




Ebeveynin Aşırı Koruma ve Aşırı Kontrolü ile Çocuğun İçselleştirme ve Dışsallaştırma Sorunları Arasındaki İlişki: Bir Seri Aracılık Analizi

Relationship Between Parental Overprotection and Overcontrol and Child Internalizing and Externalizing Problems: A Serial Mediation Analysis

 Selin Ay Bandır¹,  Rukiye Kızıltepe²,  Servet Kaçar-Başaran¹

¹Pamukkale Üniversitesi, Denizli
²İzmir Bakırçay Üniversitesi, İzmir

ÖZ

Amaç: Bu çalışma, ebeveyn aşırı koruma ve aşırı kontrolünün çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ile ilişkisinde çocuğun duygu düzenleme becerilerinin ve yalnızlığının aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Çalışma Denizli'de ortaokullara devam eden 400 öğrenci (Ort = 12,08, SS = 1,20) ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %58'i (n = 232) kızdır. Katılımcılara sınıf ortamında Demografik Bilgi Formu, Güçler Güçlükler Envanteri, Yeniden Düzenlenmiş ve Genişletilmiş Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği-Aşırı Koruma ve Kontrol Alt Boyutu, Çocuklar için Duygu Düzenleme Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği-Kısa Formu uygulanmıştır.

Bulgular: Ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolü tüm değişkenlerle istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde ilişkilidir. SPSS Macro uzantısı kullanılarak yürütülen modele göre, ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolünün çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ile doğrudan ilişkili olduğu bulunmuştur (etki = 0,97, SH = ,09, p < .001, %95 GA [0,80 - 1,15]). Ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolü ile çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerileri ve yalnızlığın anlamlı bir dolaylı etkisi olduğu saptanmıştır (sırasıyla; etki = 0,32, SH = 0,047, %95 GA [0,23, 0,42]; etki = 0,24, SH = 0,05, %95 GA [0,15, 0,36]). Ayrıca, duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık değişkenlerinin ardışık olarak birlikte aracılık ettiği yol da anlamlı bulunmuştur (etki = 0,11, SH = 0,02, %95 GA [0,07, 0,16]).

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolünün çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarıyla yalnızca doğrudan ilişkili olmadığını, bu ilişkide duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık değişkenlerinin dolaylı etkilerinin de bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu yönüyle çalışma hem kuramsal hem de uygulamalı literatüre önemli katkılar sunmaktadır. Bu bulgular, çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını azaltmaya yönelik müdahale programlarında, çocuğun duygu düzenleme becerilerinin ve sosyal ilişkilerinin güçlendirilmesinin yanı sıra ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrol davranışlarının azaltılmasına da odaklanılması gerektiğine işaret etmektedir.

Anahtar sözcükler: Ebeveynlik, ebeveyn-çocuk ilişkileri, duygu düzenleme, yalnızlık, ruh sağlığı problemleri

ABSTRACT

Objective: This study aimed to examine the mediating role of emotion regulation and loneliness in the relationship between parental overprotection and overcontrol and children's internalizing and externalizing problems.

Method: The study was conducted with 400 secondary school students (M = 12.08, SD = 1.20) in Denizli. Fifty-eight percent of the participants (n = 232) were girls. In a classroom setting, participants completed the Demographic Information Form, the Strengths and Difficulties Questionnaire, the Revised and Expanded Childhood Trauma Questionnaire – Overprotection and Overcontrol Subscale, the Emotion Regulation Scale for Children, and the UCLA Loneliness Scale-Short Form.

Results: Parental overprotection and overcontrol were significantly associated with all variables. According to the model assessed using the SPSS Macro, parental overprotection and overcontrol were directly related to children's internalizing and externalizing problems (effect = 0.97, SE = .09, p < .001, 95% CI [0.80, 1.15]). Emotion regulation skills and loneliness were found to have significant indirect effects on the relationship between parental overprotection and overcontrol and internalizing and externalizing problems (effect = 0.32, SE = 0.047, 95% CI [0.23, 0.42]; effect = 0.24, SE = 0.05, 95% CI [0.15, 0.36], respectively). Moreover, the sequential mediating pathway involving both emotion regulation skills and loneliness was also significant (effect = 0.11, SE = 0.02, 95% CI [0.07, 0.16]).

Conclusion: The findings revealed that parental overprotection and overcontrol are not only directly related to children's internalizing and externalizing problems but also indirectly related through the mediating roles of emotion regulation skills and loneliness. In this respect, the study provides important contributions to both theoretical and applied literature. These findings highlight the need for intervention programs aimed at reducing children's internalizing and externalizing problems to focus not only on strengthening emotion regulation skills and social relationships but also on reducing parental overprotection and overcontrol behaviors.

Keywords: Parenting, parent-child relationships, emotion regulation, loneliness, mental health problems

Giriş

Ebeveyn tutumları, bireyin psikososyal gelişimini etkileyen en temel etmenlerden biridir. Bu doğrultuda literatürde, ebeveynlerin çocuklarına yönelik tutumları üzerine pek çok araştırma yapılmıştır. Araştırmalar farklı ebeveynlik tutumlarının çocuğun sosyal-duygusal, bilişsel ve kişilik gelişimini şekillendirmede önemli işleve sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Baumrind 1967, Maccoby ve Martin 1983, Steele ve ark. 2019). Dolayısıyla, farklı ebeveynlik tutumlarının çocuğun çok boyutlu gelişimi üzerindeki etkilerinin anlaşılması, literatür açısından önem arz etmektedir.

Ebeveyn tutumlarını sınıflandırmaya yönelik araştırmaların merkezinde, Baumrind'in (1967, 1971) ortaya koyduğu model yer almaktadır. Bu modelde otoriter, izin verici ve demokratik olmak üzere 3 farklı ebeveyn tutumu bulunmaktadır. Otoriter tutuma sahip ebeveynler çocuklarının her türlü davranışını kendi davranış kalıbına uygun olarak biçimlendirmek ve kontrol etmek ister. Çocuğun özerkliğini kısıtlar ve çocukla fikir paylaşımında bulunmaz. İzin verici ebeveynler, çocuklarıyla ilgilidirler; ancak gerektiğinde çocuğa sınır koyma ya da kontrol etme nadiren uygulanır. Çocuklarına çok az talepte bulunur ve çok fazla serbestlik tanırırlar. Demokratik ebeveynler çocukları ile karşılıklı şekilde fikir paylaşımında bulunurlar. Ebeveynle çocuk arasında fikir ayrılıkları olduğunda ebeveyn çocuğa karar alma özgürlüğü tanır. Ancak disiplini de elden bırakmazlar. Çocuklarına sıcak ve ilgili davranırlar (Baumrind 1966, 1967, 1971, 1972). Baumrind'in bu ebeveynlik modeli, ebeveynlik stillerini anlamak için önemli bir çerçeve oluşturmuştur. Ancak, son zamanlarda bu ebeveynlik tutumlarının sınırlarını aşan ve literatürde sıkça tartışılan bir başka ebeveynlik tutumu aşırı koruyucu ebeveynliktir (Ungar 2009, LeMoyné ve Buchanan 2011, Schiffrin ve ark. 2014, Flamant ve ark. 2022). Aşırı koruyucu ebeveynlikle ilgili yurtdışındaki literatürde yürütülen çalışmalar artmakta olsa da ülkemizde bu konuda sınırlı sayıda çalışma olduğu dikkat çekmektedir. Ebeveyn tutumlarının çocuk ve ergen ruh sağlığı üzerindeki önemi göz önünde bulundurulduğunda, ülkemizde yaygın olarak görülen (Kızıltepe ve Kaçar-Başaran, 2025) bu tutumun ele alınmasının önemli olduğu düşüncesiyle çalışmada aşırı koruyucu ebeveynlik tutumuna yer verilmiştir.

Aşırı koruyucu ifadesi bir ebeveynlik tutumu olarak ilk defa 1930'larda Levy tarafından bir çocuk kliniğinde tedavi gören yirmi çocuğun gözlemlenmesi sonucu ortaya atılmıştır (Thomasgard ve ark. 1995). Aşırı koruyucu ebeveynlik, çocuğu ile aşırı derecede ilgilenen; çocuğun bulunduğu yer güvenli dahi olsa çocuk için telaş duyan ve çocuğun gelişimini dikkate almadan çocuğun çözebileceği sorunları bile onun yerine çözen ebeveynlik stili olarak tanımlanmaktadır. Bu ebeveynler çocuk belli bir yaşa gelse dahi onun kendi kararlarını alabileceği uygun bir ortam hazırlamaz ve bazen de çocuk adına kararlar alıp bu duruma hakları olduğunu ifade ederler (Kulaksızoğlu 1998, Alisinaoğlu 2003, Ungar 2009, Segrin ve ark. 2012). Ebeveynlerin bu yaklaşımı çocuk üzerinde olumlu etkilerden çok bazı olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Literatüre bakıldığında aşırı koruyucu ebeveynliğin çocuk ve ergenlerin gelişimini sekteye uğrattığı ve pek çok psikolojik sıkıntı ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Çalışmalar, bu tutuma sahip çocukların daha düşük akademik başarı ile duygusal ve davranışsal sorunlar gösterdiğini (Kim ve ark. 2013, McWhorter ve ark. 2022) ve öğrencilerin akademik kaygısının yükselmesinde etkili olduğunu (Li ve ark. 2025) bulmuştur. Bununla birlikte, meta-analiz çalışmaları aşırı koruyucu ebeveynliğin kaygı, depresyon, içselleştirme sorunları (de Roo ve ark. 2022, Zhang ve Ji 2024) ve dışsallaştırma sorunlarıyla (de Roo ve ark. 2022) ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Aşırı koruyucu ebeveynliğin özgüven eksikliği, uyumsuzluk, hayal kırıklığı, kimlik gelişimi gibi sorunlarla da ilişkili olduğu bilinmektedir (Padilla Walker ve Nelso 2012, Faleschini ve ark. 2020). Bu tutumun ergenler üzerindeki etkilerini inceleyen bir çalışmada mevcut ebeveynlik tarzının ergenin ruh sağlığını ve öğrenme konusundaki öz yeterliliğini olumsuz bir şekilde etkilediği bulunmuştur. (Ganaprakasam ve ark. 2018). Benzer bir çalışmada, aşırı koruyucu bakıcılara sahip katılımcılar düşük öz saygı ve öz yeterlilik, stres belirtileri bildirmişlerdir (Wolf ve ark. 2024). Yapılan bir başka çalışmada ise aşırı koruyucu bir çevrede yetişen çocukların önemli bir kısmının zorluklarla başa çıkmada güçlük yaşadığı ve düşük benlik saygısı, depresyon, kaygı gibi sorunlara daha yatkın olduğu görülmüştür (Choirunnisa ve ark. 2025).

Literatürde aşırı koruyucu ebeveynlik stiline etkilerini ele alan kuramsal açıklamalar da mevcuttur. Örneğin Schiffrin ve arkadaşları (2014), Öz Belirleme Kuramını temel alarak aşırı koruyucu ebeveynliğin çocuğun refahı üstündeki olumsuz etkilerini açıklamaya çalışmıştır. Öz belirleme kuramına göre bütün insanlarda doğuştan var olan üç psikolojik ihtiyaç vardır: özerklik, ilişkisellik ve yeterlilik (Ryan ve Deci 2000, Deci ve Ryan 2008). Aşırı koruyucu ebeveynliğin üstte sayılan bu üç ihtiyaç için de önemli bir risk oluşturduğunu, bu tutumu takınan ebeveynin çocuklarında düşük özerklik, yetersizlik duygusuyla başa çıkma becerilerinde zayıflık gibi sonuçlara yol açtığı belirtilmektedir (Givertz ve Segrin 2012, Segrin ve ark. 2013, 2015, Flamant ve ark. 2022). Mevcut teoriyi destekler nitelikte araştırmalar algılanan aşırı koruyucu ebeveynliğin üniversite öğrencilerinin bu üç temel ihtiyacını engellendiğini ortaya koymuştur (Schiffrin ve ark. 2019).

Yukarıda ayrıntılı olarak bahsedildiği üzere aşırı koruyucu ebeveynliğin çocuk ve ergenler üzerinde yol açtığı

olumsuz etkilere dair geniş bir literatür bulunsa da söz konusu etkilere aracılık eden faktörleri inceleyen çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır.

Literatürde ebeveynlerin demokratik, sıcak ve duyarlı tutumlarının çocukların daha etkili duygu düzenleme becerileri geliştirmesiyle ilişkili olduğu; buna karşılık, aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının ise çocuklarda etkisiz duygu düzenleme stratejileri ve duygu düzensizlikleri ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (McDowell ve ark. 2002, Atalay ve Özyürek 2021, Zheng 2025). Örneğin, Mathijs ve arkadaşları (2024) tarafından ergenlerle yürütülen bir çalışmada hem annenin hem de babanın aşırı kontrolünün duygu düzenleme güçlüğü ve duyguları bastırma gibi stratejilerle ilişkili olduğu gösterilmiştir.

Duygu düzenleme, pek çok psikolojik bozukluğun ortaya çıkışı, sürdürülmesi ve tedavisinde etkili olduğu araştırmalarca kanıtlanmış tanılar üstü bir faktördür (APA 2000, Gross 2002, Gökdağ ve ark. 2023). Çalışmalara bakıldığında duygu düzenleme becerisi zayıf olan ya da daha az uyumlu duygu düzenleme stratejileri kullanan kişilerin, depresyon, sosyal kaygı, yalnızlık, saldırganlık ve sıkıntı olmak üzere çeşitli içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarıyla ilişkili olduğu ortaya konmuştur (O'Day ve ark. 2019, Cenkseven Önder ve Canoğulları 2020, Eres ve ark. 2021). Bu çalışmaların özellikle içselleştirme sorunlarına eğildiği görülmektedir. Duygu düzenleme stratejileri ve dışsallaştırma sorunlarını ele alan çalışmalar ise oldukça azdır (örn. Garnefski ve ark. 2005; Kaçar-Başaran ve Kızıltepe 2025). Garnefski ve arkadaşları (2001) ergenlerin bilişsel başa çıkma stratejilerini ele alan bir çalışmada, 'daha az uyumlu' başa çıkma stratejileri (kendini suçlama, ruminasyon, felaketleştirme) kullandığını bildiren ergenlerin daha fazla depresyon ve anksiyete belirtileri gösterdiklerini, 'daha uyumlu' stratejileri kullandığını bildiren ergenlerin ise depresyon ve anksiyete belirtilerinin daha az olduğunu belirtmiştir. Ehring ve arkadaşları (2008) ise benzer şekilde duygu düzenlemede yaşanan zorluklar ve daha sık 'daha az uyumlu' duygu düzenleme stratejileri kullananların depresyona duyarlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Cenkseven Önder ve Canoğulları'nın (2020) ergenlerle yaptığı bir çalışmada ise duygu düzenlemenin ergenlerin saldırganlığını anlamlı bir düzeyde yordadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında değerlendirildiğinde hem duygu düzenleme güçlükleri hem de ebeveynin aşırı koruyucu tutumu, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını yordamaktadır. Bu nedenle ebeveynin aşırı koruyucu tutumu ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı bir rolü olabileceği düşünülmektedir.

Yalnızlığın diğer yaş gruplarına kıyasla özellikle ergenlik döneminde daha yaygın olduğu bilinmektedir (Perlman ve Landolt 1999). Bu dönemde ergenlerin yalnızlığını etkileyen en önemli faktörlerden biri de aile ile ilişkilerdir (Elevli 2019). Çeçen (2008) ebeveynlerini otoriter, tutarsız ve koruyucu algılayan ergenlerle karşılaştırıldığında, demokratik olarak algılayan ergenlerin yalnızlık puanlarının anlamlı bir şekilde daha düşük olduğunu belirtmiştir.

Aşırı koruyucu, kısıtlayıcı ve çocuğun bağımsızlığını engelleyen ebeveyn tutumu ile yetiştirilen çocukların, sosyal ilişkilerde sorunlarla baş etme ve problem çözme becerileri geliştirme konusunda yetersiz kalabileceği öngörülmektedir (Rubin ve ark. 2009). Sosyal ilişkilerinde veya problemleri çözmede sorunlar yaşanması, çocuğun sosyal olarak geri çekilmesine sebep olabilir (Rubin ve ark. 2009). Bu durum çocukta yalnızlığın gelişmesinde potansiyel bir rol üstlenir. Ayrıca aşırı koruyucu ebeveynin sahip olduğu kontrol etme ve kısıtlamanın çocuğun, akran ilişkilerinde; arkadaş seçimine müdahalede bulunma gibi konularda etkili olabileceği düşünülmekte ve bu durumun yalnızlık ile ilişkili olabileceği beklenmektedir. Literatür incelendiğinde bu görüşleri destekleyen çalışmalara rastlanılmaktadır. Choirunnisa ve arkadaşları (2025) yaptığı çalışmada aşırı koruyucu ebeveynliğin çoğunlukla akran ilişkileri kurmada zorluk ve sosyal izolasyona sebep olduğunu ortaya koymuştur. Yetişkinlerle yürütülmüş çalışmalarda ise aşırı koruyuculuk kişilerin yalnızlık seviyeleriyle ilişkili bulunmuştur (Wiseman ve ark. 2005, Burns ve ark. 2022). Öte yandan, yalnızlık kişilerin psikolojik sağlığı üzerinde de kritik etkilere sahiptir. Kişide yalnızlık düzeyinin artması, depresyon (Cacioppo ve ark. 2006), psikoz (Deniro 1994) gibi bozukluklar ile ilişkili olmakta ve intihar üzerindeki (Stravynski ve Boyer 2001) riski arttırmaktadır. Güncel bir çalışmada ergenlerde yalnızlığın, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını yordadığı ve bunun da yoğun intihar düşüncelerine etkisi olduğu gösterilmiştir (Wang ve ark. 2025). Yalnızlık duygusunun dışsallaştırma sorunları ile de ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (örn. Kim ve ark. 2025). Yavuzer ve arkadaşları (2018) tarafından yürütülen bir çalışmada da yalnızlığın saldırganlıkla ilişkili olduğu saptanmıştır.

Yukarıda belirtilen bilgiler ışığında, aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunun çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları yaşamasında önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Grolnick ve ark. 2000, Bayer ve ark. 2006, Demirkaya ve Abalı 2011). Ancak aşırı koruyucu ebeveynlik ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide çocuğun duygu düzenleme ve yalnızlık algısı gibi değişkenlerin aracı etkisi yeterince incelenmemiştir. Her ne kadar bu çalışma kesitsel bir desen kullanılarak yürütülmüş olsa da model oluşturulurken gelişimsel bir bakış açısı benimsenmiş ve farklı gelişimsel dönemlerdeki görevlerin sırası dikkate

alınmıştır. Literatürde duygu düzenleme becerileri ile yalnızlık algısı arasındaki tutarlı ilişki olduğu bilinmektedir (örn. Korkmaz ve ark. 2025) ve gelişimsel olarak önce öz-kontrol ve duygu düzenleme becerileri, daha sonra akranlarla ilişki kurma ve sürdürme gibi beceriler gelişmektedir (Masten ve Coatsworth 1998) ve bu becerilerdeki güçlükler psikopatolojiye yatkınlık yaratmaktadır (Cicchetti ve Rogosch 2002). Bu nedenle, bu çalışmada duygu düzenleme becerilerinin yalnızlık algısını etkileyerek, aşırı koruyucu ebeveynlik ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide ardışık aracılık rolü oynayıp oynamadığı incelenmiştir. Bu sebeple mevcut çalışmanın aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun ülkemizde daha iyi anlaşılmasına ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Söz konusu çalışmanın amacı, aşırı koruyucu ebeveynliğin çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ile ilişkisinin incelemesi ve bu ilişkide çocuğun duygu düzenlemesi ve yalnızlık algısının aracı rolünün araştırılmasıdır.

Literatürdeki bulgulara dayanarak, bu çalışmada şu hipotezler öne sürülmüştür:

1. Aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ile doğrudan ilişkili olacağı beklenmektedir.
2. Duygu düzenleme güçlüklerinin, aşırı koruyucu ebeveynlik tutumu ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide aracı role sahip olacağı beklenmektedir.
3. Yalnızlık algısının, aşırı koruyucu ebeveynlik tutumu ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide aracı role sahip olacağı beklenmektedir.
4. Duygu düzenleme güçlükleri ve yalnızlık, aşırı koruyucu ebeveynlik tutumu ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide ardışık olarak aracılık edeceği beklenmektedir.

Yöntem

Örneklem

Schoemann ve arkadaşlarının (2017) aracılık modellerinde örneklem büyüklüğünün belirlenmesine ilişkin önerileri temel alınarak, %95 güven aralığı, %5 tip I hata oranı ve %80 güç düzeyiyle yapılan analiz sonucunda, yaklaşık 210 katılımcının yeterli olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Örneklem oluşturulurken tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmış ve Denizli'de farklı sosyoekonomik düzeydeki mahallelerde bulunan okullar belirlenmiştir. Mahallelerin sosyoekonomik düzeyi belirlenirken okul müdürleri, rehber öğretmenler ve okullarda çalışan öğretmenler olmak üzere farklı uzman görüşleri alınmıştır. Bu örnekleme yönteminin tercih edilmesinin nedeni, örneklemin genellenebilirliğini artırarak Denizli'deki toplam ortaöğretim öğrenci nüfusunu yansıtmaya çalışmaktır. Mevcut çalışmanın örneklemini Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı ortaokullarda eğitim gören 9-15 yaş (Ort = 12,08, SS = 1,20) aralığında toplam 400 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin 232'si kız (%58), 168'i erkek (%42)'tir. Öğrencilerin 124'ü (%31) 5. sınıfa, 106'sı (%26,5) 6. sınıfa, 95'i (%23,8) 7. sınıfa ve 74'ü (%18,5) 8. sınıfa devam etmektedir. Öğrenciler ebeveynlerinin %82,5'unun (n = 330) birlikte olduğunu belirtmiştir. Annelerin %20,7'si (n = 81) ilkököl ve altı, %16,4'ü (n = 64) ortaokul mezunu, %36,9'u (n = 144) lise mezunu ve %25,1'i (n = 98) üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahipken, babaların %17,5'i (n = 67) ilkököl ve altı, %20,5'i (n = 78) ortaokul mezunu, %32,3'ü (n = 123) lise mezunu ve %28,9'u (n = 110) üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahiptir. Annelerinin yaş ortalaması 39,84 (SS = 4,90), babaların yaş ortalaması ise 43,49'dur (SS = 5,02). Çalışmaya dahil edilme kriterleri hem öğrenci hem de ebeveynin onam vermiş olmalarıdır. Dışlama kriterleri kaynaştırma öğrencisi olmak (n = 9) ve çalışma süresince ölçekleri eksik veya tutarsız (örneğin tüm maddelere aynı cevabın verilmesi) yanıtlamak (n = 16) olarak belirlenmiştir. Ayrıca, ebeveynleri onam vermiş olmasına rağmen veri toplama sürecinde okulda bulunmayan öğrenciler (n = 20) araştırmaya dahil edilememiştir.

İşlem

Çalışmanın veri toplama sürecine başlamadan önce, Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan etik kurul izni alınmıştır (20.11.2024 tarihli ve 68282350/2024/20 sayılı). Ayrıca, çalışmanın örneklemini Denizli ilindeki Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaokullar aracılığıyla ulaşılması hedeflendiğinden Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler temin edilmiştir. Çalışma sürecinin bütün evreleri, Helsinki Bildirgesinde bulunan etik standartlar dikkate alınarak yürütülmüştür. Veriler sınıf ortamında anket yöntemi ile toplanmıştır. Belirlenen okulların müdür ve rehber öğretmenleri ile görüşülüp çalışma hakkında bilgi aktarılmış ve öğrencilerin uygun oldukları ders saatleri için randevu alınmıştır. Okuldaki yetkililer tarafından uygun görülen derslerde belirlenen sınıflardaki çocuklara araştırma hakkında bilgi

verildikten sonra ebeveynlere onam formları (çocuk onam formu) gönderilmiş ve yaklaşık bir hafta içerisinde yine kapalı zarf ile okula geri göndermeleri istenmiştir. Ebeveynleri yazılı onam veren çocuklara, araştırmanın amacı tekrar anlatılıp araştırmanın gönüllülük esasına dayandığı, istedikleri zaman araştırmaya katılmaktan vazgeçebilecekleri belirtilmiş ve kendilerinden de sözlü onam alınmıştır. Çalışmada okullardaki katılımcı sayısına göre ölçekler tek ya da iki oturumda konferans salonunda doldurulmuş ve anketin tamamlanması yaklaşık 30-40 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Ergenler tarafından doldurulan bu form, ergenlerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, aile yapısı ve not ortalaması gibi bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Ayrıca formda ebeveynlerin eğitim düzeyi ve çalışma durumuna yönelik sorular da bulunmaktadır.

Yeniden Düzenlenmiş ve Genişletilmiş Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği

Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeği, Şar ve arkadaşları (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Şar ve arkadaşları (2020) tarafından, Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeğinin (CTQ-28) gözden geçirilip genişletilmesiyle birlikte çalışmaya aşırı koruma-aşırı kontrol boyutu (OP-OC) entegre edilmiştir. Yeniden Düzenlenmiş ve Genişletilmiş Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeğinde 33 madde bulunmakta ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır (duygusal istismar, duygusal ihmal, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, cinsel istismar ve aşırı koruma-kontrol). Beşli likert tipinde hazırlanan ölçeğin her alt boyutunda 5'er madde bulunmaktadır. Ayrıca inkar (minimize etme) durumlarını ölçmek için de 3 madde bulunmaktadır. Bu çalışmada ölçeğin aşırı koruma-kontrol boyutu (OP-OC) kullanılmıştır. Şar ve arkadaşları (2020) tarafından yürütülen çalışmada CTQ-33'ün Cronbach alfa katsayısı ,87 ve Guttman yarıya bölme katsayısı ,69'dur. Aşırı koruma-kontrol alt boyutuna ilişkin Cronbach alfa katsayısı bu çalışmada ,66 olarak bulunmuştur.

Güçler ve Güçlükler Anketi

Goodman (1997) tarafından geliştirilen ölçek çocuk ve ergenlerdeki duygusal ve davranışsal sorunları ölçmektedir. Türkçeye uyarlaması Güvenir ve arkadaşları (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin 4-16 yaşları için ebeveyn formu ve öğretmen formu varken ergenin kendisinin doldurduğu ergen formu da bulunmaktadır. Bu çalışmada ergenlerin duygusal ve davranışsal sorunlarını gözlemleyebilmek açısından bu form ergenlere uygulanmıştır. 25 maddeden oluşan ölçek, 5 alt boyuttan oluşmaktadır (Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik, Davranış Sorunları, Duygusal Sorunlar, Akran Sorunları ve Sosyal Davranışlar). Her biri için ayrı puan elde edilebildiği gibi ilk dört boyutun toplamı ile toplam güçlük puanı da elde edilebilmektedir. Bu çalışmada toplam güçlük puanı kullanılmıştır. Uyarlama çalışmasında Güçler ve Güçlükler Anketinin Ergen Formu'nun alt boyutlarının ve toplam güçlük puanının güvenilirlik değerlerine bakıldığında; duygusal sorunlar alt boyutunun ,70; davranış sorunları alt boyutunun ,50; dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik alt boyutunun ,70; akran sorunları alt boyutunun ,22; sosyal davranış alt boyutunun ,54 ve toplam güçlük puanı ,73 olarak bulunmuştur (Güvenir ve ark. 2008). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı ,69 olarak bulunmuştur.

Çocuklar için Duygu Düzenleme Ölçeği Çocuk Formu

Rydell ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen ölçek, çocukların duygu düzenleme becerilerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Türkçeye uyarlaması Tatlı Harmanlı ve Güngör Aytar (2023) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplam 29 madde ve 4 alt boyuttan (öfke, korku, coşku-heyecan, üzüntü) oluşan ölçek, 4'lü likert tipinde derecelendirilmektedir. Uyarlama çalışmasında alt boyutların McDonald ω değerlerine bakıldığında; öfke alt boyutunun ,75; korku alt boyutunun ,68; heyecan alt boyutunun ,65; üzüntü alt boyutunun ,73 değerine sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliğine bakıldığında ise pearson korelasyon katsayısı değerleri; öfke alt boyutunda ,74, heyecan alt boyutunda ,63, korku alt boyutunda ,85, üzüntü alt boyutunda ,71 ve tüm maddeler için de ,79 değerlerine sahip olduğu bulunmuştur (Harmanlı ve Aytar 2023). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısının ,85 olduğu saptanmıştır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (Ergenler İçin)

Russell ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilen bu ölçek, bireylerin yalnızlık düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek Hays ve DiMatteo (1987) tarafından kısa forma dönüştürülmüştür. Ölçek tek boyuttan oluşmakta ve 8 madde içermektedir. Ölçeğin uyarlaması Yıldız ve Duy (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin uyarlamasında yeterli faktör yüküne sahip olmadığı için üçüncü madde çıkarılmış ve 7 maddelik bir form elde edilmiştir. Ölçeğin 5. maddesi ters puanlanmakta ve ölçek 4'lü likert tipinde derecelendirilmektedir. Ölçeğin

Cronbach alfa değeri ,74, test-tekrar test güvenilirlik katsayı değeri ise ,84 değerine sahiptir (Yıldız ve Duy 2014). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı ,81 olarak bulunmuştur.

İstatistiksel Analiz

Analizler SPSS (versiyon 25) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlk olarak kayıp veri dağılımı incelenmiştir. Ölçeklerdeki kayıp veri oranları incelendiğinde, Aşırı Koruma-Aşırı Kontrol Ölçeği verilerinin %1'inin, UCLA Yalnızlık Ölçeği verilerinin %1'inin, Çocuklar için Duygu Düzenleme Ölçeği verilerinin %4'ünün ve Güçler ve Güçlükler Anketi verilerinin %3'ünün eksik olduğu görülmüştür. Kayıp verilerin dağılımının rastgele olup olmadığını incelemek için Little's MCAR testi yürütülmüş ve kayıp verilerin tamamen rastgele olarak dağıldığı saptanmıştır, $\chi^2(17) = 8,87$, $p = ,944$. Kayıp verilerle baş etmek için ortalama atama yöntemi kullanılmıştır. Normallik dağılımını incelemek için basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiş ve ± 2 aralığında olduğu görülmüştür. Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü, toplam güçlük, duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolünün toplam güçlük ile ilişkisinde çocuğun duygu düzenleme becerisi ve yalnızlık değişkenlerinin rolünü incelemek amacıyla HAYES PROCESS Macro programı (Model 6) kullanılmıştır. Modeldeki dolaylı etkileri test etmek için 5000 örneklem ile bootstrapping yöntemi uygulanmıştır.

Bulgular

Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü, toplam güçlük, duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yürütülen korelasyon analizinin sonuçları Tablo 1'de sunulmaktadır. Tablo 1'de görüldüğü üzere değişkenler arası ilişkiler beklenen yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır (r 's = $-.43$ ile $.60$ arasında, $p < ,01$). Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolünün ergenin duygu düzenleme becerileri ile olumsuz yönde ($r = -.43$, $p < ,01$) ilişkili olduğu saptanırken, yalnızlık ($r = ,45$, $p < ,01$) ve toplam güçlük puanı ($r = ,48$, $p < ,01$) arasında anlamlı ve olumlu yönde ilişki olduğu bulunmuştur.

	Ort (SD)	1	2	3	4
1. Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü	4,40 (3,37)	-			
2. Duygu düzenleme becerileri	81,15 (13,51)	-,43**	-		
3. Yalnızlık	12,57 (4,87)	,45**	-,48**	-	
4. Toplam güçlük	33,21 (6,92)	,48**	-,59**	,60**	-

** $p < ,01$, Ort (SD) = ortalama (standart sapma)

	B	SH	%95 GA	
			Düşük	Yüksek
Doğrudan etki				
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow duygu düzenleme becerileri	-1,67	,18	-2,02	-1,32
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow yalnızlık	,43	,07	,31	,57
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow toplam güçlük	,35	,08	,18	,51
Duygu düzenleme becerileri \rightarrow yalnızlık	-,13	,02	-,16	-,10
Duygu düzenleme becerileri \rightarrow toplam güçlük	-,18	,02	-,22	-,14
Yalnızlık \rightarrow toplam güçlük	,50	,06	,38	,62
Dolaylı etki				
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow duygu düzenleme becerileri \rightarrow toplam güçlük	,30	,05	,22	,40
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow yalnızlık \rightarrow toplam güçlük	,22	,05	,14	,33
Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow duygu düzenleme becerileri \rightarrow yalnızlık \rightarrow toplam güçlük	,11	,02	,07	,16
Toplam etki (Aşırı koruma-aşırı kontrol \rightarrow toplam güçlük)	,97	,09	,80	1,15

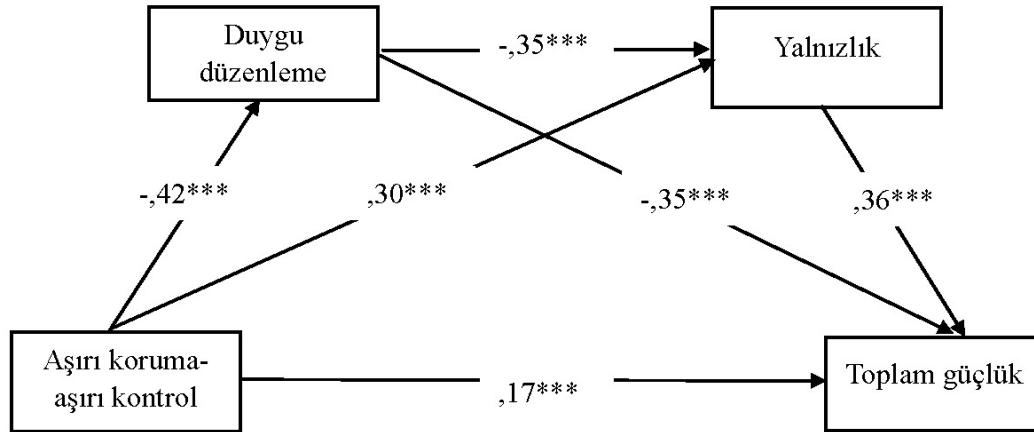
N = 400; GA = Güven Aralığı, B = standardize olmayan katsayı, SH = standart hata

%95 güven aralığı değerleri 0 içermediği için tüm dolaylı yollar anlamlıdır

Model Testi

Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü ile toplam güçlük arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerileri ve yalnızlığın ardışık aracı etkisini incelemek amacıyla Hayes SPSS Macro (Model 6; Bootstrap örneklem sayısı 5,000) kullanılarak seri aracılık analizi yürütülmüştür. Seri aracılık modeline ilişkin standartlaştırılmış katsayıları içeren yol diyagramı Şekil 1'de sunulmaktadır. Seri aracılık analizi sonuçlarına göre ebeveynin aşırı koruma-aşırı koruyuculuğu duygu düzenleme becerileri ile olumsuz yönde ($\beta = -.42$, $p < ,001$), yalnızlıkla ($\beta = ,30$, $p < ,001$) ve toplam güçlükte ($\beta = ,17$, $p < ,001$) olumlu yönde ilişkilidir. Duygu düzenleme becerilerinin ise yalnızlık ($\beta = -.35$, $p < ,001$) ve toplam güçlükte ($\beta = -.35$, $p < ,001$) olumsuz yönde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Yalnızlığın toplam güçlüğü olumlu yönde ilişkili olduğu bulunmuştur ($\beta = ,36, p < ,001$). Bu model, toplam güçlük değişkenindeki varyansın %48'ini açıklamıştır.



Şekil 1. Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolünün duygu düzenleme ve yalnızlık yoluyla toplam güçlük üzerindeki etkisi

N = 400, ***p < ,001. Şekilde gösterilen değerler standartlaştırılmış regresyon katsayılarıdır.

Tablo 2’de hipotez edilen modele ilişkin dolaylı ve toplam etkiler sunulmaktadır. Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolünün toplam güçlük üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (etki = 0,97, SH = ,09, p < ,001, %95 GA [0,80 – 1,15]). Aşırı korumacılığın toplam güçlük üzerindeki etkisinde duygu düzenleme becerileri aracılığıyla anlamlı bir dolaylı etki saptanmıştır (etki = 0,30, SH = 0,05, %95 GA [0,22 – 0,40]). Benzer şekilde, yalnızlık aracılığıyla da anlamlı bir dolaylı etki bulunmuştur (etki = 0,22, SH = 0,05, %95 GA [0,14, 0,33]). Ayrıca, duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık değişkenlerinin seri olarak aracılık ettiği yol da anlamlıdır (etki = 0,11, SH = 0,02, %95 GA [0,07, 0,16]).

Tartışma

Bu çalışmada ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü ile ergenin toplam güçlüğü arasındaki ilişki ve bu ilişkide duygu düzenleme becerileri ile yalnızlık algısının ayrı ayrı ve ardışık olarak aracılık rolü incelenmiştir. Çalışmada ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü ile ergenin toplam güçlüğü arasında doğrudan ilişki olduğu görülmüştür. Literatürdeki pek çok çalışma ebeveynin aşırı koruma-kontrolünün ergenin duygusal ve davranışsal sorunlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (örn. de Roo ve ark. 2022, Mathijs ve ark. 2024). Öz Belirleme Kuramı (Ryan ve Deci, 2000) bu ilişkiyi açıklamak için anlamlı bir çerçeve sunmaktadır. Özellikle aşırı kontrol ve aşırı koruyucu ebeveynlik stiline, çocuk ve ergenlerin özerklik başta olmak üzere temel psikolojik ihtiyaçlarını önemli ölçüde kısıtladığı belirtilmektedir. Kurama göre temel psikolojik ihtiyaçların engellenmesi ruh sağlığı için önemli bir risk oluşturmaktadır (Flamant ve ark. 2022). Schiffrin ve arkadaşları (2019) da Öz Belirleme Kuramı çerçevesinde yürüttükleri çalışmada, yetişkinlerle yaptıkları araştırmada ebeveynin aşırı koruma ve kontrolünün iyi oluş üzerindeki etkisinde özerklik ve yeterliğin aracı rol oynadığını saptamışlardır. Mevcut çalışmanın bulguları literatürle tutarlılık göstermekte ve alana katkı sağlamaktadır.

Çalışmanın bulguları ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü ile ergenin toplam güçlüğü arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerilerinin aracılık ettiğini göstermektedir. Literatürdeki çalışmalar ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolü ile internet bağımlılığı ve yeme bozukluğu gibi çeşitli ruh sağlığı problemleri arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rol oynadığını ortaya koymuştur (Love ve ark. 2022, Iqbal ve ark. 2023). Aşırı kontrolcü ve aşırı korumacı ebeveynler, çocuklarıyla ilgili durumlara temkinli yaklaşır ve oldukça kaygılıdırlar ve bu da çocuğun davranışları ya da çevresi üzerinde yoğun kontrol çabaları göstermelerine yol açar ve istemeden de olsa öz düzenleme becerilerinin gelişimini olumsuz etkiler (Perry ve ark. 2018). Öz belirleme kuramı çerçevesinden bakıldığında; özerlik, ilişkisellik ve yeterlik ihtiyacı karşılanmayan ergenlerin kendini düzenleme becerilerinin bir parçası olan duygu düzenleme becerilerinde sorun yaşadıklarını ve bu artan sorunların da psikopatolojiye yol açabileceği belirtilmektedir (Vansteenkiste ve Ryan 2013).

Ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolünün ergenin yalnızlığı aracılığıyla toplam güçlüğü üzerinde dolaylı bir etkisi olduğunu göstermektedir. Literatürde yalnızlığın aracı rolünü inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunduğundan, bu araştırma ebeveynin aşırı koruma-aşırı kontrolü ile ergenin toplam güçlüğü arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolünü ortaya koyarak mevcut literatüre katkı sağlamaktadır. Ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolü

ergenlere bağımsız sağlıklı ilişkiler kurmak için daha az fırsat sunduğu için akran ilişkilerini olumsuz olarak etkilemektedir (Arslan ve Kıral 2022). Aşırı koruma ve aşırı kontrole maruz kalan ergenlerin sağlıklı akran ilişkileri geliştirebilmek için gerekli olan sosyal becerilerden yoksun olabildikleri ve aynı zamanda düşük benlik saygısı ile yetersiz problem çözme becerileri sergileyebildikleri bilinmektedir (Rousseau ve Scharf 2015, Segrin ve ark. 2015, Michalove ve Bacikova-Sleskova 2025). Akran ilişkilerini başlatmak ve sürdürmek için gerekli olan bu becerilerde bazı güçlüklerin olmasının kişiyi yalnızlığa itmesi beklendiktir. Yalnızlığın da çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları için önemli bir risk oluşturduğu literatürde bilinmektedir (Mann ve ark. 2022, Wang ve ark. 2025).

Mevcut çalışma ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolünün çocuğun duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkileyerek yalnızlığa yol açtığını ve bu durumun da çocuğun toplam güçlüğünü arttırdığını ortaya koymuştur. Literatürdeki çalışmalara paralel şekilde (Ghiggia ve ark. 2023, Korkmaz ve ark. 2025), bu çalışmanın bulguları duygu düzenleme ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ghiggia ve arkadaşları (2023) duygusal yeterlik ve psikolojik stres arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolü olduğunu göstermiştir. Araştırmacılar, duygusal yeterlilikleri düşük olan bireylerin sosyal sinyalleri algılama ve işleme konusunda yetersiz kaldıklarını; bu nedenle sosyal ilişkilerden çekildiklerini ve anlamlı ilişkiler kurma ile sürdürmede daha fazla güçlük yaşadıklarını belirtmişlerdir. Liu ve arkadaşları (2023) olumlu sosyal ilişkileri sürdürülebilmek için ilişkilerde sorunlara yol açması olası uygunsuz duygu düzenlemenin azaltılmasını önermektedir. Kearns ve Creaven (2017) duygu düzenleme ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışmıştır. Etkisiz duygu düzenleme stratejileri kullanan bireylerin, yalnızlık gibi olumsuz duyguların yaşamalarının ve istedikleri ilişkiler ile mevcut ilişkileri arasında bir uyumsuzluk algılamalarının daha olası olduğunu belirtmiştir. Ancak daha etkili duygu düzenleme stratejileri kullanan bireylerin, istedikleri ilişkiler ile mevcut ilişkileri arasında uyumsuzluk algılama olasılıklarının düşük olduğunu vurgulamıştır. Ortaya çıkan yalnızlık hissinin de çeşitli psikopatolojiler için önemli bir risk faktörü olduğu literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (Erzen ve Çikrikci 2018, Wang ve ark. 2025).

Bu çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak bu çalışmada kesitsel desen kullanılmıştır. Bu nedenle değişkenler arası ilişkiler dikkatli bir şekilde yorumlanmalıdır. İlişkiler hakkında nedensel çıkarımlar yapabilmek için boylamsal desen kullanan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. İkinci olarak bu çalışmada çocuklardan öz-bildirim yöntemi ile veri toplanmıştır. Sosyal istenirlik gibi faktörlerden dolayı katılımcılar gerçek yanıtlarını tam olarak yansıtmayabilir. Bu nedenle gelecek çalışmalarda ebeveyn, öğretmen, akran gibi farklı kişilerden katılımcılara dair veri toplanması ya da öz-bildirim ölçekler yerine davranışsal ölçümlerin de alınması önerilmektedir. Üçüncü olarak araştırmanın örneklemini Denizli ilindeki ortaokul öğrencilerinin oluşturması çalışmanın belirli bir yaş grubu ve bölge ile sınırlı kalmasına sebep olmuştur. Bu sebeple gelecekteki araştırmaların, farklı yaş grupları ve çeşitli bölgelerde bu ilişkileri yeniden incelemesi önerilmektedir. Bu çalışmanın bir diğer sınırlılığı, iki ölçeğin Cronbach alfa değerlerinin ,60 civarında olmasıdır. Bu durum, ölçek maddelerinin heterojen yapısından (Güçler Güçlükler Anketi için hem içe dönük hem de dışa dönük problem maddelerini kapsayan maddeler) ve çalışmada yer alan ortaokula devam eden öğrencilerden oluşan homojen örneklemden kaynaklanabilir. Bununla birlikte, sosyal bilimlerde ,60 düzeyindeki güvenilirlik katsayılarının kabul edilebilir olduğu belirtilmektedir (Hair ve ark. 2010). Son olarak, bu çalışmada katılımcıların ruhsal durumları yapılandırılmış bir klinik görüşme ile değerlendirilmemiştir. Dolayısıyla tanı almamış psikopatolojilerin ölçümlere etkisi göz önünde bulundurulmalıdır. Bu sınırlılıklarına rağmen bu çalışmanın literatüre önemli katkıları da bulunmaktadır. Literatürde ebeveynin aşırı koruma ve aşırı kontrolü ile ilgili sınırlı sayıda çalışma olduğundan bu çalışma kuramsal literatüre önemli bilgiler sunmaktadır. Ayrıca, bildiğimiz kadarıyla, bu çalışma ergenlerde ebeveynin aşırı korumacılığı ile içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve yalnızlığın aracı rolünü inceleyen ilk çalışmadır. Çalışmada tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak farklı sosyoekonomik düzeydeki mahallelerde bulunan okullardan veri toplanması da bulguların genellenebilirliğini artırmaktadır.

Sonuç

Bu çalışma, aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarıyla ilişkisi üzerinde duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık algısının aracı rollerini ortaya koymuştur. Ancak bu ilişkilerin boylamsal bir desen kullanılarak incelenmesi önerilmektedir. Bulgular, gelecekte bu konuda daha fazla araştırma yapılması ve farklı aracı ile düzenleyici değişkenlerin kapsamlı biçimde ele alınması gerektiğini göstermektedir. Ayrıca, duygu düzenleme ve yalnızlık gibi aracı mekanizmaların belirlenmesi, müdahale programlarının tasarlanması açısından önem taşımaktadır. Bu bulgulara dayanarak geliştirilecek önleme ve müdahale programları çocuğun duygu düzenleme becerilerini ve sosyal bağlantılarını güçlendirmeye çalışabilir. Bunun yanı sıra içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarıyla çalışan profesyonellerin, çocuğun bireysel özelliklerinin yanı sıra ailesel özelliklere de odaklanması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Alisinaoğlu F (2003) Çocukların denetim odağı ile algıladıkları anne tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1:97-107.
- APA (2000) *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders*, 4th ed. Washington, DC, American Psychiatric Association.
- Arslan P, Kırıl B (2022) İlkokul öğretmenlerinin aşırı koruyucu (helikopter) velilerle ilgili deneyimleri: bir fenomenoloji çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 55:854-915.
- Atalay D, Özyürek A (2021) Ergenlerde duygu düzenleme stratejileri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50:815-834.
- Baumrind D (1966) Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Dev*, 37:887-907.
- Baumrind D (1967) Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genet Psychol Monogr*, 75:43-88.
- Baumrind D (1971) Current patterns of parental authority. *Dev Psychol*, 4:1-103.
- Baumrind D (1972) An exploratory study of socialization effects on black children: some black-white comparisons. *Child Dev*, 43:261-267.
- Bayer JK, Sanson AV, Hemphill SA (2006) Parent influences on early childhood internalizing difficulties. *J Appl Dev Psychol*, 27:542-559.
- Bernstein DP, Fink L, Handelsman L, Foote J, Lovejoy M, Wenzel K, et al. (1994) Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *Am J Psychiatry*, 151:1132-1136.
- Burns A, Leavey G, O'Sullivan R (2022) Associations between parental bonding, social isolation and loneliness: do associations persist in later life and is isolation a mediator between parental bonding and loneliness? *BMC Psychol*, 10:152.
- Cacioppo JT, Hughes ME, Waite LJ, Hawkley LC, Thisted RA (2006) Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychol Aging*, 21:140-151.
- Cenkseven Önder F, Canoğulları Ayazseven Ö (2020) Ergenlerde saldırganlık: duygu düzenleme ve duygusal başa çıkmanın rolü. *Kastamonu Education Journal*, 28:1198- 1208.
- Choirunnisa I, Ramadhani FE, Syarifuddin S, Safitri S (2025) Overprotective parenting patterns and its influence on children's mental health. *Progres Pendidikan*, 6:74-81.
- Cicchetti D, Rogosch FA (2002) A developmental psychopathology perspective on adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70:6-20.
- Çeçen AR (2008) Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6:415-431.
- de Roo M, Veenstra R, Kretschmer T (2022) Internalizing and externalizing correlates of parental overprotection as measured by the EMBU: a systematic review and meta- analysis. *Soc Dev*, 31:962-983.
- Deci EL, Ryan RM (2008) Self-determination theory: a macrotheory of human motivation, development, and health. *Can Psychol*, 49:182-185.
- Demirkaya SK, Abalı O (2012) Annelerin çocuk yetiştirme tutumlarının okul öncesi dönem davranış sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 13:67-74.
- Deniro DA (1995) Perceived alienation in individuals with residual-type schizophrenia. *Issues Ment Health Nurs*, 16:185-200.
- Ehring T, Fischer S, Schnülle J, Bösterling A, Tuschen-Caffier B (2008) Characteristics of emotion regulation in recovered depressed versus never depressed individuals. *Pers Individ Dif*, 44:1574-1584.
- Elevli S (2019) Ergenlerde ebeveyn kabul-red algısı ile red duyarlılığı, sosyal kaygı, yalnızlık, duygu düzenleme güçlüğü ve problemlerli internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Karma desenli bir çalışma (Doktora tezi). Muğla, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- Eres R, Lim MH, Lanham S, Jillard C, Bates G (2021) Loneliness and emotion regulation: implications of having social anxiety disorder. *Aust J Psychol*, 73:46-56.
- Erzen E, Çikrikci Ö (2018) The effect of loneliness on depression: a meta-analysis. *Int J Soc Psychiatry*, 64:427-435.
- Faleschini S, Matte-Gagné C, Côté S, Tremblay RE, Boivin M (2020) Trajectories of behavioral problems among moderate-to preterm children from 4 to 10 years: a prospective population-based study. *Early Hum Dev*, 143:104964.
- Flamant N, Bonquet M, Van Petegem S, Haerens L, Beyers W, Soenens B (2022) To endure or to resist? Adolescents' coping with overprotective parenting. *J Appl Dev Psychol*, 82:101444.
- Ganaprakasam C, Davaidass KS, Muniandy SC (2018) Helicopter parenting and psychological consequences among adolescent. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 8:378-382
- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P (2001) Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Pers Individ Dif*, 30:1311-1327.
- Garnefski N, Kraaij V, van Etten M (2005) Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and internalizing and externalizing psychopathology. *J Adolesc*, 28:619-631.

- Ghiggia A, Castelli L, Adenzato M, Di Tella M (2023) Emotional competencies and psychological distress: is loneliness a mediating factor? *Scand J Psychol*, 65:359-368.
- Givertz M, Segrin C (2012) The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication. *Commun Res*, 41:1111-1136.
- Gökdağ C, Arkar H, Pırıldar Ş (2023) Testing a transdiagnostic model including distal and proximal risk factors for depression and anxiety. *Int J Cogn Ther*, 16:356-374.
- Grolnick WS, Kurowski CO, Dunlap KG, Hevey C (2000) Parental resources and the transition to junior high. *J Res Adolesc*, 10:465-488.
- Gross JJ (2002) Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39:281-291.
- Goodman R (1997) The strengths and difficulties questionnaire: a research note. *J Child Psychol Psychiatry*, 38:581-586.
- Güvenir T, Özbek A, Baykara B, Arkar H, Şentürk B, İncekaş S (2008) Güçler ve Güçlükler Anketi'nin (GGA) Türkçe uyarlamasının psikometrik özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15:65-74.
- Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE (2010) *Multivariate Data Analysis*, 7th ed. Upper Saddle River, Pearson.
- Hays R, DiMatteo MR (1987) A short-form measure of loneliness. *J Pers Assess*, 51:69-81.
- Hayes AF (2023) PROCESS: a versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [Computer software and manual]. <https://www.processmacro.org/>. (Accessed 01.08.2025)
- Iqbal F, Naqvi G, Saleem S, Zahra ST (2023) Mothers' overprotection and eating problems in college students: a mediating role of emotion dysregulation. *J Postgrad Med Inst*, 37:47-53.
- Kaçar-Başaran S, Kızıltepe R (2025) Associations of childhood maltreatment and emotion dysregulation with internalizing and externalizing symptoms: a transdiagnostic model. *J Fam Violence*, doi: 10.1007/s10896-025-00919-9
- Kearns SM, Creaven AM (2017) Individual differences in positive and negative emotion regulation: which strategies explain variability in loneliness? *Personal Ment Health*, 11:64-74.
- Kızıltepe R, Kaçar-Başaran S (2025) Perceived social support and self-compassion as serial mediators of relationship between childhood maltreatment and psychological distress. *Int J Soc Psychiatry*, doi: 10.1177/00207640251362726
- Kim J, Kwon KY, Sutin AR (2025) Adolescent loneliness and violence in adulthood: distinguishing between victimization and perpetration in intimate and nonintimate partner violence. *Psychol Violence*, doi: 10.1037/vio0000625
- Kim SY, Wang Y, Orozco-Lapray D, Shen Y, Murtuza M (2013) Does "tiger parenting" exist? Parenting profiles of Chinese Americans and adolescent developmental outcomes. *Asian Am J Psychol*, 4:7-18.
- Korkmaz U, Şimşek MH, Şahin ÖF (2025) The effect of emotion regulation difficulties and loneliness on anxiety, depression, and stress levels in remote workers. *BMC Public Health*, 25:2572.
- Kulaksızoğlu A (1998) *Ergenlik Psikolojisi*, 22nd ed. İstanbul, Remzi Kitabevi.
- LeMoyne T, Buchanan T (2011) Does "hovering" matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31:399-418.
- Levy DM (1931) Maternal over-protection and rejection. *J Nerv Ment Dis*, 73:65-77.
- Li D, Li W, Lin X, Zhu X (2025) Associations between overprotective parenting style and academic anxiety among Chinese high school students. *BMC Psychol*, 13:231.
- Liu P, Mo B, Yang P, Li D, Liu S, Cai D (2023) Values mediated emotional adjustment by emotion regulation: a longitudinal study among adolescents in China. *Front Psychol*, 14:1093072.
- Love H, May RW, Shafer J, Fincham FD, Cui M (2022) Overparenting, emotion dysregulation, and problematic internet use among female emerging adults. *J Appl Dev Psychol*, 79:101376.
- Maccoby EE, Martin JA (1983) Socialization in the context of family: Parent-child interaction. In *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality, and Social Development*, 4th ed. (Eds EM Hetherington, PH Mussen):1-101. New York, Wiley.
- Mann F, Wang J, Pearce E, Ma R, Schlieff M, Lloyd-Evans B et al. (2022) Loneliness and the onset of new mental health problems in the general population. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 57:2161-2178.
- Masten AS, Coatsworth JD (1998) The development of competence in favorable and unfavorable environments: lessons from research on successful children. *Am Psychol*, 53:205-220
- Mathijs L, Mouton B, Zimmermann G, Van Petegem S (2024) Overprotective parenting and social anxiety in adolescents: the role of emotion regulation. *J Soc Pers Relat*, 41:413-434.
- McDowell DJ, Kim M, O'neil R, Parke RD (2002) Children's emotional regulation and social competence in middle childhood: the role of maternal and paternal interactive style. *Marriage Fam Rev*, 34:345-364.
- McWhorter LG, Christofferson J, Neely T, Hildenbrand AK, Alderfer MA, Randall A et al. (2022) Parental post-traumatic stress, overprotective parenting, and emotional and behavioural problems for children with critical congenital heart disease. *Cardiol Young*, 32:738-745.
- Michalove Z, Bacikova-Sleskova M (2025) The role of self-esteem in relationship between parental overcontrol and adolescent's anxiety. *Journal of Psychological and Educational Research*, 33:124-139.

- O'Day EB, Morrison AS, Goldin PR, Gross JJ, Heimberg RG (2019) Social anxiety, loneliness, and the moderating role of emotion regulation. *J Soc Clin Psychol*, 38:751-773.
- Padilla-Walker LM, Nelson LJ (2012) Black hawk down? Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *J Adolesc*, 35:1177-1190.
- Perlman D, Landolt MA (1999) Examination of loneliness in children-adolescents and in adults: two solitudes or unified enterprise? In: *Loneliness in Childhood and Adolescence*, ed. (Eds KJ Rotenberg, S Hymel):325-347. Cambridge, Cambridge University Press.
- Perry NB, Dollar JM, Calkins SD, Keane SP, Shanahan L (2018) Childhood self-regulation as a mechanism through which early overcontrolling parenting is associated with adjustment in preadolescence. *Dev Psychol*, 54:1542-1554.
- Rousseau S, Scharf M (2015) "I will guide you" The indirect link between overparenting and young adults' adjustment. *Psychiatry Res*, 228:826-834.
- Rubin KH, Bukowski WM, Laursen B (2009) *Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups*, 1st. ed. New York, Guilford Press.
- Russell D, Peplau LA, Cutrona CE (1980) The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. *J Pers Soc Psychol*, 39:472-480.
- Ryan RM, Deci EL (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol*, 55:68-78.
- Rydell A, Thorell LB, Bohlin G (2007) Emotion regulation in relation to social functioning: an investigation of child self-reports. *Eur J Dev Psychol*, 4:293-313.
- Schiffirin HH, Erchull MJ, Sendrick E, Yost JC, Power V, Saldanha ER (2019) The effects of maternal and paternal helicopter parenting on the self-determination and well-being of emerging adults. *J Child Fam Stud*, 28:3346-3359.
- Schiffirin HH, Liss M, Miles-McLean H, Geary KA, Erchull MJ, Tashner T (2014) Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *J Child Fam Stud*, 23:548-557.
- Segrin C, Woszidlo A, Givertz M, Bauer A, Murphy MT (2012) The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Fam Relat*, 61:237-252.
- Segrin C, Woszidlo A, Givertz M, Montgomery N (2013) Parent and child traits associated with overparenting. *J Soc Clin Psychol*, 32:569-595.
- Segrin C, Givertz M, Swaitkowski P, Montgomery N (2015) Overparenting is associated with child problems and a critical family environment. *J Child Fam Stud*, 24:470-479.
- Schoemann AM, Boulton AJ, Short SD (2017) Determining power and sample size for simple and complex mediation models. *Soc Psychol Personal Sci*, 8:379-386.
- Steele KR, Townsend ML, Grenyer BFS (2019) Parenting and personality disorder: an overview and meta-synthesis of systematic reviews. *Plos One*, 14:e0223038.
- Stravynski A, Boyer R (2001) Loneliness in relation to suicide ideation and parasuicide: a population-wide study. *Suicide Life Threat Behav*, 31:32-40.
- Şar V, Öztürk P, İkiKardeş E (2012) Validity and reliability of the Turkish version of childhood trauma questionnaire. *Türkiye Klinikleri J Med Sci*, 32:1054-1063.
- Şar V, Necef I, Mutluer T, Fatih P, Türk-Kurtça T (2020) A revised and expanded version of the Turkish childhood trauma questionnaire (CTQ-33): overprotection-overcontrol as additional factor. *J Trauma Dissociation*, 22:35-51.
- Tatlı Harmanlı S, Güngör Aytar A (2023) Çocuklar için duygu düzenleme ölçeği çocuk formu (ÇDDÖ) ve yetişkin formunun (ÇDDÖ-YF) Türkçeye uyarlanması. *Milli Eğitim Dergisi*, 52:71-106.
- Thomasgard M, Metz WP, Edelbrock C, Shonkoff JP (1995) Parent-child relationship disorders. Part I. parental overprotection and the development of the parent protection scale. *J Dev Behav Pediatr*, 16:244-250.
- Ungar M (2009) Overprotective parenting: Helping parents provide children the right amount of risk and responsibility. *Am J Fam Ther*, 37:258-271.
- Vansteenkiste M, Ryan RM (2013) On psychological growth and vulnerability: basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *J Psychother Integr*, 23:263-280.
- Wang J, Yang Y, Chen Y, Lin H, Wang T, Wang Z et al. (2025) Loneliness, internalizing and externalizing problems, and suicidal ideation among Chinese adolescents: a longitudinal mediation analysis. *J Adolesc Health*, 76:96-104.
- Wiseman H, Mayseless O, Sharabany R (2005) Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Pers Individ Dif*, 40:237-248.
- Wolf K, Tajchman Z, Vilares I (2024) Relation between parenting style and confident decision-making in a student population. *Plos One*, 19:e0302495.
- Yavuzer Y, Albayrak G, Kılıçarslan S (2018) Relationships amongst aggression, self-theory, loneliness, and depression in emerging adults. *Psychol Rep*, 122:1235-1258.
- Yıldız MA, Duy M (2014) Adaptation of the short-form of the UCLA loneliness scale (ULS- 8) to Turkish for the adolescents. *Düşünen Adam*, 27:194-203.

Zheng J (2025) The effects of parenting styles on children's emotional and social skill development: the mediating role of emotion regulation skills. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 84:6-10.

Zhang Q, Ji W (2024) Overparenting and offspring depression, anxiety, and internalizing symptoms: a meta-analysis. *Dev Psychopathol*, 36:1307-1322.

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

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma, TÜBİTAK 2209-A - Üniversite Öğrencileri Yurt İçi Araştırma Projeleri Destek Programı kapsamında desteklenmiştir.

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: This study was supported by the TÜBİTAK 2209-A - University Students Domestic Research Projects Support Program.