

DUYGU SOSYALLEŞTİRME BAĞLAMINDA BİR DERLEME

Esra GÜVEN*, Gülsen ERDEN**

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada çocukları korku, kaygı, endişe, üzüntü gibi olumsuz duygular yaşadıkları anlarda, anne babaların çocuklarının duygularına verdikleri tepkiler ve kurdukları iletişim olarak tanımlanan duygu sosyalleştirme süreci ve söz konusu sürecin çocuğun duygusal davranışsal gelişimine etkileri ile ilgili yayın ve araştırmaların gözden geçirilmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Makalenin amacı ile bağlantılı olarak gözden geçirilmek üzere çeşitli veri tabanlarında; “duygu sosyalleştirme”, “duygu düzenleme” ve “duygu koçluğu” anahtar kelimeleri kullanılarak ulaşılabilen çalışmalar gözden geçirilmiştir. **Sonuçlar:** Gözden geçirilen yayınlar anne babaların çocuğun duygularına verdikleri anlam, uygun ya da uygunsuz tepkiler, duyarlılık ya da ihmallerin çocuğun ileriki yaşamında duygu düzenleme becerileri ve duygu yetkinliği için belirleyici özellikler olacağına işaret etmektedir. Olumlu duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun duygusal ve davranışsal gelişimine yararlarına vurgu yapılırken, olumsuz duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının söz konusu gelişime zarar ve kötü etkilerinden söz edilmektedir. **Tartışma:** Anne babalara çocuklarının duygularının farkında olmanın önemi ve verilen tepkilerin, başka bir deyişle duygu sosyalleştirmenin günlük hayattan örneklerle ilişkilendirilerek anlatıldığı eğitim programları bilinçli anne babalığın yaygınlaşmasına katkıda bulunarak çocuğun davranış sorunlarını önleme ve müdahalede destekleyici ve koruyucu işlev taşıyacaktır.

Anahtar Sözcükler: Duygu sosyalleştirme, duygu düzenleme, duygu koçluğu

SUMMARY: A REVIEW IN THE CONTEXT OF EMOTION SOCIALIZATION

Objective: The purpose of the current study is to review studies related to emotion socialization defined as reaction of the parents towards their children's emotions and the communication between parents and child when the child feels negative emotions like fear, anxiety, stress or sadness and the effects of the mentioned process on the child's emotional and behavioral development. **Method:** Various databases were searched by using keywords such as “emotion socialization”, “emotion regulation” and “emotion coaching” and published papers were reviewed in the context of the study's aim. **Results:** Reviewed studies indicated that parents' interpretations of child's emotions, appropriate or inappropriate reactions, sensitivity or neglect would be defining characteristics for emotion regulation skills and emotion competence of the child in his future life. As positive emotion socialization approaches are emphasized to be a beneficial influence on the child's emotional and behavioral development, negative emotion socialization approaches are seen as having harmful and negative effects on the abovementioned developmental processes. **Discussion:** By educating parents with programmes that focus on the importance of being aware of the child's emotions and their reactions to those emotions, in other words, educational programmes that contain emotion socialization as a topic with examples from daily life would have a supportive and protective role in the prevention and intervention of the child's behavioral problems through a contribution in widespread conscious parenting.

Key Words: Emotion socialization, emotion regulation, emotion coaching

GİRİŐ

Çocuk için duygularını ifade etme ve duygu durumu ile başa çıkma yaşamın ilk yıllarından başlayarak gelişen ve özellikle anne baba etkileşimleri ile biçimlenen karışık bir süreçtir. Bu süreçte anne babaların çocuğun duygularını nasıl anlamlandırdıkları, tepkilerinin uygunluğu, çocuğun duygularına duyarlılıkları ya da ihmalleri çocuğun duygu düzenleme becerileri ve duygu yetkinliği için belirleyici olmaktadır. Duygu yetkinliği çocuğun kendi ve başkalarının duygularının farkındalığı, duruma uygun duygusal tepkiler verebilmesi ve duygusunu nasıl ifade

ettiğinin farkında olabilmesi, eşduyum (empati) yapabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Saarni 1990). Söz konusu yetkinliğin gelişmesinde anne babaların duygu sosyalleştirme tepkilerinin önemli rol oynadığından söz edilmektedir (Denham 1993, Denham 2007, Eisenberg ve ark. 1999, Garner ve ark. 2007, Gottman ve ark. 1996, Havighurst ve ark. 2010, Mirable ve ark. 2009, Warren ve Stifter 2007, Yağmurlu ve Altan 2010, Yap ve ark. 2010). Bu çalışmanın amacı duygu düzenlemenin bileşenlerinden biri olarak kabul edilen duygu sosyalleştirme sürecinin çocuğun duygusal ve davranışsal gelişimi bağlamında ele alınmasıdır.

*Uzm. Psk., Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi, Psikoloji Bölümü Doktora Öğrencisi, Ankara.

** Prof. Dr., Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara.

Duygu Sosyalleştirme

Ülkemizde yapılan araştırmalar için yeni bir tema olan duygu sosyalleştirme, çocukları korku, kaygı, endişe ve üzüntü gibi olumsuz duygular yaşadıkları anlarda anne babaların çocuklarının duygularına verdikleri tepkiler ve kurdukları iletişim olarak tanımlanmaktadır (Eisenberg ve ark. 1999, Gottman ve ark. 1996). Çocuğun duygusal yetkinliğini destekleyen; çocuğa güvenli bir duygusal çevre yaratma, çocuğun duygularını anlamasına yardımcı olma, uygun duygusal tepkiler konusunda çocuğa model olma ve çocuğun kendi duygu düzenleme çabalarını takdir etme gibi tutumlar çocuğun duygu düzenleme becerilerine olumlu yönde katkıda bulunan duygu sosyalleştirme yaklaşımları olarak kabul edilmektedir (Eisenberg ve ark. 1999, Garner ve ark. 2007, Gottman ve ark. 1996, Yağmurlu ve Altan 2010). Öte yandan olumlu yaklaşımların tersine, cezalandırma, küçümseme, duyarsızlık ve ihmal gibi duygu sosyalleştirmelerin çocuğun duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkilediği ve beraberinde duruma uygun duygu tepki verme ile duyguya uyumlu davranış eşleşmesini zorlaştırdığı vurgulanmaktadır (Denham ve ark. 1991, Garner ve ark. 2007, Spinard ve ark. 2004, Yağmurlu ve Altan 2010). Bu bölüme kadar kısaca değinilen duygu sosyalleştirme süreci, olumlu ve olumsuz duygu sosyalleştirme ve bu yaklaşımların çocuğa etkileri ilerleyen alt başlıklarda ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

Olumlu ve Olumsuz Duygu Sosyalleştirme

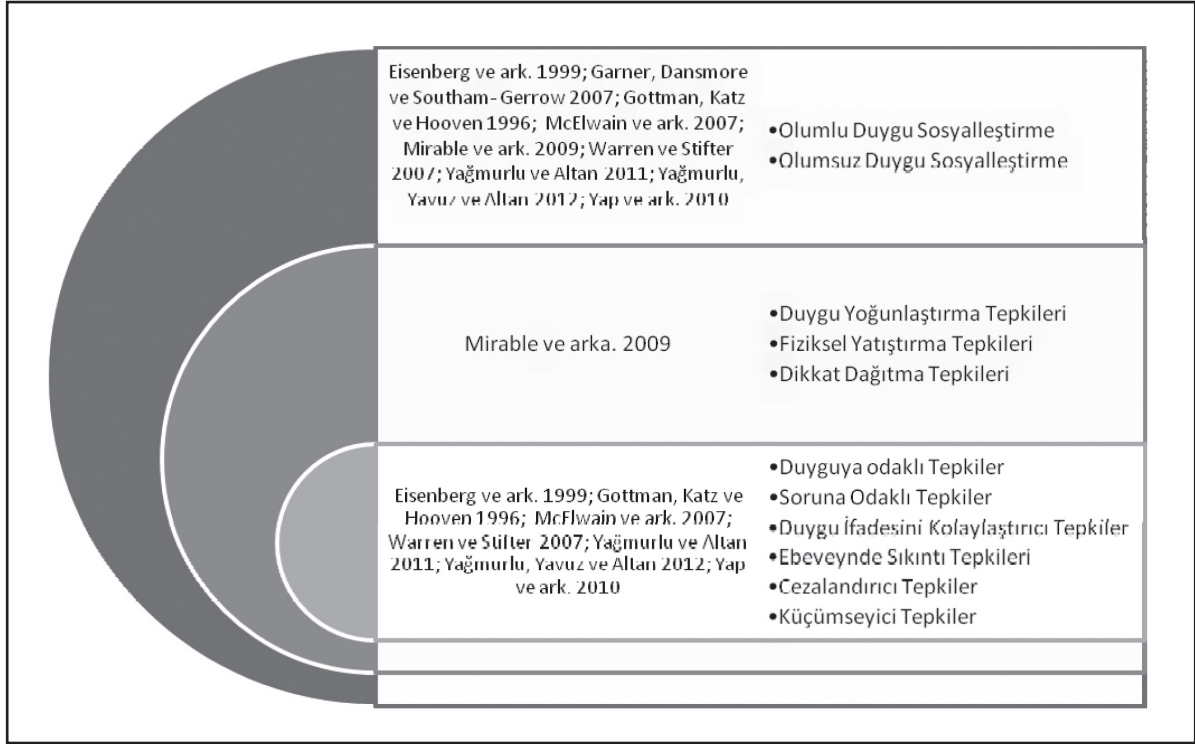
Duygu sosyalleştirme yaklaşımları geniş bir yelpazede olumlu ve olumsuz duygu sosyalleştirme olarak ikiye ayrılmaktadır. Çocuğun kaygı, korku, üzüntü, öfke gibi olumsuz duygular yaşadıkları durumlarda anne babaların rahatlatma, sorunla başa çıkma için yardımcı olma gibi tepkiler olumlu duygu sosyalleştirme yaklaşımlarını oluştururken, küçümseme ve cezalandırma gibi tepkiler olumsuz yaklaşımlar olarak değerlendirilmektedir (Eisenberg ve ark. 1999, Garner ve ark. 2007, Gottman ve ark. 1996, McElwain ve

ark. 2007, Mirable ve ark. 2009, Warren ve Stifter 2007, Yağmurlu ve Altan 2011, Yağmurlu ve ark. 2012, Yap ve ark. 2010).

Mirable ve arkadaşları (2009) ise duygu sosyalleştirme yaklaşımlarını duygu yoğunlaştırma tepkileri, fiziksel yatıştırma tepkileri ve dikkat dağıtma tepkileri olmak üzere üç farklı grup olarak değerlendirmiştir. Söz konusu sınıflandırmaya göre duygu yoğunlaştırma tepkileri, saldırganlık ve azarlama gibi annelerin duygu yoğunlaştıran davranışlarını içerir. Fiziksel yatıştırma tepkileri; annenin çocuğun duygusal uyarılmışlığını ve gerginliğini azaltma, çocuğu sakinleştirme çabalarını temsil eder. Dikkat dağıtma tepkileri ise kendini yatıştırma, rahatlama arayışı gibi tepkilerdir. Bu tepkiler çocuğun dikkatini problem odağından uzaklaştırır ve çocukların yaşadığı sıkıntıyı azaltır (Mirable ve ark. 2009).

Duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının benzer fakat daha ayrıntılı bir biçimde sınıflandırıldığı çalışmalara göre 6 tepki türü vardır: Duyguya odaklı tepki; çocuğun duygusal olarak uyarıldığı durumlarda annenin, çocuğunu daha iyi hissettirme girişimlerini ve desteğini içerir. Duygu ifadesini kolaylaştırıcı tepki; annenin çocuğa duygusunu ifade etmesi konusundaki yardımlarını ve cesaretlendirmesini içerir. Soruna odaklı tepkiler; annenin çocuğu duygusal olarak zorlayan sorunu çözmesine yardımcı olacak girişimleridir. Bu tepkiler olumlu duygu sosyalleştirme tepkileridir. Öte yandan; çocuğun duygusal tepkisinin önemini azaltan küçümseyici tepkiler, çocuğun ifadesini sözel ya da fiziksel cezalarla karşılayan cezalandırıcı tepkiler ve çocuğun olumsuz duygusunu üzüntü ile karşılayan ebeveynde sıkıntı tepkileri olumsuz duygu sosyalleştirme tepkileri olarak bildirilmektedir (Eisenberg ve ark. 1999, Gottman ve ark. 1996, McElwain ve ark. 2007, Warren ve Stifter 2007, Yağmurlu ve Altan 2011, Yağmurlu ve ark. 2012, Yap ve ark. 2010).

Şekil 1: Duygu Sosyalleştirme Tepkilerinin Sınıflandırılması



Özetle anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımları da anne babalık tutumları gibi farklılık göstermektedir ve duygu sosyalleştirme sürecini oluşturan anne baba tepkilerinin çocuğa etkilerine göre olumlu ve olumsuz olarak sınıflandırıldığı görülmektedir.

Duygu Sosyalleştirme Özellikleri

Bu bölüme kadar duygu sosyalleştirme kavramı ve farklılaşan duygu sosyalleştirme yaklaşımlarından söz edilmiştir. Söz konusu farklılaşmanın anne baba özellikleri, çocuğun özellikleri, anne babalık davranışları, bağlamsal ve kültürel özelliklerden etkilendiği belirtilmektedir. Bu bölümde duygu sosyalleştirme sürecinin çeşitli bağlamlar açısından özellikleri ele alınmıştır.

Anne baba özellikleri: Duygu sosyalleştirme tepkileri ilk olarak anne baba özellikleri bağlamında ele alınmıştır. Bu bağlamda duygu sosyalleştirme tepkilerinin anne babaların kendi duygusal dağarcıklarının (meta-duygu felsefeleri), kişilik özelliklerinden etkilendiğinden söz

edilmektedir (Garside ve Klimes-Dougan 2002, Denham 2007, Gottman ve ark. 1996, Hughes ve Gullene 2010, Hunter ve ark. 2011, Klimes-Dougan ve ark. 2007, Robertson ve Smith 1997).

Gottman ve arkadaşları (1996) her bireyin kendi duyguları ile ilgili düşünce, tepki ve duygularını içeren bir "Meta-duygu felsefesi" (Meta-Emotion Philosophy) olduğuna vurgu yapar. Anne ve babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının meta-duygu felsefeleriyle uyumlu olduğu belirtilmektedir (Hunter ve ark. 2011). Başka bir deyişle anne babalar kendi duygusal dağarcıkları el verdiğince çocuklarının duygularının farkına vararak onların duygularını anlamlandırır ve tepkide bulunur. Söz konusu bağlantı duygu sosyalleştirmenin temeli olarak açıklanabilir.

Sonuç olarak, anne babaların çocuklara uygun duygu sosyalleştirme tepkilerinde bulunmaları çocuklara duygularını yönetebilmelerinde yardımcı olur (Denham 2007). Benzer şekilde Eisenberg ve arkadaşları (1998) söz konusu bağlantıyı 3 temel boyutta ele almaktadır. Bunlar; anne ba-

balanın kendi duygu düzenleme ve ifade becerileri, çocuğun duygularına verdikleri tepkiler ve çocuğun duygularına rehberlik etme ve birlikte konuşabilme davranışlarıdır (Eisenberg ve ark. 1998).

Duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının anne babalar arasında farklılaştığı da belirtilmektedir. Garside ve Klimes-Dougan (2002) annelerin çocukların duygularını babalardan daha çok sosyalleştirdiklerini ve özellikle çocuklarının öfke duygularını sosyalleştirdiklerini belirtmektedir. Ek olarak, annelerin çocukların duygusal yaşamlarına babalardan daha çok tanık olduğu ve bu anlamda birlikteliklerinin daha çok olduğu vurgulanmaktadır (Klimes-Dougan ve ark. 2007).

Öte yandan babaların kız çocuklarının korku ya da üzüntü duygularına ödüllendirerek karşılık verdikleri, oğullarının söz konusu duygularını ise cezalandırdıkları bildirilmektedir. (Garside ve Klimes-Dougan 2002). Bu bağlamda Garner ve arkadaşları (1997) de anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun cinsiyetine göre değiştiğini belirtmektedir. Klimes-Dougan ve arkadaşları (2007) ise genel görüşün aksine anne babaların kız ve erkek çocuklarının öfke duyguları hariç diğer olumsuz duygularına benzer karşılıklar verdiklerinden söz etmektedir. Ayrıca çocuğun oyun esnasında gösterdiği duygu tepkilerini, babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının annelerin yaklaşımlarından daha çok yordadığından da söz edilmektedir (Garner ve ark. 1997).

Çocuğun özellikleri: Anne baba özelliklerinin yanı sıra çocuğun özelliklerinin de duygu sosyalleştirme süreci ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Denham'a (2007) göre çocuğun olumsuz tepkileri ve bu tepkileri sürdürmesi, annenin olumlu yaklaşımını çocuğun karşılıksız bırakması gibi etkenler duygu sosyalleştirme yaklaşımlarını yordamaktadır. Benzer şekilde anne babaların çocukların uyumlu duygu düzenleme davranışlarına uyumlu olmayan davranışlara göre daha

destekleyici duygusal tepkiler vermeye eğilimli olduklarından söz edilmektedir (Morelen ve Suvog 2012). Öte yandan çocuğun dil gelişiminin de duygu sosyalleştirme ve duygu düzenleme üzerinde etkili olduğundan ve çocuğun yetersiz sözel ifade becerisinin annenin sosyalleştirme tepkilerini etkilediğinden söz edilmektedir (Stansbury ve Zimmerman 1999). Stansbury ve Zimmerman'a (1999) göre sözel kavrama puanları düşük çocukların anneleri, sözel kavrama puanları yüksek çocukların annelerine göre daha az olumlu duygu sosyalleştirme tepkisi göstermektedirler. Bunlara ek olarak çocukların bağlanma biçimleri ile duygu sosyalleştirme sürecinin ilişkili olduğu belirtilmektedir. Güvenli bağlanan çocukların, anneleri ile ilişkilerindeki uyumun başarılı duygu sosyalleştirmeye işaret ettiğinden söz edilmektedir (Kochanska ve ark. 2010).

Çocuğun özellikleri bağlamında duygu sosyalleştirme özelliklerinin değerlendirilmesinde çocuğun cinsiyeti ve yaşından da söz edilebilir. Duygu sosyalleştirme tepkilerinin cinsiyete göre değiştiği belirtilmektedir. Kız çocukları daha çok üzüntü ve kaygı duygularına, erkek çocukları ise daha çok öfke duygularına destekleyici tepki beklemektedir (Chaplin ve ark. 2010). Ayrıca çocukların yaşları büyüdükçe anne babaların cezalandırıcı duygu sosyalleştirme yaklaşımını daha sık kullandıkları da gözlenmektedir (Klimes-Dougan ve ark. 2007).

Anne babalık davranışları: Duygu sosyalleştirme özelliklerinde bir başka bağlam anne babalık davranışları olarak ele alınabilir. Duygu sosyalleştirme yaklaşımları ile anne babalık biçimleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmada; olumlu duygu sosyalleştirme arttıkça anne şefkati artarken itaat beklentisinin azaldığından söz edilmiştir (Yağmurlu ve ark. 2012). Aynı çalışma olumsuz duygu sosyalleştirme tepkileri ile itaat beklentisi ve genel cezalandırıcı davranışlar arasında aynı yönde bir ilişki görüldüğüne dikkat çekerken, anne şefkati ile ters yönde bir ilişki olduğundan söz etmektedir (Yağmurlu ve ark.

2012). Ayrıca, anne babalık davranışları bağlamında duygu sosyalleştirme sürecinin değerlendirilmesinde anne babalar ile çocuk arasındaki duygusal bağlantıyı arttırırken, anne babalık ile ilgili yanlış inanç ve davranışların değişmesine cesaretlendiren “Çocukları Dikkate Almak (Tuning into Kids)” adlı bir müdahale programından söz edilmektedir (Havighurst ve ark. 2010, Havighurst ve ark. 2013, Wilson ve ark. 2012). Bu müdahale programına katılan anne babaların, katılmayan anne babalara göre duygularına farkındalıklarının ve duygu düzenleme becerilerinin daha fazla olduğu belirtilmektedir (Havighurst ve ark 2010).

Bağlamsal özellikler: Duygu sosyalleştirme sürecinin özellikleri ile ilgili olarak ailesel risk faktörleri gibi bağlamsal özelliklerin duygu sosyalleştirmeye etkilerinin incelendiği bir çalışmada, yoksulluk, psikopatoloji, düşük eğitim düzeyi gibi çeşitli ailesel risk faktörlerinin anne baba üzerinde yük ve normalden fazla kaygı oluşturarak saldırganlığı ve kontrolcü tutumları çoğalttığı, böylelikle destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkilerinin de arttığından söz edilmektedir (Shaffer ve ark. 2012). Ek olarak Katz ve Rigterink (2012) aile içi şiddetin çocuğun duygu düzenlemesini olumsuz yönde etkilediğine ve zayıf uyum becerileri ile ilişkisine vurgu yapmaktadır.

Kültürel özellikler: Duygu sosyalleştirme sürecinin özellikleri ile ilgili son olarak söz konusu sürecin kültüre göre farklılaştığını belirtilmektedir (Eisenberg ve ark. 1998, Friedlmeier ve ark. 2011). Friedlmeier ve arkadaşları (2011) duygu sosyalleştirme yaklaşımlarında kültürün rolünü, duygusal gelişim sürecinde çocuğun yaşı, cinsiyeti, duygusal gelişiminin, nesiller arası duygusal örüntünün, olumlu ve olumsuz olarak etiketlenen duyguların kültürden kültüre değişiklik gösterdiğine vurgu yaparak açıklamaktadır. Ayrıca, Eisenberg ve arkadaşları (1998) bastırılan ve ifade etmeye cesaretlendirilen duyguların, çocuğun mizacının ve bağlantılı olarak anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının kültü-

re göre farklılaştığından söz etmektedir. Özetle duygu sosyalleştirme süreci çocuğun kendisi, anne babası, çevresi ve bağlamı olmak üzere birçok özelliğe bağlı olarak farklı yaklaşımlar doğurmaktadır. Sözü edilen özellikler bağlamında, izleyen alt başlıkta duygu sosyalleştirme sürecinin çocuğa etkilerinden söz edilmiştir.

Duygu Sosyalleştirme Sürecinin Çocuğa Etkileri

Yap ve arkadaşlarına (2010) göre olumlu duygu sosyalleştirme tepkilerini olumsuz tepkilerine göre daha az sergileyen annelerin ergenlik çağındaki çocuklarında problem çözme, duygu düzenleme ve duygusal alanlarda sorunlar gözlenmektedir. Çocuğunun duygusunu sorgulayan, duruma uygun duygusal yaşantılarını küçümseyen ve destekleyici olmayan anne baba tutumlarının çocuğun duygu düzenlemesini kötü yönde etkilediğinden söz edilmektedir (Gottman ve ark. 1996, Mirable ve ark. 2009, Schields ve Cicchetti 1998, Shipman ve ark. 2007, Yap ve ark. 2010). Mirable ve arkadaşları (2009) kızgın ya da cezalandırıcı anne baba tutumlarının çocuk için zayıf duygu düzenleme modeli oluşturacağına ve çocuğun duygu düzenlemeye ilişkin sıkıntısını arttıracığına vurgu yaparak çocuğun duygu düzenleme gelişimini engellediğinden söz etmektedir.

Schields ve Cicchetti (1998) ise anne babaları tarafından kötü muamele gören çocukların, görmeyen çocuklara göre daha kararsız oldukları ve duruma uygun duygu eşlemesini yapamadıklarına işaret etmektedir. Benzer şekilde Shipman ve arkadaşları (2007) da daha az duygu rehberliği ve uygun olmayan tepkiler gören çocukların, görmeyen çocuklara göre daha uygunsuz duygu düzenleme becerilerine sahip olduğunu belirtmektedir. Ayrıca, Mirable ve arkadaşları (2009) anne babaların, çocuğun üzüntüsüne çocuğun dikkatini üzüntü kaynağından uzaklaştırarak yanıt verdiklerinde çocuğun duygusal uyarılmışlığını azaltmaya yardımcı olduklarına ve bu sayede başarılı duygu düzenleme gerçekleştiğine vurgu yapmaktadır. Öte yandan Garner ve

arkadaşlarına (2007) göre duygu sosyalleştirme çocukların üst düzey duygu ifadesi ve duygusal becerilerini hızlandırabildiği gibi tam tersine çocukların ilişkisel saldırganlığı ile de bağlantılıdır. Eleştirel ve saygısız anne tepkileri çocuğun duygularını bastırmasına sebep olur ve çocuğun duygularını kontrol etmesine yardımcı olan ipuçlarını öğrenmesini engeller (Yağmurlu ve Altan 2010). Benzer şekilde Denham ve arkadaşları (1991) annelerin çocuklarının öfke duygularına onları cezalandırarak ya da küçümseyerek tepki verdiklerinde çocukların etkin duygu kontrolünü ve öfke duyguları ile nasıl başa çıkacaklarını öğrenemediklerine vurgu yapmaktadır.

Ayrıca Spinard ve arkadaşları (2004) da duyguların eleştirilmesi ya da dikkate alınmamasının, çocukların duygularını bastırmasına sebep olduğu ve bu durumun çocuğun duygularını kontrol etmeye yardımcı ipuçlarını öğrenmesini engellediğinden söz etmektedir. Duygu sosyalleştirme sürecinin çocuğun duygusal yaşantılarına etkileri ile ilgili son olarak Wong ve arkadaşlarının 2009'da yaptıkları bir çalışmaya göre anne babaların destekleyici olmayan tepkileri ile çocukların olumsuz duygulanımı arasında anlamlı ilişki vardır. Aynı çalışmaya göre evlilik çatışmasının yoğunluğu ile çocuğun olumsuz duygulanımındaki artış babaların destekleyici olmayan tepkileri ve annelerin olumsuz dışavurumları ile de ilişkili bulunmuştur.

Duygu sosyalleştirme sürecinin çocuğun akran ilişkilerini ve diğerleri ile uyumunu etkilediğinden de söz edilmektedir (Eisenberg ve ark. 1999, Garner ve ark. 2007, Gottman ve ark. 1996, Roberts 1999, Root ve Stifter 2010). Garner ve arkadaşlarına (2007) göre uygun duygu sosyalleştirme; çocukların duygularının onaylanmasını ve çocukları diğerlerinin duygusal ipuçlarına duyarlılığında artışı sağlamaktadır ve çocuklar bu duyarlılığı diğerlerine yararlı olabilmek (özgeci) ve işbirliği için kullanmaktadır. Benzer şekilde Roberts (1999) çocuğun olumsuz duygularına hoşgörülü ve cezalandırıcı olmayan duygu sosyalleştirme yaklaşımları ile çocuğun ego gücü

ve özgeci davranışları arasında olumlu ilişki olduğunu belirtmektedir. Ayrıca, Eisenberg ve arkadaşlarının 1999'da yaptıkları çalışmaya göre anne babaların destekleyici tepkileri ile çocuğun oyun esnasında diğer çocuklarla paylaşım ve işbirliği davranışları arasında yüksek ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde destekleyici duygu sosyalleştirme yaklaşımına sahip annelerin çocuklarının, diğer çocuklara göre yabancı oldukları ortamlarda daha girişken oldukları gözlenmiştir (Root ve Stifter 2010). Söz konusu bağlamla ilgili olarak; çocuğun duygularının farkında olan, onları kabul eden ve çocuğa duygu yönetiminde rehberlik eden anne babaların çocuklarının akranlarıyla daha az olumsuz etkileşim göstermekte olduğu ve daha az sorun davranış sergilediğinden söz edilmektedir (Gottman ve ark. 1996).

Benzer şekilde destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme yaklaşımlarına maruz kalan çocukların, destekleyici yaklaşımlara maruz kalanlara göre oyun davranışlarında daha uyumsuz ve utangaç oldukları belirtilmektedir (Davis ve Buss 2012). Warren ve Stifter (2007) da daha çok mutluluğu ifade eden annelerin okul öncesi çağıdaki çocuklarının akranları arasında duygusal olarak daha dengeli ve daha olumlu görüldüğünden söz ederken, şiddetli ve sık öfke ifade eden annelerin çocuklarının ise arkadaşlarının yanındayken sık sık öfke tepkilerinin gözlenmesine vurgu yapmaktadır. Çok sayıda çalışma çocuğun sorun davranışları ile olumlu duygu sosyalleştirme arasında ters yönde, olumsuz duygu sosyalleştirme süreci ile arasında ise doğru yönde bir ilişkinin varlığına vurgu yapmaktadır (Garner ve ark. 2007, McElwain ve ark. 2007, Warren ve Stifter 2007, Yağmurlu ve Altan 2010, Yap ve ark. 2010). McElwain ve arkadaşlarına (2007) göre annelerin çocukları hakkında bildirdiği problem davranışlarla çocuklarının olumsuz duygularına verdikleri üzücü ve cezalandırıcı tepkiler arasında olumlu ilişki vardır. Garner ve arkadaşları (2007) annenin ihmalkâr duygu sosyalleştirmelerinin çocuğun davranış ve duygu ile uyumlu davranış arasındaki bağ-

lantıyı kurmalarına engel olarak saldırgan davranışlarının önüne geçmesini daha da zorlaştırdığına vurgu yapmaktadır. Bununla birlikte aynı çalışmada çift yönlü bir etkileşimin de söz konusu olabileceğinden söz esilmektedir. Yani; annelerin yüzeysel duygu yorumlarını çocukların saldırgan davranışlarının ortaya çıkarıyor olabileceği düşünülmektedir (Garner ve ark. 2007). Ayrıca, özellikle çocuğun üzüntüsünü yakınmayla karşılayan, azarlayan, üzüntünün kaynağına ilişkin korku yansıtan duygu sosyalleştirmelerin olumsuz duygu sosyalleştirme ile çocuğun depresyonu arasındaki ilişkide aracılık ettiğiinden söz edilmektedir. Ek olarak söz konusu duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun depresyonunu yordadığı ileri sürülmektedir (Boucher ve ark. 2013). Benzer şekilde Schwartz ve arkadaşları (2012) çocuğun depresif davranışlarını pekiştiren, karşılıklı saldırganlık içeren ve olumlu davranışlara olumlu karşılık vermede başarısız olan anne baba tutumlarının ergenlerde depresyonla bağlantılı olduğuna vurgu yapmaktadır.

Duygu sosyalleştirme sürecinin çocuğa etkileri ile ilgili bir başka konu aile içi ilişkiler bağlamında ele alınabilir. Çocuğun duygularına farkındalık kazandıran ve duyguları ile başa çıkmasına yardımcı olan duygu sosyalleştirme yaklaşımları ile tanımlanan duygu koçluğunun (Gottman ve ark. 1996, Hooven ve ark. 1995) aile içi şiddetin söz konusu kötü etkilerine karşı tampon rolü üstlendiği belirtilmektedir. Başka bir deyişle duygu koçluğunun aile içi şiddet, anne baba çatışması, ebeveynlerden birinin kaybı gibi çocuğun kontrolü dışında gelişen stres kaynaklarının yarattığı olumsuz duygular için koruyucu işlev taşıdığından söz edilmektedir (Katz ve Rigerink 2012).

Özetle, olumlu duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun duygusal ve davranışsal gelişimine yararlarına vurgu yapılırken, olumsuz duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının söz konusu gelişime zarar verici ve kötü etkilerinden söz edilmektedir. Alanyazın taramalarında sözü edilen etki mekanizmalarının birkaç model bağ-

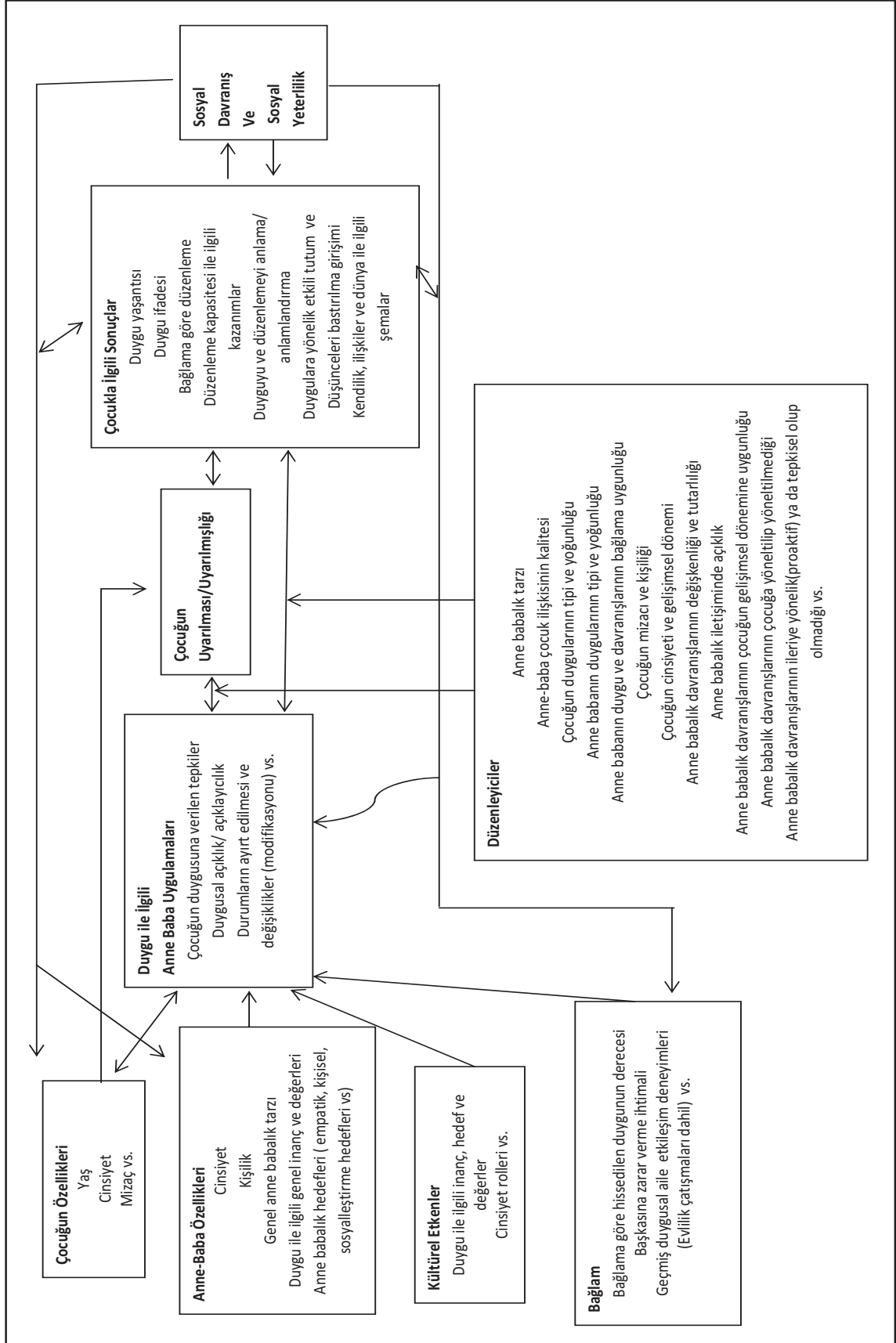
lamında açıklandığı görülmüştür. Bir sonraki alt başlıkta duygu sosyalleştirme sürecine ve çocuğu nasıl etkilediğine ilişkin yorumlar getiren örnek modeller incelenmiştir.

Duygu Sosyalleştirme Modelleri

Duygu sosyalleştirme ile çocuğun duygusal ve davranışsal gelişimleri arasındaki ilişkileri açıklamaya çalışan farklı modellerden söz edilmektedir (Abe ve Izard 1999, Baker ve ark. 2011, Chaplin ve ark. 2010, Denham 1993, Denham 2007, Eisenberg ve ark. 1998, Izard 1977, Keenan ve Hipwell 2005, Magaci ve Mcfadden 1996, Saarni 1990). Söz konusu modeller genelde duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğa olumlu ve olumsuz etkilerini açıklamaya çalışırken Eisenberg ve arkadaşları (1998) daha kapsamlı ve çok yönlü başka bir model önermiştir. Eisenberg ve arkadaşlarının duygu sosyalleştirme modelinde süreci etkileyen faktörler, anne baba ve çocuk özellikleri ile sürecin çocuğu etkileyen özelliklerine yer verilmiştir. Söz konusu karmaşık ve iç içe geçmiş ilişkiler birçok çalışmaya araştırma konusu olmuş ve bu derleme çalışmasının önceki bölümlerinde ayrıntılı bir biçimde incelenmiştir. Söz konusu modelin önerdiği ilişkiler bütünü Şekil 2'de özetlenmiştir.

Eisenberg ve arkadaşları (1998) duygu sosyalleştirme modeline ek olarak duygu yetkinliği, farklılaşan duygular ve potansiyel birleşim modellerinden söz edilmektedir. Duygu Yetkinliği (Emotion Competence) Modeli; Saarni'nin (1990) tanımladığı duygu yetkinliği kavramından yola çıkılarak oluşturulmuştur. Daha önce de belirtildiği gibi duygu yetkinliği diğerlerinin ve kendi duygularının farkında olma, duruma uygun duygu ifade becerisi ve eşduyum (empati) gibi duygusal yeterlilik özellikleridir (Saarni 1990). Duygu Yetkinliği Modeli ise çocuğun duygularını cezalandırmak ya da küçümsemek yerine, duygusal yetkinliğini arttırmaya yönelik destekleyici anne baba tepkilerini, başka bir deyişle duygu koçluğunu amaçlar. Duygusal yetkinlik, bireyin kendi duygularını ve başkası-

Şekil 2: Eisenberg, Spinrad ve Cumberland' ın (1998) Duygu Sosyalleştirme Modeli



nın duygularını anlamasını ve bu duyguları uygun bir biçimde ifade edip düzenlemesini içerir. Anne babaların bu şekilde gerçekleştirdiği sosyalleştirme ileriki yıllarda çocuğun psikopatoloji riskini azaltmakta ve çocuğun sosyal yetkinliğini de arttırmaktadır (Denham 1993). Ancak bu model neden duygu koçluğundan yoksun bazı çocukların dışsal psikopatoloji (davranım bozukluğu vb.), bazılarının ise içsel (depresyon vb.) psikopatoloji gösterdiğine cevap vermemektedir (Denham 2007). Ek olarak, duygu koçluğunu açıklamaya çalışan bir modele göre duygu koçluğu, çocuğun duygularına tepki verme, açıklık ve duyguların çocukla tartışılması davranışlarından oluşmaktadır (Baker ve ark. 2011). Ancak modelin sınındığı araştırma, söz konusu bileşenlerin anne babalar için farklılık gösterdiğinden söz etmektedir. Buna göre babalar duygu koçluğu için önerilen davranışların hepsini kullanırken, anneler daha çok çocuğun duygularına tepki verme ve açıklık davranışlarını kullanmaktadır.

Farklılaşan Duygular (Differential Emotions) Modeli temelini Izard'ın (1977) farklılaşan duygular kuramından alır. Izard'a (1977) göre her bir duygunun farklı bir motivasyonu ve hizmet ettiği farklı bir işlevi vardır (Akt. Abe ve Izard 1999). Örneğin, ilgi duymanın motivasyonu dikkattir işlevi ise çabuk kavrama, öğrenmedir. Korku korunucu davranışlara sebep olur, öfke hedefin önündeki engellere karşı düşünce ve eylemlere zemin hazırlar (Magaci ve Mcfadden 1996). Benzer şekilde anne babaların kız çocuklarının daha çok üzüntü ve kaygı duygularının sosyalleştirildiğini ve anne babalığa yayılan bu tutumun kız çocuklarının kaygı ve üzüntü duygularına yol açan zor durumlarla başa çıkma becerilerine katkıda bulunduğu belirtilmektedir.

Başka bir deyişle kız çocuklarının kaygı ve üzüntü duygularının motivasyonu anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımları iken, işlevi söz konusu duygulara yol açan durumlarla başa çıkma becerileridir. Ancak böyle bir örüntü uygun olmayan durumlarda - mesela uygun

duygunun öfke olduğu durumlarda- da kız çocuklarının üzüntü ve kaygı duygularına odaklanmalarına da sebep olmaktadır. Seçici duygu sosyalleştirme özellikle düşük sosyoekonomik sınıf gibi stresli çevrelerde edilgen başa çıkma, abartılmış üzüntü, umutsuzluk ve olası depresyona yol açmaktadır (Keenan ve Hipwell 2005).

Potansiyel Birleşim (Potential Combined) Modeli; diğer modellerde açıklanan duygusal yetkinlik eksikliği olan ya da cinsiyet rolüne bağlı olarak belirli duyguların desteklendiği çocukların tümünde psikopatoloji görülmebileceğini belirtir. Modele göre büyük olasılıkla bu iki modelin birleşimi çocuklarda psikopatolojiye yol açmaktadır. Örneğin, duyguları tartışmayan/ yorumlamayan bir annenin çocuğunun kendi duyguları ile ilgili farkındalığı az olur ve bu çocuk olumsuz duygularıyla uygun olmayan yollarla (kontrol edilemez ağlama krizleri, fiziksel saldırganlık gibi) başa çıkmaya çalışır. Buna ek olarak anne çocuğunu özellikle üzülmesinde cezalandırıyorsa, çocuk olumsuz duyguya sebep olan bir durumda büyük olasılıkla üzüntüsünü bastırır ve üzüntü yerine saldırgan davranışlar sergiler. Bu örüntü de uzun dönemde davranış sorunlarına yol açmaktadır (Chaplin ve ark. 2010).

Sözü edilen modellerin de işaret ettiği gibi duygu sosyalleştirme süreci duygu temelli olmakla birlikte çocuğa etkileri sadece duygulanım düzeyinde değil, çocuğun davranışsal gelişimi de olmak üzere birçok alanda kendini göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada olumlu ve olumsuz duygu sosyalleştirmenin çocuğa etkisi ve duygu sosyalleştirme sürecini etkileyen faktörler ile ilgili yayınlar gözden geçirilmiştir. Söz konusu yayınlar çocuklarının duygularının farkında olan ve destekleyici geri bildirim içeren duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocukların sağlıklı gelişimine katkıları ve diğerleriyle ilişkiler üzerine olumlu etkilerine vurgu yapmaktadır.

Duygu sosyalleştirme tepkilerinin çocuğa etkilerini inceleyen çalışmalar olumlu duygu sosyalleştirmenin yararlarına, olumsuz duygu sosyalleştirmenin zararlarına dikkat çekmektedir. Söz konusu çalışmalara göre olumlu duygu sosyalleştirme çocukların duygularının onaylanmasını sağlar, duygusal becerilerini artırır; bu sayede çocuğun diğerlerinin duygusal ipuçlarına duyarlılığı ve işbirliği becerisi artar (Eisenberg ve ark. 1999, Garner ve ark. 2007, Gottman ve ark. 1996). Olumsuz duygu sosyalleştirme ise çocuğun duygu düzenlemesini kötü yönde etkilemenin yanı sıra, çocuğun duygularını bastırmasına sebep olur, duygularını kontrol etmesine yardımcı olan ipuçlarını öğrenmesini engeller ve saldırgan davranışlarının önüne geçmesini daha da zorlaştırır; çünkü böyle çocuklar davranış ve duygu ile uyumlu davranış arasındaki bağlantıyı kuramazlar. Ayrıca olumsuz duygu sosyalleştirmelerin çocukların sorun davranışlarındaki artış ile ilişkili olduğundan söz edilmektedir (Garner ve ark. 2007, McElwin ve ark. 2007, Warren ve Stifter 2007, Yağmurlu ve Altan 2010, Yap ve ark. 2010).

Alanyazın bulgularının da işaret ettiği gibi anne babaların çocukları ile duygu temelli iletişimleri, çocuğun duygusal, davranışsal gelişimi ile paralel olarak hayatı boyunca diğerleri ile ilişkileri, baş etme becerileri, davranış ve uyum sorunları ve daha birçok alanı etkilemektedir. Dikkatsiz, özensiz ve duyarsız duygu sosyalleştirmelere maruz kalan çocukların duygularını kontrol ve ifade etmede güçlük çekerek, kendilerini ifade gereksinimlerini davranış sorunları gibi uygun olmayan kanallarla ifade etme eğiliminde oldukları gözlenmektedir. Bu bağlamda anne babalara çocuklarının duygularının farkında olmanın önemi ve verilen tepkilerin, başka bir deyişle duygu sosyalleştirmenin günlük hayattan örneklerle ilişkilendirilerek anlatıldığı eğitim programları bilinçli anne babalığın yaygınlaşmasına katkıda bulunarak çocuğun davranış sorunlarını önleme ve müdahalede destekleyici ve koruyucu işlev taşıyacaktır.

KAYNAKLAR

- Abe JAA, Izard CE (1999) *The developmental functions of emotions: An analysis in terms of differential emotions theory*. *Cogn Emot* 13: 523- 549.
- Baker JK, Fenning RM, Crnic KA (2011) *Emotion socialization by mothers and fathers: Coherence among behaviors and associations with parent attitudes and children's social competence*. *Soc Dev* 20: 412-430.
- Boucher ME, Lecours S, Phillippe FL ve ark. (2013) *Parental socialization of emotion and depression in adulthood: The role of attitudes toward sadness*. *Eur Rev Appl Psychol* 63:15-23.
- Chaplin TM, Casey J, Sinha R ve ark. (2010) *Gender differences in caregiver emotion socialization of low-income toddlers*. *New Dir Child Adolesc Dev* 128 : 11-27.
- Davis LD, Buss KB (2012) *Moderators of the relation between shyness and behavior with peers: Cortisol dysregulation and maternal emotion socialization*. *Soc Dev* 21:801-820.
- Denham SA (1993) *Socialization of emotions: Pathway to preschoolers' emotional and social competence*. *J Nonverbal Behav* 17: 205- 227.
- Denham SA (2007) *Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships*. *Cogn Brain Behavior* 11:1- 48.
- Denham SA, Renwick SM, Holt RW (1991) *Working and playing together: Prediction of preschool social-emotional competence from mother-child interaction*. *Child Dev* 62:242-249.
- Eisenberg N, Fabes RA, Shepard SA ve ark. (1999) *Parental reactions to children's negative emotions: Longitudinal relations to quality of children's social functioning*. *Child Dev* 70:513- 534.
- Eisenberg N, Spinrad TL, Cumberland A (1998) *The socialization of emotion: Reply to commentaries*. *Psychol Inq* 9:317-333.
- Friedlmeier W, Corapçı F, Cole PM (2011) *Emotion Socialization in cross-cultural perspective*. *Soc Personal Psychol Compass* 5:410-427.

- Garner PW, Dansmore JC, Southam-Gerrow M (2007) *Mother–Child conversations about emotions: Linkages to child aggression and prosocial behavior*. *Soc Dev* 259-277.
- Garner PW, Robertson S, Smith G (1997) *Preschool children's emotional expressions with peers: The roles of gender and emotion socialization*. *Sex Roles* 36:675-691
- Garside R, Klimes-Dougan B (2002) *Socialization of discrete negative emotions: Gender differences and links with psychological distress*. *Sex Roles* 47:115-128.
- Gottman JM, Katz LF, Hooven C (1996) *Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data*. *J Fam Psychol* 10:243–268.
- Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE ve ark. (2013) *“Tuning into kids”: Reducing young children's behavior problems using an emotion coaching parenting program*. *Child Psychiatry Hum Dev* 44:247-64.
- Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE ve ark. (2010) *Tuning into kids: Improving emotion socialization practices in parents of preschool children—findings from a community trial*. *J Child Physiol Psychiatry* 51:1342- 1350.
- Hooven C, Gottman JM, Katz LF (1995) *Parental meta-emotion structure predicts family and child outcomes*. *Cogn Emot* 9:229-264.
- Hughes EK, Gullone E (2010) *Parent emotion socialisation practices and their associations with personality and emotion regulation*. *Pers Individ Differ* 49:694–699.
- Hunter EC, Katz FL, Shortt JW ve ark. (2011) *How do I feel about feelings? Emotion socialization in families of depressed and healthy adolescents*. *J Youth Adolesc* 40: 428-441.
- Izard CE (1977) *Human Emotions*. New York, NY: Plenum Press.
- Katz LF, Rigterink T (2012) *Domestic violence and emotion socialization*. *Monogr Soc Res Child Dev* 77:52-60.
- Keenan K, Hipwell AE (2005) *Preadolescent clues to understanding depression in girls*. *Clin Child Fam Psychol Rev* 8:89–105.
- Klimes-Dougan B, Brand AE, Zahn-Waxler C ve ark. (2002) *Parental emotion socialization in adolescence: Differences in sex, age and problem status*. *Soc Dev* 16:326-342.
- Kochanska G, Woodard J, Kim S ve ark. (2010) *Positive socialization mechanisms in secure and insecure parent–child dyads: Two longitudinal studies*. *J Child Psychol Psychiatry* 51:998-1009.
- Magaci C, McFadden SH (1996) *Handbook of Emotion and Adult Development, and Aging*. Academic Press: California.
- McElwain N, Halberstadt A, Volling B (2007) *Mother and father-reported reactions to children's negative emotions: Relations to young children's emotional understanding and friendship quality*. *Child Dev* 78:1407–1425.
- Mirabile SP, Scaramella LV, Sohr-Preston SL ve ark. (2009) *Mothers' socialization of emotion regulation: The moderating role of children's negative emotional reactivity*. *Child Youth Care Forum* 38: 19– 37.
- Morelen D, Suveg C (2012) *A real-time analysis of parent-child emotion discussions: The interaction is reciprocal*. *J Fam Psychol* 26:995-1002.
- Roberts WL (1999) *The socialization of emotional expression: Relations with prosocial behaviour and competence in five samples*. *Can J Behav Science* 31:72-85.
- Root A, Stifter C (2010) *Temperament and maternal emotion socialization beliefs as predictors of early childhood social behavior in the laboratory and classroom*. *Parenting: Science and Practise* 10:241–257.
- Saarni C (2011) *Emotional development in childhood encyclopedia on early childhood development* (Published online September, 2011) <http://www.child-encyclopedia.com/pages/pdf/saarniangxp1.pdf>
- Schwartz OS, Sheeber LB, Dudgeon P ve ark. (2012) *Emotion socialization within the family environment and adolescent depression*. *Clin Psychol Rev* 32:447-453.
- Shaffer A, Suveg C, Thomassin K ve ark. (2012) *Emotion socialization in the context of family risks: Links to child emotion regulation*. *J Child Fam Stud* 21:917-924.
- Shields A, Cicchetti D (1998) *Reactive aggression among maltreated children: The contributions of attention and emotion dysregulation*. *J Clin Child Psychol* 27: 381–395.

GÜVEN VE ERDEN

- Shipman KL, Schneider R, Fitzgerald MM ve ark. (2007). *Maternal emotion socialization in maltreating and non-maltreating families: Implications for children's emotion regulation. Soc Dev* 16: 268–285.
- Spinrad TL, Stifter CA, Donelan-McCall N ve ark. (2004). *Mothers' regulation strategies in response to toddlers' affect: Links to later emotion self-regulation. Soc Dev* 13:40–55.
- Stansbury K, Zimmerman LK (1999) *relations among child language skills, maternal socialization of emotion regulation, and child behavior problems. Child Psychiat Human Dev* 30: 121- 142.
- Warren K, Stifter C (2007) *Maternal emotion-related socialization and preschoolers' developing emotion self-awareness . Soc Dev* 17: 239- 258.
- Wilson KR, Havighurst SS, Harley AE (2012) *Tuning into Kids: An effectiveness trial of a parenting program targeting emotion socialization of preschoolers. J Fam Psychol* 26: 56-65
- Wong MS, McElwain NL, Halberstadt AG (2009) *Parent, family, and child characteristics: Associations with mother- and father-reported emotion socialization practices. J Fam Psychol* 23: 452-463
- Yağmurlu B, Yavuz M, Altan Ö (2012) *Turkish mothers' coping with children's negative emotions: A brief report, Child Fam Stud, May 2012. <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10826-012-9597-x?LI=true>*
- Yağmurlu B, Altan Ö (2010) *Maternal socialization and child temperament as predictors of emotion regulation in Turkish preschoolers. Infant Child Dev* 19: 275– 296.
- Yap MBH, Schwartz OS, Byrne ML ve ark. (2010) *Maternal positive and negative interaction behaviors and early adolescents' depressive symptoms: Adolescent emotion regulation as a mediator. Res Adolesc* 20: 1014– 104.