

Medya Aracılığıyla Duygu Düzenlemenin Yordayıcıları ve Çocuğun Sosyoduygusal Gelişimi Açısından Sonuçları

Predictors of Media Emotion Regulation and Its Consequences for Children's Socioemotional Development

 Gizem Koç Arık ¹

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

ÖZ

Medya aracılığıyla duygu düzenleme, ebeveynlerin erken çocukluk dönemindeki çocuklarının duygularını düzenlemesinde medya kullanması olarak tanımlanmıştır. Bu derlemenin amacı, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcılarını ve çocukların sosyoduygusal gelişimiyle ilgili olan sonuçlarını incelemektir. Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcıları olarak ebeveyn eğitimi seviyesi, ebeveyn medya kullanımı ve çocuğun mizacı incelenmiştir. Düşük eğitim seviyesine sahip ve kişisel medya kullanımı yüksek olan ebeveynlerin, diğer ebeveynlere kıyasla medya aracılığıyla duygu düzenlemeye daha sık başvurduğu görülmüştür. Çocukların olumsuz duygulanım veya dışadönüklük/çoşkunluk mizacı ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumlu; çabalı kontrol ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumsuz bir ilişki görülmüştür. Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocukların sosyoduygusal gelişimi üzerindeki sonuçları olarak çocuğun problemleri medya kullanımı, duygusal bilgi ile empatisi incelenmiştir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme ve problemleri medya kullanımı arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür; medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sıklıkla deneyimleyen çocukların problemleri medya kullanımı artmaktadır. Ayrıca medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocukların duygusal bilgisinde olumsuz bir rolü olduğu belirlenmiştir. Çocukların medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimi arttıkça duygusal bilgisi azalmaktadır. Son olarak, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile empati arasındaki ilişkide hem olumlu hem olumsuz sonuçlar gözlemlenmiş ve bu ilişkiyi etkileyebilecek değişkenler tartışılmıştır. Bu çalışma, çocukların medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi hangi koşullarda daha sık deneyimlediğini ve bu deneyimin çocukların sosyoduygusal gelişimindeki rolünü anlamak açısından önemli bir katkı sunmaktadır.

Anahtar sözcükler: Medya, duygu düzenleme, erken çocukluk, ebeveyn, mizaç

ABSTRACT

Media emotion regulation has been defined as parents' use of media to regulate their children's emotions in early childhood. The purpose of this review is to investigate the predictors of media emotion regulation and its consequences on children's socioemotional development. As predictors of media emotion regulation, parental education level, parental media use, and the child's temperament were examined. It was observed that parents with low levels of education and higher personal media use more frequently offer their children media emotion regulation than other parents. The relationships between children's temperamental domains of negative affect and extraversion/surgency and media emotion regulation have been shown as positive, while the relationship between effortful control and media emotion regulation has been displayed as negative. As for the consequences of media emotion regulation on children's socioemotional development, children's problematic media use, emotional knowledge, and empathy were examined. The relationship between media emotion regulation and problematic media use was displayed as positive; children who frequently experienced media emotion regulation had increased problematic media use. Also, it was shown that media emotion regulation has a negative role in children's emotional knowledge. As children's experience with media emotion regulation increased, their emotional knowledge decreased. Lastly, in the relationship between media emotion regulation and empathy, both positive and negative findings were observed and variables that may influence this relationship were discussed. This study contributes significantly to understanding the conditions under which children more frequently experience media emotion regulation and the role of this experience on children's socioemotional development

Keywords: Media, emotion regulation, early childhood, parent, temperament

Giriş

Günümüzde, teknolojinin hızlı ilerlemesiyle birlikte medya kullanımını çocukların günlük yaşamlarının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir (Olafsson ve ark. 2014, Kabali ve ark. 2015, Bohnert ve Gracia 2021). Özellikle ebeveynler, küçük çocuklarının huzursuzluk ve sıkılma gibi olumsuz duygusal durumlarını yatıştırmak amacıyla akıllı telefon veya tablet gibi dijital medya araçlarını yaygın bir şekilde kullanmaktadır. Ebeveynler, medya araçlarını restoran, kafe veya ev gibi ortamlarda çocuklarına vererek, kendi aktivitelerine devam etmeyi ve sosyal etkileşimlerini sürdürmeyi daha kolay hale getirdiklerine inanmaktadır (Kim ve ark. 2013, Seo 2017). Aynı zamanda ebeveynler, medya kullanımının çocuklarının daha sakin bir duygu durumuna geçmelerine yardımcı olduğunu düşünmektedir (Nikken ve Schols 2015, Hiniker ve ark. 2016). Bu ebeveynlik yöntemi alanyazında medya duygu düzenleme (media emotion regulation) olarak tanımlanmaktadır, ancak daha açıklayıcı bir Türkçe terim olması adına bu yazıda medya aracılığıyla duygu düzenleme olarak bahsedilecektir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme, son yıllarda erken çocukluk dönemiyle ilişkili akademik çalışmaların ilgisini çekmektedir (Coyne ve ark. 2021, 2022, 2023). Bu çalışmalar, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili birçok yordayıcıyı ve sosyoduygusal sonuç arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme, çocuğun duygu düzenleme becerilerinde olumsuz bir role sahip olarak sosyoduygusal gelişimini kısıtlayabileceği için gelişimsel psikolojide önemli bir kavram olarak ön plana çıkmaktadır. Bu nedenle, bu konunun önemi göz önünde bulundurularak bu alandaki çalışmaların bulgulanmasının fayda sağlayacağı düşünülmüştür.

Bu derleme yazısının amacı, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcıları ile çocuğun sosyoduygusal gelişimindeki sonuçlarına odaklanan çalışmaları özetlemektir. Bu amaca yönelik olarak öncelikle erken çocukluk döneminde medya kullanımının artışına ve bu bağlamda ebeveynlerin rolüne değinilmiştir. İzleyen bölümlerde medya aracılığıyla duygu düzenleme kavramı tanımlanmış, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcıları olarak ebeveyn eğitim düzeyi, ebeveyn medya kullanımı ve çocuğun mizacından bahsedilmiştir. Bununla birlikte, sosyoduygusal gelişim açısından sonuç değişkenleri olarak çocuğun problemleri medya kullanımı, duygusal bilgi ve empatisinden bahsedilmiştir. Tartışma bölümünde ise bulgular özetlenmiş, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili çalışmanın kısıtlılıkları tartışılmıştır.

Erken Çocukluk Döneminde Medya Kullanımı

Uzmanlar, medya kullanımının günlük yaşamın bir parçası haline geldiği günümüzde, çocukların gelişimsel dönemlerini dikkate alarak farklı kullanım süreleri önermektedir. Yaşamın ilk 18 (Council on Communications and Media 2016) veya 36 ayında (Yeşilay 2017) medya kullanılmaması gerektiğine dair öneriler bulunmaktadır. Üç ile altı yaşındaki çocuklar için ise medya kullanım süresinin 30 ila 60 dakika arasında sınırlı olması önerilmektedir (Tremblay ve ark. 2012, Yeşilay 2017).

Birçok araştırma, çocukların önerilen süreleri aşacak şekilde medya kullandığını göstermektedir. Yaşamın ilk iki yılında, çocuklar medyaya maruz kalmaya başlamakta (Christakis 2014) ve her gün ortalama bir saatlerini medya kullanmaya ayırmaktadır (Rideout ve Robb 2020). Üç ile altı yaş arasındaki çocuklar ise önerilen 30 dakika süresine rağmen günde bir ila üç saat arasında dijital medya araçlarını kullanmaktadır (Radesky ve ark. 2020, Uzundağ ve ark. 2022).

Çalışmalar önerilen süreyi aşacak biçimde medya kullanımının çocuğun gelişiminde olumsuz bir role sahip olduğunu göstermektedir. Uzun süreli medya kullanımı kaygı, depresyon gibi içselleştirme problemleri ve saldırganlık, kurallara karşı gelme gibi dışsallaştırma problemleriyle olumlu ilişkilidir (Lin ve ark. 2020). Buna ek olarak, uzun süreli medya kullanımı öz-düzenleme, özerklik, sosyal iletişim, duygusal yeterlik (emotional competence) gibi sosyoduygusal gelişim çıktılarıyla olumsuz bir ilişkiye sahiptir (Radesky ve ark. 2014a, Gou ve Perceval 2022). Öte yandan, medya kullanımının çocuğun gelişiminde olumlu rolü olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, dört ile altı yaş grubuyla yapılan bir çalışmada eğitim içerikli medya kullanan çocuklar, olumlu sosyal (prosocial) davranış ve öz-düzenleme gelişimlerinde akranlarına göre daha iyi bir performans göstermiştir (Canaslan ve Sungur 2022). Ayrıca üç ile altı yaş grubunda yapılan çalışmalarda, sosyal katılım ve etkileşim gerektiren, öğretici bilgiler içeren medya kullanımının çocukların empati, öz-yeterlik, duygu tanıma ve ifade etme becerilerinde artışla ilişkilendirilmiştir (Rasmussen ve ark. 2016, Koivula ve ark. 2017). Kısacası çalışmaların çoğu medyanın çocuğun gelişiminde olumsuz rolünü bulgularına rağmen alanyazındaki çalışmalar çelişkili bulgular sunmaktadır.

Artan medya kullanımının ve bu kullanımın çocuğun gelişimi üzerindeki olumsuz rolünü bulgulayan çalışmalar, ebeveynleri erken çocukluk döneminden itibaren çocukları için medya kullanımı konusunda kural ve rutinler oluşturmaya yönlendirmiştir (Padilla-Walker ve ark. 2012, Coyne ve ark. 2017). Erken çocukluk dönemi, çocuğun

öz-kontrol gelişiminin devam ettiği (Duckworth ve Steinberg 2015), bu sebeple medya kullanımında çocuğun ebeveyn rehberliğine ihtiyaç duyduğu bir dönemdir. Dolayısıyla, ebeveynler bu dönemde çocuğun medya kullanımını yönetmede etkin bir rol oynamaktadır (Nikken ve Jansz 2006). Ebeveynler medya kullanımında aktif bir rol alarak veya medya kullanımını sınırlandırarak süreci yönetebilirler. Alanyazında aktif ekran kullanımı olarak tanımlanan bağlamda, ebeveynler çocuklarıyla medya kullanımını paylaşarak, izlenen içerik hakkında doğrudan veya dolaylı iletişim kurarak sürece katkıda bulunabilir (Gentile ve ark. 2014, Sweetser ve ark. 2014). Ek olarak, anne babalar koyduğu kurallar aracılığıyla çocuğun medya kullanım süresini kısıtlayarak da süreci yönetebilir. Araştırmalar, her iki yöntemin de medyanın çocukların gelişimine olan olumsuz rolünü azaltabileceğini hatta engelleyebileceğini göstermiştir (Blum-Ross ve Livingstone 2016, Wu ve ark. 2023).

Kısacası günümüzde çocuklar sıklıkla ve önerilen süreyi aşacak bir şekilde medya kullanmaktadır. Bu kullanım sürecini yönetmedeki en önemli rol ise anne babalara düşmektedir. Çelişkili bulgular sunmasına rağmen, çalışmaların çoğu uzun süreli medya kullanımının çocuğun gelişiminde birçok açıdan olumsuz bir role sahip olduğunu göstermektedir. Bu ilişki, özellikle medyayı tek başına kullanan veya olumsuz duyguları düzenleme için kullanan çocuklar için daha belirgin olmaktadır (Levine ve ark. 2019). Medya aracılığıyla duygu düzenleme ismi verilen bu kavram, medyanın küçük çocukların gelişiminde nasıl bir role sahip olduğunu anlamak açısından önemlidir.

Medya Aracılığıyla Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme, "kişinin duyguları, duyguyla ilgili motivasyonel ve fizyolojik durumları, duyguların davranışsal olarak nasıl ifade edildiği, ne zaman ve nasıl (örn. ne kadar yoğun) deneyimlendiğini yönetmek ve değiştirmek için kullanılan" tüm süreçlere karşılık gelmektedir (Eisenberg ve ark. 2007, s. 288). Çocuğun gelişiminde önemli bir faktör olan duygu düzenleme becerileri, günümüzde medya araçlarından etkilenmektedir.

Medya araçlarının kullanımı, çocukların duygu düzenlemeye ihtiyaç duyduklarında ebeveynlerinden destek almalarını engelleyen bir süreci içermektedir (McDaniel ve Radesky 2018). Ebeveynler, özellikle çocuklarının olumsuz duygularını yatıştırmak amacıyla çeşitli medya araçlarını çocuklarına sunmaktadır (Wartella ve ark. 2013, Seo 2017). Bu durum, çocukların duygularını düzenlemek için bu cihazlara daha fazla bağımlı hale gelmesine ve kendi içsel süreçlerine daha az güvenmelerine yol açmaktadır (Coyne ve ark. 2021). Bu gözleme dayanarak, son zamanlarda alanyazında dikkat çeken bir konu olan medya aracılığıyla duygu düzenleme terimi geliştirilmiştir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme, duygusal zorluklarla başa çıkmak için medyanın kullanılmasıdır (Radesky ve ark. 2016c). Örneğin, bir çocuğun market, restoran gibi halka açık bir yerde öfke nöbeti geçirdiğini düşünelim. Ebeveyn, böyle bir durumda çocuğun sakinleşmesine yardımcı olmak amacıyla telefon veya tablet gibi bir cihazı çocuğa video izlemesi için verirse, bu durum bir medya aracılığıyla duygu düzenleme pratiğidir; çünkü ebeveyn, çocuğun sakinleşmesi için bir medya aracına başvurmaktadır. Çocuğun medya kullanımına başladığında daha olumlu bir duygu durumuna geçtiği gözlemlenmektedir (Nikken ve Schols 2015, Hiniker ve ark. 2016). Dolayısıyla ebeveynler çocuğun duygu durumunu hızlı bir şekilde değiştirmek için bu yöntemle başvurmaktadır.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme kavramını açıklarken, bu kavramı sadece çocuğu oyalamak amacıyla medya kullanılmasından ayırmak önemlidir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme, ebeveynlerin çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla medyayı kullanımını içerir (Radesky ve ark. 2016c); çocuğun sakinleşmesine yardımcı olmak ve olumsuz duygusal durumları ele almak için bir stratejidir. Öte yandan, medyanın çocuğu sadece oyalamak için kullanılması, ebeveynlerin çocuklarının kendilerinden ilgi istememesi veya kendilerine zaman ayırmak amacıyla medya cihazlarını çocuğa sunmaları anlamına gelir. Örneğin, ebeveynler medya kullanımını çocuğu meşgul etmek, dikkatini dağıtmak veya ebeveynliğe bir süre ara vermek için çocuğa önerebilir (Kabali ve ark. 2015, Nikken 2019, Eales ve ark. 2021). Aynı şekilde, ebeveynler yorgun, meşgul veya halka açık bir yerde bulduklarında çocuklarına medya cihazlarını sunabilirler (Kim ve ark. 2013, Seo 2017). Bu tür durumlarda amaç, çocuğun medya ile meşgul edilmesidir. Sonuç olarak, medya duygu aracılığıyla düzenleme, çocuğun duygusal ihtiyaçlarına yanıt vermek amacıyla medya kullanımını içerirken; medyanın çocuğu oyalamak için kullanılması, çocuğun meşgul edilmesi veya ebeveynlerin kendilerine zaman ayırmak için medya cihazlarını çocuğa sunmasını ifade eder. Bu iki amacın farklılığını anlamak, medya kullanımının çocukların duygusal gelişimine ve ihtiyaçlarına etkisini açıklamak için önemlidir.

Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin ölçümünde, çalışmaların iki farklı anket kullanarak ebeveynlerden bilgi aldığı görülmüştür. Bu anketlerden bir tanesi Medya Kullanma Sebepleri (Reasons for Media Use)'dir ve örnek maddelerden biri "Çocuğumun bir olayda üzgün olduğu için onu sakinleştirmek için medyayı kullanmasına izin verdim" şeklindedir (Radesky ve ark. 2016). Diğeri ise sadece medya aracılığıyla duygu düzenlemeye yönelik

olarak Coyne ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen yedi maddelik Medya Aracılığıyla Duygu Düzenleme Ölçeği (Media Emotion Regulation Scale)'dir. Bu ölçek farklı çalışmalarca yeterli güvenilirlik değerine sahip olup örnek maddelerden biri "Çocuğunuz arabada bir yere giderken telaşlandığında, telefonunuzu veya diğer medya cihazınızı ne sıklıkla çocuğunuza veriyorsunuz?" şeklindedir (Coyne ve ark. 2021, 2023).

Medya aracılığıyla duygu düzenleme, alanyazında son birkaç yılda çalışılan yeni bir kavram olup bu konuyla ilgili çalışmalar henüz kısıtlıdır. Sayısı az olmasına rağmen bu çalışmalar erken çocukluk dönemine odaklanmıştır. Erken çocukluk döneminde, çocukların duygu düzenleme becerilerinin gelişimi devam etmekte ve çocuklar duygularını düzenlemede ebeveynlerine ihtiyaç duymaktadır (Vohs ve Baumeister 2004). Bu dönemde ebeveynin duygu sosyalleştirmesi, çocuğun duygusal yeterliliği, dolayısıyla medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejisi için kritik bir etkidir.

Ebeveyn duygu sosyalleştirme, çocukların duyguları anlama ve düzenleme becerilerine katkıda bulunan en köklü faktörlerden biridir (Eisenberg ve ark. 1998). Ebeveyn duygu sosyalleştirme; duygusal ifade ve düzenlemenin ebeveyn tarafından modellenmesi, ebeveynlerin çocuklarının duygularına tepki verme biçimleri, duygusal söylemleri ve çocuklara duygular hakkında koçluk yapma ve öğretme biçimlerine karşılık gelmektedir (Gottman ve ark. 1997, Eisenberg ve ark. 1998). Duygu koçluğu olumlu ve destekleyici duygu sosyalleştirme yaklaşımına karşılık gelmektedir. Duygu koçluğu kullanan ebeveynler, duyguları kabul ederek duygusal olaylara yakınlık ve öğretme zamanları olarak değer verir, bu sebeple çocukların duyguları ifade etmesini teşvik eder (Gottman ve ark. 1996). Bunun yanı sıra bu ebeveynler, çocuğun olumsuz duygulara yol açan sorunlarını çözmelerine yardımcı olur, kendini yatıştırmasını destekler veya dikkatini stres yaratan uyarıcılardan uzaklaştırır (Gottman ve ark. 1996, Fabes ve ark. 2002). Duyguları ifade etme ve duygusal deneyimleri tartışmaya teşvik eden ebeveynlere sahip çocukların ise duyguları anlama ve duygu düzenlemede gelişmiş beceriler göstermektedir (Eisenberg ve ark. 1998).

Duyguları yok sayma yaklaşımı, olumsuz ve destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme yaklaşımıdır. Bu yaklaşımı kullanan ebeveynler, olumsuz duyguları önemsiz olarak görür ve çocuğun duygusal keşiflerini engeller (Gottman ve ark. 1996, 1997). Ayrıca, bu yaklaşım, çocuğu duygu ifadelerinden caydırmayı, çocuğun duygu ifadelerini kısıtlamak için olumsuz duygulara yönelik ceza kullanmayı ve olumsuz duygularına ebeveynin stres veya tahammülsüzlük olarak tepki vermelerini içermektedir (Fabes ve ark. 2002). Bu davranışlar, çocuklara olumsuz duyguların kabul edilmediği ve bahsedilmemesi gerektiği mesajını iletir (Gentzler ve ark. 2005). Duyguların deneyimlenmemesi ve ifade edilmemesi gerektiğini öğrenen çocuklar ise duygu anlama, ifade etme ve düzenlemede zorluklar yaşamaktadır (Root ve Rubin 2010, Klein ve ark. 2018).

Kısacası, erken çocukluk döneminde duygu koçluğu, stresli durumda yatışmaya ve duygularını düzenlemeye ihtiyaç duyan küçük çocukların ebeveynleri için değerli bir beceri olarak karşımıza çıkmaktadır (Gottman ve DeClaire 1997). Anne babanın ise çocuğun duygu düzenlemesine yardımcı olabilmesi için kendi duygularının düzenlenmiş, çocuğun duygularına koçluk yapabileceği bir duygu durumunda olması gerekmektedir (Rutherford ve ark. 2015, Zimmer-Gembeck ve ark. 2022). Ancak, günümüzde ebeveynlik rolünün anne babalara yüklediği stres ve günlük yaşamın getirdiği sorumluluklar bir arada düşünüldüğünde çocuğun duygu düzenlemeye ihtiyaç duyduğu her an, anne babaların duygusal koçluk yapacak bir duygu durumunda olmamaları mümkündür. Bu durumlarda, ebeveynler çocuklarının duygularını göz ardı edebilir, bu zorlu duygular karşısında kendileri de olumsuz duygular hissedebilir ve bu durumu yönetmek için düzenli olarak medya kullanabilir (Coyne ve ark. 2021). Medya aracılığıyla duygu düzenleme, bir ebeveynlik stratejisi olarak kullanıldığında, anne-babalara ebeveynlik görevinden ara verme imkânı tanıdığından dolayı, bu sürecin anne babalar için ödüllendirici olabileceği gözlemlenmektedir (Seo 2017). Medya kullanımının günlük hayatımızdaki erişim kolaylığı da düşünüldüğünde medya aracılığıyla duygu düzenleme, anne babaların kullandığı bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır (Seo 2017). Buna ek olarak, çocukların medya aracılığıyla duygularını düzenleme deneyimleri zaman içinde devamlılık göstermektedir (Coyne ve ark. 2023). Diğer bir deyişle, medya kullanarak duygu düzenlemeyi deneyimleyen çocuklar için bu, günlük hayatın içinde tekrar tekrar deneyimledikleri bir davranış örüntüsüdür.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme, çocuğun sosyoduygusal gelişimiyle olumsuz olarak ilişkilidir (Coyne ve ark. 2022, 2023). Ebeveynler zor duygularla başa çıkmak veya çözmek amacıyla çocuğa video gibi medya kullanımı sunduklarında, çocuğun olumlu duygu düzenleme stratejilerini öğrenme yeteneği engellenmektedir (Gordon-Hacker ve Gueron-Sela 2020). Medyaya daha fazla maruz kalan çocuklar, duygularını düzenlemeleri gereken durumlarda medya kullanma olasılıkları daha yüksektir; bu sebeple akranlarına göre duygu düzenleme için daha sınırlı fırsatlara sahip olma eğilimindedir (Radesky ve ark. 2014b). Ayrıca, çocuklar zor duygularla başa çıkmak için medya kullanmaya başladıklarında, cihazı bırakmakta güçlük çekmektedir (Coyne ve ark. 2022). Böyle bir durumda çocuktan medya alındığında ise çocuklarda yoğun olumsuz duygusal tepkiler görülmektedir (Coyne ve ark. 2021). Ek olarak medyayı duygusal zorluklarla başa çıkmak için kullanma eğiliminde olan çocuklar, heyecanlı

olduklarında kendilerini sakinleştirmekte zorlanmakta ve medyayı kullanamadıkları durumlarda öfke nöbetleri gibi yoğun olumsuz duygular yaşamaktadır (Twenge ve Campbell 2018, Domoff ve ark. 2020). Dolayısıyla, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun duygu düzenleme, dolayısıyla sosyoduygusal gelişimiyle olumsuz bir ilişkisi olduğu görülmektedir.

Medyanın sosyoduygusal gelişimde problemler yaşayan küçük çocuklara daha sık sunulma eğiliminde olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Radesky ve ark. 2016a). Örneğin, saldırganlık ve kurallara karşı gelme gibi dışsallaştırma problemleri olan çocuklara sakinleşmeleri için oyun oynama, animasyon izleme gibi medya aracılığıyla duygu düzenleme seçenekleri ebeveynleri tarafından sıklıkla sunulmaktadır (Nikken ve Schols 2015). Benzer şekilde, kendini düzenlemekte zorluk yaşayan küçük çocuklara daha çok medya kullanımını sunulmaktadır (Levine ve ark. 2019).

Özetle, alanyazında son birkaç yıldır çalışılan medya aracılığıyla duygu düzenleme, çocuğun duygu düzenlemede ebeveynlere ihtiyaç duyduğu erken çocukluk dönemine odaklanmıştır. Bu dönemde ebeveynin çocuğun duygusal gelişimindeki kritik rolü göz önüne alındığında, ebeveynin medya aracılığıyla duygu düzenleme gibi duyguları yok sayan olumsuz duygu sosyalleştirme stratejileri çocuğun sosyoduygusal gelişimiyle olumsuz ilişkilidir. Yapılan çalışmalar, medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimi yaşayan çocukların duygu düzenlemede zorluk yaşadığını ve aynı zamanda bu zorlukları aşmalarına yardımcı olmak amacıyla daha fazla medya aracılığıyla duygu düzenleme sunmanın, çocuğun duygusal gelişimi için olumsuz bir döngü oluşturduğunu göstermektedir. Medya kullanımının olumsuz rolünün, ilerleyen yaşlara kıyasla yaşamın ilk yıllarında daha güçlü olduğu düşünüldüğünde (Liu ve ark. 2015), medya aracılığıyla duygu düzenlemenin erken çocukluk döneminde nasıl bir gelişimsel role sahip olduğunun araştırılmasının önemli olduğu görülmektedir.

Fakat, alanyazında ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerinin kullanımının problemleri medya kullanımı, duygu bilgisi ve empati gibi çocukların sosyoduygusal gelişimindeki rolünün incelenmediği gözlenmektedir. Günümüzde dijital teknolojilerin daha yaygın ve erişilebilir hale gelmesiyle birlikte, erken çocukluk döneminde çocuğu olan ebeveynler arasında, medya kullanımının duygu düzenleme için bir ebeveynlik aracı olarak daha sık kullanılması olasıdır. Bu yüzden medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili yordayıcı ve sonuç faktörleri arasındaki ilişkinin anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, güncel derleme çalışmasında erken çocukluk döneminde medya aracılığıyla duygu düzenlemede ebeveyn ve çocukla ilişkili yordayıcı ve sonuç faktörleri incelenmiştir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ebeveyn eğitimi düzeyi, ebeveyn medya kullanımı ve çocuğun mizacı gibi yordayıcılar; çocuğun problemleri medya kullanımı, duygusal bilgi ve empati gibi sonuçlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu faktörlerin medya aracılığıyla duygu düzenlemedeki rolü ve süreci açık hale geldikçe, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun gelişimindeki olumsuz rolünün azaltılmasına yönelik etkili müdahale programlarının tasarlanması ve uygulanması açısından önemli bilgiler elde edileceği düşünülmektedir.

Medya Aracılığıyla Duygu Düzenlemenin Yordayıcıları

Ebeveyn Eğitim Düzeyi

Medya aracılığıyla duygu düzenleme, bir ebeveynlik stratejisi olarak birçok faktörden etkilenir. Medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi yordayan ebeveynle ilgili ilk yordayıcı ebeveynin eğitim düzeyi olarak karşımıza çıkmaktadır. Ebeveynlik Süreci Modeli'ne göre ebeveynlik; ebeveynin, çocuğun ve sosyal bağlamın özelliklerinden etkilenir (Belsky 1984, Taraban ve Shaw 2018). Bu modele göre, ebeveynin kişilik, cinsiyet, gelişimsel geçmişi gibi ebeveyn özellikleri; mizaç, duygu düzenleme, genetik gibi çocuk özellikleri ile kültür, aile yapısı ve evlilik kalitesi gibi sosyal bağlam ebeveynliği etkileyen önemli faktörlerdir. Ayrıca, sosyoekonomik durum (SED) gibi bağlamsal bir faktör, ebeveyn, çocuk ve sosyal bağlam özelliklerini etkileyerek ebeveynlik davranışlarında rol oynamaktadır (Taraban ve Shaw 2018).

Ebeveyn eğitim düzeyi ailenin sosyoekonomik durumunun göstergelerinden biridir ve ebeveynlik üzerinde etkili olabilmektedir (Hauser ve Warren 1997). Örneğin, düşük sosyoekonomik durumda yaşayan ebeveynler yüksek seviyede stres deneyimlemekte, bu durum ebeveynlerin iyi oluşlarını azaltmaktadır (Baum ve ark. 1999). Bu bağlamda, düşük sosyoekonomik durumda yaşayan annelerde depresyon daha sık görülmekte ve annenin depresyon semptomları arttıkça sıcaklık ve şefkat gibi olumlu ebeveynlik davranışları azalmaktadır (Lovejoy ve ark. 2000). Kısacası ebeveynin eğitim seviyesi, sosyoekonomik göstergelerinden biri olarak kabul edilmekte ve olumlu ebeveynlik ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme planlı bir ebeveynlik davranışı ve ebeveynlik stratejisi olarak kabul edildiğinden, ebeveynin eğitim seviyesi bu davranışla ilişkili olabilir. Yaşamın ilk beş yılına odaklanan çalışmalar,

ebeveynin eğitim seviyesi düşük olduğunda, çocuğun medya kullanımının (McCloskey ve ark. 2018, Levine ve ark. 2019) ve medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyiminin akranlarına kıyasla daha fazla olduğunu göstermiştir (Coyne ve ark. 2021). Diğer yandan, yüksek eğitim seviyesine sahip ebeveynler çocuklarının medya kullanımını daha fazla eğitimsel motivasyonla, çocuklarının öğrenmesini desteklemek amacıyla kullanmaktadır (Levine ve ark. 2019). Ayrıca, bu ebeveynler medyayı çocuklarıyla birlikte medyayla etkileşimli ve aktif bir ekran kullanımı içinde olma eğilimi gösterirler (Levine ve ark. 2019). Bulgular, ebeveyn eğitim seviyesinin düşük olmasının çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyiminin fazla olmasıyla ilişkilendirmiştir, bu bulgu Ebeveynlik Süreci Modeli'ni destekler niteliktedir.

Ebeveyn Medya Kullanımı

Ebeveynlik Süreci Modeli, ebeveynlik özelliklerinin sosyoekonomik durumunun yanı sıra ebeveynin gelişimsel geçmişinden etkilendiğini öne sürmektedir (Belsky 1984, Taraban ve Shaw 2018). Ebeveynin çocuğa medya aracılığıyla duygu düzenleme sunması, ebeveynin kişisel medya kullanımı gibi gelişimsel geçmiş ile ilişkilidir. Erken çocukluk döneminde, zorlayıcı duygular deneyimleyen çocuklar, ebeveynlerinin desteğine ihtiyaç duyarlar (Vohs ve Baumeister 2004). Ancak anne babanın çocuğa bu konuda yardımcı olabilmesi için öncelikle kendi duygu durumlarının düzenlenmiş olması gerekmektedir (Rutherford ve ark. 2015, Zimmer-Gembeck ve ark. 2022). Bu nedenle, ebeveynler, ebeveynlik görevlerini yerine getirirken aynı zamanda çocuklarının duygularına tepki olarak ortaya çıkan kendi duygularını düzenlemelidir. Ancak bu süreç, ebeveynler için oldukça zorlayıcı olabilir (Lunkenheimer ve ark. 2023). Ebeveynin kendi duygularını düzenlemesi, kişisel deneyim ve yaşantılarıyla şekillenir, bu da gelişimsel geçmişle yakından ilişkili olduğunu gösterir. Eğer ebeveyn duygularını düzenlemek için medya kullanımına başvuruyorsa bu düzenleme stratejisini çocuğuna da sunabilir. Dolayısıyla, ebeveynler medya kullanımını hem kendi hem de çocuklarının duygularını düzenlemede bir araç olarak kullanabilirler (Radesky ve ark. 2016c, McDaniel ve Radesky 2018). Bu yüzden de ebeveynin medya kullanımı ile çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlemesi arasındaki ilişkinin incelenmesi oldukça önemlidir.

Çalışmalar ebeveynin kişisel medya kullanımının ebeveynliğiyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Sıfır ile beş yaş arasındaki çocuklara sahip ebeveynlerle yapılan bir araştırma, ebeveynlik stresi arttıkça ebeveynin medya kullanımının arttığını göstermektedir (McDaniel ve Radesky 2018). Çocukların duygu ve davranışları ebeveynleri zorladığında, ebeveynler medya kullanma eğilimi göstermektedir (McDaniel ve Radesky 2018). Ebeveynin medya kullanımının fazla olduğu günlerde ise çocukların davranışlarının daha zor olduğu gösterilmiştir (McDaniel ve Radesky 2017, 2018). Bir ile on yedi yaş arasındaki çocuklara sahip ebeveynlerle yapılan bir diğer çalışma ise ebeveynliğin getirdiği stresle başa çıkmak için ebeveynlerin medyayı dikkat dağıtma veya bilgi arama gibi amaçlarla kullandığını bulmuştur (Wolfers 2021). Benzer şekilde bir diğer çalışma, ebeveynliğin getirdiği monotonluk veya stresle baş etmek için ebeveynlerin telefon kullanmayı tercih ettiklerini göstermektedir (Radesky ve ark. 2016b). Ebeveynin medya kullanımı ise ebeveynlik davranışlarını etkilemektedir. Bir derleme çalışması, ebeveynin telefon kullanımının çocukla daha az sözlü iletişim, düşük ebeveyn sıcaklığı ve duyarlılığı ile daha sert ve katı ebeveynlik davranışları gibi birçok ebeveynlik davranışı ile ilişkili olduğunu göstermiştir (McDaniel 2019).

Olumsuz duygularla başa çıkmak için medyaya başvuran ebeveynlerin, bu başa çıkma stratejisini çocuklarına da benzer şekilde uyguladıkları görülmektedir. Bildiğimiz kadarıyla alanyazında bu konuda yapılan sadece bir çalışma bulunmaktadır. Coyne ve arkadaşları (2021) iki ile üç yaş çocuklara sahip ebeveynlerle yaptıkları incelemede, ebeveynlerin kişisel medya kullanımı arttıkça çocukların medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlerinin arttığını göstermişlerdir. Bu bulguların Ebeveynlik Süreci Modeli'ni desteklediği görülmektedir (Belsky 1984, Taraban ve Shaw 2018). Ebeveynin çocuğa medya aracılığıyla duygu düzenleme sunması, ebeveynin kişisel medya kullanımı gibi gelişimsel geçmişle ilişkilidir. Duygularını düzenlemek için pasif bir strateji olarak medya kullanmayı tercih eden ebeveynler, bu başa çıkma stratejisini çocuklarına da sunmaktadır. Medya aracılığıyla duygu düzenleme konusunda ebeveynle ilgili yordayıcılar göz önüne alındığında, erken çocukluk döneminde çocuğu olan ebeveynlerin eğitim seviyesi düşükse, çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sıkça deneyimleme olasılığının arttığı görülmektedir. Ayrıca düşük eğitim seviyesine sahip ve/ya ebeveynlik stresiyle başa çıkmakta güçlük çeken ebeveynler daha sıklıkla medya kullanma eğilimindedir, bu durum çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenleme sıklığı ile olumlu bir şekilde ilişkilidir. Bu bulgular, ebeveynin eğitim seviyesinin düşük olmasının ve kişisel medya kullanımının yüksek olmasının, medya aracılığıyla duygu düzenleme açısından risk faktörü olarak değerlendirilebileceğini önermektedir.

Çocuğun Mizacı

Mizaç bir çocuğun erken yaşlardan itibaren gösterdiği ve duygulanım, aktivite düzeyi, dikkat ve öz-düzenleme

gibi alanlardaki nispeten istikrarlı bireysel farklılıklardır (Rothbart ve Bates 2006). Erken çocukluk döneminde mizaç; olumsuz duygulanım (negative affectivity), çabalı kontrol (effortful control) ve dışadönüklük/çoşkunluk (extraversion/surgency) olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır (Rothbart ve ark. 2001). Çalışmalar, farklı mizaç özelliklerine sahip çocukların farklı düzeylerde medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlediğini göstermiştir.

Alanyazında medya konusunda en sık çalışılan mizaç faktörü olumsuz duygulanım olarak karşımıza çıkmaktadır. Olumsuz duygulanım bireyin stres faktörlerine yüksek düzeyde duygusallıkla karşılık verme eğilimidir; öfke/hayal kırıklığı (anger/frustration), üzüntü (sadness), rahatsızlık (discomfort), korku (fear) ve yatıştırılmama/tepkisellik (unsoothability/reactivity) alt boyutlarından oluşur (Paulussen-Hoogeboom ve ark. 2007). Alanyazında, çocuğun olumsuz duygulanımının medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi olumlu yönde yordadığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, iki ile üç yaş grubu çocuklarla yapılan bir çalışma, çocukların olumsuz duygulanımı ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumlu bir ilişki olduğu bulunmuştur (Coyne ve ark. 2021). Benzer bir sonuç, olumsuz duygulanımın bir alt boyutu olan ve kişinin çevreye fizyolojik ve davranışsal olarak tepki verme derecesi olarak tanımlanan tepkisellik ile bildirilmiştir. Üç ile beş yaş arasındaki çocuklarla yapılan bu çalışma, çocuğun tepkiselliği ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumlu bir ilişki olduğunu göstermiştir; tepkiselliği yüksek çocuklar medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi daha sıklıkla deneyimlemektedir (Coyne ve ark. 2023).

Olumsuz duygulanımı yüksek olan çocuklar diğer çocuklarla karşılaştırıldığında daha sıklıkla öfke, hayal kırıklığı, üzüntü ve korku gibi olumsuz duyguları deneyimlemekte; bunun yanı sıra bu duygulara yoğun duygusal tepkiler vermektedir. Duygu düzenlemenin olması için duygu gerekli bir koşul olduğundan, düzenlemeye ihtiyaç duyulan duyguların deneyimlenmesi ve bu duygusal uyarılmadaki (tepkisellik) bireysel farklılıklar, duygu düzenleme becerileriyle ilişkilidir. Örneğin; yoğun, yatıştırılmaz ağlama, öfke gibi aşırı tepkisellik duygu düzenleme zorluğu ile doğrudan ilişkili bulunmuştur (Stifter ve Spinrad 2002). Ayrıca, korku tepkiselliğinin yüksek olması zayıf düzenleme becerileri ile ilişkili bulunmuştur (Hill-Soderlund ve Braungart-Rieker 2008). Dolayısıyla olumsuz duygulanımı yüksek olan çocukların duygu düzenlemeye daha sıklıkla ihtiyaç duyduğu, ancak düzenlemede zorluklar yaşadığı görülmektedir. Bununla ilişkili olarak olumsuz duygulanımı yüksek olan çocuğun akranlarına kıyasla daha sıklıkla duygu düzenlemeye ihtiyaç duyduğu, bu gibi durumlarda ise ebeveyninin çocuğa daha çok medya aracılığıyla duygu düzenleme sunduğu düşünülebilir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilişkisi incelenen bir diğer mizaç faktörü ise çabalı kontroldür. Çabalı kontrol bireyin dikkatini kullanma ve dikkat dağıtıcı davranışsal uyarıları engelleme becerisini ifade eder (Rothbart ve Bates 2006). Dikkati odaklama (attentional focusing), engelleyici kontrol (inhibitory control), algısal duyarlılık (perceptual sensitivity) ve düşük yoğunluklu haz (low intensity pleasure) alt boyutlarını içerir. Bildiğimiz kadarıyla çabalı kontrol ve medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili şu ana kadar sadece bir çalışma bulunmaktadır. İki ile üç yaşındaki çocuklarla kesitsel olarak yapılan bu çalışma, çabalı kontrol ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumsuz bir ilişki olduğunu göstermiştir (Coyne ve ark. 2021). Diğer bir deyişle, çabalı kontrolü yüksek olan çocukların medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimleme sıklığı azdır.

Çabalı kontrol, bireyin duygusal uyarılışı ve duyguyu düzenlemek için dikkat süreçlerini içermekte, bu yüzden duygu düzenleme becerisi için önemli bir role sahip olmaktadır (Eisenberg ve ark. 2011). Çabalı kontrolü yüksek olan çocukların duygu düzenlemede daha iyi bir performans gösterdikleri görülmüştür (Spinrad ve ark. 2006). Dolayısıyla çabalı kontrolü yüksek olan çocukların duygu düzenlemede daha az zorluk yaşadığı, bu sebeple de daha az medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlediği düşünülebilir.

Bir başka mizaç faktörü olan dışadönüklük/çoşkunluk hoş veya olumlu duygular, somut teşvik edici nesnelere ve sosyal uyarıların aktif ifadesi ve bunlardan alınan keyfe karşılık gelmektedir (Simonds 2006). Yaklaşma (approach), yüksek yoğunluklu haz (high intensity pleasure), gülümseme/kahkaha (smiling/laughter), aktivite düzeyi (activity level), dürtüsellik (impulsivity) ve ters faktör olarak utangaçlık (shyness) boyutlarını içerir. Çabalı kontrol ile benzer şekilde, bildiğimiz kadarıyla dışadönüklük/çoşkunluk ve medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi inceleyen sadece bir çalışma bulunmaktadır. İki ile üç yaşındaki çocuklarla kesitsel olarak yapılan bu çalışmada dışadönüklük/çoşkunluk puanı yüksek çocukların daha sık medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimledikleri gösterilmiştir (Coyne ve ark. 2021).

Orta düzeyde dışadönüklük/çoşkunluk gösteren çocuklar dışadönük ve çevreleriyle ilgili olarak tanımlanırken; yüksek düzeyde dışadönüklük/çoşkunluk gösteren çocuklar, son derece aktif, davranışlarına ilişkin kural ve düzenlemeleri göz ardı ederek çevrelerini sürekli keşfeden çocuklar olarak nitelendirilmektedir (Berdan ve ark. 2008). Yüksek düzeyde dışadönüklük/çoşkunluk gösteren çocukların çevreyi keşfetme isteği engellendiğinde ise bu çocuklar hayal kırıklığı yaşamaktadır (Rothbart ve ark. 2000). Ancak sürekli keşif isteklerini düzenleyemedikleri ve kuralları içselleştirme düzeyleri düşük olduğu için (Fox ve ark. 2001), bu çocuklar engelleri

aşmak için saldırgan stratejiler kullanmaktadır (Rothbart ve Putnam 2002). Yüksek düzeyde dışadönüklük/çoşkunluk gösteren çocuklarda saldırgan ve hiperaktif davranışlar gibi düzenlemede zorluklar görülmektedir (Berdan ve ark. 2008). Dolayısıyla yüksek düzeyde dışadönüklük/çoşkunluk gösteren çocuklar duygularını düzenlemede zorluk yaşamakta, dolayısıyla bu çocukların daha sıklıkla medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlediği düşünülebilir.

Kısacası önemli bir bireysel özellik olan mizaç, çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyiminde önemli bir role sahiptir. Olumsuz duygulanım veya dışadönüklük/çoşkunluk mizacına sahip çocuklar daha sıklıkla medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlerken, çabalı kontrolü yüksek olan çocukların medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi daha az deneyimlemektedir.

Medya Aracılığıyla Duygu Düzenlemenin Çocuğun Sosyoduygusal Gelişimi Açısından Sonuçları

Problemlili Medya Kullanımı

Problemlili medya kullanımı (problematic media use), kişinin psikolojik, sosyal, aile ve okul gibi günlük işlevselliğini engelleyecek sıklıkta medya kullanmasına karşılık gelir (Domoff ve ark. 2020). Problemlili medya kullanımı dokuz özellikle tanımlanır: (a) sık sık medyayla meşgul olma, (b) fazla miktarda medyaya ihtiyaç duyma, (c) olumsuz moddan kaçmak veya hafifletmek için medyayı kullanma, (d) medya dışındaki faaliyetlere olan ilginin azalması, (e) medyaya ulaşım olmadığında psikolojik yoksunluk (withdrawal) semptomları, (f) kullanım üzerinde kontrol eksikliği, (g) kullanıma bağlı psikososyal sonuçlar, (h) kullanımı gizleme veya medyaya erişmek için yalan söyleme gibi aldatma davranışları ve (i) kullanıma bağlı ciddi sorunlar (Domoff ve ark. 2019). Son bir ay içerisinde bireyde en az beş belirtinin görülmesi problemlili medya kullanımı olarak kabul edilir ve problemlili medya kullanımının çocuğun sosyoduygusal gelişiminde olumsuz bir rolü bulunmaktadır (Domoff ve ark. 2019).

Teorik olarak, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin problemlili medya kullanımı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme, yukarıda da bahsedildiği gibi çocuğun sağlıklı düzenleme becerilerini öğrenmelerini engellemektedir (Radesky ve ark. 2014b), bu aynı zamanda problemlili medya kullanımının gelişmesine katkıda bulunabilir. Çocuklar zorlandıkları duyguları fark etmek, deneyimlemek ve düzenlemek yerine medya kullanımına sık sık yöneldiğinde, bu durum çocukların medyaya aşırı odaklanmasıyla ilişkili olabilir. Diğer bir deyişle medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi tekrar tekrar deneyimleyen çocuklar, zorlandıkları duygularda başa çıkma stratejisi olarak medya kullanımına yönelebilir. Medyayı bir başa çıkma stratejisi olarak kullanma ise bu problemlili medya kullanımının belirgin özelliklerinden biridir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimleyen çocuklar, ekran süresinin sona ermesine uyum sağlamada sorun yaşamaktadır. Ekranı bırakması gerektiğinde bu çocuklar sıklıkla öfke nöbeti, mızızlanma, ekran süresinin sonlandırılmasına direnme gibi yoğun olumsuz tepkiler vermekte ve medya dışındaki başka bir aktiviteye geçmekte zorlanmaktadır (Hiniker ve ark. 2016, Domoff ve ark. 2020, Coyne ve ark. 2021). Bu bağlamda, medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimleyen çocukların medyaya ulaşım olmadığında psikolojik yoksunluk semptomları gösterdikleri gözlenmektedir. Ayrıca medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimleyen çocuklar medyayı bırakmakta güçlük çekmektedir (Coyne ve ark. 2022), bu durum ise problemlili medya kullanımının kullanım üzerinde kontrol eksikliği özelliğine karşılık gelmektedir. Çalışmalar ayrıca medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun gelişimindeki rolünün sadece erken çocukluk dönemiyle sınırlı kalmadığını vurgulamaktadır. Medyayı zor duygulardan kaçmanın bir yolu olarak kullanan çocukların ilerleyen yıllarda internette oyun oynama bozukluğu (internet gaming disorder) gibi problemlili medya kullanımına sahip olma olasılıklarının daha fazla olduğu görülmüştür (Gentile 2009). Dolayısıyla, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile problemlili medya kullanımının arasında olumlu bir ilişki olduğu gözlemlenmektedir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme ve problemlili medya kullanımı arasındaki ilişkide, yukarıda ifade edilen ebeveyn medya kullanımı ve çocuğun mizacı gibi yordayıcı değişkenlerin rolü olduğu görülmektedir. Ebeveynin medya kullanımı incelendiğinde, ebeveynlerin medya kullanım sürelerinin artmasıyla çocukların medya aracılığıyla duygu düzenleme sıklığının da arttığını ve bu durumun çocukların problemlili medya kullanımı ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur (Domoff ve ark. 2020, Coyne ve ark. 2021). Çocuğun mizaç özelliği olarak ise bildiğimiz kadarıyla sadece dışadönüklük/çoşkunluk boyutu incelenmiştir. İki ile üç yaşındaki çocuklarla kesitsel olarak yapılan bu çalışmada dışadönüklük/çoşkunluk puanı yüksek çocukların daha sık medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimledikleri, bunun ise problemlili medya kullanımı ile olumlu ilişkili olduğu gösterilmiştir (Coyne ve ark. 2021).

Bu bilgiler ışığında, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin problemlili medya kullanımı ile olumlu bir ilişkisi olduğu gözlemlenmiştir. Bu ilişkide, ebeveyn medya kullanımı ve çocuğun mizacı gibi medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcıları da rol oynamaktadır. Ebeveyninin medya kullanımı veya kendisinin dışadönüklük/çoşkunluk puanı yüksek olan çocuklar, akranlarına göre daha fazla medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlemekte, medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sıklıkla deneyimleme de problemlili medya kullanımının artmasıyla ilişkilidir.

Duygusal Bilgi

Duygusal bilgi (emotional knowledge), kişinin kendisi veya diğerlerindeki duygusal ifadeler ve deneyimleri tanıyabilme becerisidir (Dunn 1994). Bu beceri, insanların duyguları tanıma, ifade etme ve bunlara yanıt verme becerisi olan duygusal yeterliğin önemli bir parçasıdır (Denham ve Couchoud 1990).

Duygusal bilginin erken dönem bileşenleri bebeklik döneminde ortaya çıkar (Ruba ve Pollak 2020) ve çocukluk dönemi boyunca gelişmeye devam eder (Woodard ve ark. 2022). Erken çocukluk dönemindeki çocukların, farklı duygu ifadelerini tanımlayabilme ve hangi duygu olduğunu sözel olarak ifade edebilmeleri duygusal bilgiye sahip olduklarının önemli bir göstergesidir (Denham ve Couchoud 1990). Duygusal bilgi, çocukların duygu deneyimlerini yönlendirme ve kontrol etmelerini, başkalarının duygu gösterimlerini yorumlamalarını ve buna tepki vermelerini, ayrıca durumların duyguları nasıl etkileyebileceğini tahmin etmelerini sağlar (Seja ve Russ 1999). Dolayısıyla duygusal bilgiyle duyguların tanınması ve uygun şekilde tepki verilmesi, erken çocukluk döneminde sağlıklı sosyal işlevin temelini oluşturur (Denham ve ark. 2003). Duygusal bilginin gelişimi, empati ve olumlu davranışlar gibi pozitif yetkinliklerle ilişkilidir (Eggum ve ark. 2011).

Araştırmalar, ebeveynlerin çocukların duygusal bilgisini geliştirmesinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Fabes ve ark. 1994, Wong ve ark. 2021). Ancak, ebeveynlerin medya kullanımıyla ilgili yaklaşımlarının çocukların duygusal bilgisindeki rolü konusunda çok az çalışma bulunmaktadır. Ebeveynler, çocuklarına medya içerikleri sunup bu içerikleri çocuklarıyla etkileşim içinde olmadan kullanmalarını tercih ettiklerinde (pasif kullanım), medyanın tetiklediği duyguları çocuklarıyla konuşma fırsatını, yani duygu koçluğu yapma fırsatını kaçırmaları (Denham 2019). Pasif medya kullanan çocuklar, ihtiyaçlarını karşılayacak sıklıkta ebeveynlerinden duygu koçluğu desteği alamayabilir, bu da duygusal bilgiyi ve duygularını düzenlemeyi öğrenmede kısıtlı imkana sahip olabilecekleri anlamına gelir. Yapılan çalışmalar, medya kullanımı yüksek olan çocukların duygu düzenleme becerilerinde daha çok sorun yaşadıklarını göstererek bu öneriyi desteklemektedir (Radesky ve ark. 2014b, Liu ve ark. 2021). Ayrıca, duygu düzenleme becerileri zayıf olan çocukların duygusal bilgi konusunda da sorunlar yaşadığı gözlemlenmiştir (Schultz ve ark. 2001, Lucas-Molina ve ark. 2020). Bu nedenle, medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sıklıkla deneyimlemenin duygusal bilgide azalmayla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Alanyazında medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun duygusal bilgisindeki rolünü inceleyen güncel bir boylamsal çalışma bulunmaktadır. Üç ile beş yaşlarındaki çocuklar ile ebeveynlerinin katıldığı bu çalışma, ebeveynin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerinin çocukların duygusal bilgideki rolünü incelemiştir (Coyne ve ark. 2023). Çalışmanın sonuçları, ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejileri ile çocukların duygusal bilgisi arasında sadece kesitsel düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi daha fazla deneyimleyen çocukların duygusal bilgisinin daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Ancak, ilginç bir bulgu olarak, sonuçlar medya aracılığıyla duygu düzenleme ile duygusal bilgi arasında boylamsal olarak veya zaman içinde anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Coyne ve ark. (2023), bu bulgu ile ilgili çocukların yaşlarına bağlı olarak medya aracılığıyla duygu düzenlemenin duygu bilgisindeki rolünün değişebileceğini önermiştir. Çalışmanın yapıldığı Amerika'da çocuklar üç yaşından itibaren anaokuluna başladığı için, bu durum ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerinin çocuğun duygu bilgisindeki rolünün azaldığına işaret edebilir. Kısacası, kısıtlı çalışma olmasına karşın ilk bulgular medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun duygusal bilgisiyle olumsuz bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Bu ilişkide yaşın önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir. Ancak medya aracılığıyla duygu düzenleme ile duygusal bilgi arasındaki ilişkinin daha açık bir şekilde anlaşılabilmesi için bu konuyla ilgili yeni araştırmaların yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Empati

Empati başka bir bireyde gözlemlenen basit veya karmaşık duygusal durumu anlama ve deneyimleme kapasitesi olarak tanımlanır (Singer 2006). İlk empatik davranışlar bebeklik döneminde görülmeye başlasa da iki yaş civarında çocuklarda daha belirgin bir şekilde ortaya çıkar (Martin ve Clark 1982). Erken çocukluk döneminde birini rahatlatmaya çalışma, paylaşma ve yardım etme gibi empatik davranışlar görülmektedir (Zahn-Waxler ve

ark. 1992). Erken çocukluk döneminde, çocuğun kendini ifade etmesi için gerekli olan dil becerileri ve başkasının bakış açısını anlamasına yardımcı olan zihin kuramındaki hızlı gelişiminin etkisiyle, empati önemli bir gelişim gösterir (Eisenberg 2005). Bu dönemde ebeveynlerin rolünün de empati gelişimine katkı sağladığı araştırmalarca gösterilmiştir. Örneğin, ebeveynin çocuğa sevgi veya şefkat göstermesi ve çocuğuyla duygular hakkında daha fazla konuşması çocukların empati gelişimini desteklemektedir (Drummond ve ark. 2014, Spinrad ve Gal 2018).

Medya bağlamında, ebeveynin çocuğun empati gelişiminde rolü önemlidir. Örneğin, beş ile altı yaşında çocuklarla yapılan bir araştırma, çocukların ebeveynleri ile etkileşim içinde medya kullanmasının (aktif kullanım) empati gelişimini desteklediğini göstermiştir (Suryani ve ark. 2020). Altı yaşındaki çocuklarla yapılan başka bir çalışma ise çocukların pasif ekran kullanımı ile empati gelişimleri arasında olumsuz bir ilişki olduğunu göstererek ebeveyn ile etkileşim içinde medya kullanımının önemini vurgulamıştır (Hu ve ark. 2018). Dolayısıyla, medya ile ilgili ebeveynlik uygulamalarının erken çocukluk döneminde empati gelişiminde bir rolünün olduğu düşünülebilir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme kullanan ebeveynler, duygusal durumlar yaşadığında çocuklarıyla empatik bir iletişim içinde olmak yerine, çocuğa medya sunarak kendiyile olası etkileşim sayısını azaltma eğilimindedir. Ebeveynin bu davranışı, çocuğa duyguları paylaşmanın istenmeyen bir şey olduğu mesajını verebilir. Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisinde ya da aile ikliminde duyguları göstermenin istenmeyen bir şey olduğu fikrini pekiştirebilir.

Medya aracılığıyla duygu düzenleme ve çocukların empatisi arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Üç ile beş yaşlarındaki çocuklarla bir yıl boyunca yapılan bir çalışma, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile çocukların empatisi arasındaki ilişkinin kesitsel olduğunu göstermektedir (Coyne ve ark. 2023). Medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sık deneyimleyen çocukların empati puanlarının diğer çocuklara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Ancak, bu ilişkinin zaman içinde olumlu bir ilişki olduğu bulunmuştur. Birinci zamandaki empati seviyeleri kontrol edildikten sonra, birinci zamandaki medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ikinci zamandaki empati arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme kullanmaları, çocukların bir yıl sonraki empati puanlarının artması ile ilişkilidir. Araştırmacılar, bu olumlu ilişkide medya içeriğine dikkat çekerek, çocuğa sunulan medya içeriğinin olumlu sosyal davranışları teşvik etme ve empatiyi artırma özelliklerine sahip olabileceğini, bunun da sonuçları etkilediğini düşünmektedir. Buna ek olarak, çalışmada kullanılan empati ölçümü "Siz üzgünseniz sizi daha iyi hissettirmeye çalışır." gibi yardımsever davranışları içermektedir. Olumlu sosyal davranışın gelişiminde ebeveyni modelleme kritik bir role sahiptir (Schuhmacher ve ark. 2019). Ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerinin çocuğun duygularına duyarlı bir cevap verme olarak işlev göstermesi ve bu durumun çocukların başkalarının üzüntüsüne empatik bir yanıt vermeyi içselleştirmelerini kolaylaştırabileceği önerilmektedir (Thompson ve Newton 2013).

Sonuç olarak, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocukların empatisinde kesitsel olarak olumsuz bir role sahip olduğu ancak zaman içinde olumlu bir role sahiptir. Olumlu ilişkinin gözlemlendiği durumlarda, medya içeriğinin olumlu sosyal davranışları teşvik edici ve empatiyi artırıcı nitelikte olması ile çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi annesinin duygularına duyarlı cevap vermesi gibi algılamasının etkili olduğu düşünülmektedir. Ancak, bu konuda daha fazla araştırma yapılması ve medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocukların empati becerilerindeki rolünün daha ayrıntılı bir şekilde incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Tartışma

Erken çocukluk dönemindeki birçok çocuk, önerilen süreden daha fazla ve kolaylıkla ulaşılabilir bir şekilde medya kullanmaktadır (Christakis 2014, Radesky ve ark. 2020, Rideout ve Robb 2020, Uzundağ ve ark. 2022). Çocukların huzursuzluk ve sıkılma gibi olumsuz duygularını hafifletmek amacıyla anne babaların çocuklara medya kullanımı sunduğu görülmektedir, bu durum alanyazında medya aracılığıyla duygu düzenleme olarak kavramsallaştırılmıştır. Mevcut çalışma, bir ebeveynlik stratejisi olarak kullanılan medya aracılığıyla duygu düzenleme uygulamasını ele almış ve bu uygulamanın yordayıcıları ve çocuğun sosyoduygusal gelişimindeki sonuçlarını incelemiştir. Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcıları incelendiğinde, eğitim seviyesi düşük veya kişisel medya kullanımı fazla olan ebeveynlerin bu uygulamaya daha sık başvurduğu görülmüştür. Çocuğun mizacı düşünüldüğünde, çocukların olumsuz duygulanım veya dışadönüklük/çoşkunluk mizaç özellikleri ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumlu bir ilişki görülürken; çocukların çabalı kontrol mizaç özelliği ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasında olumsuz bir ilişki gözlemlenmiştir.

Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun sosyoduygusal gelişimindeki rolüne bakıldığında, problemleri medya kullanımı ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Ek olarak, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin duygusal bilgede olumsuz bir rolü olduğu saptanmış, ancak çocuğun yaşının burada önemli bir

faktör olabileceği araştırmacılar tarafından belirtilmiştir. Son olarak medya aracılığıyla duygu düzenleme ile empati arasındaki ilişkide bulgular hem olumlu hem olumsuz bir ilişki göstermiş; bu ilişkide medya içeriği ve çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi nasıl algıladığı önemli etmenler olarak önerilmiştir.

Çocukların büyük bir çoğunluğunun önerilen medya kullanım sürelerini aştığı birçok çalışma tarafından belgelenmiştir (Christakis 2014, Radesky ve ark. 2020, Rideout ve Robb 2020, Uzundağ ve ark. 2022). Bu durum, çocukların medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlerinin de belirgin bir şekilde artabileceğini düşündürmektedir. Yukarıda bahsedilen çalışmalardan elde edilen sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocukların gelişimi üzerinde genellikle olumsuz bir role sahip olduğunu söylemek mümkündür. Bu nedenle, çocukların zor duygular yaşadığı durumlarda ebeveynlerin duygu koçluğu yapmalarının, medya sunmak yerine daha iyi bir alternatif olabileceği önerilmektedir. Duygu koçluğu, ebeveynlerin çocuklarının zorlu duygularını anlaması, çocuğun duygularını ifade etmesine teşvik etmesi ve çocuğun kendi duygusal durumunu yönetmesine yardımcı olmasıdır (Gottman ve ark. 1996, Fabes ve ark. 2002). Ebeveynlerin duygu koçluğu yapması, çocuğun yaşadığı duygunun iletmek istediği mesajı anlamasına yardımcı olur; bu da duygu farkındalığını artırır ve duygu düzenleme becerilerini geliştirir. Böylece, çocuklar olumsuz duyguların başa çıkılabilir olduğunu, duygular hakkında çalışılabileceğini, hatta duygusal deneyimlerden bir şeyler öğrenme fırsatı bulabileceklerini kavrarlar.

Ebeveynin duygu koçluğu yapabilmesi için kendi duygu durumunun düzenlenmiş olması gerekmektedir (Rutherford ve ark. 2015, Zimmer-Gembeck ve ark. 2022). Günümüzde, ebeveynlik rolünün getirdiği stres ve sorumluluklar düşünüldüğünde, anne babalar her an duygu koçluğu yapabilecek durumda olmayabilir. Bu gibi durumlarda, çocuğa medya sunmak yerine çocuğun ilgisini çekebilecek oyuncaklar veya kısa süreli oyunlar sunmak iyi bir seçenek olabilir. Dolayısıyla, ebeveynlerin yanlarında birkaç oyuncak bulunması iyi bir tercih gibi görünmektedir. Ancak, bu tür oyun ve oyuncakların çocuğa önerilmesi de her zaman uygun olmayabilir ve bu durumda medya kullanımı kaçınılmaz hale gelebilir.

Çocuğa medya kullanımı sunulduğunda, ebeveynlerin medya kullanımını dikkatli bir şekilde yönlendirmeleri önemlidir. Bu, çocukların ekran sürelerini takip etmelerini, izledikleri içeriğin yaşlarına uygun olduğundan emin olmalarını, uygunsuz veya olumsuz etkileri olabilecek içeriklere (örn. şiddet) sınırlama getirmelerini ve çocuklarıyla ekrandaki içerikler hakkında iletişim kurmaları gerektiği anlamına gelir (Madigan ve ark. 2019). Bu tür bir yaklaşım, medya kullanımının olumsuz etkilerini en aza indirmeye yardımcı olabilir (bknz. Koç-Arık 2023). Medyayı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanmanın, erken çocukluk döneminde sosyoduygusal gelişimde önemli bir rol oynamasının yanı sıra, ergenlik döneminde psikopatoloji ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğu gözlenmiştir (Plante ve ark. 2019). Bu bağlamda, medya aracılığıyla duygu düzenleme konusundaki araştırmalar, önemli bir alanı temsil etmektedir. Ancak, bu alandaki çalışmaların sayıca sınırlı olması bu derleme çalışmasında bazı kısıtlılıklara yol açmaktadır.

Medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi inceleyen çalışmaların çoğunun Amerikan örneklemelerini içermesi ilk kısıtlılık olarak karşımıza çıkmaktadır (örn., Hiniker ve ark. 2016, Coyne ve ark. 2021). Dahası, medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili birçok çalışmanın belirli bir araştırmacı grubu tarafından yapıldığı gözlenmektedir (Coyne ve ark. 2021, 2022, 2023). Medya aracılığıyla duygu düzenleme ile ilgili çalışmaların yapıldığı Amerika'da çocukların okul öncesi eğitime katılım oranı %86 iken Türkiye'de bu oran %57'dir (TUIK 2021, National Center for Education Statistics 2023). Türkiye'de okullaşma oranı daha düşük olduğu için çocuğun evde daha çok zaman geçirdiği, dolayısıyla ebeveynlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerinden daha çok etkilenebileceği düşünülebilir. Buna ek olarak, Ebeveynlik Süreci Modeli'nin önerdiği şekilde kültür, ebeveynliği etkiler (Belsky 1984, Taraban ve Shaw 2018). Kültür ebeveynlik bilişlerini, davranışlarını ve ebeveynliğin çocuğun gelişimindeki rolünü şekillendirmektedir (Bornstein 2012). Örneğin, bir ebeveynlik davranışı olarak çocuğun davranışsal uyumunu ve itaatini teşvik etmek amacıyla Çinli anneler yalan söylemeyi Amerikalı annelere kıyasla daha sık kullanmakta, bu davranışı ebeveynlik açısından norm davranış olarak onaylamaktadır (Heyman ve ark. 2013). Bildiğimiz kadarıyla, medya aracılığı ile duygu düzenleme ve ebeveynlik biliş ve davranışlarının arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma olmamasına rağmen, ebeveynlikle ilgili faktörlerin medya aracılığıyla duygu düzenleme üzerindeki kültürel farkları incelemenin, konunun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla, gelecek çalışmaların medya aracılığıyla duygu düzenlemeyle ilişkili olabilecek değişkenleri (örn. çocuğun okullaşma oranı, ebeveynlik özellikleri) Amerika dışındaki kültürlerde de incelemesi önem taşımaktadır.

İkinci kısıtlılık ölçümlerin yeterli geçerlik desteğine sahip olmamasıdır. Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin ölçümünde iki farklı ebeveyn bildirim alanı anket kullanılmıştır. Bu iki ölçümden Medya Kullanma Sebepleri (Radesky ve ark 2016) daha genel bir konu olan medya kullanımını ölçmeyi hedeflemiş olmasına karşın, Coyne ve ark. (2021) tarafından geliştirilen Medya Aracılığıyla Duygu Düzenleme Ölçeği sadece bu konuyla ilgili ölçüm almayı amaçlamıştır. Çalışmalar bu iki ölçüm ile ilgili güvenilirlik değerleri vermesine rağmen, geçerlik değerleri

bulgulanmamıştır. Dolayısıyla, gelecek çalışmaların medya aracılığıyla duygu düzenleme ölçümünde güvenilirliğin yanı sıra geçerlik değerleri vermesi (örn. faktör analizi ile kapsam geçerliği) önerilmektedir.

Üçüncü kısıtlılık medya aracılığıyla duygu düzenleme ölçümlerinin çoğunlukla kesitsel desenli anketlerle alınmasıdır (örn. Radesky ve ark 2016c, Coyne ve ark. 2021). Anketlerde, anne babalardan medya duygu düzenleme stratejilerini ne sıklıkta yaptıklarını bildirmeleri istenmiştir. Bu ölçümler tek zamanlı bir medya aracılığıyla duygu düzenleme puanı sağlamakta, medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi sabit bir yapı olarak ele almaktadır. Bu nedenle gelecek çalışmaların deneyim örnekleme methodu veya günlük gibi ölçüm alma yöntemlerini kullanması önerilmektedir. Bu yöntemlerin, medya aracılığıyla duygu düzenlemede zaman içindeki değişimin ve bu değişimde ebeveyn ve çocukla ilişkili faktörlerin incelenmesine olanak sağlayarak alanyazını zenginleştireceği düşünülmektedir.

Dördüncü kısıtlılık, çocukların hangi yaşta medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlemeye başladığının henüz aydınlatılmamış olmasıdır. Çocukların hayatın ilk iki yılında medyaya maruz kalmaya başladığı düşünüldüğünde (Christakis 2014), çocukların erken yaşlarda medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlerinin sosyoduygusal gelişimlerinde daha olumsuz bir role sahip olup olmadığı açık değildir. Özellikle medya aracılığıyla duygu düzenlemenin, sosyoduygusal gelişim üzerindeki uzun vadeli etkileri incelenmelidir. Örneğin, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin empatideki rolü incelendiğinde, kesitsel olarak olumsuz ancak zaman içinde olumlu bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Coyne ve ark. 2023). Çalışmayı yürüten araştırmacılar, çocuğun medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlerinde, medya içeriği sosyoduygusal gelişim açısından eğitici ise bu durumun empatiyi destekleyeceğini düşünmüştür. Ancak bu bulgu henüz tek bir çalışmaya dayalıdır. Dolayısıyla “Daha erken yaşlarda medya aracılığıyla duygu düzenleme deneyimlemek gelişimsel sonuçlar açısından daha riskli midir?” veya “Medya içeriği, medya aracılığıyla duygu düzenleme ve çocuğun sosyoduygusal gelişimi arasındaki ilişkide düzenleyici bir role mi sahiptir?” gibi araştırma soruları gelecek çalışmalarca incelenmelidir.

Son olarak, ebeveynlik yetkinliğinin de medya aracılığıyla duygu düzenleme ile bir ilişkiye sahip olabileceği düşünülmektedir. Ebeveyn yetkinliği, ebeveynlik görevlerini yerine getirmede ebeveynin kendi kapasitesine dair düşünce ve inançlarıdır (de Montigny ve Lacharite 2005). Ebeveyn yetkinliği yüksek olan ebeveynler, çocuklarının zorlu duygusal durumlarını yönetme konusunda kendilerine daha fazla güvenerek medya aracılığıyla duygu düzenleme stratejilerine daha az başvurabilirler. Bu yüzden, gelecekteki araştırmaların ebeveyn yetkinliği ile medya aracılığıyla duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi incelemesi önerilmektedir. Bu faktörlerin tümü, medya aracılığıyla duygu düzenlemenin karmaşıklığını anlamamıza ve çocukların gelişimini destekleyen medya kullanım yollarını bulmamıza yardımcı olabilir.

Sonuç

Günümüzde çocuklar önerilen süreleri aşacak şekilde medya kullanmaktadır. Bu medya kullanımının çocuğun duygularını düzenleme amaçlı kullanılması alanyazında medya aracılığı ile duygu düzenleme olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu derleme çalışması, ebeveynlik stratejisi olarak kullanılan medya aracılığıyla duygu düzenlemenin yordayıcılarını ve çocuğun sosyoduygusal gelişimindeki sonuçlarını ele almıştır. Araştırma bulgularına göre, ebeveynin eğitim seviyesi ve kişisel medya kullanımı ile çocuğun mizacı (olumsuz duygulanım, dışadönüklük/çoşkunluk, çabalı kontrol) medya aracılığı ile duygu düzenlemeyi yordamaktadır. Medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun sosyoduygusal gelişimindeki rolüne dair bulgular, çocuğun problemlili medya kullanımı, duygusal bilgisi ve empatisi ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Kısacası, alanyazındaki çalışmalar, anne ve çocukla ilişkili özelliklerin medya aracılığıyla duygu düzenlemeyi yordadığını, ayrıca medya aracılığıyla duygu düzenlemenin çocuğun sosyoduygusal gelişiminde genellikle olumsuz bir rolü olduğunu göstermektedir. Medya aracılığıyla duygu düzenleme konusundaki araştırmaların daha önce belirtilen hususlara dikkat edilerek genişletilmesi, medya kullanımında çocukların sosyoduygusal gelişimlerini destekleyen daha etkili ebeveynlik stratejilerinin belirlenmesine katkı sağlayacaktır.

Kaynaklar

- Baum A, Garofalo J, Yali A (1999) Socioeconomic status and chronic stress: does stress account for SES effects on health? *Ann N Y Acad Sci*, 896:131-144.
- Belsky J (1984) The determinants of parenting: a process model. *Child Dev*, 55:83-96.
- Berdan LE, Keane SP, Calkins SD (2008) Temperament and externalizing behavior: social preference and perceived acceptance as protective factors. *Dev Psychol*, 44:957-968.

- Blum-Ross A, Livingstone S (2016) Families and Screen Time: Current Advice and Emerging Research- Media Policy Brief 17. London, London School of Economics and Political Science.
- Bohnert M, Gracia P (2021) Emerging digital generations? impacts of child digital use on mental and socioemotional well-being across two cohorts in Ireland, 2007–2018. *Child Indic Res*, 14:629-659.
- Bornstein MH, Britto PR, Nonoyama-Tarumi Y, Ota Y, Petrovic O et al. (2012) Child development in developing countries: introduction and methods. *Child Dev*, 83:16–31.
- Canaslan B, Sungur S (2022) Preschool children's digital media usage and self-regulation skill. *Turkish Journal of Education*, 22:126-142.
- Christakis DA (2014) Interactive media use at younger than the age of 2 years: time to rethink the american academy of pediatrics guideline? *JAMA Pediatr*, 168:399-400.
- Council on Communications and Media (2016) Media and young minds. *Pediatrics*, 38:e20162591.
- Coyne SM, Radesky J, Collier KM, Gentile DA, Linder JR, Nathanson AI et al. (2017) Parenting and digital media. *Pediatrics*, 140:S112-S116.
- Coyne SM, Reschke PJ, Stockdale L, Gale M, Shawcroft J, Gentile DA et al. (2023) Silencing creaming with screens: the longitudinal relationship between media emotion regulation processes and children's emotional reactivity, emotional knowledge, and empathy. *Emotion*, 23:2194-2204.
- Coyne SM, Rogers A, Shawcroft J, Reschke P, Barr R, Davis EJ et al. (2022) Meltdowns and media: moment-to-moment fluctuations in young children's media use transitions and the role of children's mood states. *Comput Human Behav*, 136:107360.
- Coyne SM, Shawcroft J, Gale M, Gentile DA, Etherington JT, Holmgren H et al. (2021) Tantrums, toddlers and technology: temperament, media emotion regulation, and problematic media use in early childhood. *Comput Human Behav*, 120:106762.
- de Montigny F, Lacharite C (2005) Perceived parental efficacy: concept analysis. *J Adv Nurs*, 49:387-396.
- Denham SA (2019) Emotional competence during childhood and adolescence. In *Handbook of Emotional Development* (Eds V LoBue, K Pérez-Edgar, KA Buss):493-541. Cham, Springer.
- Denham SA, Bassett HH, Wyatt T (2014) The socialization of emotional competence. In *Handbook of Socialization: Theory and Research*, 2nd ed. (Eds JE Grusec, PD Hastings):590-613. New York, Guilford Press.
- Denham SA, Blair KA, DeMulder E, Levitas J, Sawyer K, Auerbach-Major S et al. (2003) Preschool emotional competence: pathway to social competence? *Child Dev*, 74:238-256.
- Denham SA, Couchoud EA (1990) Young preschoolers' understanding of emotions. *Child Study Journal*, 20:171-192.
- Domoff SE, Borgen AL, Radesky JS (2020) Interactional theory of childhood problematic media use. *Hum Behav Emerg Technol*, 2:343-353.
- Domoff SE, Harrison K, Gearhardt AN, Gentile DA, Lumeng JC, Miller AL (2019) Development and validation of the problematic media use measure: a parent report measure of screen media "addiction" in children. *Psychol Pop Media Cult*, 8:2-11.
- Drummond J, Paul EF, Waugh WE, Hammond SI, Brownell CA (2014) Here, there and everywhere: emotion and mental state talk in different social contexts predicts empathic helping in toddlers. *Front Psychol*, 5:361.
- Duckworth AL, Steinberg L (2015) Unpacking self-control. *Child Dev Perspect*, 9:32-37.
- Dunn J (1994) Understanding others and the social world: current issues in developmental research and their relation to preschool experiences and practice. *J App Dev Psychol*, 15:571-583.
- Eales L, Gillespie S, Alstat RA, Ferguson GM, Carlson SM (2021) Children's screen and problematic media use in the United States before and during the COVID-19 pandemic. *Child Dev*, 92:e866-e882.
- Eggum ND, Eisenberg N, Kao K, Spinrad TL, Bolnick R, Hofer C et al. (2011) Emotion understanding, theory of mind, and prosocial orientation: relations over time in early childhood. *J Posit Psychol*, 6:4-16.
- Eisenberg N (2005) The development of empathy-related responding. In *Moral Motivation through Life Span* (Eds G Carlo, CP Edwards):73-118. Lincoln, University of Nebraska Press.
- Eisenberg N, Cumberland A, Spinrad TL (1998) Parental socialization of emotion. *Psychol Inq*, 9:241-273.
- Eisenberg N, Hofer C, Vaughan J (2007) Effortful control and its socio-emotional consequences. In: *Handbook of Emotion Regulation* (Eds J Gross): 287-306. New York, Guilford Press.
- Eisenberg N, Smith CL, Spinrad TL (2011) Effortful control: relations with emotion regulation, adjustment, and socialization in childhood. In *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications*, 2nd ed (Eds KD Vohs, RF Baumeister):263-283. New York, Guilford Press.
- Fabes RA, Eisenberg N, Karbon M, Bernzweig J, Lee Speer A, Carlo G (1994) Socialization of children's vicarious emotional responding and prosocial behavior: relations with mothers' perceptions of children's emotional reactivity. *Dev Psychol*, 30:44-55.
- Fabes RA, Poulin RE, Eisenberg N, Madden-Derdich DA (2002) The coping with children's negative emotions scale (CCNES): psychometric properties and relations with children's emotional competence. *Marriage Family Rev*, 34: 285-310.
- Fox NA, Henderson HA, Rubin KH, Calkins SD, Schmidt LA (2001) Continuity and discontinuity of behavior inhibition and exuberance: psychophysiological and behavioral influences across the first four years of life. *Child Dev*, 72:1-21.
- Gentile D (2009) Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychol Sci*, 20:594-602.

- Gentile DA, Reimer RA, Nathanson AI, Walsh DA, Eisenmann JC (2014) Protective effects of parental monitoring of children's media use: a prospective study. *JAMA Pediatr*, 168:479-484.
- Gentzler AL, Contreras-Grau JM, Kerns KA, Weimer BL (2005) Parent-child emotional communication and children's coping in middle childhood. *Soc Dev*, 14:591-612.
- Goldsmith HH, Buss AH, Plomin R, Rothbart MK, Thomas A, Chess S (1987) What is temperament? Four approaches. *Child Dev*, 58:505-529.
- Gordon-Hacker A, Gueron-Sela N (2020) Maternal use of media to regulate child distress: a double-edged sword? Longitudinal links to toddlers' negative emotionality. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 23:400-405.
- Gottman JM, DeClaire J (1997) *The Heart of Parenting: How to Raise an Emotionally Intelligent Child*. London, Bloomsbury.
- 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.
- Gottman JM, Katz LF, Hooven C (1997) *Meta-Emotion: How Families Communicate Emotionally*. Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum.
- Gou H, Perceval G (2022) Does digital media use increase risk of social-emotional delay for Chinese preschoolers? *J Child Media*, 17:1-16.
- Hauser RM, Warren JR (1997) 4. Socioeconomic indexes for occupations: a review, update, and critique. *Sociol Methodol*, 27:177-298.
- Heyman GD, Hsu AS, Fu G, Lee K (2013) Instrumental lying by parents in the US and China. *Int J Psychol* 48:1176-1184.
- Hill-Soderlund AL, Braungart-Rieker JM (2008) Early individual differences in temperamental reactivity and regulation: implications for effortful control in early childhood. *Infant Behav Dev*, 31:386-397.
- Hiniker A, Suh H, Cao S, Kientz JA (2016) Screen time tantrums: how families manage screen media experiences for toddlers and preschoolers. CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 7-12 Mayıs 2016, New York; USA. Proceedings, pp:648-660.
- Hu BY, Johnson GK, Wu H (2018) Screen time relationship of Chinese parents and their children. *Child Youth Serv Rev*, 94:659-669.
- Kabali HK, Irigoyen MM, Nunez-Davis R, Budacki JG, Mohanty SH, Leister KP et al. (2015) Exposure and use of mobile media devices by young children. *Pediatrics*, 136:1044-1050.
- Kim NH, Lee EJ, Kwak SY, Park MR (2013) A phenomenological study on the experiences of parenting burden of working mother with young children in Korea. *Korean J Women Health Nurs*, 19:188-200.
- Klein MR, Moran L, Cortes R, Zalewski M, Ruberry EJ, Lengua LJ (2018) Temperament, mothers' reactions to children's emotional experiences, and emotion understanding predicting adjustment in preschool children. *Soc Dev*, 27:351-365.
- Koç-Arık G (2023) Çocuklarda dijital teknoloji kullanımının sosyal beceriler ve duygu düzenlemeye etkisi. In *Değişen Dünyanın Gelişen Çocukları- Dijital Teknolojinin Çocuk Gelişimi Üzerindeki Etkileri* (Eds. F Karaman, A Özdeş):211-236. Ankara, Nobel Akademik.
- Koivula M, Huttunen K, Mustola M, Lipponen S, Laakso ML (2017) The emotion detectives game: supporting the social-emotional competence of young children. In *Serious Games and Edutainment Applications* (Eds M Ma, A Oikonomou):29-53. London, Springer International.
- Levine LE, Waite BM, Bowman LL, Kachinsky K (2019) Mobile media use by infants and toddlers. *Comput Human Behav*, 94:92-99.
- Lin HP, Chen KL, Chou W, Yuan KS, Yen SY, Chen YS, Chow JC (2020) Prolonged touch screen device usage is associated with emotional and behavioral problems, but not language delay, in toddlers. *Infant Behav Dev*, 58:101424.
- Liu M, Wu L, Yao S (2015) Dose-response association of screen time-based sedentary behaviour in children and adolescents and depression: a meta-analysis of observational studies. *Br J Sports Med*, 50:1252-1258.
- Liu W, Wu X, Huang K, Yan S, Ma L, Cao H et al. (2021) Early childhood screen time as a predictor of emotional and behavioral problems in children at 4 years: a birth cohort study in China. *Environ Health and Prev Med*, 26:3.
- Lovejoy MC, Graczyk PA, O'Hare E, Neuman G (2000) Maternal depression and parenting behavior: a meta-analytic review. *Clin Psychol Rev*, 20:561-592.
- Lucas-Molina B, Quintanilla L, Sarmiento-Henrique R, Martin-Babarro J, Giménez-Dasí M (2020) The relationship between emotion regulation and emotion knowledge in preschoolers: a longitudinal study. *Int J Environ Res Public Health*, 17:5726.
- Lunkenheimer E, Dunning ED, Diercks CM, Kelm MR (2023) Parental regulation of parent and child screen-based device use. *Int J Behav Dev*, 47:410-422.
- Madigan S, Racine N, Tough S (2020) Prevalence of preschoolers meeting vs exceeding screen time guidelines. *JAMA Pediatr*, 174:93-95.
- Martin GB, Clark RD (1982) Distress crying in neonates: species and peer specificity. *Dev Psychol*, 18:3-9.
- McCloskey M, Johnson SL, Benz C, Thompson DA, Chamberlin B, Clark L et al. (2018) Parent perceptions of mobile device use among preschool-aged children in rural head start centers. *J Nutr Educ Behav*, 50:83-89.
- McDaniel BT (2019) Parent distraction with phones, reasons for use, and impacts on parenting and child outcomes: a review of the emerging research. *Hum Behav Emerg Technol*, 1:72-80.

- McDaniel BT, Radesky JS (2017) "I can't stop thinking about my phone": a daily diary study of parents distracted by technology and child behavior difficulties. Society for Research on Child Development Biennial Meeting, 6-8 Nisan 2017 Austin, USA.
- McDaniel BT, Radesky JS (2018) Technoference: longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems. *Pediatric Res*, 84:210-218.
- National Center for Education Statistics (2023) Enrollment rates of young children: The condition of education. <https://nces.ed.gov/programs/coe/indicator/cfa> (Accessed 09.12.2023).
- Nikken P (2019) Parents' instrumental use of media in childrearing: relationships with confidence in parenting, and health and conduct problems in children. *J Child Fam Stud*, 28:531-546.
- Nikken P, Jansz J (2006) Parental mediation of children's videogame playing: a comparison of the reports by parents and children. *Learn Media Technol*, 31:181-202.
- Nikken P, Schols M (2015) How and why parents guide the media use of young children. *J Child Fam Stud*, 24:3423-3435.
- Olafsson K, Livingstone S, Haddon L (2014) Children's Use of Online Technologies in Europe: A Review of the European Evidence Base. LSE, London, EU Kids Online.
- Padilla-Walker LM, Coyne SM, Fraser AM (2012) Getting a high-speed family connection: associations between family media use and family connection. *Fam Relat*, 61:426-440.
- Paulussen-Hoogbeem MC, Stams GJ, Hermans JMA, Peetsma TTD (2007) Child negative emotionality and parenting from infancy to preschool: a meta-analytic review. *Dev Psychol*, 43:438-453.
- Plante CN, Gentile DA, Groves CL, Modlin A, Blanco-Herrera J (2019) Video games as coping mechanisms in the etiology of video game addiction. *Psychol Pop Media Cult*, 8:385-394.
- Radesky JS, Christakis DA (2016) Increased screen time. *Pediatr Clin North Am*, 63:827-839.
- Radesky JS, Eisenberg S, Kistin CJ, Gross J, Block G, Zuckerman B et al. (2016a) Overstimulated consumers or next-generation learners? Parent tensions about child mobile technology use. *Ann Fam Med*, 14:503-508.
- Radesky JS, Kistin C, Eisenberg S, Gross J, Block G, Zuckerman B et al. (2016b) Parent perspectives on their mobile technology use: the excitement and exhaustion of parenting while connected. *J Dev Behav Pediatr*, 37:694-701.
- Radesky JS, Peacock-Chambers E, Zuckerman B, Silverstein M (2016c) Use of mobile technology to calm upset children: associations with social-emotional development. *JAMA Pediatr*, 170:397-399.
- Radesky JS, Schumacher J, Zuckerman B (2014a) Mobile and interactive media use by young children: the good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135:1-3.
- Radesky JS, Silverstein M, Zuckerman B, Christakis DA (2014b) Infant self-regulation and early childhood media exposure. *Pediatrics*, 133:e1172-e1178.
- Radesky JS, Weeks HM, Ball R, Schaller A, Yeo S, Durnez, J et al. (2020) Young children's use of smartphones and tablets. *Pediatrics*, 146:e20193518.
- Rasmussen EE, Shafer A, Colwell MJ, White S, Punyanunt-Carter N, Densley RL et al. (2016) Relation between active mediation, exposure to daniel tiger's neighborhood, and US preschoolers' social and emotional development. *J Children Media*, 10:443-461.
- Rideout V, Robb M (2020) The Common-Sense Census: Media Use By Kids Age Zero To Eight, 2020. San Fransisco, CA, Common Sense Media.
- Root AK, Rubin KH (2010) Gender and parents' reactions to children's emotion during the preschool years. *New Dir Child Adolesc Dev*, 128:51-64.
- Rothbart M, Bates J (2006) Temperament. In *Handbook of Child Psychology, Vol. 3: Social, Emotional, And Personality Development*, 6th ed. (Eds. N Eisenberg, W Damon, LM Richard):99-166. Hoboken, NJ, Wiley.
- Rothbart MK, Ahadi SA, Hershey KL, Fisher P (2001) Investigations of temperament at three to seven years: the children's behavior questionnaire. *Child Dev*, 72:1394-1408.
- Rothbart MK, Derryberry D, Hershey K (2000) Stability of temperament in childhood: laboratory infant assessment to parent report at seven years. In *Temperament and Personality Development across the Life Span* (Eds VJ Molfese, DL Molfese):85-119. London, UK, Psychology Press.
- Rothbart MK, Putnam SP (2002) Temperament and socialization. In *Paths to Successful Development: Personality in The Life Course* (Eds L Pulkkinen, A Caspi):19-45. Cambridge, Cambridge University Press.
- Ruba AL, Pollak SD (2020) The development of emotion reasoning in infancy and early childhood. *Annu Rev Dev Psychol*, 2:503-531.
- Rutherford HJ, Wallace NS, Laurent HK, Mayes LC (2015) Emotion regulation in parenthood. *Dev Rev*, 36:1-14.
- Schuhmacher N, Köster M, Kärtner J (2019) Modeling prosocial behavior increases helping in 16-month-olds. *Child Dev*, 90:1789-1801.
- Schultz D, Izard CE, Ackerman BP, Youngstrom EA (2001) Emotion knowledge in economically disadvantaged children: self-regulatory antecedents and relations to social difficulties and withdrawal. *Dev Psychopathol*, 13:53-67.
- Seja AL, Russ SW (1999) Children's fantasy play and emotional understanding. *J Clin Child Psychol*, 28:269-277.
- Seo H (2017) Emotion matters: what happens between young children and parents in a touchscreen world. *Int J Commun*, 11:561-580.

- Simonds J (2006) The role of reward sensitivity and response execution in childhood extraversion (Doctoral thesis). Oregon, Oregon University.
- Singer T (2006) The neuronal basis and ontogeny of empathy and mind reading: review of literature and implications for future research. *Neurosci Biobehav Rev*, 30:855-863.
- Spinrad TL, Eisenberg N, Cumberland A, Fabes RA, Valiente C, Shepard SA et al. (2006) Relation of emotion-related regulation to children's social competence: a longitudinal study. *Emotion*, 6:498-510.
- Spinrad TL, Gal DE (2018) Fostering prosocial behavior and empathy in young children. *Curr Opin Psychol*, 20:40-44.
- Stifter CA, Spinrad TL (2002) The effect of excessive crying on the development of emotion regulation. *Infancy*, 3:133-152.
- Suryani R, Pranoto S, Astuti B (2020) The effectiveness of storytelling and roleplaying media in enhancing early childhood empathy. *Journal of Primary Education*, 9:546-553.
- Sweetser P, Johnson D, Ozdowska A, Wyeth P (2012) Active versus passive screen time for young children. *Australas J Early Child*, 37:94-98.
- Taraban L, Shaw DS (2018) Parenting in context: revisiting Belsky's classic process of parenting model in early childhood. *Dev Rev*, 48:55-81.
- Thompson RA, Newton EK (2013) Baby altruists? examining the complexity of prosocial motivation in young children. *Infancy*, 18:120-133.
- Tremblay MS, LeBlanc AG, Carson V, Choquette L, Connor Gorber S, Dillman C et al. (2012) Canadian sedentary behaviour guidelines for the early years (aged 0-4 years). *Appl Physiol Nutr Metab*, 37:370-380.
- TUIK (2022) İstatistiklerle Çocuk, 2021. Ankara, Türkiye İstatistik Kurumu
- Twenge JM, Campbell WK (2018) Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: evidence from a population-based study. *Prev Med Rep*, 12:271-283.
- Uzundağ BA, Oranç C, Keşşafoglu D, Altundal MN (2022) How children in Turkey use digital media: factors related to children, parents, and their home environment. In *Childhood in Turkey: Educational, Sociological, and Psychological Perspectives* (Eds HH Şen, H Selin):137-149. Cham, Springer.
- Vohs KD, Baumeister RF (2004) Understanding self-regulation: an introduction. In *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications* (Eds RF Baumeister, KD Vohs):1-9. New York, Guilford Press.
- Wartella E, Rideout V, Lauricella AR, Connell S (2013) Parenting In the Age of Digital Technology: A National Survey. Evanston, IL, Northwestern University.
- Wolfers LN (2021) Parental mobile media use for coping with stress: a focus groups study. *Hum Behav Emerg Technol*, 3:304-315.
- Wong TKY, Konishi C, Kong X (2021) Parenting and prosocial behaviors: a meta-analysis. *Soc Dev*, 30:343-373.
- Woodard K, Zettersten M, Pollak SD (2022) The representation of emotion knowledge across development. *Child Dev*, 93:e237-e250.
- Wu Z, Yu J, Xu C (2023) Does screen exposure necessarily relate to behavior problems? the buffering roles of emotion regulation and caregiver companionship. *Early Child Res Q*, 63:424-433.
- Yeşilay (2017) Yeşilay'dan ekran karşısında geçirilen süreler için uyarı. <https://www.yesilay.org.tr/tr/haberler/yesilaydan-ekran-karsisinda-gecirilen-sureler-icin-uyari> (Accessed 20.01.2023).
- Zahn-Waxler C, Radke-Yarrow M, Wagner E, Chapman M (1992) Development of concern for others. *Dev Psychol*, 28:126-136.
- Zimmer-Gembeck MJ, Rudolph J, Kerin J, Bohadana-Brown G (2022) Parent emotional regulation: a meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *Int J Behav Dev*, 46:63-82.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.