışmıyorum Çalışıyorum Emekliyim

Varsa mesleğinizi yazınız.....

5)Aşağıdakilerden hangisi aile yapınızı daha iyi anlatıyor?

- Evli ve anne-baba birlikte Evli ve anne-baba ayrı yaşıyor
Boşanmış ve çocuk anne ile yaşıyor Boşanmış ve çocuk baba ile yaşıyor
Boşanmış ve çocuk akraba ile yaşıyor Diğer(Lütfen belirtiniz).....

6)Evinize giren aylık gelir ne kadardır?

- 1000 TL veya altı 1100 TL – 2000 TL arası
 2100 TL – 3000 TL arası 3100 TL – 4000 TL arası
 4000 TL ve üzeri

7.a)Bu formu size getiren çocuğunuzun başka kardeşi var mı?

- Evet (Varsa kaç tane belirtiniz)..... Hayır

8)Bu formu size getiren çocuğunuz kaçınıcı çocuğunuz?.....

9.a)Bu formu size getiren çocuğunuz bugüne kadar herhangi bir psikolojik/psikiyatrik rahatsızlık tanısı aldı mı?

- Evet(Lütfen ne olduğunu belirtiniz)..... Hayır

9.b)Çocuğunuz şu anda psikiyatrik/psikolojik bir ilaç kullanıyor mu?

- Evet (Lütfen ne olduğunu Belirtiniz)..... Hayır

10. a)Bu formu size getiren çocuğunuzun tekrarlayıcı ve en az 3 ay süren(kronik) bir hastalık tanısı var mı?

- Evet(Lütfen ne olduğunu belirtiniz)..... Hayır

10.b) Çocuğunuzun bu rahatsızlıkla ilgili bir ilaç kullanıyor mu?

- Evet (Lütfen ne olduğunu belirtiniz)..... Hayır

GÜÇLER VE GÜÇLÜKLER ANKETİ

Her cümle için kutularından birini işaretleyiniz. Elinizden geldiğince tüm cümleleri yanıtlamanız bize yardımcı olacaktır. Lütfen yanıtlarınızı **son 6 ay içindeki davranışlarınızı göz önüne alarak** veriniz.

Kesinlikle	Doğru	Kısmen
	Değil	Doğru
Doğru		
1. İnsanlara karşı iyi davranmaya çalışırım. Onların duygularını önemserim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2. Uzun süre kıpırdamadan oturamam, huzursuz olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3. Çok fazla baş ağrım, karın ağrım ya da bulantım olur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
4. Genellikle başkalarıyla paylaşırım(Örn.Yiyeceklerimi,oyunlarımı,kalemimi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5. Çok öfkelenirim ve sıkça kontrolümü kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6. Genellikle kendi başımayım. Genelde yalnız oynarım ya da başkalarıyla birlikte olmaktan kaçınırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7. Genellikle bana söyleneni yaparım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
8. Çok endişelenirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9. Eğer birisi incinmiş, morali bozulmuş ya da kendini kötü hissediyor ise ona yardımcı olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
10. Sürekli, ellerim ve ayaklarım kıpır kıpırdır, ya da oturduğum yerde kıpırdanıp dururum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
11. En az bir yakın arkadaşım var.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
12. Çok kavga ederim. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
13. Sıkça mutsuz, kederli yada ağlamaklıyım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
14. Yaşıtlarım genelde beni sever.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
15. Dikkatim kolayca dağılır, dikkatimi toplamakta güçlük çekerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
16. Yeni ortamlarda gerginim. Kendime güvenimi kolayca kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

17. Kendimden küçüklere iyi davranırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Sıkça hile yapmak ya da yalan söylemekle suçlanırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Diğer çocuklar ya da gençler bana takarlar ya da benimle alay ederler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Sıkça başkalarına (anne baba, öğretmen, çocuklar) yardım etmeye istekli olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Bir şeyi yapmadan önce düşünürüm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Ev, okul ya da başka bir yerden benim olmayan şeyleri alırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Erişkinlerle yaşıtlarımdan daha iyi geçinirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Pek çok korkum var. Kolayca ürkerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Yaptığım işleri bitiririm. Dikkatim iyidir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Belirtmek istediğiniz başka düşünce ya da duygunuz var mı?.....

Genel olarak, çocuğunuzun aşağıdaki alanların birinde ya da daha fazlasında güçlükleri olduğunu düşünüyor musunuz:

- Duygular, dikkati toplama, davranışlar, başkaları ile geçinebilme?

Hayır	Evet-Biraz Ciddi	Evet-Oldukça Ciddi	Evet-Çok
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Eğer yanıtınız "evet" ise, lütfen aşağıdaki bu güçlüklerle ilişkin soruları yanıtlayınız.

- Bir önceki soruda bahsettiğiniz bu güçlükler ne zamandır var?

1 aydan az	1 - 5 ay	6-12 ay	Bir yıldan Fazla
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Bu güçlükler çocuğunuzun sıkıntıya sokuyor yada moralini bozuyor mu?

Kesinlikle Hayır	Biraz	Oldukça Fazla	Çok Fazla
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Bu güçlükler aşağıdaki alanlarda, çocuğunuzun günlük yaşamını etkiliyor mu?

	Kesinlikle	Biraz	Oldukça	Çok fazla
	Hayır		Fazla	
Ev yaşamı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arkadaş ilişkileri <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sınıf içi öğrenme <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Boş zaman etkinlikleri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Bu güçlükler size ya da ailenize zorluk yaşıyor mu?

	Kesinlikle	Biraz	Oldukça	Çok
	Hayır		Fazla	Fazla
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Davranışsal Kontrol Ölçeği

Aşağıda anne ve babaların çocukları hakkında ne kadar bilgi sahibi olduklarına ilişkin sorular bulunmaktadır. Sizden ANKETİ GETİREN ÇOCUĞUNUZU düşünerek bu ifadelerin sizin için ne derece geçerli olduğunu cevaplandırmanız istenmektedir. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız. Cevaplarınızı size en çok uyan dört seçenekten birini işaretleyerek belirtiniz.

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
Çocuğunuzun kiminle zaman geçirdiğini bilir misiniz?				
Çocuğunuzun boş zamanlarını bilir misiniz?				
Çocuğunuzun parasını nelere, nasıl harcadığını bilir misiniz?				
Çocuğunuzun okuldan sonra nereye gittiğini bilir misiniz?				
Çocuğunuzun haftasonu ve tatillerde ne yaptığını bilir misiniz?				
Çocuğunuzun okulda yaşadığı sorunları bilir misiniz?				
Çocuğunuz bir yere gitmek için ayrıldığında size ya da bir başka büyüğüne nereye gittiğini söyler mi?				
	Hiçbir zaman	Baz en	Sık sık	Her zaman
Arkadaşlarıyla dışarıya çıktığında çocuğunuz kaçta evde olacağını söyler mi?				
Çocuğunuz siz evde olmadığınızda ve evden çıkması				

gerekiyorsa nereye gittiğini söylemek için size not bırakır ya da telefon eder mi?				
Evde olmadığınızda çocuğunuz size nasıl ulaşabileceğini bilir mi?				
Çocuğunuzun hangi derslerden ödevi olduğunu bilir misiniz?				
Çocuğunuz ve dersleri hakkında öğretmenleri ile görüşür müsünüz?				
Çocuğunuzun sınav sonuçlarını, önemli ödevlerini bilir misiniz?				
Çocuğunuzun farklı derslerdeki durumunu ve başarısını bilir misiniz?				
Çocuğunuz size okulda derslerinin nasıl gittiğini söyler mi?				
Çocuğunuz okulda gününün nasıl geçtiğini anlatır mı?(örneğin, sınavlarının nasıl geçtiğini, öğretmenleri ile arasının nasıl olduğunu vb.)				
Çocuğunuz boş zamanlarında yaptıkları hakkında sizinle konuşur mu?				
Çocuğunuz arkadaşları ile oynayıp eve geldiğinde neler yaptığını size anlatır mı?				
Çocuğunuz arkadaşları hakkında sizinle konuşur mu?				
Çocuğunuzun arkadaşları geldiğinde onlarla konuşur musunuz?				

Psikolojik Kontrol Ölçeği

Aşağıda anne babaların çocuklarıyla yaşayabilecekleri durumlara ve duygulara ilişkin ifadeler verilmiştir. Sizden ANKETİ GETİREN ÇOCUĞUNUZLA ilişkinizi düşünerek bu ifadelerin sizin için ne derece geçerli olduğunu cevaplandırmanız istenmektedir. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız. Cevaplarınızı size en çok uyan dört seçeneğe birini işaretleyerek belirtiniz.

Öz Düzenleme Ölçeği

Aşağıda çocukların bazı özellikleri ile ilgili ifadeler verilmiştir. Sizden ANKETİ GETİREN ÇOCUĞUNUZU düşünerek bu ifadelerin çocuğunuz için ne derece geçerli olduğunu cevaplandırmanız istenmektedir. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız. Cevaplarınızı size en çok uyan dört seçenektan birini işaretleyerek belirtiniz.

	Hiç yapmam	Bazen yaparım	Sıklıkla yaparım	Her zaman yaparım
1. 1.Çocuğum konuşurken bitmesini beklemeden cümlesini tamamlarım.				
2. Çocuğumun ne hissettiğini, ne düşündüğünü sormam, zaten bilirim				
3. Çocuğumu eleştirirken geçmişte yaptığı hataları hatırlatırım.				
4. Diğer aile üyelerinin sorunları için çocuğumu suçlarım.				
5. Çocuğuma o etrafta iken birden parlar, duygusal davranışlar gösteririm.				
6. Çocuğumun soru sorup, sürekli rahatsız etmesinden hoşlanmam.				
7. Çocuğumla birlikteyken kolaylıkla sabrım taşar.				
8. Çocuğum dikkatimi çekmek istediğinde görmezden gelirim.				
9. 9. Çocuğum benimle aynı fikirde olmadığında ona karşı soğuk ve daha az samimi davranırım.				
10. Çocuğum beni hayal kırıklığına uğrattığında bunu ona hissettirim.				
11. Çocuğuma kızdığım zaman bunu ona hissettirim.				
12. “Benim ne hissettiğime önem verseydin, beni tizecek bu şeyleri yapmazdın.” vb. derim.				
13. Çocuğum yanlış davrandığında hayal kırıklığına ona gösteririm.				
14. Beklentilerimi yerine getirmediğinde beni utandırdığını söylerim.				
15. Yanlış davrandığı zaman beni hayal kırıklığına uğrattığını söylerim.				
16. Çocuğum bir şey söylerken konuyu değiştiririm.				
17. Çocuğum konuşurken sözünü keserim.				
18. Çocuğumun bazı konulardaki hislerini ve düşüncelerini değiştirmeye çalışırım.				
19.Çocuğumun çoğu konuda ne düşüneceğini, nasıl hissetmesi gerektiğini söylemek isterim.				
20. Çocuğuma yaptığı bazı davranışların “aptalca”, “ahmakça” olduğunu söylerim.				
21. Çocuğuma karşı sabırsız davranırım.				
22. Bir taraftan çocuğumu eleştirirken bir taraftan sıcak davranmak arasında gider gelirim.				
23. Çocuğumla birlikteyken huysuzlaşırım, ruh halim değişir.				
24. Beni hayal kırıklığına uğrattığında çocuğumla göz teması kumaktan kaçınırım.				
25. Çocuğum üzdüğünde beni memnun edene kadar onunla konuşmam.				
26. Çocuğum benimle konuştuğunda ona pek dikkatimi vermem.				
27. Çocuğuma benim çocukluğumda olduğum kadar iyi olmadığını söylerim.				
28. Çocuğuma onun için ne kadar çok çalışıp yorulduğumu söylediğim zamanlar olur.				
29. Çocuğuma yaptığımız her şeyi onun için yaptığımızı söylerim.				
30. Çocuğuma kötü davranışlarından, yaramazlıklarından utanması gerektiğini söylerim.				
31. Çocuğum yanlış davrandığı her zaman cezalandırılacağını söylerim.				
32. Çocuğuma diğer çocuklar kadar iyi olmadığını söylerim.				

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Üzgün olduğunda kendini iyi hissettirecek bir şeyler yapar.				
2. Sıkıldığında yerinde duramaz/oturamaz.				
3. Birine kızgın olsa bile, etrafındaki diğer insanlara normal davranabilir.				
4. Stres altındayken yapması gereken işleri yapmakta iyidir.				
5. Yorgun olsa bile, yeni bir işe başlayabilir.				
6. Küçük sorunlar onu uzun-vadeli planlarından alıkoyabilir.				
7. Eğlenceli bir şeyler yaparken, yapması gereken diğer işleri unuttur.				
8. Sıkıcı bir derste, dikkatini toplamakta zorlanır.				
9. Meşgul edilecek ve dikkati dağılıp kesilse bile, yaptığı işe kolayca geri dönebilir.				
10. Etrafta başka işler olurken dikkatini yaptığı işe yoğunlaştırmakta zorlanır.				
11. Ne kadar daha çalışması gerektiğini/gerekeceğini hiçbir zaman bilemez.				
12. Stres altındayken planlar yapmakta ya da büyük işler yapmaya başlamakta zorlanır.				
13. Heyecanlandığında ya da kızdığında kolayca sakinleşebilir.				
14. Bir şey istediği gibi gitmediğinde amacına ulaşmak için davranışlarını değiştirebilir.				
15. Arkadaşları dışarı gitmek istediğinde bile, kendini çalışmak için tutabilir.				
16. İşler istediği gibi gitmiyorsa, kontrolünü kaybeder.				
17. Bir şeyi çok istiyorsa, ona hemen sahip olmak ister.				
18. Birileri ciddi bir anlaşmazlığa düştüğünde kontrolünü kaybetmeden sakince konuşabilir.				
19. Yapması gereken iş çok sıkıcı olsa bile o işe yoğunlaşabilir.				
20. Tepesi atıp, bir şeyler fırlatmak istediğinde kendisini durdurabilir.				
21. Sonu nereye varacağı belli olmasa da dikkatli çalışabilir.				
22. Dışarıya belirtmeden de duygularının ne olduğunun farkındadır.				
23. Arkadaşları konuşurken bile işine konsantre olabilir.				
24. Bir amaca ulaşmak için heyecanlandığında (örn., yeni bir okula gitmek vb.), kolayca o hedef için çalışmaya başlayabilir.				
25. Plan ve hedefleri zor olsa da onlara bağlı kalacak bir yol bulur.				
26. Uzun vadeli bir projesi olduğunda, üzerinde sabırla çalışabilir.				
27. Bir şeyi yapmaması gerektiğini biliyorsa, kendini tutabilir.				
28. Yemek istediği miktarı kontrol etmekte zorlanır.				
29. Eğlenceli bir şey yaparken zamanın farkında olmaz.				
30. Önceden planlama yapılması gereken büyük işlere başlamakta zorlanır.				
31. Neye ağlayacağını önceden hisseder.				
32. Yorgunken onu heyecandırabilecek şeylere ilgi duymakta zorlanır.				

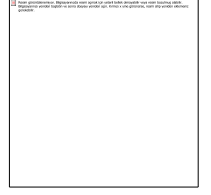
Değerli katılımınız için teşekkürler☺

Ek: 2 Ergenler için Oluşturulmuş Ölçek Kitapçık



ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
PSİKİYATRİ ANABİLİM DALI

“Ebeveyn Kontrol Davranışlarının Ergenlerin Öz-
Düzenleme Becerileri ve Duygusal Sorunları Üzerindeki Etkileri”



Çalışması

1.4.1.1.2. Ergenler için Soru Kitapçığı

Değerli Katılımcımız,

Bu çalışma, anne babaların bazı tutumlarının çocuklarının davranışları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yürütülmektedir.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın verileri toplu olarak değerlendirilecek, sorulara verdiğiniz yanıtlar tamamen gizli tutulacak, kişi ya da kurumlarla paylaşılmayacaktır. Sizden kimlik bilgisi kesinlikle istenmemektedir.

Yüksek lisans kapsamında yapılacak olan bu tez çalışmasına kendi isteğinizle katılmanız, bu alanda yapılan bilimsel çalışmaların geliştirilebilmesi için önemli bir etkiye sahiptir.

Bu değerli katkınız için teşekkür ediyoruz.

Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY

ADÜ Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Proje Yürütücüsü

Psk. Canan ÇELİK ÖZDEN

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

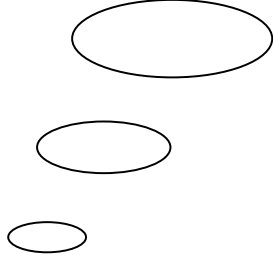
FORM NO :

AİLEYE İLİŞKİN SORULAR

Merhaba ☺

Şimdi seninle birlikte annen, baban ve senin hakkında bazı soruları yanıtlayacağız. Hiçbir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yok. Onun için her soruyu iyice okuyup anladıktan sonra ilk aklına gelen cevaba çarpı (x) koymayı istiyorum. Şimdi lütfen aşağıdaki sorulardan başlayarak tüm sayfalardaki soruları cevaplandır.

Okulun:



Sınıfın:

Doğum tarihin:

Eğer senden büyük ya da küçük kardeşin varsa kaç tane?.....

Sen kaçınıcı çocuksun?.....

Annenin eğitim durumu nedir?

- Okur - Yazar
- İlkokul mezunu
- Ortaokul mezunu
- Lise mezunu
- Üniversite mezunu
- Yüksek lisans veya üstü

Babanın eğitim durumu nedir?

- Okur - Yazar
- İlkokul mezunu
- Ortaokul mezunu
- Lise mezunu
- Üniversite mezunu
- Yüksek lisans veya üstü

GÜÇLER VE GÜÇLÜKLER ANKETİ

Her cümle için kutularından birini işaretleyiniz. Elinizden geldiğince tüm cümleleri yanıtlamanız bize yardımcı olacaktır. Lütfen yanıtlarınızı **son 6 ay içindeki davranışlarınızı göz önüne alarak** veriniz.

Kesinlikle	Doğru	Kısmen	
	Değil	Doğru	Doğru
1. İnsanlara karşı iyi davranmaya çalışırım. Onların duygularını önemserim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Uzun süre kıpırdamadan oturamam, huzursuz olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Çok fazla baş ağrım, karın ağrım ya da bulantım olur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Genellikle başkalarıyla paylaşıyorum(Örn.Yiyeceklerimi,oyunlarımı,kalemimi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Çok öfkelenirim ve sıkça kontrolümü kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Genellikle kendi başımayım. Genelde yalnız oynarım ya da başkalarıyla birlikte olmaktan kaçınırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Genellikle bana söyleneni yaparım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Çok endişelenirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Eğer birisi incinmiş, morali bozulmuş ya da kendini kötü hissediyor ise ona yardımcı olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Sürekli, ellerim ve ayaklarım kıpır kıpırdır, ya da oturduğum yerde kıpırdanıp dururum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. En az bir yakın arkadaşım var.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Çok kavga ederim. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Sıkça mutsuz, kederli yada ağlamaklıyım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Yaşıtlarım genelde beni sever.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Dikkatim kolayca dağılır, dikkatimi toplamakta güçlük çekerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Yeni ortamlarda gerginim. Kendime güvenimi kolayca kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Kendimden küçüklere iyi davranırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Sıkça hile yapmak ya da yalan söylemekle suçlanırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Diğer çocuklar ya da gençler bana takarlar ya da benimle alay ederler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Sıkça başkalarına (anne baba, öğretmen, çocuklar) yardım etmeye istekli olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Bir şeyi yapmadan önce düşünürüm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Ev, okul ya da başka bir yerden benim olmayan şeyleri alırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Erişkinlerle yaşıtlarımdan daha iyi geçinirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Pek çok korkum var. Kolayca ürkerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Yaptığım işleri bitiririm. Dikkatim iyidir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Davranışsal Kontrol Ölçeği - B

Aşağıda anne ve babaların çocukları hakkında ne kadar bilgi sahibi olduğuna ilişkin sorular bulunmaktadır. Senden **babamı düşünerek** bu ifadelerin senin için ne kadar geçerli olduğunu cevaplandırman istenmektedir. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakma. Cevaplarını sana en çok uyan dört seçenekten birini işaretleyerek belirtmen beklenmektedir.

	Hiç bilmez	Evet, bazen bilir	Evet, çoğu zaman bilir	Evet, her zaman bilir
1. Baban kiminle zaman geçirdiğini bilir mi?				
2. Baban boş zamanlarını nasıl geçirdiğini bilir mi?				
3. Baban paramı nelere, nasıl harcadığını bilir mi?				
4. Baban okuldan sonra nereye gittiğini bilir mi?				
5. Baban haftasonu ve tatillerde ne yaptığını bilir mi?				
6. Baban okulda yaşadığın sorunları bilir mi?				
7. Bir yere gitmek için ayrıldığında babana ya da başka bir büyüğüne nereye gittiğini söyler misin?				
8. Arkadaşlarıyla dışarıya çıktığında babana kaçta evde olacağını söyler misin?				
9. Baban evde olmadığı ve senin evden çıkman gerekiyorsa nereye gittiğini söylemek için ona not bırakır ya da telefon eder misin?				
10. Baban evde olmadığı ona nasıl ulaşacağını bilir misin?				
11. Baban hangi derslerden ödevin olduğunu bilir mi?				
12. Baban derslerin hakkında öğretmenlerin ile görüşür mü?				
13. Baban sınav sonuçlarını, önemli ödevlerini bilir mi?				
14. Baban senin farklı derslerdeki durumunu ve başarıyı bilir mi?				
15. Babana okulda derslerinin nasıl gittiğini söyler misin?				
16. Babana okulda gününün nasıl geçtiğini anlatır mısın?(Örneğin, sınavlarının nasıl geçtiğini, öğretmenleriyle aranın nasıl olduğunu vb.)				
17. Babanla boş zamanlarında yaptıkların hakkında konuşur musun?				
18. Arkadaşlarıyla oynayıp eve geldiğinde neler yaptığını babana anlatır mısın?				
19. Babanla arkadaşların hakkında konuşur musun?				
20. Arkadaşların size geldiğinde baban onlarla konuşur mu?				

Davranışsal Kontrol Ölçeği - A

Aşağıda anne ve babaların çocukları hakkında ne kadar bilgi sahibi olduğuna ilişkin sorular bulunmaktadır. Senden **anneni düşünerek** bu ifadelerin senin için ne kadar geçerli olduğunu cevaplandırman istenmektedir. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakma. Cevaplarını sana en çok uyan dört seçenektan birini işaretleyerek belirtmen beklenmektedir.

	Hiç bilmez	Evet, bazen bilir	Evet, çoğu zaman bilir	Evet, her zaman bilir
1. Annen kiminle zaman geçirdiğini bilir mi?				
2. Annen boş zamanlarını nasıl geçirdiğini bilir mi?				
3. Annen paranı nelere, nasıl harcadığını bilir mi?				
4. Annen okuldan sonra nereye gittiğini bilir mi?				
5. Annen haftasonu ve tatillerde ne yaptığını bilir mi?				
6. Annen okulda yaşadığın sorunları bilir mi?				
7. Bir yere gitmek için ayrıldığında annene ya da başka bir büyüğüne nereye gittiğini söyler misin?				
8. Arkadaşlarıyla dışarıya çıktığında annene kaçta evde olacağını söyler misin?				
9. Annen evde olmadığı ve senin evden çıkman gerekiyorsa nereye gittiğini söylemek için ona not bırakır ya da telefon eder misin?				
10. Annen evde olmadığı ona nasıl ulaşacağını bilir misin?				
11. Annen hangi derslerden ödevin olduğunu bilir mi?				
12. Annen derslerin hakkında öğretmenlerin ile görüşür mü?				
13. Annen sınav sonuçlarını, önemli ödevlerini bilir mi?				
14. Annen senin farklı derslerdeki durumunu ve başarıyı bilir mi?				
15. Annene okulda derslerinin nasıl gittiğini söyler misin?				
16. Annene okulda gününün nasıl geçtiğini anlatır mısın?(Örneğin, sınavlarının nasıl geçtiğini, öğretmenlerinle aranın nasıl olduğunu vb.)				
17. Annenle boş zamanlarında yaptıkların hakkında konuşur musun?				
18. Arkadaşlarıyla oynayıp eve geldiğinde neler yaptığını annene anlatır mısın?				
19. Annenle arkadaşların hakkında konuşur musun?				
20. Arkadaşların size geldiğinde annen onlarla konuşur mu?				

Psikolojik Kontrol Ölçeği - B

Aşağıda babanla ilgili bazı cümleler bulunmaktadır. Her cümle için bir tane kutucuğu işaretlemen bekleniyor. (Eğer hem baban hem de üvey baban varsa, birlikte yaşadığın hangisi ise ona göre yanıt vermelisin. Eğer baban hayatta değilse onun yerine koyduğun kişi kimse ona göre yanıt verebilirsin.)

	Hayır	Evet, bazen	Evet, çoğu zaman	Evet, her zaman
Babam, ben bir şey söylerken konuyu değiştirir.				
Babam, ben konuşurken sözümü keser.				
Babam, ben konuşurken bitirmemi beklemeden cümlemi tamamlar.				
Babam, bazı konulardaki hislerimi ve düşüncelerimi değiştirmeye çalışır.				
Babam, ne hissettiğimi ya da düşündüğümü biliyormuş gibi davranır.				
Babam, çoğu konuda ne düşüneceğimi, nasıl hissetmem gerektiğini söylemekten hoşlanır.				
Babam, beni eleştirirken geçmişte yaptığım hataları hatırlatıp durur.				
Babam, yaptığım bazı davranışların “aptalca”, “ahmakça” olduğunu söyler.				
Babam, ailedeki diğer kişilerin sorunları için beni suçlar.				
Babam, bana karşı sabırsız davranır.				
Ben etraftayken, babam birden parlar, duygusal davranışlar gösterir.				
Babam, bana karşı bazen sıcak davranırken bazen de şikayet edip durur.				
Babam, sorular sorup, onu rahatsız etmemden hoşlanmaz.				
Babam, benimle birlikteyken huysuzlaşır, ruh hali değişir.				
Babam, benimle birlikteyken kolaylıkla sabrı taşar.				
Babamı hayal kırıklığına uğrattığımda, beni görmezden gelmeye çalışır.				
Babamın dikkatini çekmeye çalışırken beni görmezden gelir.				
Babamı üzdüğümde onu memnun edene kadar benimle konuşmaz.				
Babam, aynı fikirde olmadığımda bana karşı soğuk ve daha az samimi davranır.				
Babamın ben konuşurken bana pek dikkatini vermediğini düşünürüm.				
Babamı hayal kırıklığına uğrattığımda bunu bana hissettirir.				
Babam, benim onun çocukluğunda olduğu kadar iyi olmadığını söyleyip durur.				
Babam, bana kızdığı zaman bunu bana hissettirir.				
Babam, benim için ne kadar çok çalışıp yorulduğunu söyler durur.				
Babam, “Benim ne hissettiğime önem verseydin beni üzecek bu şeyleri yapmazdın.” vb. Der.				

	Hayır	Evet, bazen	Evet, çoğu zaman	Evet, her zaman
Babam, yaptığı her şeyi benim için yaptığını hatırlatıp durur.				
Babam, ben yanlış davrandığımda hayal kırıklığını gösterir.				
Babam, kötü davranışlarımdan, yaramazlıklarımdan utanmam gerektiğini söyler durur.				
Beklentilerini yerine getiremediğimde babam kendisini utandırdığımı söyler.				
Babam, yanlış davrandığım her zaman cezalandırılacağımı söyler.				
Ben yanlış davrandığım zaman babam hayal kırıklığına uğradığını söyler.				
Babam, diğer çocuklar kadar iyi olmadığını söyler durur.				

Psikolojik Kontrol Ölçeği - A

Aşağıda annenle ilgili bazı cümleler bulunmaktadır. Her cümle için bir tane kutucuğu işaretlemen bekleniyor. (Eğer hem annen hem de üvey annen varsa, birlikte yaşadığın hangisi ise ona göre yanıt vermelisin. Eğer annen hayatta değilse onun yerine koyduğun kişi kimse ona göre yanıt verebilirsin.)

	Hayır	Evet, bazen	Evet, çoğu zaman	Evet, her zaman
1. Annem, ben bir şey söylerken konuyu değiştirir.				
2. Annem, ben konuşurken sözümü keser.				
3. Annem, ben konuşurken bitirmemi beklemeden cümlemi tamamlar.				
4. Annem, bazı konulardaki hislerimi ve düşüncelerimi değiştirmeye çalışır.				
5. Annem, ne hissettiğimi ya da düşündüğümü biliyormuş gibi davranır.				
6. Annem, çoğu konuda ne düşüneceğimi, nasıl hissetmem gerektiğini söylemekten hoşlanır.				
7. Annem, beni eleştirirken geçmişte yaptığım hataları hatırlatıp durur.				
8. Annem, yaptığım bazı davranışların “aptalca”, “ahmakça” olduğunu söyler.				
9. Annem, ailedeki diğer kişilerin sorunları için beni suçlar.				
10. Annem, bana karşı sabırsız davranır.				
11. Ben etraftayken, annem birden parlar, duygusal davranışlar gösterir.				
12. Annem, bana karşı bazen sıcak davranırken bazen de şikayet edip durur.				
13. Annem, sorular sorup, onu rahatsız etmemden hoşlanmaz.				

14.	Annem, benimle birlikteyken huysuzlaşır, ruh hali değişir.				
15.	Annem, benimle birlikte kolaylıkla sabrı taşar.				
16.	Annemi hayal kırıklığına uğrattığımda, beni görmezden gelmeye çalışır.				
17.	Annemin dikkatini çekmeye çalışırken beni görmezden gelir.				
18.	Annemi üzdüğümde onu memnun edene kadar benimle konuşmaz.				
19.	Annem, aynı fikirde olmadığında bana karşı soğuk ve daha az samimi davranır.				
20.	Annemin ben konuşurken bana pek dikkatini vermediğini düşündürür.				
21.	Annemi hayal kırıklığına uğrattığımda bunu bana hissettirir.				
22.	Annem benim onun çocukluğunda olduğu kadar iyi olmadığını söyleyip durur.				
23.	Annem, bana kızdığı zaman bunu bana hissettirir.				
24.	Annem, benim için ne kadar çok çalışıp yorulduğunu söyler durur.				
25.	Annem “Benim ne hissettiğime önem verseydin beni üzecek bu şeyleri yapmazdın.” vb. der.				
26.	Annem, yaptığı her şeyi benim için yaptığını hatırlatıp durur.				
27.	Annem ben yanlış davrandığımda hayal kırıklığını gösterir.				
28.	Annem, kötü davranışlarımdan, yaramazlıklarımdan utanmam gerektiğini söyler durur.				
29.	Beklentilerini yerine getiremediğimde annem kendisini utandırdığımı söyler.				
30.	Annem yanlış davrandığım her zaman cezalandırılacağımı söyler.				
31.	Ben yanlış davrandığım zaman annem hayal kırıklığına uğradığımı söyler.				
32.	Annem diğer çocuklar kadar iyi olmadığını söyler durur.				

Öz Düzenleme Ölçeği

Şimdi aşağıdaki özelliklerin seni ne kadar tanımladığına karar verip her cümle için bir kutucuğu işaretleyeceksin. Eğer o cümlenin seni en iyi tanımladığını düşünüyorsan “bana çok benziyor”u işaretlemelisin. O cümle seni biraz tanımlıyorsa “bana biraz benziyor”u işaretlemelisin. Seni tanımlamıyorsa “bana benzemiyor”u, seni hiç tanımlamıyorsa “bana hiç benzemiyor”u işaretlemelisin.

	Bana hiç benze miyor	Bana benz emiyor	Bana biraz benzi yor	Bana çok benzi yor
1.Üzgün olduğumda kendimi iyi hissettirecek bir şeyler yapabilirim.				
2. Sıkıldığımda yerimde duramam/oturamam.				
3. Birine kızgın olduğumda bile, etraftaki diğer insanlara normal davranabilirim.				
4. Stres altındayken, yapmam gereken işleri yapmakta iyiyimdir.				
5. Yorgun olsam bile, yeni bir işe başlayabilirim.				
6. Küçük sorunlar beni uzun-vadeli planlarımdan alıkoyabilir.				
7. Eğlenceli bir şeyler yaparken, yapmam gereken diğer işleri unuturum.				
8. Sıkıcı bir derste, dikkatimi toplamakta zorlanırım.				
9. Meşgul edilerek ve dikkatim dağıtılarak kesilsem bile, yaptığım işe kolayca geri dönebilirim.				
10. Etrafta başka işler olurken dikkatimi yaptığım işe yoğunlaştırmakta zorlanırım.				
11. Ne kadar daha çalışmam gerektiğini/ gerekeceğini hiçbir zaman bilemem.				
12. Stres altındayken planlar yapmakta ve büyük işler yapmaya başlamakta zorlanırım.				
13. Heyecanlandığımda ya da kızdığımda kolayca sakinleşebilirim.				
14. Bir şey istediğim gibi gitmediğinde amacıma ulaşmak için davranışlarımı değiştirebilirim.				
15. Arkadaşlarım dışarı gitmek istediğinde, kendimi çalışmak için tutabilirim.				
16. İşler istediğim gibi gitmiyorsa kontrolümü kaybederim.				
17. Bir şeyi çok istiyorsam ona hemen sahip olmak isterim.				
18. Biriyle ciddi bir anlaşmazlığa düştüğümde kontrolümü kaybetmeden sakince konuşabilirim.				
19. Yapmam gereken çok sıkıcı olsa bile o işe yoğunlaşabilirim.				
20. Tepem atıp, bir şeyler fırlatmak istediğimde kendimi durdurabilirim.				

21. Sonu nereye varacağı belli olmasa bile dikkatli çalışabilirim.				
22. Dışarıya belirtmeden de duygularımın ne olduğunun farkındayım.				
23. Arkadaşlarım konuşurken bile işime konsantre olabilirim.				
24. Bir hedefe ulaşmak için heyecanlandığımda(örn, yeni bir okula gitmek vb.) kolayca o hedef için çalışmaya başlayabilirim.				
25. Plan ve hedeflerim zor olsa da onlara bağlı kalacak bir yol bulurum.				
26. Uzun vadeli bir projem olduğunda, üzerinde sabırla çalışabilirim.				
27. Bir şeyi yapmamam gerektiğini biliyorsam, kendimi tutabilirim.				
28. Yemek istediğim miktarı kontrol etmekte zorlanırım.				
29. Eğlenceli bir şey yaparken zamanın farkında olmam.				
30. Önceden planlama yapılması gereken büyük işere başlamakta zorlanırım.				
31. Neye ağlayacağımı önceden hissederim.				
32. Yorgunken beni heyecandırabilecek şeylere ilgi duymakta zorlanırım.				

ÖZGEÇMİŞ

1982 yılında İzmir'de doğdum. İlk ve ortaokul eğitimimden sonra Karşıyaka Atakent Anadolu Lisesi'ni bitirdim. 2000 yılında Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji bölümünde başladığım lisans eğitimimi 2005 yılında tamamladım. 2009 yılında Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programına başladım. 2006 Nisan ayından bu yana Tamar Ruh Sağlığı Merkezi'nde Psikolog olarak görev yapmaktayım.

TEŞEKKÜR

Tez sürecinde, bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan, soru ve önerileriyle bakış açımın netleşmesini sağlayan değerli danışmanım Prof. Dr. Çiğdem DEREBOY'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans süreci boyunca klinik psikolog kimliği kadar bilim adamı kimliği ile de hepimize model olan, her türlü yardıma hazır olan hocam Prof. Dr. Mehmet ESKİN'e; gerek ders gerekse tez aşamasında cesaretlendirici, güven veren ve sonsuz destekleyen tavrı ile varlığını her daim yanımda hissettiren hocam Doç. Dr. Hacer HARLAK'a; sunduğu eşitlikçi ve kıymet veren ortamda değerli olduğumuz hissini yaşamamızı sağlayan, her türlü akademik ve klinik çalışmayı teşvik eden hocam Prof. Dr. Ferhan DEREBOY'a sonsuz teşekkürü bir borç bilirim.

Tez çalışmamın başından itibaren tüm bilgisini, deneyimini ve ölçeklerini benimle istek ve hevesle paylaşan Arş.Gör. Mehmet HARMA'ya; bir itici güç ve motivasyon kaynağı olarak ilerlememe destek olan ve her sorumu yanıtlamaya çalışan değerli dostum Yard. Doç. Dr. Serim PAKER'e; verilerimin analizinde bana yardımcı olan Arş. Gör. Hatice Uluer'e; verilerin toplanması aşamasında bana yardımcı olmak için çabalayan okul çalışanlarına; çalışmama katılan tüm çocuklara ve ailelerine teşekkür ederim.

Hayatımdaki varlığı her geçen sene daha anlamlı ve önemli olan, ne kadar uzakta olursa olsun yanımda olduğunu, dostluğunu hissettiren, hayatına açılan yeni pencereleri paylaşıp ufkumu genişleten ve sevmeyi çok iyi bilen canım arkadaşım Hacer CEYLAN'a; bu çok uzun ve zorlu süreçte desteğini kesintisiz hissettiren, ev ortamlarının sıcaklığında sıkıntılarımı paylaşıp onları azaltmayı kendine görev edinen çok sevgili dostlarım Tansel ve Oğuz AŞÇIOĞUL'a; neşeleriyle ve sevgileriyle her şeyin daha kolay olmasını sağlayan ve verilerimi toplarken en az benim kadar çalışan değerli arkadaşlarım psk.Gülşah DURSUN ve psk.Betül ÇETİNTULUM HUYUT'a teşekkür ederim.

Son olarak, hayatımın her aşamasında koşulsuz sevgisini ve desteğini gördüğüm, yaptığım tüm seçimlerde beni sonsuz destekleyen, emek vermenin ve mücadele etmenin ne demek olduğunu bana öğreten değerli anneme, babama ve kardeşlerime; son 10 yılımın her aşamasında olduğu gibi bu aşamasında da varlığı ile bana güç veren, her türlü özveride bulunarak desteğini esirgemeyen, duruşu ile her daim umut aşıl原因an canım eşim Mustafa ÖZDEN'e ve son anda yaşamıma girip hayatımızı daha da renklendiren ve anlam katan, biricik kızımız Defne'ye sonsuz teşekkür ederim.