

0-1 Yaş Bebeği Olan Annelerin Ebeveyn Öz Düzenleme Yeterliliklerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi¹

Dr. Öğr. Üyesi Gülhan YILMAZ-BURSA*

Anadolu Üniversitesi, Yunus Emre Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çocuk Gelişimi Programı,
Eskişehir / Türkiye, gulhanyilmaz@anadolu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2124-7013

Prof. Dr. Ayşe Belgin AKSOY

Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi, Okul Öncesi Eğitimi Bölümü, Ankara / Türkiye,
aksoya@gazi.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0918-2560

Öz

Ebeveynlerin kendilerini duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak düzenlemeleri ebeveyn olma rolüne uyum konusunda önemlidir. Ebeveynlerin özdüzenleme konusunda başarılı olmalarını etkileyen çok sayıda faktör bulunmaktadır. Bu çalışmada annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, nicel araştırma desenlerinden biri olan betimsel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmannın çalışma grubunu Eskişehir ili Tepebaşı ve Odunpazarı ilçelerinde ikamet eden 0-1 yaşta bebeği olan 170 anne oluşturmuştur. Araştırmannın verileri Hamilton, Matthews ve Crawford (2015) tarafından geliştirilen Ebeveyn Olarak Ben: Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeği ile elde edilmiştir. Çalışmanın verileri Kolmogorov-Simirnov normallik testi ile normal dağılım gösterdiği için betimsel istatistikler, *t* Testi ve Anova Testi ile analiz edilmiştir. Ebeveyn öz düzenleme

¹ Bu makale birinci yazarın doktora tez çalışmasından üretilmiştir.

* Sorumlu Yazar. Tel: +90 222 335 05 80-3098 | Araştırma Makalesi.

Makale Tarih Bilgisi. Gönderim: 05.07.2021, Kabul: 08.08.2021, Basım: Haziran, 2023

algısının annenin yaşına, öğrenim durumuna, kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin bakımından sorumlu olma durumuna göre farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn öz düzenleme; Öz düzenleme; Anne; Bebek.

Examination of the Parent Self-Regulation Competences of Mothers with 0-1 Years Old Infants According to Some Variables

Abstract

It is important for parents to regulate themselves emotionally, behaviorally and cognitively in adapting to the role of being a parent. There are many factors that affect the success of parents in self-regulation. In this study, it was aimed to examine mothers' perceptions of parental self-regulation according to various variables. The study was carried out in accordance with the descriptive survey model, which is one of the quantitative research designs. The study group of the research consisted of 170 mothers with infants aged 0-1 and residing in Tepebaşı and Odunpazarı districts of Eskişehir. The data of the research were obtained with the "Me as a Parent: Parent Self-Regulation Scale" developed by Hamilton, Matthews, and Crawford (2015). Since the data of the study showed normal distribution with Kolmogorov-Smirnov Test of normality, descriptive statistics were analyzed with *t* Test and Anova Test. It has been determined that the perception of parental self-regulation differs according to the mother's age, education level, and the state of being responsible for the care of another infant before her own.

Keywords: Parent self-regulation; Self regulation; Mother; Infant.

Extended Summary

Purpose

Mothers need self-regulation skills in to be good parents because of the intensity of dependence of infants on their parents and their interactions with their parents in the first years of their lives. It is necessary to examine this self-regulation skill, which is effective on mother-infant interactions, and to reveal the variables that affect this skill. For this reason, it is aimed to examine the parental self-regulation skills of mothers with 0-1 year old infants according to some variables. For this purpose, answers to the following questions were sought:

1. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to their age?
2. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to their educational status?
3. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to the duration of marriage?
4. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to the infant's gender?
5. Does the mothers' perception of parental self-regulation differ according to the infant's month group?
6. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to their previous responsibility for the care of another infant?
7. Do mothers' perceptions of parental self-regulation differ according to their education on motherhood?

Method

In this study, it was quantitatively determined whether the parental self-regulation perceptions of mothers with 0-1 year-old infants differ according to the mother's age, educational status, duration of the marriage, the gender of the infant, the month group of infant, taking the responsibility of another infant before her infant and receiving education about motherhood. Analyzed using the descriptive survey model, which is one of the research methods. The sample of the study consisted of 170 mothers who answered the scale, demographic information, and scale items completely and voluntarily participated in the study. The mothers in the study group are between the ages of 21-40. "Me as a Parent: Parenting Self-Regulation Scale (MaaP)" was used to reveal mothers' perceptions of parental self-regulation. In the Personal Information Form, questions about the mother's age, educational status, duration of the marriage, the date of birth of the infant, the gender of the infant, taking the responsibility of another infant before her own, and receiving education about motherhood were included. First of all, it was checked whether it showed a normal distribution by examining the kurtosis-skewness coefficients, histogram, and box plots, and the Kolmogorov-Smirnov normality test was applied due to a large number of the sample group. If the significance level of the Kolmogorov-Smirnov value is greater than 0.05, it can be said that the distribution of the data is normal, and it was observed that the data showed a normal distribution ($p > .005$).

Results, Discussion and Conclusion

As a result, it was found that the perception of parental self-regulation differs according to the age of the mother, education level, and experience in baby care. Although there is no significant difference between the duration of marriage of the mother and the perception of parental self-regulation, it is observed that the perception of parental self-regulation decreases as the duration of marriage increases. It was observed that there was no significant difference between the infant's month group and gender and the mother's perception of parental self-regulation. There was no significant difference between the mother's education about motherhood and the perception of parental self-regulation.

Based on the baby's age, studies can be conducted to determine whether the perception of parental self-regulation changes. Parental self-regulation perceptions can be examined by considering the gender variable of babies older than one year old. It is thought that giving training to mothers in family health centers and municipalities, where they can gain hands-on experience about baby care, instead of just the narration method, may affect the mother's perception of parenting self-regulation. In addition, this study was conducted only with mothers. To reveal the variables that affect fathers' perceptions of parental self-regulation, a study can be conducted with fathers.

Giriş

Bebeklik dönemi insan hayatındaki gelişimlerin en hızlı yaşandığı ve bu nedenle kritik öneme sahip olduğu bir dönemdir. Bebeğin gelişiminin desteklenmesi, temel ihtiyaçlarının karşılanması için bakım verecek kişilere ihtiyacı vardır (Bowlby, 1969). Bu görev ve sorumlulukları yerine getiren kişiler ebeveyn olarak adlandırılmaktadır. Yıllar içerisinde ebeveynlik tanımı toplumsal ve kültürel değişimlere uğrasa da genel olarak bebeğe temel bakım veren kişiler olarak tanımlanmaktadır (Berk, 2015). Bir bebeğin dünyaya gelmesi ile başlayan ebeveynlik kavramı bebeğin bakımının sağlanması, gelişiminin desteklenmesi gibi çocuk yetiştirme süreçlerini içerir. Çocuğun gelişimine, mizacına, davranışına ve duygularına göre ebeveynlik görevleri değişebilmekte, anne babaların kendilerini bu duruma uyarlayabilmesi gerekmektedir.

Bebek-ebeveyn ilişkisi, bebeğin gelecekteki davranışlarının en güçlü bir öngörücüsü olduğu gibi aynı zamanda bebeğin sosyal-duygusal, fiziksel,

dil ve bilişsel gelişimini besleyen bir ilişkidir. Bebeğin ileriki hayatında kişiliğinin, davranışlarının, sosyal ilişkilerinin ve hayat tercihlerinin temelini oluşturur (Berk, 2015; Santrock, 2021). Ebeveyn-bebek arasındaki iletişim ebeveynin yaşından, ebeveynliğine yönelik tutumlarından, ebeveynliğe ve bebek bakımına ilişkin bilgi düzeylerinden etkilenmektedir (Durham ve Chapman, 2013). Ebeveynlerin davranışsal, bilişsel ve duygusal olarak üç alt boyutu içeren öz düzenleme becerilerini kullanmaları çocukları ile olan iletişimini şekildir. Ayrıca kullandıkları çocuk yetiştirme stillerini de etkiler. Bu nedenle ebeveynlerin öz düzenleme becerileri kritik öneme sahiptir (Barros, Goes ve Pereira, 2015).

Öz düzenleme kavramı içerisinde birçok psikolojik süreci barındırmaktadır. Bu nedenle birçok tanımı bulunmaktadır. Davranışı, bilişi ve duygu durumunu düzenleyebilme becerisidir (Karoly, 1993). Bireyin içsel veya dışsal beklentilerden ortaya çıkan hedeflere ulaşmak için davranışlarını değiştirme kapasitesidir (Zimmerman, 2002). Bandura (1997) insanın davranışlarının amaca yönelik olduğunu, kişinin kendini gözlemleyerek, motive ederek, kendi davranışlarını değerlendirerek bu davranışlarını düzenlediğini belirtmektedir.

Ebeveynlerin kendilerini duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak düzenlemesi ebeveyn olma rolüne başarılı bir şekilde uyum sağlaması açısından önemlidir. (Sanders ve Mazzucchelli, 2013). Ebeveyn, aynı anda birden fazla görevi yönetebilmeli, plan yapabilmeli ve çocuklarıyla etkileşime girerken öfkelerini ve hayal kırıklıklarını kontrol edebilmelidir. Zayıf öz düzenleme becerisi, davranış ve duygusal problemlerin başlıca sebebidir. Ayrıca olumsuz ebeveyn uygulamalarına neden olmaktadır. Bu nedenle ebeveyn, öz düzenleme becerilerine ihtiyaç duyar (Sanders, 2008). Duygu, düşünce ve davranışlar kişinin kendi hedeflerine ve çevresel koşullarına bağlı olarak değişim gösterir. Ebeveyn davranışlarının çoğu kendiliğinden meydana gelmesine rağmen, yeni bir durum-zorlukla karşılaştığında, engellendiğinde öz düzenleme süreçlerini başlatır (Karoly, 1993). Sanders ve Mazzucchelli (2013) öz düzenleme kavramını ebeveynlik süreçlerine dahil ederek beş evrede tanımlamıştır. Bunlardan ilki değişim ihtiyacının farkına varmayı içerebilecek ebeveyn hedeflerinin öz belirlenmesi, ikincisi kendini izleme (öz izlem), üçüncüsü planları uygulama ve uyarılama, dördüncüsü belirli hedefe karşı öz değerlendirme, beşincisi de öz pekiştirme.

Alanyazında genel olarak ebeveyn öz düzenlemesi çalışmalarında ebeveynlik davranışları, çocuğun öz düzenlemesi ve problem davranışlarıyla olan

ilişkinde bakıldığı ve ebeveyn öz yeterlik boyutuna daha çok çalışıldığı görülmektedir (Grolnick, Kurowski, McMenamy, Rivkin ve Bridges, 1998; Spinrad, Stifter, Donelan-McCall ve Turner, 2004). Araştırmalar ebeveynin öz düzenlemesi ile çocuğun öz düzenlemesi arasında ilişkili olduğu, bu ilişkinin de ebeveyn tutumları ile açıklandığı görülmektedir (Deater-Deckard, Wang, Chen ve Bell, 2012; Huang ve Prochner, 2004; Valiente, Lemery-Chalfant ve Reiser, 2007). Ebeveynin öz düzenleme becerilerini kullanması çocuğu ile olan iletişimini şekillendirmektedir. Ebeveynlerin bebeklerine sakin ve destekleyici bir şekilde karşılık verebilmesi için bu becerilerine ihtiyaçları vardır. Bebeklerin sağlıklı özerklik duygusu gelişmesi için de destekleyici ve olumsuz kontrolün az olduğu bir ebeveyn etkileşimine ihtiyacı vardır (Laurin ve Joussemet, 2017). Öz düzenleme becerilerinden biri olan duygu düzenlemede güçlükle yaşayan ebeveynlerin katı ve cezalandırıcı disiplin yöntemlerine başvurduğu ve aşırı kızgınlık gibi uygun olmayan duygu ifadelerinin dışavurumunun fazla olduğu görülmektedir (Dix, 1991).

Alanyazın incelendiğinde yurt içi ve yurt dışında birçok çalışmada ebeveyn öz düzenleme becerisinin ölçülebilmesi için “ebeveyn olarak ben: ebeveyn öz düzenleme ölçeği”nin kullanıldığı görülmektedir. Avustralya’da yaşayan ebeveynler ile geliştirilen bu ölçek Portekizceye (Marques, Isabel Pereira, Barros ve Roberto, 2020), Felemenkçeye (Bart, 2016), İspanyolcaya (Montesdeoca-García, 2019) ve Türkçeye çevrilmiştir. Yurtdışında yapılan çalışmalar 0-3 yaş arası çocukları olan ebeveynleri kapsarken; yurtiçinde yapılan çalışmalar 3 yaş ve üzeri çocuğu olan ebeveynleri kapsamaktadır. Alan yazında Ebeveyn Olarak Ben: Ebeveyn Öz Düzenleme ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapıldığı farklı araştırmalar bulunmaktadır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını Özbay ve Akın (2015), 205 ilkököl, ortaokul ve lise öğretmenleriyle; Keleş, Koğar ve Yurt (2016), 302 ebeveynle; Sarıot-Ertürk (2019), 3-5 yaş çocuğu olan ebeveynlerle gerçekleştirmişlerdir. Ebeveynlik, genellikle kültürel yönlerden ve toplumun annelerin çocuk bakımının ana kaynağı olduğu varsayımına göre annenin hayatında babalardan daha fazla değişikliğin yaşandığı bir dönem olarak görülmektedir. Bebeklerin hayatlarının ilk yıllarında ebeveynlerine özellikle anneye bağımlılığının ve ebeveynleri ile etkileşimlerinin yoğun olması sebebiyle iyi ebeveynlik yapabilmek için öz düzenleme becerilerine ihtiyaç duyarlar. Anne bebek etkileşimleri üzerinde etkili olan bu öz düzenleme becerisinin incelenmesi ve bu beceriyi etkileyen değişkenlerin ortaya konulmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle 0-1 yaş bebeği olan annelerin ebeveyn öz düzenleme becerilerinin bazı değişkenlere

göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı annelerin yaşına göre farklılık göstermekte midir?
2. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı annelerin öğrenim durumuna göre farklılık göstermekte midir?
3. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı annelerin evlilik süresine göre farklılık göstermekte midir?
4. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı bebeğin cinsiyetine göre farklılık göstermekte midir?
5. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı bebeğin ay grubuna göre farklılık göstermekte midir?
6. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı annelerin daha önceden başka bir bebeğin bakımından sorumlu olma durumuna göre farklılık göstermekte midir?
7. Annelerin ebeveyn öz düzenleme algısı annelerin annelikle ilgili eğitim alma durumuna göre farklılık göstermekte midir?

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, 0-1 yaş bebeği olan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının annenin yaşı, öğrenim durumu, evlilik süresi, bebeğin cinsiyeti, bebeğin ay grubu, annenin daha önceden başka bir bebeğin bakımından sorumlu olma durumu, annelikle ilgili eğitim alma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı nicel araştırma yöntemlerinden olan betimsel tarama modeli kullanılarak incelenmiştir. Betimsel tarama modeli bireylerin tutumlarının, görüşlerinin alındığı, olgular üzerindeki değişim ve derecesinin belirlendiği araştırma modelidir (Karakaya, 2012).

Çalışma Grubu

Bu çalışmaya bebeklerin hayatlarının ilk yıllarında ebeveynlerine özellikle anneye bağımlılığının ve etkileşimlerinin yoğun olması sebebiyle 0-1 yaş bebeği olan anneler dahil edilmiştir. Katılımcılar belirlenirken amaçlı örnekleme yönteminden benzeşik örnekleme kullanılmıştır. Benzeşik örnekleme araştırmanın problemi ile ilgili olarak evrende yer alan benzer ölçütleri ve özellikleri taşıyan bir alt grup ya da durumdan oluşturulmasıdır (Büyüköztürk, Akgün, Demirel, Karadeniz ve Çakmak, 2015). Eskişehir ili Odunpazarı ve Tepebaşı ilçeleri Aile Sağlığı Merkezlerine gelen anneler ile görüşülmüştür.

Demografik bilgileri, ölçek maddelerini eksiksiz yanıtlayan ve çalışmaya gönüllü katılan 170 anne çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Tablo 1’de annelerin demografik özellikleri sunulmuştur.

Tablo 1. Annelerin Demografik Özellikleri

	N	%		N	%
Annenin Yaşı			Evlilik Süresi		
21-25 yaş	33	19.4	1-2 yıl	55	32.4
26-30 yaş	72	42.4	3-5 yıl	54	31.8
31-35 yaş	42	24.7	6-10 yıl	44	25.9
36-40 yaş	23	13.5	11-21 yıl	17	10.0
Öğrenim Durumu			Çocuğun cinsiyeti		
İlkokul	8	4.7	Kız	78	45.9
Ortaokul	12	7.1	Erkek	92	54.1
Lise	54	31.8	Bebeğin ay grubu		
Önlisans	19	11.2	0-6 ay	75	44.1
Lisans	63	37.1	7-12 ay	95	55.9
Lisansüstü	14	8.2	Annelle ilgili eğitim alma durumu		
Daha önceden başka bir bebeğin bakımından sorumlu olma durumu			Evet	23	13.5
Hayır	130	76.5	Hayır	147	86.5

Tablo 1’e göre çalışmaya katılan annelerin %19.4’ü 21-25 yaş arası, %42.4’ü 26-30 yaş arası, %24.7’si 31-35 yaş arası, %13.5’i 36-40 yaş arasında; %4.7’si ilkököl, %7.1’i ortaokul, %31.8’i lise, %11.2’si önlisans, %37.1’i lisans, %8.2’si lisansüstü mezundur. Çalışma grubunun evlilik süresi %32.4’ü 1-2 yıl, %31.8’ü 3-5 yıl, %25.9’u 6-10 yıl, %10’u 11-21 yıldır. Annelerin %45.9’unun kız, %54.1’inin erkek çocuğu vardır. Bu bebeklerin %44.1’i 0-6 ay, 55.9’u 7-12 ay arasındadır. Annelerin %23.5’ni daha önceden başka bir bebeğin bakımından sorumlu olmuştur. %13.5’i de annelle ilgili eğitim almıştır.

Veri Toplama Araçları

Annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının ortaya çıkarılması amacıyla “Ebeveyn Olarak Ben: Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeği” (Me as a Parent: Parenting Self-Regulation Scale (Maap)) kullanılmıştır. Hamilton, Matthews ve Crawford (2015) beşli likert tipi toplamda 16 madde 4 alt boyuttan oluşan öz bildirim ölçeğini 6 ay ile 15 yaş arası çocukları olan 220 anne ve 80 baba ile geliştirmiştir. Dört madde tersine puanlanmaktadır. Ölçeğin alt boyutları öz yeterlilik, kişisel etkililik, öz yönetim ve öz yetkinliktir. Ölçekten en az 16 puan en fazla 80 puan alınabilmektedir. Ölçeğin iç tutarlılığı için Cronbach alfa değeri .85 olarak bulunmuştur. Bu ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışması 0-1 yaş bebeği olan 220 Türk anne ile gerçekleştirilmiş ve ölçeğin iç tutarlılık

katsayısı 0.814 olduğu hesaplanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda Türk annelere uygulanabilir olduğu bulunmuştur (Yılmaz-Bursa, 2021).

Demografik Bilgi Formunda, annenin yaşına, öğrenim durumuna, evlilik süresine, bebeğin doğum tarihine, bebeğin cinsiyetine, kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğu alma ve annelikle ilgili eğitim alma durumuna ilişkin sorulara yer verilmiştir.

Veri Toplanması ve Analizi

Veri toplama süreci öncesinde Gazi Üniversitesinden etik kurul izni alınmış ve çalışma grubu ile uygulama yapabilmek için çalışmanın amacı, veri toplama aracı, çalışma grubu ve uygulama süreçleri ile ilgili bilgileri içeren izin formları ile Eskişehir İl Sağlık Müdürlüğüne başvurulmuştur. Alınan izin ile 2019 yılı Eylül ile 2020 yılı Mart ayları arasında Eskişehir ili Tepebaşı-Odunpazarı ilçeleri Aile Sağlığı Merkezlerine gidilmiş ve gönüllü anneler ile birebir görüşülerek formlar verilmiştir. Doldurulan formlar bizzat annelerden alınarak veriler toplanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında istatistik programına girilmiş ve değerlendirmesi yapılmıştır. Öncelikle normal dağılım gösterip göstermediğine basıklık-çarpıklık katsayıları, histogram ve kutu grafikleri incelenerek bakılmış, örneklem grubunun sayıca fazla olması sebebiyle Kolmogorov-Smirnov normallik testi uygulanmıştır. Kolmogorov-Smirnov değerinin anlamlılık düzeyinin 0.05'ten büyük olması durumunda verilerin dağılımının normal olduğu söylenebilmesi (Kalaycı, 2010; Karagöz, 2016) sebebiyle verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür ($p > .005$). Tablo 2'de ebeveyn öz düzenleme ölçeğinin verilerinin normallik dağılımına dair değerler yer almaktadır.

Tablo 2. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeğinin Verilerinin Normallik Dağılımı Değerleri

	N	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık	Kolmogorov-Smirnov
Ebeveyn öz düzenleme	170	64.64	6.52	-.036	-.174	.059

Ölçeğin iç tutarlılık katsayısına (Cronbach Alfa) bakılmış ve .814 olarak bulunmuştur. Fraenkel, Wallen ve Hyun (2011) güvenilirlik değerinin 70 ve üzeri güçlü olarak kabul edildiğini belirtmektedir. Varyansların homojen olduğu belirlendiği için ($p > .05$) parametrik istatistik kullanılmıştır. Bebeğin cinsiyeti, ay grubu, kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğunu alma durumu, annelikle ilgili eğitim alma durumu gibi bağımsız değişkenin

iki düzeyde olduğu veriler *t* Testi ile; annenin yaşı, öğrenim durumu, evlilik süresi gibi ikiden fazla düzeyde olduğu verilerde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile analiz edilmiştir.

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Bu kapsamda Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurul Komisyonu tarafından 04.10.2019 tarihinde E.123496 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Araştırma etiği kapsamında, öncelikle araştırmaya katılan annelere araştırmanın amacı açıklanmıştır. Formu gönüllü olarak doldurmaları, istenildiği zaman formu doldurmayı bırakabilecekleri, formu doldurduktan sonra da iptal edebileceği belirtilmiştir. Soruları sakın bir şekilde kendi ev ortamında okumak isteyen annelere form basılı bir halde verilmiş ve uygun olduğu bir zaman Aile Sağlığı Merkezine bırakabilecekleri söylenmiştir. Annelerin herhangi bir soruları olması durumunda araştırmacıya rahatlıkla ulaşabilecekleri telefon ve mail adresi formların üzerinde yazılmıştır.

Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde kullanılan ebeveyn öz düzenleme ölçeğinin annenin yaşı, öğrenim durumu, evlilik süresi, bebeğin ay grubu, bebeğin cinsiyeti, kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğu alma durumu, annelikle ilgili eğitim alma durumuna göre *t* Testi ve ANOVA Testinin sonuçları tablolar halinde sunulmuştur. Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin betimsel analiz Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3. Annelerin Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeğinden Aldıkları Puanlara Ait Betimsel İstatistikler

	N	Ranj	Min	Max	Ort	SS
Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeği	170	33	47	80	64.65	6.53

Tablo 3 incelendiğinde, annelerin (n=170) ebeveyn öz düzenleme ölçeği puan ortalamalarının 64.65 olduğu görülmektedir. Hamilton, Matthews ve Crawford (2015) tarafından geliştirilen ebeveyn öz düzenleme ölçeğinden alınan puan ortalamaları Tablo 4’te yer verilmiştir.

Ölçekten alınabilecek en düşük puan 16 en yüksek puan ise 80’dir. Tablo 4’e göre 6 ay- 2 yaş arası bebeği olan bir ebeveynin toplam puanı 58.69 veya bu puandan daha düşükse, ortalamanın altında ebeveynlik rolüne ilişkin bir öz düzenleme algısı olduğu belirtilebilir. Tablo 3’e göre annelerin ebeveyn

öz düzenleme ölçeğinden aldıkları puan ortalaması göz önüne alındığında annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının iyi düzeyde olduğu söylenebilir.

Tablo 4. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçeği Puan Ortalamaları

	Ortalama	Düşük Skor
Toplam Örneklem	63.76	57.78
6 ay-2 yaş bebeklerin ebeveynleri	64.15	58.69
3-5 yaş çocukların ebeveynleri	64.11	58

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden annenin yaşı değişkenine ait analize Tablo 5’te yer verilmiştir.

Tablo 5. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Annenin Yaşına Göre Dağılımları

Annenin Yaşı	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	f	p
21-25 yaş	33	66.8182	6.32680	2.764	.044
26-30 yaş	72	65.0556	6.55827		
31-35 yaş	42	63.4762	6.29842		
36-40 yaş	23	62.3913	6.35852		

Tablo 5’e göre annenin yaşı ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Bu farkın hangi grup lehine olduğunu bulmak için posthoc testi yapılmıştır. Öncelikle varyansın dağılım durumu incelenmiş, bu inceleme için levene değerine bakılmıştır. 21-25 yaş aralığı grubunun lehine anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır.

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden annenin öğrenim durumu değişkenine ait analize Tablo 6’da yer verilmiştir.

Tablo 6. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Annenin Öğrenim Durumuna Göre Dağılımları

Öğrenim Durumu	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	f	p
İlkokul	8	61.0000	4.62910	2.711	.022
Ortaokul	12	60.5833	5.38446		
Lise	54	65.6481	6.98558		
Önlisans	19	67.2632	5.70421		
Lisans	63	64.6984	6.37949		
Lisansüstü	14	62.5714	6.07282		

Tablo 6’ya göre annenin öğrenim durumu ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Ortaokul ile Önlisans mezunu olma durumu arasında fark bulunmuştur. Önlisans mezunu grubunun ebeveyn

öz düzenleme algısının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden annenin evlilik süresi değişkenine ait analize Tablo 7’de yer verilmiştir.

Tablo 7. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Annenin Evlilik Süresine Göre Dağılımları

Evlilik Süresi	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	f	p
1-2 yıl	55	65.9455	6.19264	1.310	.273
3-5 yıl	54	64.2963	6.44463		
6-10 yıl	44	64.1591	6.73741		
11-21 yıl	17	62.8235	7.08198		

Tablo 7’ye göre annenin evlilik süresi ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden bebeğin ay grubu değişkenine ait analize Tablo 8’de yer verilmiştir.

Tablo 8. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Bebeğin Ay Grubuna Göre Dağılımları

Bebeğin Ay grubu	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	t	p
0-6 ay	75	64.3867	6.25342	-.461	.645
7-12 ay	95	64.8526	6.75556		

Tablo 8’e göre bebeğin ay grubu ile annenin ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden bebeğin cinsiyeti değişkenine ait analize Tablo 9’da yer verilmiştir.

Tablo 9. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Bebeğin Cinsiyetine Göre Dağılımları

Bebeğin Cinsiyeti	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	t	p
Kız	78	64.6154	6.50920	-.058	.954
Erkek	92	64.6739	6.57185		

Tablo 9’a göre bebeğin cinsiyeti ile annenin ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğunu alma durumu değişkenine ait analize Tablo 10'da yer verilmiştir.

Tablo 10. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Kendi Bebeğinden Önce Başka Bir Bebeğin Sorumluluğunu Alma Durumuna Göre Dağılımları

Kendi Bebeğinden Önce Başka Bir Bebeğin Sorumluluğunu Alma	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	t	p
Evet	40	66.8000	6.69558	2.421	.017
Hayır	130	63.9846	6.35022		

Tablo 10'a göre annenin kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğu alma durumu ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark vardır ($p < 0.05$). Evet diyen grubun lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur.

Çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz düzenleme algılarının bağımsız değişkenlerden annelikle ilgili eğitim alma durumu değişkenine ait analize Tablo 11'de yer verilmiştir.

Tablo 11. Ebeveyn Öz Düzenleme Ölçek Puanlarının Annelikle ilgili Eğitim Alma Durumuna Göre Dağılımları

Annelikle ilgili Eğitim Alma	Kişi Sayısı	Ortalama	SS	T	p
Evet	23	64.5217	6.45171	-.099	.998
Hayır	147	64.6667	6.55674		

Tablo 11'e göre annenin annelikle ilgili eğitim alıp almaması ile annenin ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0.05$).

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Annenin ebeveyn öz düzenleme algısının; annenin yaşı, öğrenim durumu, evlilik süresi, bebeğin ayı, bebeğin cinsiyeti, kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin bakımında sorumluluk alma durumu, annelikle ilgili eğitim alma durumuna göre incelendiği bu çalışmada elde edilen bulgular tartışılmış, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

Annenin yaşı ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Annenin yaşı arttıkça ebeveyn öz düzenleme algısının düştüğü görülmektedir. Buna karşın Yılmaz (2016) tarafından okul öncesi öğretmenleri ile gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların yaşının artması ile öz

düzenleme algılarının da yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde bu konuyla ilgili olarak iki farklı görüş ortaya çıkmaktadır. Zimmerman (2002) yaşla birlikte zihinsel olgunluk oluştuğundan dolayı öz düzenleme algısının arttığını belirtirken; Orhan (2007) ile Lapan, Kardash ve Turner (2002) bu algının yaşla birlikte gelişmediğini, öğrenme yoluyla öğretilileceği ve geliştirilebileceğini belirtmişlerdir. Bu çalışmada da Orhan (2007) ile Lapan, Kardash ve Turner'ın (2002) çalışmalarına uygun olarak anne yaşındaki artışın öz düzenleme algısı üzerinde güçlendirici bir etkisi olmadığı ortaya konmuştur. Buna ek olarak anne yaşı arttıkça öz düzenleme algısının düştüğü görülmüştür. Çalışmanın demografik değişkenlerinden biri olan yaş aralıkları içinde yer alan kişi sayılarının homojen dağılım göstermemesinin bu sonuç üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Ayrıca öz düzenlemeyle ilişkili olan öz yeterlilik kavramı ile yapılan çalışmalar incelendiğinde de birbirinden farklı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Ebeveyn öz yeterlilik algısının anne yaşının artması ile düştüğü sonucu ile (Márk-Ribiczey, Miklósi ve Szabó, 2016) herhangi bir ilişkinin bulunmadığı sonucu (Balat, 2014; Kotil, 2010) öne çıkan çalışmalar arasındadır.

Annelerin öğrenim durumu ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Önlisans öğrenim durumundaki annelerin öz düzenleme algılarının ortaokul öğrenim durumundaki annelere göre daha yüksek ebeveyn öz düzenleme algısına sahip oldukları görülmektedir. Alanyazında konu ile ilgili doğrudan çalışma yer almadığı için dolaylı olarak değinen çalışmalar incelenmiştir. Baş etme, öz düzenleme yapısına giren stratejilerin bir alt kümesi olarak yer almaktadır (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen ve Wadsworth, 2001; Eisenberg, Fabes ve Guthrie, 1997). Lazarus ve Folkman (1984) baş etme davranışını kişinin fiziksel ya da zihinsel olarak zorlayıcı (içsel veya dışsal) isteklerini yönetme süreci olarak tanımlamaktadır. Smith, Bynum ve Brody (2005) gerçekleştirdikleri çalışmada ebeveyn öz düzenleme alt boyutlarından olan baş etme davranışı ile annenin öğrenim durumunu birbirine bağlayan varsayımsal bir model oluşturarak incelemişlerdir. Bu çalışmada öğrenim durumu arttıkça annenin baş etme davranış algısının da arttığını gözlemlemişlerdir. Kalff ve arkadaşları (2001) ebeveynin öğrenim düzeyinin düşük olmasının çocuğuna farklı yaklaşımlar sergileyebilecek bilgiye yeteri kadar sahip olamaması ile ilişkili görmüşler ve bu durumun da çocukların problemli davranışlarının ortaya çıkma riskini artırabileceğini belirtmişlerdir.

Annenin evlilik süresi ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark bulunmamasına rağmen evlilik süresi arttıkça ebeveyn öz düzenleme algısının düştüğü görülmektedir. Alanyazında ebeveynlerin evli kalma süresi ile doğrudan ebeveyn öz düzenleme arasında ilişkiyi ortaya çıkartan çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak çiftler arasındaki ilişki öz düzenlemenin incelendiği bir çalışmada evlilik süresi arttıkça öz düzenlemenin azaldığı görülmüştür (Halford, Lizzio, Wilson ve Occhipinti, 2007). Öz düzenleme boyutlarının bir-biri ile benzer olabileceği göz önüne alınarak bu çalışmadan dolayı olarak benzer bir sonuca ulaşıldığı düşünülmektedir.

Bebeğin ay grubu ve cinsiyeti ile annenin ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Kız veya erkek bebeklere sahip olan annelerin öz düzenleme stratejilerinin incelendiği bir çalışmada cinsiyete dair farklılığa ait bulgu bulunamamıştır. Ancak yine bu çalışmada bebeğin ay grubu arttıkça annelerin de kullandıkları öz düzenleme ile ilgili stratejilerinin arttığı bulunmuştur (Spinrad ve ark., 2004). 18 aydan 30. aya doğru bebeği olan annelerde gözlemlenen bu artış yeni yürüyen bebeklerin anneleri ile olan etkileşimin yoğunluğundan bahsedilmiş özellikle öz düzenlemenin bir alt boyutu olan duyguların düzenlenmesi üzerinde durulmuştur. Bu çalışmada ise 0-1 yaş bebeği olan anneler ile yapıldığından benzer sonuç elde edilememesinin sebebi olarak düşünülmektedir.

Kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin bakımında sorumluluk alan annelerin ebeveyn öz düzenleme algısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğunu almak, bebek bakımı ile ilgili bilgilerin edinilmesi açısından oldukça önemlidir. Yapararak-yaşayarak öğrenilen bu bilgiler annenin bebek bakımı ile ilgili öz yeterliliğinin artmasına yardımcı olur (Bandura, 1994; Chen, Gully ve Eden, 2004). Özellikle ebeveyn öz düzenlemenin alt boyutlarından olan öz yeterliliğin artması ile öz düzenleme algısının artmasına da yardımcı olur. Bu nedenle bu çalışmada kendi bebeğinden önce başka bir bebeğin sorumluluğunu alması ebeveyn öz düzenleme algısını arttırdığı düşünülmektedir.

Annenin annelikle ilgili eğitim alma durumu ile ebeveyn öz düzenleme algısı arasında anlamlı bir fark görülemediği. Erden ve Yıldız (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada Aile Sağlığı Merkezlerinde düzenlenen eğitimlerin incelendiği çalışmada sağlık çalışanlarının eğitimleri nasıl düzenleyeceğini bilmediğini, eğitimleri planlama, düzenleme ve değerlendirme mer-

halelerinde herhangi bir pedagojik-androgojik yöntem kullanmadıklarını ortaya çıkarmışlardır. Bu çalışmada da Aile Sağlığı Merkezlerinde verilen anelikle ilgili eğitimlerin Erden ve Yıldız (2018)'in çalışmasında belirtilen sebeplerden dolayı etkili olmadığı düşünülmektedir.

Sonuç olarak, ebeveyn öz düzenleme algısının, annenin yaşına, öğrenim durumuna, bebek bakımı konusunda deneyim kazanımına göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Aile Sağlığı Merkezlerinde, belediyelerde, halk eğitim merkezlerinde anne adayları ve annelere bebek bakımı ile ilgili sadece anlatım yöntemi yerine birebir uygulamalı deneyim kazanabilecekleri eğitimlerin verilmesinin annenin ebeveynlik öz düzenleme algısına etki edebileceği düşünülmektedir. Alanyazında bebeği olan annelerin öz düzenleme becerileri ile ilgili çalışmalar çok sınırlıdır. Gelecekte bebeğin mizaç ve cinsiyeti temel alınarak anne ve babaların ebeveyn öz düzenleme algısının farklılık gösterip göstermediği ile ilgili çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Kaynakça

- Balat, G. U. (2014). Okul öncesi dönemde çocuğu olan annelerin özyeterlilik ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 661-677.
- Bandura, A. (1994). Self-Efficacy. V. S. Ramachaudran, (Ed), *Encyclopedia of human behavior* içinde (71-81). New York: Academic.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. United States: Freeman.
- Barros, L., Goes, R. ve Pereira, A. I. F. (2015). Parental self-regulation, emotional regulation and temperament: Implications for intervention. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(2), 295-306.
- Bart, A. (2016). Parental attributions as predictions for positive bringing behavior. Yayınlanmamış yüksek lisans tez, Universiteit Utrecht Orthopedagogy.
- Berk, L. E. (2015). *Bebekler ve çocuklar: Doğum öncesinden orta çocukluğa*. N. Işıkoğlu Erdoğan, (Çev. Ed.), Ankara: Nobel Akademik.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş. ve Çakmak, E. K. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Chen, G., Gully, S. M. ve Eden, D. (2004). General self-efficacy and self-esteem: toward theoretical and empirical distinction between correlated self-evaluations. *Journal of Organizational Behavior*, 25, 375-395.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H. ve Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.
- Deater-Deckard, K., Wang, Z., Chen, N. ve Bell, M. A. (2012). Maternal executive function, harsh parenting, and child conduct problems. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(10), 1084-1091.
- Dix, T. (1991). The affective organization of parenting: Adaptive and maladaptive processes. *Psychological Bulletin*, 110(1), 3-25.

Doi: 10.1037/0033-2909.110.1.3

- Durham, R. ve Chapman, L. (2013). *Maternal-newborn nursing: The critical components of nursing care*. Philadelphia: FA Davis Company.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A. ve Guthrie, I. K. (1997). Coping with stress. S.A. Wolchik, I. N. Sandler, (Ed.) *Handbook of children's coping: Linking theory and intervention* içinde (41-70). Plenum Press.
Doi: 10.1007/978-1-4757-2677-0_2.
- Erden, Ş. ve Yıldız, A. (2018). Aile sağlığı merkezlerinde yetişkinlere yönelik düzenlenen sağlık eğitimleri üzerine nitel bir çalışma. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 71(3), 145-151.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. ve Hyun, H. H. (2011). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw-Hill.
- Grolnick, W. S., Kurowski, C. O., McMenemy, J. M., Rivkin, I. ve Bridges, L. J. (1998). Mothers' strategies for regulating their toddlers' distress. *Infant Behavior and Development*, 21(3), 437-450.
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti, S. (2007). Does working at your marriage help? Couple relationship self-regulation and satisfaction in the first 4 years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 185-194.
Doi: 10.1037/0893-3200.21.2.185
- Hamilton, V. E., Matthews, J. M. ve Crawford, S. B. (2015). Development and preliminary validation of a parenting self-regulation scale: "Me as a Parent". *Journal of Child and Family Studies*, 24(10), 2853-2864.
- Huang, J. ve Prochner, L. (2004). Chinese parenting styles and children's self-regulated learning. *Journal of Research in Childhood Education*, 18(3), 227-239.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil.
- Kalff, A. C., Kroes, M., Vles, J. S. H., Bosma, H., Feron, F. J. M., Hendriksen, J. G. M., Steyaert, J., van Zeben, T. M. C. B., Crolla, I. F. A. M. ve Jolles, J. (2001). Factors affecting the relation between parental education as well as occupation and problem behaviour in Dutch 5- to 6-year-old children. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology: The International Journal for Research in Social and Genetic Epidemiology and Mental Health Services*, 36(7), 324-331.
Doi: 10.1007/s001270170036
- Karagöz, Y. (2016). *SPSS 23 ve AMOS 23 uygulamalı istatistiksel analizler*. Ankara: Nobel Akademik.
- Karakaya, İ. (2012). Bilimsel araştırma yöntemleri. A. Tanrıoğen, (Ed.) *Bilimsel araştırma yöntemleri* içinde (57-83). Ankara: Anı.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of self-regulation: a systems view. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 23-52.
- Keleş, S., Koğar, H. ve Yurt, Ö. (2016). "Ebeveyn Olarak Ben" ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. Z. Kaya (Ed.), *5th World Conference on Educational and Instructional Studies-WCEIS*, Antalya, Türkiye, s.68. ISBN: 978-975-01577-4-5.
- Kotil, Ç. (2010). *Okul öncesi eğitim kurumuna yeni başlayan 5 yaş çocukların sosyal-duygusal uyum düzeylerine annenin ebeveyn öz yeterlik algısı ile okul beklentilerine uyum düzeyinin etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Lapan, R. T., Kardash, C. A. ve Turner, S. (2002). *Empowering students to become*

- self-regulated learners. ASCA Professional School Counseling, 5(4), 257-265.*
- Laurin, J. C. ve Joussemet, M. (2017). Parental autonomy-supportive practices and toddlers' rule internalization: A prospective observational study. *Motivation and Emotion, 41(5), 562-575.*
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.* New York: Springer Publishing Company.
- Márk-Ribiczey, N., Miklósi, M. ve Szabó, M. (2016). Maternal self-efficacy and role satisfaction: The mediating effect of cognitive emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies, 25(1), 189-197.*
- Marques, T., Isabel Pereira, A., Barros, L. ve Roberto, M. S. (2020). Factor structure of the "Me as A Parent" scale in a community sample of Portuguese mothers. *Psicologia: Revista da Associação Portuguesa Psicologia, 34(2), 215-214.*
- Montesdeoca García, N. (2019). *Versión Española Del Cuestionario "Me As A Parent" De Autorregulación Parental.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, University of La Laguna, San Cristóbal de La Laguna.
- Orhan, F. (2007). Applying self-regulated learning strategies in a blended learning instruction. *World Applied Sciences Journal, 2(4), 390-398.*
- Özbay, A. ve Akın, A. (2015). Ebeveyn öz-düzenleme ölçeği Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği. *ACED Uluslararası Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi, 7, 42-51.*
- Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology, 22(4), 506-517.*
- Sanders, M. R. ve Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical Child and Family Psychology Review, 16(1), 1-17.*
- Santrock, J. W. (2021). *Çocuk gelişimi.* Ankara: Nobel Akademik.
- Sariot-Ertürk, Ö. (2019). *Olumlu ebeveynlik programı: Okul öncesi çocuklarda problem davranışlara etkisi ve kendini düzenleme becerisinin aracı rolü.* Yayınlanmamış doktora tezi, Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Smith-Bynum, M. ve Brody, G. H. (2005). Coping behaviors, parenting, and perceptions of children's internalizing and externalizing problems in rural African American mothers. *Family Relations, 54(1), 58-71.*
- Spinrad, T. L., Stifter, C. A., Donelan-McCall, N. ve Turner, L. (2004). Mothers' regulation strategies in response to toddlers' affect: Links to later emotion self-regulation. *Social Development, 13(1), 40-55.*
- Valiente, C., Lemery-Chalfant, K. ve Reiser, M. (2007). Pathways to problem behaviors: Chaotic homes, parent and child effortful control, and parenting. *Social Development, 16(2), 249-267.*
- Yılmaz, H. (2016). *Okul öncesi öğretmenlerinin öz-düzenleme düzeyleri ile kullandıkları öğretim uygulamaları düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz-Bursa, G. (2021). *Duyu Temelli Eğitim Programının annelerin öz düzenleme-leri ve bebek bakım öz yeterlilikleri ile bebeklerinin gelişimine etkisi.* Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Zimmerman, B. J. (2002). Achieving self-regulation: The trial and triumph of adolescence. F. Pajares ve T. Urđan, (Ed.), *Academic motivation of adolescents* içinde (1-27). Greenwich: Information Age.