

**Article Arrival Date****26.10.2025****Article Published Date****20.12.2025****Özel Yetenekli Bireylerde Duygusal Regülasyona Disiplinler Arası Bakış**  
Interdisciplinary Perspective on Emotional Regulation in Gifted Individuals**Nesrin KARAASLAN<sup>1</sup>, Melike TÜRK<sup>2</sup>, İhsan KARAASLAN<sup>3</sup>**<sup>1</sup>Akdeniz Bilim ve Sanat Merkezi, Mersin, Türkiye, Orcid: [0000-0002-3896-9699](https://orcid.org/0000-0002-3896-9699)<sup>2</sup>Selçuklar Ortaokulu, Mersin, Orcid: [0009-0005-5494-9312](https://orcid.org/0009-0005-5494-9312)<sup>3</sup>Akşemsettin İlkokulu, Diyarbakır, Orcid: [0009-0006-0953-7324](https://orcid.org/0009-0006-0953-7324)**Öz**

Özel yetenekli bireylerin zihinsel gelişimi, duygusal gelişimlerinden daha ileri düzeydedir. Buna bağlı birçok sorun ortaya çıkmaktadır. Özel yetenekli bireylerin duygusal gereksinimlerinin fark edilmesi ve bu gereksinimleri karşılanamadığında meydana gelebilecek sorunların bilinmesi çözüm üretebilmek açısından önemlidir. Bu doğrultuda, bu araştırmada, özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon süreçlerinde yaşadıkları zorlukları anlamak ve ortadan kaldırılmak amacıyla disiplinler arası çözüm yöntemlerinin gerekliliğini ortaya koymak amaçlanmıştır. Nitel araştırma yöntemiyle hazırlanan çalışmanın örnekleme ölçüt örnekleme yöntemiyle seçilen Mersin’ de yaşayan 25 özel yetenekli öğrenciden (13 kız, 12 erkek) oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Formda öğrencilere özel yetenekli bireyin ne demek olduğu, okul ve ev ortamlarında, sosyal çevrelerinde yaşadıkları zorluklar ve toplumdan beklentileri üzerine sorular yer almıştır. Elde edilen çalışma bulguları incelendiğinde, özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon süreçlerinde birçok zorluk yaşadıkları görülmektedir. Bu kapsamda özel yetenekli bireylerin sadece bilişsel alanlarda değil duygusal gelişimleri açısından da desteklenmeleri gerektiği görülmektedir. Dolayısıyla özel yetenekli bireylerin duygusal gelişimlerinin bütüncül ve disiplinler arası yaklaşımlarla desteklenmesi, onların hayat boyu karşılaşılabilecekleri stres faktörleriyle baş etmelerinde koruyucu faktörler olacaktır. Sonuç olarak, farklı disiplinlerde verilebilecek eğitimlerin katkıları göz önünde bulundurulduğunda, özel yetenekli bireylere verilecek eğitimler, toplumların geleceğine yapılacak iyi bir yatırım olacaktır. Böylece, duygusal gelişimlerinin ve duygusal regülasyon becerilerinin desteklenmesi sonucunda özel yetenekli bireyler, yaşadıkları toplumlara sayısız katkı sağlayacaklardır.

**Anahtar Sözcükler:**Özel Yetenekli Birey, Duygusal Regülasyon, Disiplinler Arası Yaklaşımlar**Abstract**

Gifted individuals often exhibit cognitive development that surpasses their emotional development, which may lead to a range of challenges. Recognizing the emotional needs of gifted individuals and understanding the potential consequences when these needs are unmet is crucial for developing effective support strategies. This study aims to explore the difficulties

gifted individuals face in their emotional regulation processes and to highlight the necessity of interdisciplinary approaches in addressing these challenges. Utilizing a qualitative research design, the study sample consisted of 25 gifted students (13 female, 12 male) residing in Mersin, selected through criterion sampling. Data were collected using a semi-structured interview form, which included questions related to the definition of being gifted, the difficulties experienced in school and home environments, social interactions, and expectations from society. Findings revealed that gifted individuals face significant challenges in emotional regulation. These results emphasize the importance of supporting gifted individuals not only in cognitive domains but also in their emotional development. Consequently, supporting emotional development through holistic and interdisciplinary approaches may serve as a protective factor in helping gifted individuals cope with lifelong stressors. Ultimately, when the benefits of education provided by different disciplines are considered, investing in the emotional development of gifted individuals represents a valuable contribution to the future of society. By enhancing their emotional regulation skills, gifted individuals are more likely to make substantial contributions to the communities in which they live.

**Keywords:** Gifted Individual, Emotional Regulation, Challenges Experienced, Interdisciplinary Approaches

## 1. Giriş

Toplumların yerüstü zenginlikleri olarak kabul edilen özel yetenekli bireylerin zihinsel gelişimleri sosyal ve duygusal gelişimlerinden daha üst düzeydedir. Özel yetenekli bireylerin eş zamanlı olmayan gelişimleri, farklı sosyal ve duygusal ihtiyaçları ortaya çıkarmakta ve çeşitli sorunları beraberinde getirmektedir. Bunlar genellikle kaygılanma, dışlanma, korku geliştirme, mükemmeliyetçilik, ikili ilişkilerde zorlanma, yalnız kalma, dikkatini verememe, depresyona girme, okula uyum sağlayamama ve fiziksel olarak kabul edilen sağlık sorunları şeklinde kendini gösterebilmektedir. Ayrıca, özel yetenekli bireylerin gerek öğretmenlerinin gerekse ailelerinin yüksek beklenti içerisine olmaları, onları beklenileni karşılayamama endişesine sürüklemekte, başarısızlık, depresif belirtiler gösterme, düşük benlik saygısı ve sınıf içerisinde uyumsuzluk yaşama gibi sorunlarla karşı karşıya getirmektedir. Özel yetenekli bireylerde görülen duygu düzenleme güçlüklerinin giderilmesinin bir ihtiyaç olarak görülmesi ve giderilmediği takdirde bireyin nelerle karşılaşabileceğinin fark edilmesi sorunun çözümü için ilk adım olabileceği düşünülmektedir. Buna bağlı olarak duyuşsal ve davranışsal sorunlarının çözülmesinde destek alan özel yetenekli bireyler potansiyellerinin farkına vararak kendilerini gerçekleştirme olanakları bulabilmektedirler. Dolayısıyla duygusal gelişimlerinin desteklenmesi oldukça önemli hale gelmektedir. Nitekim duygusal gelişimleri desteklenen bireylerin kendisine olan öz saygısı gelişmekte, motivasyonları artmakta ve daha olumlu bir öğrenme ortamında kendilerini bulmaları sağlanmış olmaktadır. Bu durum uzun vadede bireylerin akademik başarısının olumlu yönde ilerlemesini sağlayacaktır. Ayrıca bilinmelidir ki; bu stratejilerin etkili bir şekilde geliştirilmesi ve uygulanması özel yetenekli bireylerin potansiyellerinin gerçekleşmesi açısından kritik bir öneme sahiptir (Akarsu ve Mutlu, 2017; Gross, 2015; Gross ve Thompson, 2007; Mueller, 2009; Koshy ve Robinson, 2006; Kurtulmuş 2010; Sağlam, 2023). Özel yetenekli bireylerin duygusal gelişimlerini etkileyen en temel sorun duygu düzenleme güçlüğü olabilmektedir. Bu noktada duygusal regülasyonun önemli artmaktadır.

Özel yetenekli bireylerin yaşadığı duygusal kontrol zorlukları duygusal gelişimlerini etkileyen en önemli sorun olarak göze çarpmaktadır. Ayrıca verdikleri bu duygusal tepkilerin zamanlamasını, şiddetini ve sıklığını düzenleyemeyen ya da ayarlayamayan, bu konuda başarısızlık yaşayan bireyler, kendi içerisinde olumsuz duygular barındırmakta ve sosyal

ilişkilerinde sorunlar yaşamaktadırlar. Duygusal regülasyon becerilerinde zorluk yaşayan bireyler, buna bağlı olarak dikkat ve çalışma alanlarında da sorunlar yaşamaktadır. Üretken olamama durumu ile karşı karşıya kaldıklarında kendilerini yetersiz hissetmeleri olasıdır. Bu durum, bireyin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (Gross, ve Thompson, 2007).

Duygusal Regülasyon; belirlenen hedeflere ulaşmak için verilen duygusal tepkilerin değiştirilmesi, değerlendirilmesi ve duyguların ayarlanması noktasında görev üstlenen tüm içsel ve dışsal etmenlerin aktif olması süreci olarak tanımlanabilmektedir (Thompson, 1994).

Thompson ve Calkins (1996)'e göre ise duygusal regülasyon, var olan duyguyu değiştirmez; fakat duygunun etkisini ve süresini azaltır. Bu görüşe göre duygu düzenleme adımları şu şekilde izlenmelidir.

- Duyguların farkına varılması ve ardından anlamlandırılması,
- Duygunun bireyce kabul edilmesi,
- Olumsuz durumlar yaşayan bireyin olaylar karşısında duygularını amacına uygun duruma getirmesi,
- Durumuna elverişli duygu düzenleme planlarının belirlenip kullanılmasıdır.

Duygularını ifade etmeye veya duygularını dışa vuramaya izin verilmeyen, duyguları görmezden gelinen, duygularını ifade ettiğinde küçük düşürülen, eleştirilen ve hatta bu yüzden cezalandırılan çocuklarda sıklıkla duygu düzenleme problemleri ortaya çıkmaktadır (Field, 1994; Gottman vd., 1996). Duyguları düzenleme becerisinin yeterince olmaması, genellikle psikolojik problemlerin habercisidir. Duyguların fark edilmemesi, duyguların anlaşılabilmesi ve kabul edilmemesi görülebilen güçlüklerdir (Gratz ve Roemer, 2004; Howe, 2005).

Duygusal regülasyon, yalnızca bireyin içsel süreçleriyle sınırlı olmayan; biyolojik, sosyal, kültürel ve psikolojik etmenlerin etkileşimiyle şekillenen çok boyutlu bir yapıdır. Özel yetenekli bireylerde bu becerinin gelişimi, onların yoğun duygusal yaşantılarını anlamlandırabilmeleri açısından kritik öneme sahiptir. Ancak bu karmaşık yapının anlaşılması ve desteklenmesi yalnızca tek bir disiplinin sınırları içinde kalındığında yetersiz olabilir. Çünkü duygular, beynin işleyişi (Thompson, 1994), kültürel normlar (Mesquita ve Walker, 2003) sanatsal ifade biçimleri (Malchiodi, 2012) ve bedensel duyumlarla (Porges, 2011) doğrudan ilişkilidir. Bu bağlamda, duygusal regülasyonun etkili bir biçimde desteklenmesi için disiplinler arası bir yaklaşım benimsenmelidir. Farklı disiplinlerin ortak katkısı, bireyin çok yönlü gelişimini mümkün kılmakta ve duygusal becerilerin daha bütüncül bir biçimde desteklenmesini sağlamaktadır Barrett, 2017; Gross, 2015).

## 2. Yöntem

Bu araştırma özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon süreçlerinde yaşadıkları zorlukları anlamak ve yaşanan zorlukların ortadan kaldırılmasında disiplinler arası çözüm yöntemlerinin gerekliliğini ortaya koymak amacıyla hazırlanmıştır.

### 2.1. Araştırma Modeli

Araştırmadan elde edilen verilerin değerlendirilmesi amacıyla çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. “Nitel araştırma yöntemi, bireylerin yaşantılarını, düşüncelerini, tutumlarını ve olaylara yükledikleri anlamları derinlemesine incelemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Bu yöntem, sosyal olguları anlamaya yönelik olarak katılımcıların doğal ortamlarında, onların bakış açılarına odaklanarak veri toplar toplar (Yıldırım ve Şimşek, 2016)”.

## 2.2. Araştırma Örnekleme

Araştırmanın örneklemini ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilen Mersin ilinde 2024-2025 Eğitim-Öğretim yılında öğrenim gören yaşları 8-15 yaş arasında değişen 25 özel yetenekli öğrenciden (13 kız, 12 erkek) oluşmaktadır.

## 2.3. Veri Toplama Yöntemi

Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen ve uzman görüşüyle şekillenen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Formda öğrencilere özel yetenekli bireyin ne demek olduğu, okul ve ev ortamlarında, arkadaş ilişkilerinde, sosyal çevrelerinde yaşadıkları zorluklar ve toplumdan beklentileri üzerine sorular yer almıştır. Veriler içerik analizi yöntemiyle çözümlenmiş elde edilen kodlar temalar altında bir araya getirilerek anlamlı sonuçlar elde edilmiştir

## 2.4. Katılımcıların Belirlenmesi

Katılımcılar belirlenirken Mersin ilinde eğitim-öğretim görmelerine, özel yetenekli tanısı almış olmalarına ve verilen sorulara uygun cevaplar verebilecek durumda olmalarına dikkat edilmiştir.

## 2.5. Görüşmelerinin Gerçekleştirilmesi

Görüşmenin katılımcılar ile yüz yüze yapılmıştır. Görüşmeler her katılımcı için yeterli süre ayrılarak yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler ile bağımsız kodlar oluşturulmuş ve kodlar tablolar haline getirilmiştir. Katılımcılar gönüllü olarak çalışmada yer almış ve verilen yarı yapılandırılmış forma uygun cevaplar ile çalışmaya katkı sağlamışlardır.

## 3. Bulgular

628

Tablo 1: Katılımcılar ile İlgili Demografik Bilgiler

| Yaş           | Frekans   | Cinsiyet      | Frekans   |
|---------------|-----------|---------------|-----------|
| 8             | 4         | Kız           | 13        |
| 9             | 6         | Erkek         | 12        |
| 10            | 8         | <b>Toplam</b> | <b>25</b> |
| 11            | 4         |               |           |
| 12            | 1         |               |           |
| 15            | 2         |               |           |
| <b>Toplam</b> | <b>25</b> |               |           |

Bu çalışmaya katılan toplam 25 özel yetenekli öğrencinin %52'si (n=13) kız, %48'i (n=12) erkektir. Katılımcıların yaş dağılımına bakıldığında, %16'sı (n=4) 8 yaşında, %24'ü (n=6) 9 yaşında, %32'si (n=8) 10 yaşında, %16'sı (n=4) 11 yaşında, %4'ü (n=1) 12 yaşında ve %8'i (n=2) 15 yaşındadır. Bu veriler, çalışmanın özellikle 8-11 yaş aralığındaki (n=22) özel yetenekli öğrenciler üzerinde yoğunlaştığını göstermektedir.

**Tablo 2: “Özel yetenekli birey demek ne demek sizce?” Sorusuna Ait Tematik Kodlar**

| Tema No | Tema Adı                               | Frekans |
|---------|----------------------------------------|---------|
| 1       | Farklılık ve Ayrıcalık                 | 9       |
| 2       | Yüksek Zekâ                            | 5       |
| 3       | Doğuştan Gelen Yetenek                 | 4       |
| 4       | BİLSEM’li olmak                        | 5       |
| 5       | Yeteneklerin Farkında Olma ve Kullanma | 1       |
| 6       | Başarı                                 | 4       |
| 7       | Zorluk Yaşayan Birey                   | 1       |

Tablo 2’de “Özel yetenekli birey demek ne demek sizce?” sorusuna yönelik verilen cevaplardan elde edilen kodlar görülmektedir. Tabloya göre farklılık ve ayrıcalık, yüksek zekâ, doğuştan gelen yetenek, BİLSEM’li olmak, yeteneklerin farkında olma ve kullanma başarı, zorluk yaşayan birey olmak üzere 7 kod oluşturulmuştur.

629

**Tablo 3: Tematik Kodlara Göre Örnek Öğrenci İfadeleri**

| Tematik Kod                            | Öğrenci No | Örnek                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Farklılık ve Ayrıcalık                 | 1          | Bir bireyin herkesten farklı ve hiç kimsede olmayan yeteneğidir.                                                                                                       |
| Yüksek Zekâ                            | 15         | Normal bireylerden biraz daha fazla düşünen, zeki olan kişiye özel yetenekli birey denir.                                                                              |
| Doğuştan Gelen Yetenek                 | 7          | Doğuştan gelen yeteneğidir.                                                                                                                                            |
| BİLSEM’li olmak                        | 2          | Bence BİLSEM’i kazanan kişilerdir.                                                                                                                                     |
| Yeteneklerin Farkında Olma ve Kullanma | 6          | Kendi hayatının ve yeteneklerinin farkında olup bunları günlük ve özel hayatına sorunsuz bir şekilde aktarabilen ve kullanabilen bireyler, özel yetenekli bireylerdir. |
| Başarı                                 | 17         | Bir konuda ekstra yetenekli, başarılı olan kişidir.                                                                                                                    |

| Tematik Kod          | Öğrenci No | Örnek                                                                            |
|----------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Zorluk Yaşayan Birey | 5          | Bir şeyde zorluk çekmekten bizim gibi olmak isteyen, onu anlamamız gereken kişi. |

Tablo 3’ te ise katılımcıların tematik kodlara verdiği cevaplara örnekler yer almaktadır.

**Tablo 4: Katılımcıların “Özel yetenekli bir öğrenci okulda ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” Sorusuna Ait Tematik Kodlar**

| Tema No | Tematik Kod                     | Frekans |
|---------|---------------------------------|---------|
| 1       | Dışlanma ve Anlaşılamama        | 9       |
| 2       | Yüksek Beklentiler              | 5       |
| 3       | Kendini İfade Etmede Güçlük     | 3       |
| 4       | Sıkılma                         | 1       |
| 5       | Akademik Dengesizlik            | 4       |
| 6       | Akran Kıskançlığı               | 3       |
| 7       | Yalnızlık                       | 2       |
| 8       | Zorluk Yaşamadığını Belirtenler | 2       |
| 9       | Eğitimsel Yetersizlik           | 1       |
| 10      | Ödev                            | 2       |

Tablo 4’te “Özel yetenekli bir öğrenci okulda ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” sorusuna yönelik verilen cevaplardan elde edilen kodlar görülmektedir. Tabloya göre dışlanma ve anlaşılamama, yüksek beklentiler, kendini ifade etmede güçlük, sıkılma, akademik dengesizlik, akran kıskançlığı, yalnızlık, zorluk yaşamadığını belirtenler, eğitimsel yetersizlik ve ödev olmak üzere 10 kod oluşturulmuştur.

**Tablo 5: Tematik Kodlara Göre Örnek Öğrenci İfadeleri**

| Tematik Kod                 | Öğrenci No | Öğrenci Cevabı                                   |
|-----------------------------|------------|--------------------------------------------------|
| Dışlanma ve Anlaşılamama    | 1          | "Diğerlerinden farklı olduğu için dışlanabilir." |
| Yüksek Beklentiler          | 9          | "Hep özelsin diye daha çok yük yükleyebilirler." |
| Kendini İfade Etmede Güçlük | 2          | "İfade özgürlüğü kısıtlı olabilir."              |

| Tematik Kod                     | Öğrenci No | Öğrenci Cevabı                                             |
|---------------------------------|------------|------------------------------------------------------------|
| Sıkılma                         | 3          | "Derslerde sıkılabilir, çalışabildiği için."               |
| Akademik Dengesizlik            | 11         | "Mesela futbolda iyi olan biri matematikte kötü olabilir." |
| Akran Kıskançlığı               | 13         | "Onu kıskanabilirler."                                     |
| Yalnızlık                       | 5          | "İletişim kuramaz, oyun oynayamaz."                        |
| Zorluk Yaşamadığını Belirtenler | 18         | "Zorluk yaşamaz."                                          |
| Eğitimsel Yetersizlik           | 19         | "Eğitim sorunu yaşayabilir."                               |
| Ödev                            | 7          | "Ödevlerini yapamayabilir."                                |

Tablo 5’ te ise katılımcıların Özel yetenekli bir öğrenci okulda ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” Sorusuna yönelik elde edilen tematik kodlara örnekler yer almaktadır.

**Tablo 6: “Özel yetenekli bir öğrenci evde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” Sorusuna Ait Tematik Kodlar**

| Tema No | Tematik Kod                     | Frekans |
|---------|---------------------------------|---------|
| 1       | Ailenin yüksek beklentisi       | 4       |
| 2       | Anlaşılmama                     | 4       |
| 3       | İletişim Zorlukları             | 3       |
| 4       | Ders yoğunluğu                  | 3       |
| 5       | Kardeşle çatışma                | 1       |
| 6       | Zorluk yaşamadığını belirtenler | 4       |
| 7       | Fikri olmayan                   | 2       |
| 8       | Günlük yaşama uyum zorlukları   | 2       |

Tablo 6’da “Özel yetenekli bir öğrenci evde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” sorusuna yönelik verilen cevaplardan elde edilen kodlar görülmektedir. Tabloya göre ailenin yüksek beklentisi, anlaşılmama, iletişim zorlukları, ders yoğunluğu, kardeşle çatışma, zorluk yaşamadığını belirtenler, fikri olmayan ve günlük yaşama uyum zorlukları olmak üzere 8 kod oluşturulmuştur.

**Tablo 7: Tematik Kodlara Göre Örnek Öğrenci İfadeleri**

| Tematik Kod                     | Öğrenci No | Örnek Öğrenci İfadesi                                                                     |
|---------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ailenin yüksek beklentisi       | 16         | "Annem bir şeyler kazanmam için sınavlara sokar."                                         |
| Anlaşılmama                     | 21         | "Annesi onu anlamayabilir. Babası onu anlamayabilir."                                     |
| İletişim zorlukları             | 4          | "Kendini ifade edememe durumu olabilir."                                                  |
| Ders yoğunluğu                  | 18         | "Derse daha fazla zaman ayırması gerekir."                                                |
| Kardeşle çatışma                | 1          | "Kardeşi varsa onunla doğru yanlış konusunda tartışabilir."                               |
| Zorluk yaşamadığını belirtenler | 13         | "Zorluk yaşamaz ki."                                                                      |
| Fikri olmayan                   | 20         | "Bilmiyorum."                                                                             |
| Günlük yaşama uyum zorlukları   | 6          | "Hayatındaki her şeyi kusursuzca günlük hayata uyarlamadığı zamanlarda aile baskı yapar." |

Tablo 7’ de ise “Özel yetenekli bir öğrenci evde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” sorusuna yönelik elde edilen tematik kodlara örnekler yer almaktadır.

632

**Tablo 8: “Özel yetenekli bir öğrenci sosyal çevresinde arkadaşlık ilişkilerinde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” Sorusuna Ait Tematik Kodlar**

| Sıra No | Tematik Kod                     | Frekans |
|---------|---------------------------------|---------|
| 1       | Sosyal Dışlanma                 | 7       |
| 2       | Etiketlenme                     | 6       |
| 3       | Kendini İfade Etmede Zorluk     | 3       |
| 4       | Zorluk Yaşamadığını Belirtenler | 7       |
| 5       | Belirsizlik                     | 2       |

Tablo 8’de “Özel yetenekli bir öğrenci sosyal çevresinde arkadaşlık ilişkilerinde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” sorusuna yönelik verilen cevaplardan elde edilen kodlar görülmektedir. Tabloya göre sosyal dışlanma, etiketlenme, kendini ifade etmede zorluk, zorluk yaşamadığını belirtenler ve belirsizlik olmak üzere 5 kod oluşturulmuştur.



**Tablo 9: Tematik Kodlara Göre Örnek Öğrenci İfadeleri**

| Tematik Kod                     | Örnek Öğrenci No | Öğrenci İfadesi                                                            |
|---------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Sosyal Dışlanma ve Yalnızlık    | 11               | "Bu yeteneği diğerlerinden farklı olabilir ve yalnızlık çekiyor olabilir." |
| Etiketlenme ve Beklenti Baskısı | 6                | "Sen çok zekisin. Nasıl çözemedin?"                                        |
| Kendini İfade Etmede Zorluk     | 4                | "Kendini ifade edememe sorunu yaşayabilir."                                |
| Zorluk Yaşamadığını Belirtenler | 14               | "Yaşamamaktadır."                                                          |
| Belirsizlik/Bilgisizlik         | 1                | "Bilmiyorum."                                                              |

Tablo 9’da ise Özel yetenekli bir öğrenci sosyal çevresinde arkadaşlık ilişkilerinde ne gibi zorluklar yaşamaktadır?” sorusuna yönelik elde edilen tematik kodlara örnekler yer almaktadır.

**Tablo 10: Katılımcıların “İnsanların özel yetenekli olan öğrencilere nasıl yaklaşmalarını istersin?” Sorusuna Ait Tematik Kodlar**

| Sıra | Tematik Kod             | Frekans |
|------|-------------------------|---------|
| 1    | Hoşgörü ve İyi Yaklaşım | 10      |
| 2    | Empati ve Anlayış       | 9       |
| 3    | Fikirlerin Dinlenmesi   | 7       |
| 4    | Düşünceye Saygı         | 7       |

633

Tablo 10’da “İnsanların özel yetenekli olan öğrencilere nasıl yaklaşmalarını istersin?” sorusuna yönelik verilen cevaplardan elde edilen kodlar görülmektedir. Tabloya göre hoşgörü ve iyi yaklaşım, empati ve anlayış, fikirlerin dinlenmesi, düşünceye saygı olmak üzere 4 kod oluşturulmuştur.

**Tablo 11: Tematik Kodlara Göre Örnek Öğrenci İfadeleri**

| Tematik Kod           | Öğrenci No | Örnek Öğrenci İfadesi                    |
|-----------------------|------------|------------------------------------------|
| Hoşgörü               | 1          | "İyi, hoşgörülü yaklaşmalarını isterim." |
| Empati ve Anlayış     | 2          | "Daha çok fikirlerini dinlemeliler."     |
| Fikirlerin Dinlenmesi | 3          | "Güzel, iyi yaklaşmalarını isterim."     |

| Tematik Kod     | Öğrenci No | Örnek Öğrenci İfadesi                          |
|-----------------|------------|------------------------------------------------|
| Düşünceye Saygı | 4          | "İyimser ve hoşgörülü yaklaşımlarını isterim." |

Tablo 11’de ise “İnsanların özel yetenekli olan öğrencilere nasıl yaklaşımlarını istersin?” sorusuna yönelik elde edilen tematik kodlara örnekler yer almaktadır.

Araştırmadan elde edilen verilere göre, katılımcılar özel yetenek kavramını; akranlarından farklı olan, belirli bir konuda yetenekleri olan ve nadir bulunan birey olarak ifade etmişlerdir. Okulda yaşanan zorluklara bireyler; dışlanma, anlaşılmama, öğretmenlerinin kendilerinden yüksek beklentisinin olmasından dolayı baskı ve stres yaşama, her derste başarı gösteremedikleri için yargılanma ve alay edilme gibi duygusal ve sosyal boyutta sorunlarla karşılaştıklarını ifade etmişlerdir. Ev ortamında yaşadıkları sorunlara yönelik olarak katılımcılar; aile içi beklentiler yüzünden baskı ve geri bildirimlere maruz kalma, iletişim sorunları, kardeşlerle yaşanan kıyaslamalar ve anlaşılmama hissi gibi sosyal-duygusal zorlukları örnek vermişlerdir. Katılımcılar, sosyal çevrelerinde yaşadıkları sorunlara yönelik olarak da anlaşılmama, kıskanılma, dışlanma ve iletişim güçlükleri dalga geçme, eleştirilme ve yalnız hissetme sosyal ve duygusal problemleri göstermişlerdir. Son olarak çevrelerindeki kişilerden kendilerine nasıl yaklaşımlarını istedikleri sorusuna yönelik olarak da katılımcılar, özel yetenekli bireylerin de bir insan olarak hata yapabileceklerini, kendilerinin bu açıdan kabul etmeleri gerektiğini, saygılı ve nazik davranmalarını, kendilerini sadece başarılarıyla değil, bir birey olarak görmeleri ve duygusal olarak desteklemeleri gerektiğini belirtmişlerdir.

Elde edilen çalışma bulguları incelendiğinde, özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon süreçlerinde birçok zorluk yaşadıkları görülmektedir. Bireylerin hem okul hem ev hem de sosyal ortamlarında dışlanma, yüksek beklentiyle karşılaşma, anlaşılmama, iletişim güçlükleri ve duygusal yüklenme gibi sorunlarla karşılaştıkları ve duygusal gereksinimlerinin göz ardı edildiği görülmektedir. Akademik başarının ötesinde daha çok duygusal ve sosyal anlamda zorluk yaşadıkları, psikolojik iyi oluşlarının, öz güven ve öz saygılarının olumsuz etkilendiği görülmektedir. Özellikle arkadaş çevrelerinde görülen kıskanılma, alay edilme ya da yalnız hissetme, bireylerin in benlik saygısının zarar görmesine var olan potansiyelini yeteri kadar kullanmamasına sebep olmaktadır. Özel yetenekli bireylerin sosyal çevrelerinden bekledikleri empati, kabul edilme ve anlaşılmak istenme durumları göstermektedir ki duygusal regülasyon bireysel değil çevresel durumlarla da ilişkili olmuştur. Bu kapsamda özel yetenekli bireylerin sadece bilişsel alanlarda değil duygusal gelişimleri açısından da desteklenmeleri gerektiği görülmektedir. Dolayısıyla özel yetenekli bireylerin duygusal gelişimlerinin bütüncül ve disiplinler arası yaklaşımlarla desteklenmesi, onların hayat boyu karşılaşabilecekleri stres faktörleri baş etmelerinde koruyucu faktörler olacaktır.

#### 4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışmada elde edilen bulgular, özel yetenekli öğrencilerin duygusal regülasyon süreçlerinde yaşadıkları zorlukların altını çizen mevcut literatürle önemli paralellikler göstermektedir. Araştırmada öne çıkan "Dışlanma ve Anlaşılmama" ile "Yüksek Beklentiler" temaları, bu öğrencilerin hem okul hem de ev ortamında karşılaştıkları temel güçlükler olarak belirlenmiştir. Nitekim, çalışmanın giriş bölümünde de atıf yapıldığı gibi, özel yetenekli bireylerin ailelerinin ve öğretmenlerinin yüksek beklenti içinde olmaları, onları "beklenileni karşılayamama endişesine" sürükleyebilmektedir. Bu durum, Akarsu ve Mutlu (2017) ile Mueller'in (2009) de vurguladığı gibi, öğrencilerin düşük benlik saygısı ve uyumsuzluk yaşamalarına neden olan temel stres faktörlerinden biridir. Benzer şekilde, Gross (2015) da bu bireylerin potansiyellerini gerçekleştirmeleri için duygusal gelişimlerinin desteklenmesinin kritik önem taşıdığını belirtmektedir.

Özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyonlarına yönelik alacakları eğitimlerin farklı disiplinlerle iç içe olarak düzenlenmesi, disiplinler arası bir yöntemle verilmesi oldukça önemlidir. Bu kapsamda özellikle öğrencilerin alabileceği farklı disiplinleri şu şekilde ifade edebiliriz: Psikoloji, nörobilim, sanat terapisi, müzik terapisi, dram terapisi, felsefe, spor, genetik ve biyoloji, dijital teknoloji, kültürel çalışmalar ve edebiyat eğitim bilimleri, disiplinlerinde özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon becerilerinin gelişmesi sağlanabilir.

Örneğin psikoloji disiplini duygusal regülasyona yönelik olarak; Duygu Odaklı Terapi kapsamında alacakları eğitimler ile duygusal farkındalıkları artabilir (Gençoğlu, 2012). Farkındalık Temelli Stres Azaltma Programı ile stresle başa çıkma becerileri gelişebilir (Kahveci, 2022). Bilişsel Davranışçı Terapi teknikleriyle özel yetenekli bireylerin işlevsel olmayan düşüncelerinin yeniden yapılandırılması sağlanarak duygusal dayanıklılıkları artabilir (Corey, 2008).

Nörobilim, beynin duygu kontrol merkezleri arasındaki etkileşimin incelenmesi ve verilen duygusal yanıtların nasıl kontrol edildiğinin görülmesi açısından önemlidir. Beynin ön kısmının, duygu merkezinden gelen duyguları bastırarak bireyin daha dengeli ve bilinçli tepkiler vermesini sağladığı görülmüştür (Ochsner ve Gross, 2005). Norögörüntüleme teknikleriyle bilişsel yeniden yapılandırmaya benzer becerilerin beyinde nasıl karşılık bulduğu görülebilmektedir. Böylelikle de duygu regülasyonu becerilerinin gelişiminde hangi yolların daha etkili olduğu görülebilmektedir (Etkin vd., 2015). Bu yolla, özellikle özel yetenekli bireylerin duygu regülasyonu becerilerinin gelişmesi sağlanabilir.

Sanat Terapisi ile çeşitli sanat materyalleri, bireylerin psikolojik uyumlarında kullanılabilmekte, çizgi, hareket, ses gibi biçimlerle bireyler duygularını ifade edebilmektedir (Killick, 1993). Yapılan bir çalışmada sanat terapisinin duygu ifade etme eğilim düzeyini artırdığı belirtilmektedir (Kim ve Ki, 2014). Duygusal regülasyonda ilk aşamanın duyguyu fark etme ve ifade etme olduğu düşünüldüğünde sanat terapisinin önemi açığa çıkmaktadır (Karataş ve Yavuz Güler, 2020). Müzik Terapisi ile yetenekli bireylerin duygularını tanıma ifade etmede, duygusal regülasyon becerilerini kazanmada müziği kullanabilirler (Gold vd., 2004). Drama terapisiyle ise özel yetenekli bireyler duygusal deneyimlerini yaratıcı süreçler yardımıyla dışa vurarak duygusal regülasyon becerilerini kazanabilirler (Eminah, 1994). Dolayısıyla sanat, müzik ve drama terapisi ile özel yetenekli bireylerin duygu regülasyon becerilerinin artacağı düşünülmektedir. Felsefe ile özel yetenekli bireyler duygularını ifade etmek amacıyla sokratik sorgulama yaparak, etik ve ahlaki tartışmalara girerek, kendi varoluşunu anlamlandırmaya çalışarak duygularını ifade edebilir. Bu şekilde duygusal regülasyon becerileri kazanabilirler (Kanat ve Temel, 2019).

Spor disiplininden özel yetenekli bireyler duygusal regülasyon becerilerini desteklemek amacıyla faydalanabilirler. Özellikle egzersizler yaparak negatif duygularını sağlıklı bir şekilde yönetebilir, yoga gibi beden farkındalığını arttıran çalışmalara katılarak bedensel duyularını tanıma ve onları anlama yoluyla kendi duygularını daha iyi ifade edebilir. Böylelikle yaşanabilecek stresli durumlarla baş edebilirler (Chen vd., 2024; Khalsa vd., 2011).

Genetik ve biyoloji, bireylerin duygu regülasyonu ile doğrudan ilişkilidir. Genetik faktörler, hormonlar, bağırsak sağlığı bu süreçte belirgin bir rol oynayabilmektedir. Serotonin ve dopamin gibi hormonlar bireylerin duygusal dengesini sağlarken, kortizon gibi hormonlar ise stres seviyelerini yönetir. Özellikle özel yetenekli bireylerin bu konuyla farkındalık kazanması, stres yönetimini ve duygusal farkındalığını arttıracaktır (Canli ve Lesch, 2007; Clarke vd., 2013; Gross, 2015).

Dijital teknoloji, sanal gerçeklik (VR) ve artırılmış gerçeklik (AR) tabanlı uygulamalar ile özellikle özel yetenekli bireylerin kendi duygusal tepkilerini, güvenliği artırılmış bir ortamda

keşfetmelerine olanak sağlar. Bireyler, yapay zekâ destekli sistemlerle anlık olarak duygularını analiz edebilirler ve duygu düzenleme becerilerini geliştirebilirler (Calvo ve D'Mello, 2010; Riva vd., 2016).

Bireylerin duygusal regülasyonları toplumsal normlarla, kültürlerin beklentileriyle doğrudan ilişkilidir. Kültürel farklılıklar, duygu ifade biçimlerinde doğrudan etki olabilmekte, bireylerin yaşadığı zorluklarla başa çıkma becerilerini yönlendirmektedir. Bu doğrultuda, toplumların sosyal destek sistemlerinin bilinmesi (aile okul vb.), yapılacak yönlendirmelerin bu doğrultuda yapılması, özellikle özel yetenekli bireylerin duygu regülasyonları önemli ölçüde olumlu etkileyecektir (Gross ve Thompson, 2007).

Edebiyat disiplininin, özel yetenekli bireyler, duygusal deneyimlerini anlamlandırmada faydalanabilirler. Özellikle hikâye anlatıcılığı ile karmaşık duygusal durumlarını keşfedebilir, bu duygularla baş etme yollarını edinebilir ve stresle baş etme yolları ile ilgili farkındalık kazanabilirler. Ayrıca bireyler, bibliyoterapi ile edebi kaynaklarla duygu düzenleme becerilerini destekleyebilir, başkalarını daha iyi anlayabilir, yapılacak karakter analizleriyle duygularını yönetebilir ve empatik becerilerini geliştirebilirler (Djicic vd., 2013; Gergen vd., 2001).

Sonuç olarak, yapılan çalışmada, bilişsel ve duygusal gelişimlerinin eş zamanlı olmadığı özel yetenekli bireylerin duygusal regülasyon becerilerinin geliştirilmesinde disiplinler arası çözümlerin öneminin oldukça büyük olduğu görülmektedir. Farklı disiplinlerde verilebilecek eğitimlerin katkıları göz önünde bulundurulduğunda, toplumların yeryüzü zenginliği olarak ifade edilen özel yetenekli bireylere verilecek eğitimler, toplumların geleceğine yapılacak iyi bir yatırım olacaktır. Böylece, duygusal gelişimlerinin ve duygusal regülasyon becerilerinin desteklenmesi sonucunda özel yetenekli bireyler, yaşadıkları toplumlara sayısız katkı sağlayacaklardır.

### Araştırmacıların Katkı Oranları

**Nesrin KARAASLAN:** Makalenin Hazırlanması, Literatürün taranması, Düzenleme, Verilerin analizi ve Yorumlanması

**Melike TÜRK:** Makalenin Hazırlanması, Literatürün taranması, Düzenleme Verilerin Toplanması,

**İhsan KARAASLAN:** Makalenin Hazırlanması, Literatürün taranması, Düzenleme Veri Analizlerinin Yapılması, Bulguların Değerlendirilmesi

### Çatışma Beyanı

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Kaynakça

1. Akarsu, Ö. ve Mutlu, B. (2017). Üstün yetenekli çocukları anlamak: çocukların sosyal ve duygusal sorunları. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 112-116. <https://dergipark.org.tr/en/pub/duzcesbed/issue/31475/340521>
2. Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
3. Calvo, R. A. ve D'Mello, S. (2010). Affect detection: An interdisciplinary review of models, methods, and their applications. *IEEE Transactions on Affective Computing*, 1(1), 18–37. <https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/5520655>
4. Canli, T. ve Lesch, K. P. (2007). Long story short: the serotonin transporter in

- emotion regulation and social cognition. *Nature Neuroscience*, 10(9), 1103–1109. <https://www.nature.com/articles/nn1964>
5. Chen, C., Wang, Y., Wang, Y. (2024). *The Role of Physical Exercise in Emotional Regulation: A Narrative Review*. *Frontiers in Psychology*.
  6. Clarke, G., et al. (2013). The microbiome-gut-brain axis during early life regulates the hippocampal serotonergic system in a sex-dependent manner. *Molecular Psychiatry*, 18(6), 666–673. <https://www.nature.com/articles/mp201277>
  7. Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi: Kuram ve uygulamaları* (T. Ergen, Çev.). Mantis Yayıncılık.
  8. Djikic, M., Oatley, K., ve Moldoveanu, M. (2013). Reading other minds: Effects of literature on empathy. *Scientific Studies of Reading*, 17(5), 387-407. [https://www.researchgate.net/publication/247163948\\_Reading\\_Other\\_Minds\\_Effects\\_of\\_Literature\\_on\\_Empathy](https://www.researchgate.net/publication/247163948_Reading_Other_Minds_Effects_of_Literature_on_Empathy)
  9. Emunah, R. (1994). *Acting for Real: Drama Therapy Process, Technique, and Performance*. New York: Brunner-Routledge.
  10. Etkin, A., Büchel, C. ve Gross, J. J. (2015). *The neural bases of emotion regulation*. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(11), 693–700. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26481098/>
  11. Field, T. (1994). The effects of mother's physical and emotional unavailability on emotion regulation. *Monographs of the society for research in child development*, 208-227. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7984162/>
  12. Gençoğlu, C. (2012). Duygu odaklı terapiye dayalı duygusal farkındalık eğitiminin iyimserlik düzeylerine etkisi. [Doktora tezi] Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=YnoK0HIJXeMH0L3825Xc0g&no=pGgqcaDb1wA6dAcSG5JK6w>
  13. Gergen, K. J., McNamee, S. ve Barrett, F. J. (2001). Toward transformative dialogue. *International Journal of Public Administration*, 24(7-8), 679-706. [https://www.researchgate.net/publication/247530721\\_Toward\\_Transformative\\_Dialogue](https://www.researchgate.net/publication/247530721_Toward_Transformative_Dialogue)
  14. Gold, C. Voracek, M. ve Wigram, T. (2004). Effects of music therapy for children and adolescents with psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(6), 1054–1063. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15257662/>
  15. Gottman, J. M., Katz, L. F., ve Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: theoretical models and preliminary data. *Journal of family psychology*, 10(3), 243. <https://psycnet.apa.org/record/1996-05875-001>
  16. Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54. <https://link.springer.com/article/10.1023/B:JOBA.00000007455.08539.94>
  17. Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1),



[https://www.researchgate.net/publication/276856209\\_Emotion\\_Regulation\\_Current\\_Status\\_and\\_Future\\_Prospects](https://www.researchgate.net/publication/276856209_Emotion_Regulation_Current_Status_and_Future_Prospects)

18. Gross, J. J. ve Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*, 3–24, The Guilford Press.

19. Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: attachment, Development and Intervention*. New York: Palgrave Macmillan.

20. Kim, S. ve Ki, J. (2014). *A case study on the effects of the creative art therapy with stretching and walking meditation—Focusing on the improvement of emotional expression and alleviation of somatisation symptoms in a neurasthenic adolescent. The Arts in Psychotherapy*, 41, 71–78. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2013.11.002>

21. Kahveci, S. Ö. (2022). Duygu düzenlemede farkındalık temelli stres azaltma programının kullanımı. *Sağlık & Bilim*, 99.

[https://www.researchgate.net/profile/Mehmet-Ucar-17/publication/364943295\\_SAGLIK\\_BILIM\\_2022\\_HEMSIRELIK\\_III/links/635fce328d4484154a4ee597/SAGLIK-BILIM-2022-HEMSIRELIK-III.pdf#page=100](https://www.researchgate.net/profile/Mehmet-Ucar-17/publication/364943295_SAGLIK_BILIM_2022_HEMSIRELIK_III/links/635fce328d4484154a4ee597/SAGLIK-BILIM-2022-HEMSIRELIK-III.pdf#page=100)

22. Kanat, K., ve Temel, Z. F. (2019). Sokratik Yönteme Dayalı Eğitim Programının 5-6 Yaş Grubu Çocukların Çalışma Belleklerine Etkisinin İncelenmesi. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 4(2), 1-15.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tsadergisi/issue/51239/526955>

23. Karataş, E. ve Yavuz Güler, Ç. (2020). Grup Sanat Terapisi Programının Ergenlerin Mutluluk Düzeyleri, Duyguları İfade Etme Eğilimi ve Duygu Düzenleme Güçlüğüne Etkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(25), 3328-3359. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/opus/issue/52965/644988>

24. Khalsa, S. B. S., Hickey-Schultz, L., Cohen, D., Steiner, N., ve Cope, S. (2011). Evaluation of the Mental Health Benefits of Yoga in a Secondary School: A Preliminary Randomized Controlled Trial. *The Journal of Behavioral Health Services & Research*, 39(1), 80–90. [https://www.researchgate.net/publication/51197915\\_Evaluation\\_of\\_the\\_Mental\\_Health\\_Benefits\\_of\\_Yoga\\_in\\_a\\_Secondary\\_School\\_A\\_Preliminary\\_Randomized\\_Controlled\\_Trial](https://www.researchgate.net/publication/51197915_Evaluation_of_the_Mental_Health_Benefits_of_Yoga_in_a_Secondary_School_A_Preliminary_Randomized_Controlled_Trial)

25. Killick, K. (1993). Working with psychotic processes in art therapy. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 7(1), 69–80. <https://www.semanticscholar.org/paper/Working-with-psychotic-processes-in-art-therapy-Killick/06ced5893575f5caf2c0f02ced5b788eab9f3813>

26. Koshy V. ve Robinson N. M. (2006). Too long neglected: gifted young child—ren. *European Early Childhood Education Research Journal*. 14(2): 113-26. [https://www.researchgate.net/publication/249047439\\_Too\\_long\\_neglected\\_Gifted\\_young\\_children](https://www.researchgate.net/publication/249047439_Too_long_neglected_Gifted_young_children)

27. Kurtulmuş Z. (2010). Bilim ve sanat merkezine devam eden üstün yetenekli çocukların ailelerine verilen bilgisayar temelli eğitimin aile bireylerinin aile ilişkilerini algılamalarına ve çocukların mükemmeliyetçilik düzeylerine etkisinin incelenmesi [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=sDfZa0UYI3stWpgKnrlknA&no=XGEmqJwTwmsBSExBOZLyNQ>

28. Malchiodi, C. A. (2012). *Art therapy and emotion regulation*. Guilford Press.
29. Mesquita, B. ve Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: A context for interpreting emotional experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41(7), 777–793. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12781245/>
30. Mueller CE. (2009). Protective factors as barriers to depression in gifted and non-gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, 53(1), 3-14. <https://psycnet.apa.org/record/2009-00450-001>
31. Ochsner, K. N. ve Gross, J. J. (2005). *The cognitive control of emotion*. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(5), 242–249. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15866151/>
32. Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.
33. Riva, G., Baños, R. M., Botella, C., Mantovani, F., ve Gaggioli, A. (2016). Transforming experience: The potential of augmented reality and virtual reality for enhancing personal and clinical change. *Frontiers in Psychiatry*, 7, 164. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5043228/>
34. Sağlam, A. (2023). Özel yetenekli öğrencilerin davranışsal problemlerine yönelik müdahale yöntemleri. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, Özel Sayı 1, (Cumhuriyetin 100. Yılına), 1192-1206. <https://share.google/IRGcXzfphgs2coMWZ>
35. Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 25-52. [https://www.researchgate.net/publication/15215405\\_Emotion\\_Regulation\\_A\\_Theme\\_in\\_Search\\_of\\_Definition](https://www.researchgate.net/publication/15215405_Emotion_Regulation_A_Theme_in_Search_of_Definition)
36. Thompson, R. A. ve Calkins, S. D. (1996). *The double-edged sword: Emotional regulation for children at risk*. *Development and psychopathology*, 8(1), 163-182. [https://www.researchgate.net/publication/231787577\\_The\\_double-edged\\_sword\\_Emotional\\_regulation\\_for\\_children\\_at\\_risk](https://www.researchgate.net/publication/231787577_The_double-edged_sword_Emotional_regulation_for_children_at_risk)
37. Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.