

Review article

Erken Çocuklukta Duygu Düzenlemeden Psikolojik Dayanıklılığa: Duygu Sosyalleştirmenin Gelişimsel Rolü

From Emotion Regulation to Psychological Resilience in Early Childhood: The Developmental Role of Emotion Socialization

İlayda Gürsoy Kızılaslan  *

Department of Preschool Education, Faculty of Education, Canakkale Onsekiz Mart University, Çanakkale, Türkiye

Özet

Erken çocukluk dönemi, duygu düzenleme, sosyal-duygusal uyum ve psikolojik dayanıklılığın temellerinin şekillendiği kritik bir gelişim evresidir. Bu çalışmanın amacı, erken çocukluk döneminde duygu düzenleme becerileri, duygu sosyalleştirme süreçleri ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkileri bütüncül bir gelişimsel çerçevede incelemektir. Çalışma, yapılandırılmış anlatı derlemesi yaklaşımıyla yürütülmüş; ağırlıklı olarak 2020–2026 yılları arasında yayımlanan güncel araştırmalar incelenmiştir. Literatür, duygu düzenlemenin biyolojik olgunlaşma, yürütücü işlevler, mizaç, bağlanma ilişkileri ve sosyal çevrenin karşılıklı etkileşimi sonucunda geliştiğini göstermektedir. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocukların duygularına verdikleri tepkiler, kendi duygularını ifade etme biçimleri ve duygular hakkında gerçekleştirdikleri konuşmalar, çocukların duygu düzenleme becerilerinin gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. İncelenen çalışmalar ayrıca duygu düzenleme becerilerinin çocukların stresli ve zorlayıcı durumlarla başa çıkma kapasiteleriyle ilişkili olduğunu ve bu yönüyle psikolojik dayanıklılığın gelişiminde önemli bir bireysel kaynak oluşturabileceğini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte psikolojik dayanıklılığın yalnızca bireysel becerilerle açıklanamayacağı; aile, okul ve diğer sosyal sistemlerin sunduğu koruyucu kaynakların da süreçte etkili olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda duygu sosyalleştirme, duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında işlevsel bir gelişimsel bağlantı oluşturan ilişkisel bir süreç olarak değerlendirilebilir. Sonuç olarak erken çocuklukta psikolojik dayanıklılığın desteklenmesinde çocukların duygu düzenleme becerilerinin güçlendirilmesinin yanı sıra, ebeveyn ve öğretmenlerin destekleyici duygu sosyalleştirme uygulamalarının geliştirilmesi de önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Erken Çocukluk, Duygu Düzenleme, Duygu Sosyalleştirme, Psikolojik Dayanıklılık, Ebeveyn, Öğretmen

Abstract

Early childhood is a critical developmental period during which the foundations of emotion regulation, socio-emotional adjustment, and psychological resilience are established. This study aims to examine the relationships among emotion regulation skills, emotion socialization processes, and psychological resilience in early childhood within an integrated developmental framework. The study was conducted as a structured narrative review, with particular emphasis on recent research published between 2020 and 2026. The literature indicates that emotion regulation develops through the interaction of biological maturation, executive functions, temperament, attachment relationships, and social experiences. Parents' and teachers' responses to children's emotions, their own patterns of emotional expression, and their conversations about emotions play an important role

* Corresponding author:

İlayda Gürsoy Kızılaslan is a Dr. in the Department of Preschool Education at Canakkale Onsekiz Mart University in Çanakkale, Türkiye. Her research interests include the Early Childhood Education. She has lived, worked, and studied in Çanakkale, Türkiye.
Email: ilaydagursoy@comu.edu.tr

in the development of children's emotion regulation skills. The reviewed studies also suggest that emotion regulation is associated with children's capacity to cope with stressful and challenging experiences and may therefore constitute an important individual resource for psychological resilience. However, resilience cannot be explained solely by individual competencies; protective resources provided by the family, school, and broader social systems also contribute to this process. From this perspective, emotion socialization can be considered a relational developmental process that may functionally connect emotion regulation with psychological resilience. In conclusion, supporting psychological resilience in early childhood requires not only strengthening children's emotion regulation skills but also enhancing supportive emotion socialization practices among parents and teachers.

Keywords: Early Childhood, Emotion Regulation, Emotion Socialization, Psychological Resilience, Parents, Teachers

Received: 05 August 2026 * **Accepted:** 05 October 2026 * **Published:** 10 October 2026

GİRİŞ

Erken çocukluk dönemi, çocukların duygularını tanıma, anlamlandırma, ifade etme ve düzenleme kapasitelerinde belirgin gelişimsel değişimlerin yaşandığı kritik bir dönemdir. Özellikle okul öncesi yıllarda dil, bilişsel kontrol ve sosyal anlayış alanlarında yaşanan ilerlemeler, çocukların duygusal deneyimlerini daha iyi kavramalarına ve davranışlarını içinde bulundukları sosyal bağlama göre düzenlemelerine olanak sağlamaktadır. Duygu düzenleme ise sadece duygusal gelişimin bir unsuru olmamakla birlikte çocuğun sosyal ilişkileri, okul ortamına uyumu ve öğrenme süreçleri açısından gelişimsel bir özellik olarak görülmektedir (Harrington vd, 2020).

Duygu düzenleme, duyguların ortadan kaldırılması ya da bastırılması demek değildir. Daha geniş bir çerçevede, bireyin duygusal uyarılmışlığını ve duygularının ifade biçimini içinde bulunduğu durumun gerekliliklerine göre değiştirebilmesini içermektedir (Harrington vd., 2020). Ancak erken çocukluk döneminde bu kapasite yeni gelişiyor olduğundan, çocukların duygularını tek başlarına yönetmeleri her zaman mümkün değildir. Bu nedenle çocuğun duygu düzenleme becerisi, bakım verenlerle gerçekleştirdiği kişilerarası etkileşimlerden etkilenmektedir (England-Mason & Gonzalez, 2020).

Duygu sosyalleştirme, erken çocuklukta duygusal gelişimin açıklanmasında önemli bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Duygu sosyalleştirme; ebeveynlerin kendi duygularını ifade etme biçimlerini, çocukların duygusal tepkilerine verdikleri yanıtları ve duygular hakkında gerçekleştirdikleri konuşma ve öğretim süreçlerini kapsamaktadır (Eisenberg, 2020; Hajal & Paley, 2020). Çocuk bu etkileşimler aracılığıyla yalnızca farklı duyguların nasıl adlandırıldığını değil, hangi durumlarda nasıl ifade edilebileceğini, her türlü duygu karşısında hangi stratejileri kullanılabileceğini de öğrenmektedir. Duygu Düzenleme, çocuğun yakın sosyal çevresiyle gerçekleştirdiği tekrar eden etkileşimler içerisinde biçimlenen gelişimsel bir süreç olarak değerlendirilebilir.

Duygu sosyalleştirme sürecinin niteliği, ebeveynlerin kendi duygusal işleyişlerinden ayrı düşünülemez. Ebeveynin kendi duygularını nasıl deneyimlediği ve düzenlediği, çocuğun yoğun ya da olumsuz duygularına verdiği tepkinin biçimini etkileyebilmektedir. Bu nedenle ebeveyn duygu düzenlemesinin, çocukların duygusal gelişimini açıklayan duygu sosyalleştirme modellerinde daha merkezi biçimde değerlendirilmesi gerektiği ortaya konmuştur (Hajal & Paley, 2020). Ebeveynlerin bilişsel değerlendirme ve duyguyu bastırma gibi farklı düzenleme stratejileri ile çocuklarının olumsuz duygularına verdikleri tepkiler arasında anlamlı ilişkiler bulunması da bu görüşü desteklemektedir (Bertie vd., 2021). Dolayısıyla çocuğun duygu düzenleme becerilerini desteklemek çocuğun içinde bulunduğu duygusal sosyalizasyon ortamının niteliğini güçlendirmekten geçmektedir. Duygu sosyalleştirme tek yönlü bir aktarım süreci değildir. Çocuğun mizacı, yaşı, duygusal tepkiselliği ve davranışları, ebeveynin çocuğa yönelik duygusal tepkilerinin biçimlenmesine katkıda bulunurken; ebeveyn davranışları da çocuğun sonraki duygusal ve davranışsal tepkilerini etkileyebilmektedir. Güncel duygu sosyalleştirme yaklaşımlarında bu nedenle ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkinin karşılıklı, bağlama duyarlı ve gelişimsel olarak değişken bir süreç olduğu vurgulanmaktadır (Eisenberg, 2020). Bu yaklaşım, çocuklar arasında duygu düzenleme açısından gözlenen bireysel farklılıkların yalnızca çocuk özelliklerine indirgenemeyeceğini göstermesi bakımından önem taşımaktadır.

Çocuğun sosyal çevresi genişledikçe duygu sosyalleştirme sürecinin faktörleri de çeşitlenmektedir. Okul öncesi eğitim kurumlarında ve sonraki eğitim kademelerinde öğretmenler, çocukların duygularını anlamlandırılmalarına ve yönetmelerine destek sağlayan önemli yetişkinler arasındadır. Öğretmenin çocukların duygusal ifadelerine verdiği tepkiler, sınıfta duygular hakkında konuşma biçimi ve problem durumlarında sunduğu rehberlik, sınıfın duygusal iklimini etkilemektedir. Öğretmenlerin duygusal yeterliklerini ve duygu koçluğu uygulamalarını geliştirmeyi amaçlayan çalışmada, öğretmenlerin duygu sosyalleştirme davranışları ve sınıf ortamında olumlu değişimler elde edilebildiği ortaya konmuştur (Bølstad vd., 2023). Bu durum, duygu düzenleme gelişiminin aile ortamının yanı sıra, eğitim ortamlarında da desteklenebileceğini belirtmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin gelişimsel önemi, günlük duygusal deneyimlerin yönetilmesinin ötesine uzanmaktadır. Çocukların hayal kırıklığı, stres, başarısızlık, kayıp, değişim veya diğer güçlükler karşısında duygusal dengelerini yeniden kurabilmeleri, daha geniş anlamda gelişimsel uyumlarının bir parçasıdır. Bu durum duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında önemli bir bağlantı bulunduğunu düşündürmektedir. Güncel gelişimsel yaklaşımlarda psikolojik dayanıklılık bireyin işlevini veya gelişimini tehdit eden güçlükler karşısında başarılı biçimde uyum sağlayabilmesini mümkün kılan dinamik ve çok sistemli bir süreç olarak ele alınmaktadır (Masten vd., 2021). Bu çerçevede duygu düzenleme, psikolojik dayanıklılığın gelişimini destekleyebilecek bireysel süreçlerden biri olarak görülebilir. Okul öncesi çocuklarla gerçekleştirilen çalışmalar, duygu düzenleme becerilerinin psikolojik dayanıklılıkla ilişkili olduğunu göstermektedir. Çin'de yürütülen bir çalışmada okul öncesi dönemdeki çocuklarının duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık becerileri arasında

anamlı ilişkiler bulunmuş ve farklı duygu düzenleme stratejilerinin dayanıklılık üzerindeki olası rolleri ortaya konmuştur (Zhang vd., 2021). Benzer biçimde, okul öncesi çocuklarda duygusal yeteneklerin güçlüklerle baş etme ve dayanıklılık süreçleriyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Chen vd., 2021).

Psikolojik dayanıklılığı yalnızca duygu düzenleme becerisine indirgemek doğru değildir. Çok sistemli dayanıklılık yaklaşımına göre çocuğun uyum kapasitesi; bireysel özellikler, bakım veren ilişkileri, aile kaynakları, akran ilişkileri, eğitim ortamları ve daha geniş sosyal sistemler arasındaki etkileşim sonucunda ortaya çıkmaktadır (Masten vd., 2021). Bu nedenle duygu düzenlemenin dayanıklılıkla ilişkisi de içinde geliştiği sosyal bağlamdan bağımsız düşünülemez. Çocuğun olumsuz bir duyguyu yönetebilmesi kadar, gerektiğinde yetişkinden yardım isteyebilmesi, destekleyici ilişkilere sahip olması ve güvenli sosyal ortamlar içerisinde bulunması da güçlükler karşısında uyum gösterebilmesinde önem taşımaktadır.

Duygu sosyalleştirme ise, duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında gelişimsel açıdan anlamlı bir bağlantı kurma potansiyeline sahiptir. Olumlu yetişkin yaklaşımları ile çocuk önce duygularını fark etmeyi ve anlamlandırmayı, ardından bu duyguların yoğunluğunu ve davranışsal ifadesini yönetmeyi öğrenmektedir. Zaman içerisinde bu becerilerin problem çözme, yardım arama, davranış kontrolü ve sosyal uyum gibi diğer gelişimsel yeterliklerle bütünleşmesi, çocuğun güçlükler karşısında daha esnek ve uyumlu tepkiler geliştirmesine katkıda bulunabilir. Bu nedenle duygu sosyalleştirme, yalnızca çocukların duygusal yeterliklerini açıklayan bir süreç olarak değil, psikolojik dayanıklılığı destekleyen unsurlardan biri olarak düşünülebilir.

Alan yazında duygu düzenleme, duygu sosyalleştirme ve psikolojik dayanıklılığa ilişkin önemli bir bilgi birikimi bulunmasına karşın bu üç yapının erken çocukluk bağlamında aynı gelişimsel çerçeve içerisinde ele alınması görece sınırlıdır. Duygu düzenleme araştırmaları çoğunlukla çocuğun bireysel düzenleme kapasitesine, duygu sosyalleştirme çalışmaları ebeveyn ve çocuk arasındaki duygusal etkileşimlere, dayanıklılık araştırmaları ise risk ve koruyucu süreçlere odaklanmaktadır. Oysa yapıların birbirinden bağımsız olmadığını ve çocuğun yakın sosyal çevresi ile bireysel kapasiteleri arasındaki karşılıklı ilişkilerin birlikte değerlendirilmesi gerekmektedir (Eisenberg, 2020; Masten vd., 2021).

Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı, erken çocukluk döneminde duygu düzenleme becerilerinin gelişimini ebeveyn ve öğretmenlerin duygu sosyalleştirme süreçleri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiler bağlamında incelemek ve söz konusu yapıların birbirleriyle olan gelişimsel bağlantılarını bütüncül bir perspektifle tartışmaktır.

Erken Çocuklukta Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme, bireyin duygusal durumunu, duygunun süresini ve ifade etme biçimini içinde bulunduğu durumun gerekliliklerine göre değiştirebilmesine olanak sağlayan çok boyutlu bir süreçtir. Erken çocukluk döneminde duygu düzenleme; öz-düzenleme sisteminin önemli bir bileşeni olarak değerlendirilmektedir (Gagne vd., 2021). Duygu düzenleme yalnızca çocuğun belirli bir duyguyu

kontrol etmesiyle sınırlı olmayıp, duygusal deneyimin fark edilmesi, sürdürülmesi, azaltılması ya da yeniden yönlendirilmesini kapsayan bir beceridir. Gelişimsel açıdan bu süreç yaşamın ilk yıllarında ortaya çıkmakta ve erken çocukluk dönemi boyunca olgunlaşma, öğrenme ve sosyal deneyimlerle birlikte giderek gelişmektedir (Crowell, 2021).

Erken çocuklukta duygu düzenleme büyük ölçüde dışsal etmenlere dayanmaktadır. Bebeklik ve erken çocukluk yıllarında bakım verenlerin sakinleştirme, dikkat yönlendirme, sözel açıklama yapma ve farklı davranışlar sunma gibi davranışları, çocuğun duygularını yönetmesinde önemli rol oynamaktadır. Yaş ilerledikçe çocukların kendi düzenleme stratejilerini daha bağımsız biçimde kullanmaya başladıkları görülmektedir. Bu gelişim yalnızca sosyal öğrenmenin sonucu değildir; bilişsel gelişim de sürecin önemli bir parçasıdır. Erken çocuklukta duygusal tepkilere eşlik eden fizyolojik belirtileri inceleyen çalışmada, kalp hızı atışı ve solunum düzensizliği gibi fizyolojik göstergelerde yaşla birlikte anlamlı değişimler meydana geldiğini göstermektedir (Sacreay vd., 2021). Duygu düzenleme, biyolojik olgunlaşma ile çevresel deneyimin karşılıklı etkileşiminden doğan bir süreç olarak düşünülmektedir.

Bu süreçte bilişsel gelişim de belirleyici bir role sahiptir. Özellikle yürütücü işlevlerin gelişmesi, çocukların dikkatlerini istemedikleri bir uyarandan başka bir noktaya yönlitmeleri, dürtüsel tepkilerini engellemeleri ve davranışlarını yönetebilmeleri açısından önemlidir. Çocuklarda öz-düzenleme ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen güncel kuramsal değerlendirmeler, yürütücü işlevler ve çaba gerektiren kontrol süreçlerinin duygusal düzenlemenin bilişsel temelini oluşturduğunu göstermektedir (Gagne vd., 2021). Okul öncesi çocuklarla yapılan deneysel bir çalışmada bilişsel eğitimin çocukların duygu düzenleme performanslarında iyileşme sağlayabildiği gösterilmiştir (Xie vd., 2021). Erken çocuklukta bilişsel ve duygusal gelişim alanlarının birbirinden bağımsız düşünülmemeyeceği çalışmanın bulguları ile örtüşmektedir.

Duygu düzenlemenin gelişiminde yaş ve gelişimsel olgunlaşma önemli olmakla birlikte, çocuklar arasında aynı yaş döneminde belirgin bireysel farklılıklar görülebilmektedir. Bu farklılıkların kaynaklarından biri de bireyin doğuştan getirdiği mizacıdır. Çocuğun duygusal tepkiselliği, yeni durumlara yaklaşımı, sakinleşme hızı gibi mizaca bağlı özellikler, hangi duygu düzenleme stratejilerinin kullanılacağını ve bu stratejilerin ne ölçüde etkili olacağını etkileyebilmektedir. İki yaşındaki çocuklarla gerçekleştirilen bir çalışmada, dikkati başka yöne yönleltme stratejisinin gözlem yoluyla öğrenilebildiği ve bu stratejinin kullanımının olumsuz duygulanımın azalmasıyla ilişkili olduğu, öğrenme sürecinin çocukların mizacıyla da bağlantılı olduğu gösterilmiştir (Schoppmann vd., 2022). Çocuklarda dijital medyanın duyguları yatıştırma amacıyla kullanılması ile çocuğun mizacı arasında ilişkiler bulunması, ebeveynlerin düzenleme stratejilerinin çocuğun bireysel özelliklerine göre şekillenebildiğini göstermektedir (Coyne vd., 2021).

Çocuğun duygu düzenleme kapasitesi, yakın ilişkilerin niteliğinden de etkilenmektedir. Özellikle ebeveynle kurulan güvenli bağlanma ilişkileri, çocuğun yoğun duygular karşısında güvenli bir düzenleme kaynağına erişebilmesini sağlayabilir. Okul öncesi dönemde anne ve babaya bağlanma ile duygu düzenleme arasındaki ilişkileri inceleyen Fernandes vd. (2021), güvenli bağlanmanın çocukların duygusal düzenleme becerilerine olumlu yönde katkıda bulunduğunu göstermiştir. Duygu düzenleme çocuğun kendi içinde gerçekleşen bireysel bir süreç değildir.

Erken çocukluk eğitim ortamları da duygu düzenleme gelişimi açısından önemli bir sosyal bağlam oluşturmaktadır. Çocuklar okul öncesi eğitim kurumlarında akran çatışmaları, paylaşma, sıra bekleme, başarısızlık, ayrılık ve grup kurallarına uyma gibi çok sayıda duygusal açıdan zorlayıcı durumla karşılaşmaktadır. Bu durumlar, bir yandan çocuğun düzenleme becerilerini sınarken diğer yandan bu becerilerin öğrenilebilmesi için doğal fırsatlar sunmaktadır. Okul öncesi öğretmenlerinin çocukların olumsuz duygularına verdikleri tepkileri gözlemleyen yakın tarihli bir çalışmada, öğretmenlerin duygu koçluğu ve üstbilişsel eş-düzenleme stratejilerinin çocukların bağımsız öz-düzenleme davranışlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Kurki vd., 2016). Bu sonuç, öğretmenin çocuğun kendi düzenleme becerilerini geliştirmesine rehberlik eden bir faktör olduğunu göstermektedir.

Duygu düzenlemenin gelişiminde çocuğun kendi bedeninden gelen uyarıları farkedebilmesi son zamanlarda araştırılmaktadır. İnterosepsiyon olarak adlandırılan bu durum, kalp atışı, nefes, gerilim veya bedensel rahatsızlık gibi içsel sinyallerin fark edilmesini ifade etmektedir. Çocuğun bir duyguyu yönetebilmesi için yalnızca duygunun bilişsel olarak ne olduğunu bilmesinin değil, duyguyla birlikte ortaya çıkan bedensel değişimleri fark edebilmesi de önemlidir. Okul öncesi çocuklarla gerçekleştirilen bir araştırmada interoseptif farkındalık ile duygu düzenleme ve stres süreçleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Opdensteinen vd., 2021).

Sonuç olarak erken çocuklukta duygu düzenleme; olgunlaşma, yürütücü işlevler, mizaç, bağlanma ilişkileri ve sosyal öğrenme deneyimlerinin karşılıklı etkileşimi içerisinde gelişmektedir. Bu nedenle çocuklara bireysel stratejilerin öğretilmesiyle sınırlı tutulmamalıdır. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocukların duygularına nasıl yanıt verdikleri, ne ölçüde düzenleme sağladıkları ve çocuklara kendi duygusal deneyimleri üzerinde düşünme fırsatı sunup sunmadıkları da dikkate alınmalıdır. Bu aşamada duygu düzenleme ile duygu sosyalleştirme arasındaki ilişki daha belirgin hâle gelmekte ve çalışmanın bir sonraki tartışma alanını oluşturmaktadır.

Duygu Sosyalleştirme: Aileden Eğitim Ortamına

Duygu sosyalleştirme, çocukların duyguları nasıl tanıyacaklarını, ifade edeceklerini, yorumlayacaklarını ve düzenleyeceklerini yakın çevrelerindeki yetişkinlerle kurdukları etkileşimler yoluyla öğrenmeleri sürecidir. Bu süreçte ebeveynlerin ve diğer bakım verenlerin kendi duygularını ifade etme biçimleri, çocukların duygusal tepkilerine verdikleri yanıtlar ve duygular hakkında gerçekleştirdikleri konuşmalar temelde yer almaktadır (Eisenberg, 2020; Hajal & Paley, 2020). Bu

nedenle duygu sosyalleştirme, çocuğa yalnızca hangi duygunun ne olduğunu öğretmekten daha geniş bir işlev taşımakta; aynı zamanda hangi duyguların hangi koşullarda ifade edilebileceğine ve yoğun duygularla nasıl başa çıkılabileceğine ilişkin sosyal kuralların öğrenilmesine katkı sağlamaktadır.

Güncel yaklaşımlar duygu sosyalleştirmenin tek yönlü bir ebeveyn-çocuk aktarımı olmadığını özellikle vurgulamaktadır. Çocuğun mizacı, duygu yoğunluğu ve davranışsal tepkileri ebeveynin vereceği yanıtları etkileyebilirken, ebeveynin tepkileri de çocuğun sonraki duygusal davranışlarını biçimlendirebilmektedir. Bu nedenle duygu sosyalleştirme, karşılıklı ve zaman içinde değişen dinamik bir etkileşim sistemi olarak ele alınmaktadır (Lunkenheimer vd., 2020). Okul öncesi çocuklarla gerçekleştirilen çalışmalar da hem anneye hem de çocuğa ait özelliklerin çocukların duygu bilgisi ve sosyal-duygusal uyum süreçlerinde birlikte rol oynadığını göstermektedir (Thompson vd., 2020).

Ebeveyn duygu sosyalleştirmesinin önemli yollarından biri model olmaktır. Çocuklar yetişkinlerin yalnızca kendilerine verdikleri doğrudan tepkileri değil, yetişkinlerin günlük yaşamda kendi duygularını nasıl ifade ettiklerini ve düzenlediklerini de gözlemlemektedir. Böylece ebeveynin stres, öfke, üzüntü veya hayal kırıklığı karşısındaki davranışları çocuk için bir duygu düzenleme modeli oluşturabilmektedir. Bu açıdan ebeveynlerin kendi duygu düzenleme kapasitesi, çocuklarına sundukları duygusal ortamdan ayrı düşünülemez. Ebeveynin duygusal deneyimleri ve bunları düzenleme biçiminin çocuklara yönelik duygu sosyalleştirme davranışlarının önemli belirleyicilerinden biri olduğu görülmektedir (Hajal & Paley, 2020).

Duygu sosyalleştirmenin ikinci temel boyutu, çocuğun duygusal ifadelerine verilen tepkilerdir. Çocuğun korku, üzüntü, öfke veya hayal kırıklığı gibi olumsuz bir duygu yaşadığı durumlarda ebeveynin verdiği tepki, çocuğun bu duyguyu anlamlandırması ve yönetmesi açısından önemli bir öğrenme fırsatı oluşturmaktadır. Duygunun kabul edilmesi, çocuğun deneyiminin adlandırılması ve problem çözmenin desteklenmesi gibi tepkiler, destekleyici duygu sosyalleştirme davranışları arasında değerlendirilmektedir. Buna karşılık küçümseme, cezalandırma veya duyguyu önemsizleştirme gibi tepkiler çocuğun duygusal deneyimini ifade etmesini ve düzenlemesini güçleştirebilir (Hajal & Paley, 2020). Ancak ebeveynlerin verdikleri tepkilerin yalnızca duygunun türünden değil, duygunun ortaya çıktığı nedenden de etkilenebildiği görülmektedir. Okul öncesi çocukların olumsuz duygularına verilen ebeveyn tepkilerini inceleyen bir çalışmada, yetişkinlerin çocukların duygularını haklı veya haksız olarak algılamalarının kullandıkları duygu sosyalleştirme davranışlarını değiştirebildiği gösterilmiştir (Bailes vd., 2023). Bu bulgu, ebeveyn duygu sosyalleştirmesinin sabit bir ebeveynlik özelliği olmadığını; çocuğun davranışı ve yetişkinin durumu nasıl yorumladığına göre değişebilen, duyarlı bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

Üçüncü önemli mekanizma ise duygular hakkında konuşma ve duygu öğretimidir. Ebeveynlerin çocuklarla geçmiş duygusal olaylar hakkında konuşmaları, duyguların nedenlerini açıklamaları ve farklı kişilerin aynı durumda farklı duygular yaşayabileceğini tartışmaları, çocukların duygu bilgilerini

geliştirebilir. Bu tür konuşmalar çocuğun duygusal deneyim ile olayın nedenleri ve sonuçları arasında bağlantı kurmasını kolaylaştırmaktadır. Okul öncesi çocuklara yönelik çalışmalar, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları ile çocukların duygu bilgisi ve uyumları arasında bağlantılar bulunduğunu göstermektedir (Thompson vd., 2020). Benzer biçimde, ebeveyn duygu sosyalleştirmesi ile çocukların duygu anlayışı ve dışsallaştırıcı davranışları arasındaki gelişimsel yolların incelendiği çalışmalarda da duygu anlayışının önemli bir süreç olabileceği gösterilmiştir (Björk vd., 2020).

Bu süreç aynı zamanda kültürel bağlam ile yakından ilgilidir. Hangi duyguların teşvik edildiği, hangilerinin sınırlandırıldığı ve çocukların duygularının nasıl yorumlandığı kültürel değerlerle yakından ilişkilidir. Kültürlerarası araştırmalar, ebeveynlerin olumlu ve olumsuz duygulara ilişkin sosyalleştirme davranışlarının kültürler arasında farklılaşabildiğini göstermektedir. Türkiye ve Amerika Birleşik Devletleri'nden 4–5 yaş çocukları ve ebeveynlerini karşılaştıran güncel bir çalışmada, ebeveynlerin duygu koçluğu, duygu küçümseme, ifade biçimleri ve çocuklarla gerçekleştirdikleri duygu konuşmalarının duygu türüne ve kültürel bağlama göre farklı tepkiler gösterebildiği bildirilmiştir. Ebeveyn duygu sosyalleştirmesi ile çocukların duygusal becerileri ve sosyal-duygusal işlevleri arasında her iki kültürde de anlamlı bağlantılar bulunmuştur (Kılıç vd., 2025).

Çocuğun aile dışındaki sosyal çevresinin genişlemesiyle birlikte öğretmenler de önemli bir duygu sosyalleştirme kaynağı hâline gelmektedir. Okul öncesi sınıflarında öğretmenler çocukların akran çatışmaları, başarısızlık, ayrılık, paylaşma ve sıra bekleme gibi yoğun duygusal deneyimlerine sık sık tanıklık etmektedir. Bu nedenle öğretmenin çocuğun duygusuna verdiği yanıt, çocuk açısından hem düzenleyici hem de öğretici bir işleve sahip olabilir. Öğretmenlerin çocuklarla duygular hakkında konuşmaları, duygu etiketleri kullanmaları ve çocukların duygusal deneyimleri arasında bağlantılar kurmalarının okul öncesi çocukların duygu bilgileriyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Denham vd., 2020). Öğretmen duygu sosyalleştirmesinin çocukların daha geniş sosyal-duygusal davranışlarıyla da ilişkili olduğu görülmektedir. Amerika Birleşik Devletleri ve İtalya'daki okul öncesi eğitim ortamlarını karşılaştıran bir çalışmada, öğretmenlerin duygu sosyalleştirme davranışları ile çocukların sosyal-duygusal davranışları arasındaki bağlantılar incelenmiş ve öğretmen davranışlarının çocukların sosyal-duygusal işlevlerine katkıda bulunabileceği gösterilmiştir (Denham vd., 2022). Kültürler arası farklılıklara rağmen öğretmenlerin çocukların duygularına yönelik sosyalizasyon davranışlarının erken çocukluk sınıflarında önemli bir gelişimsel bağlam oluşturduğu anlaşılmaktadır. Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, duygu sosyalleştirmenin çocuğun duygusal gelişiminde yalnızca tek tek yetişkin davranışlarının toplamından oluşmadığı görülmektedir. Çocuk; ebeveynin kendi duygularını düzenleme biçimini gözlemlemekte, duygusal ifadelerine verilen tepkilerden sosyal mesajlar çıkarmakta, duygular hakkında gerçekleştirilen konuşmalar aracılığıyla bilişsel anlamlandırma becerileri geliştirmekte ve okul ortamında öğretmen ve akranlarla bu becerileri farklı bağlamlarda deneyimlemektedir. Böylelikle duygu sosyalleştirme, çocuğun giderek daha bağımsız duygu düzenleme stratejileri geliştirmesine katkıda bulunan çok katmanlı bir sosyal süreç hâline gelmektedir.

Duygularının kabul edildiği, anlamlandırıldığı ve uygun başa çıkma stratejilerinin desteklendiği sosyal ortamlarda büyüyen çocukların, zorluklarla karşılaştıklarında sahip oldukları duygusal kaynakları daha işlevsel biçimde kullanmaları beklenebilir. Dolayısıyla duygu sosyalleştirme, yalnızca duygu düzenleme becerisinin kazanılmasını sağlayan bir sosyal öğrenme süreci değil, aynı zamanda çocuğun güçlükler karşısında uyum sağlayabilmesini destekleyen kaynaklardan biri olarak değerlendirilebilir. Bu ilişki, duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasındaki bağlantının ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

Duygu Düzenleme ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişki

Psikolojik dayanıklılık, bireyin zorluk, stres veya gelişimsel riskler karşısında uyum sağlayabilme kapasitesini ifade eden dinamik ve çok boyutlu bir süreçtir. Güncel yaklaşımlar dayanıklılığı yalnızca bireysel bir kişilik özelliği olarak değil; çocuk, aile, okul ve daha geniş sosyal çevre arasındaki karşılıklı etkileşimler sonucunda şekillenen gelişimsel bir yapı olarak ele almaktadır (Masten vd., 2021).

Erken çocuklukta duygu düzenleme, psikolojik dayanıklılığı destekleyebilecek temel bireysel kaynaklardan biri olarak değerlendirilebilir. Çocuğun yoğun olumsuz duygularını yönetebilmesi, dikkatini yeniden yönlendirebilmesi, kendini sakinleştirebilmesi ve karşılaştığı güçlükler karşısında alternatif tepkiler geliştirebilmesi, stresli deneyimlere daha uyumlu biçimde karşılık vermesine katkıda bulunabilir. Okul öncesi çocuklarla gerçekleştirilen araştırmalar da duygusal beceriler ile dayanıklılık arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermektedir (Chen vd., 2021).

Çin'de okul öncesi dönemdeki 620 çocukla yürütülen bir araştırmada duygu düzenleme stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bilişsel yeniden yapılandırma, alternatif davranış geliştirme ve kendini yatıştırma gibi düzenleme stratejilerinin düşük psikolojik dayanıklılık olasılığının azalmasıyla ilişkili olduğu bildirilmiştir (Zhang vd., 2021). PubMed Bu sonuçlar, duygu düzenlemenin çocuğun güçlükler karşısında kullanabileceği önemli bir uyum kaynağı olduğunu düşündürmektedir.

Bununla birlikte duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki doğrusal ve tek boyutlu bir ilişki olarak değerlendirilmemelidir. Psikolojik dayanıklılık; çocuğun bireysel becerilerinin yanı sıra güvenli ilişkiler, sosyal destek, aile kaynakları ve eğitim ortamlarının sunduğu koruyucu süreçlerden de etkilenmektedir (Masten vd., 2021). Dolayısıyla duygu düzenleme, dayanıklılığı tek başına açıklayan bir özellikten çok, destekleyici sosyal ilişkiler içerisinde gelişen ve diğer koruyucu faktörlerle birlikte işlev gören bir kapasite olarak ele alınmalıdır. Bu yaklaşım, duygu sosyalleştirmenin psikolojik dayanıklılığın gelişimindeki olası rolünü daha görünür hâle getirmektedir.

Duygu Sosyalleştirmenin Psikolojik Dayanıklılıktaki Rolü

Duygu sosyalleştirme ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki, özellikle erken çocukluk döneminde doğrudan incelenmiş çalışmaların sınırlı olması nedeniyle çoğunlukla duygu düzenleme becerileri üzerinden açıklanmaktadır. Çocuğun duygularının kabul edilmesi, adlandırılması ve uygun

başta çıkma yollarının desteklenmesi, zaman içerisinde daha işlevsel duygu düzenleme stratejileri geliştirmesine katkı sağlayabilmektedir (England-Mason & Gonzalez, 2020; Hajal & Paley, 2020). Bu beceriler ise çocuğun stresli veya zorlayıcı durumlar karşısında duygusal dengesini yeniden kurabilmesi açısından önem taşımaktadır.

Duygu sosyalleştirme, çocuğun sadece duygularını düzenleyebiliyor oluşundan kaynaklanmamaktadır. Ebeveynin çocuğun duygularına duyarlı ve kabul edici biçimde yaklaşması, çocuğun gerektiğinde yardım aramasını, problem durumlarını paylaşmasını ve sosyal desteği erişilebilir bir kaynak olarak algılamasını da kolaylaştırabilir. Bu açıdan bakıldığında güvenli ve destekleyici yetişkin ilişkileri, psikolojik dayanıklılığın gelişimini destekleyen kişilerarası etmenler ile örtüşmektedir (Masten vd., 2021).

Çocuğun duygularının sürekli küçümsenmesi, cezalandırılması veya duygularının bastırılmasının, duygusal deneyimlerin anlamlandırılmasını ve başta çıkma becerilerinin geliştirilmesini olumsuz yönde etkileyebilir (Hajal & Paley, 2020). Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme uygulamalarının çocukların duygu düzenleme yeterlikleriyle ilişkili olduğuna yönelik meta-analitik bulgular da bu görüşü desteklemektedir (Zinsser vd., 2021). Duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında bildirilen ilişkiler dikkate alındığında, duygu sosyalleştirmenin dayanıklılığa doğrudan değil, en azından kısmen çocuğun gelişen düzenleme kapasitesi üzerinden katkıda bulunabileceği düşünülebilir (Zhang vd., 2021).

Dolayısıyla erken çocuklukta psikolojik dayanıklılığın desteklenmesi yalnızca çocuğa bireysel başta çıkma becerileri kazandırmaya indirgenmemelidir. Aile ve eğitim ortamlarında çocukların duygularının kabul edildiği, duygular hakkında konuşulabildiği ve güçlükler karşısında yetişkin desteğine ulaşabildiği ortamların oluşturulması da önemlidir. Bununla birlikte duygu sosyalleştirme ile psikolojik dayanıklılık arasındaki doğrudan gelişimsel yolları inceleyen erken çocukluk araştırmalarının sınırlı olması, bu ilişkinin aracılık ve boylamsal modeller kullanılarak daha ayrıntılı biçimde araştırılması gerektiğini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada erken çocukluk döneminde duygu düzenleme, duygu sosyalleştirme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki gelişimsel ilişkiler bütüncül bir çerçevede ele alınmıştır. İncelenen literatür, duygu düzenlemenin erken çocuklukta tek başına gelişen bireysel bir beceri olmadığını; biyolojik olgunlaşma, yürütücü işlevler, mizaç, bağlanma ilişkileri ve sosyal etkileşimler tarafından birlikte biçimlendirildiğini göstermektedir. Özellikle ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocukların duygularına verdikleri tepkiler, kendi duygularını ifade etme biçimleri ve çocuklarla duygular hakkında kurdukları iletişim, çocuğun duygu düzenleme kapasitesinin gelişiminde önemli bir yere sahiptir (Eisenberg, 2020; Hajal & Paley, 2020).

Elde edilen bulgular ayrıca duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir gelişimsel bağlantı bulunduğuna işaret etmektedir. Çocukların yoğun duyguları yönetebilmesi, dikkatini yeniden yönlendirebilmesi, yardım arayabilmesi ve problem durumlarına alternatif tepkiler geliştirebilmesi, güçlükler karşısında daha uyumlu davranmalarını destekleyebilir (Chen vd., 2021; Zhang vd., 2021). Bununla birlikte psikolojik dayanıklılığın yalnızca bireysel düzenleme becerileriyle açıklanamayacağı; aile, okul ve diğer sosyal sistemlerden sağlanan koruyucu kaynakların da bu süreçte etkili olduğu unutulmamalıdır (Masten vd., 2021).

Duygu sosyalleştirme, duygu düzenleme ile psikolojik dayanıklılık arasında önemli bir ilişkisel etmen olarak değerlendirilebilir. Çocuğun duygularının kabul edildiği, adlandırıldığı ve uygun başa çıkma yollarının desteklendiği sosyal ortamlarda çocukların hem duygularını düzenleme hem de güçlüklerle başa çıkma kapasitelerinin gelişmesi beklenebilir. Buna karşılık duyguların küçümsendiği, cezalandırıldığı veya sürekli bastırılmasının beklendiği ortamlarda çocukların işlevsel düzenleme stratejileri geliştirmeleri güçleşebilir. Dolayısıyla erken çocuklukta psikolojik dayanıklılığın desteklenmesi, yalnızca çocuğa yönelik bireysel beceri öğretimine değil, çocuğun içinde bulunduğu ilişkisel ve eğitsel çevrenin niteliğine de odaklanmayı gerektirmektedir.

Bu sonuçlar doğrultusunda, erken çocukluk eğitim programlarında duygu tanıma, duygu ifade etme, problem çözme, yardım isteme ve duygu düzenleme becerilerini destekleyen etkinliklere daha sistematik biçimde yer verilmesi önerilebilir. Öğretmenlerin duygu koçluğu, eş-düzenleme ve destekleyici duygu sosyalleştirme konusunda mesleki gelişim programlarıyla desteklenmesi de önemli görünmektedir. Benzer şekilde ebeveyn eğitimlerinde yalnızca çocukların davranışlarını yönetmeye yönelik yaklaşımlar yerine, ebeveynlerin kendi duygu düzenleme becerileri ile çocukların duygularına verdikleri tepkilerin birlikte ele alınması yararlı olabilir.

Gelecek araştırmalarda ise duygu sosyalleştirme, duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin doğrudan sınındığı boylamsal çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır. Özellikle duygu düzenlemenin, duygu sosyalleştirme ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide aracı bir değişken olup olmadığının incelenmesi önemli bir araştırma alanı oluşturabilir. Ayrıca ebeveyn ve öğretmen duygu sosyalleştirmesinin birlikte değerlendirildiği, farklı kültürel ve sosyoekonomik bağlamlardan çocukların karşılaştırıldığı çalışmalar, bu ilişkilerin bağlama göre nasıl değiştiğinin anlaşılmasına katkı sağlayabilir.

Sonuç olarak erken çocuklukta psikolojik dayanıklılığın gelişimi, çocuğun yalnızca “güçlü” olmasıyla açıklanabilecek bireysel bir özellik değildir. Dayanıklılık, çocuğun duygularını anlamlandırma ve düzenleme kapasitesi ile bu kapasitenin gelişmesini destekleyen ailevi ve eğitsel ilişkilerin karşılıklı etkileşimi sonucunda şekillenmektedir. Bu nedenle erken çocuklukta duygu sosyalleştirme süreçlerinin güçlendirilmesi, çocukların yalnızca mevcut duygusal uyumlarını değil,

gelecekte karşılaşabilecekleri güçlüklerle başa çıkma kapasitelerini destekleyen önemli bir gelişimsel yatırım olarak değerlendirilebilir.

Ek Beyanlar

Yazar Katkı Oranı

Çalışma tek yazarlıdır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Etik Beyan

Makalenin tüm süreçlerinde JPÉE’ın araştırma ve yayın etiği ilkelerine uygun olarak hareket edilmiştir.

KAYNAKÇA

- Bailes, L. G., Ennis, G., Lempres, S. M., Cole, D. A., & Humphreys, K. L. (2023). Parents’ emotion socialization behaviors in response to preschool-aged children’s justified and unjustified negative emotions. *PLOS ONE*, 18, e0283689. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0283689>
- Bertie, L.-A., Johnston, K., & Lill, S. (2021). Parental emotion socialisation of young children and the mediating role of emotion regulation. *Australian Journal of Psychology*, 73(3), 293–305. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1884001>
- Björk, R. F., Havighurst, S. S., Pons, F., & Karevold, E. B. (2020). Pathways to behavior problems in Norwegian kindergarten children: The role of parent emotion socialization and child emotion understanding. *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(6), 751–762. <https://doi.org/10.1111/sjop.12652>
- Bølstad, E., Koleini, A., Skoe, F. F., Kehoe, C. E., Nygaard, E., & Havighurst, S. S. (2023). Emotional competence training promotes teachers’ emotion socialization and classroom environment: Effects from a TIK-in-School pilot study. *Mental Health & Prevention*, 30, 200273. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2023.200273>
- Chen, H., Hong, Q., Xu, J., Liu, F., Wen, Y., & Gu, X. (2021). Resilience coping in preschool children: The role of emotional ability, age, and gender. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 5027. <https://doi.org/10.3390/ijerph18095027>
- Coyne, S. M., Shawcroft, J., Gale, M., Gentile, D. A., Etherington, J. T., Holmgren, H., & Stockdale, L. (2021). Tantrums, toddlers and technology: Temperament, media emotion regulation, and problematic media use in early childhood. *Computers in Human Behavior*, 120, 106762. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106762>
- Crowell, J. A. (2021). Development of emotion regulation in typically developing children. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 30(3), 467–474. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2021.04.001>

- Denham, S. A., Ferrier, D. E., & Bassett, H. H. (2020). Preschool teachers' socialization of emotion knowledge: Considering socioeconomic risk. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 69, 101160. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101160>
- Denham, S. A., Mortari, L., & Silva, R. (2022). Preschool teachers' emotion socialization and child social-emotional behavior in two countries. *Early Education and Development*, 33(5), 806–831. <https://doi.org/10.1080/10409289.2021.2015915>
- Eisenberg, N. (2020). Findings, issues, and new directions for research on emotion socialization. *Developmental Psychology*, 56(3), 664–670. <https://doi.org/10.1037/dev0000906>
- England-Mason, G., & Gonzalez, A. (2020). Intervening to shape children's emotion regulation: A review of emotion socialization parenting programs for young children. *Emotion*, 20(1), 98–104. <https://doi.org/10.1037/emo0000638>
- Fernandes, C., Fernandes, M., Santos, A. J., Antunes, M., Monteiro, L., Vaughn, B. E., & Veríssimo, M. (2021). Early attachment to mothers and fathers: Contributions to preschoolers' emotional regulation. *Frontiers in Psychology*, 12, 660866. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660866>
- Gagne, J. R., Liew, J., & Nwadinobi, O. K. (2021). How does the broader construct of self-regulation relate to emotion regulation in young children? *Developmental Review*, 60, 100965. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2021.100965>
- Hajal, N. J., & Paley, B. (2020). Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*, 56(3), 403–417. <https://doi.org/10.1037/dev0000864>
- Harrington, E. M., Trevino, S. D., Lopez, S., & Giuliani, N. R. (2020). Emotion regulation in early childhood: Implications for socioemotional and academic components of school readiness. *Emotion*, 20(1), 48–53. <https://doi.org/10.1037/emo0000667>
- Kılıç, Ş., Hernandez Acton, E., Zhu, D., & Dunsmore, J. C. (2025). Parental emotion socialization and children's emotional skills and socio-emotional functioning in early childhood in Türkiye and the United States. *The Journal of Genetic Psychology*, 187(1), 1–20. <https://doi.org/10.1080/00221325.2025.2454314>
- Kurki, K., Järvenoja, H., Järvelä, S., & Mykkänen, A. (2016). How teachers co-regulate children's emotions and behaviour in socio-emotionally challenging situations in day-care settings. *International Journal of Educational Research*, 76, 76–88. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2016.02.002>
- Lunkenheimer, E., Hamby, C. M., Lobo, F. M., Cole, P. M., & Olson, S. L. (2020). The role of dynamic, dyadic parent-child processes in parental socialization of emotion. *Developmental Psychology*, 56(3), 566–577. <https://doi.org/10.1037/dev0000808>
- Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 521–549. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- Opdensteinen, K. D., Schaan, L., Pohl, A., Schulz, A., Domes, G., & Hechler, T. (2021). Interoception in preschoolers: New insights into its assessment and relations to emotion regulation and stress. *Biological Psychology*, 165, 108166. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2021.108166>

- Sacrey, L.-A. R., Raza, S., Armstrong, V., Brian, J. A., Kushki, A., Smith, I. M., & Zwaigenbaum, L. (2021). Physiological measurement of emotion from infancy to preschool: A systematic review and meta-analysis. *Brain and Behavior*, 11(2), e01989. <https://doi.org/10.1002/brb3.1989>
- Schoppmann, J., Schneider, S., & Seehagen, S. (2022). Can you teach me not to be angry? Relations between temperament and the emotion regulation strategy distraction in 2-year-olds. *Child Development*, 93(1), 165–179. <https://doi.org/10.1111/cdev.13682>
- Thompson, S. F., Zalewski, M., Kiff, C. J., Moran, L., Cortes, R. C., & Lengua, L. J. (2020). An empirical test of the model of socialization of emotion: Maternal and child contributors to preschoolers' emotion knowledge and adjustment. *Developmental Psychology*, 56(3), 418–430. <https://doi.org/10.1037/dev0000860>
- Xie, J., Liu, S., & Fang, P. (2021). Cognitive training improves emotion regulation in Chinese preschool children. *Pediatrics International*, 63(11), 1303–1310. <https://doi.org/10.1111/ped.14661>
- Zhang, J., Wu, Y., Qu, G., Wang, L., Wu, W., Tang, X., Liu, H., Chen, X., Zhao, T., Xuan, K., & Sun, Y. (2021). The relationship between psychological resilience and emotion regulation among preschool left-behind children in rural China. *Psychology, Health & Medicine*, 26(5), 595–606. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1849748>
- Zinsser, K. M., Gordon, R. A., & Jiang, X. (2021). Parents' socialization of preschool-aged children's emotion skills: A meta-analysis using an emotion-focused parenting practices framework. *Early Childhood Research Quarterly*, 55, 377–390. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2021.02.001>