

Annelerinin Bibliyoterapi Uygulamasının 4-6 Yaş Çocukların Öz-Düzenleme Becerisi Üzerindeki Etkisi*

The Effect of Bibliotherapy Applied by Mothers on Self-Regulation Skills of 4-6 Year Old Children

Ahmet SAKİN**^{ID}, Melek YILDIRIM^{ID}

ÖZ

Amaç: Okul öncesi dönemin çocuğunun gelişimindeki önemi bilinmektedir. Birçok davranış ve becerinin gelişim gösterdiği bu dönemde öz-düzenleme becerilerinin oluşumu da söz konusudur. Öz-düzenleme becerileri, çocuğun duygularını, davranışlarını, isteklerini erteleyebilme ya da bastırabilme, kurallara uygun davranabilme, duygularını kontrol edebilme ve dikkatini yönetebilme becerileri kazanmasını sağlamaktır. (Aydın ve Ulutaş, 2017) Aile eğitimi kapsamında yer alan bu araştırmada amaç annelerin bibliyoterapi uygulamalarını gerçekleştirilmesiyle hikâyelerin iyileştirici gücünden faydalanarak birçok açıdan çocukların kolay ve ekonomik bir yöntemle gelişimin desteklenmesidir. Bu araştırma okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin annelerin bibliyoterapi uygulamalarından etkilenme derecelerini konu edinmiştir. Araştırmada "Annelerin bibliyoterapi uygulamalarının ve bazı değişkenlerin 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerine etkisi var mı?" sorusuna cevap aranmaktadır.

Yöntem ve Araçlar: Bu araştırmada nicel ve nitel araştırma yöntemleri birlikte kullanılmıştır. Araştırmaya 15 çocuk ve anneleri katılmıştır. Araştırma kapsamında 8 oturum uygulanmıştır. Oturumlara başlamadan ve 8 oturumun sonunda "Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-Düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Anne Formu)" uygulanmıştır. Toplanan veriler araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Sonuçlar: Annelerin 4-6 yaş çocuklarına bibliyoterapi uygulamasının, çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Anneler farklı beceriler ve problem durumları için bibliyoterapi uygulamaları gerçekleştirebilirler.

Anahtar Kelimeler: Bibliyoterapi, öz-düzenleme becerisi – 4-6 yaş, aile katılımı, hikâye okuma

ABSTRACT

Purpose: The importance of the preschool period in the development of the child is well-known. In general, self-regulation skill has an important role in the development, learning and social relations of the individual. This research aims to determine the extent to which preschool children's self-regulation skills are affected by mothers' bibliotherapy practices.

Method and Materials: In this study, quantitative and qualitative methods were used together. A single-group pre-test-post-test experimental design from the quantitative methods was used. Fifteen children and their mothers participated in the study. Within the scope of the research, 8 sessions were applied. Before the sessions and at the end of the 8 sessions, the "Scale for Evaluating Preschool Children's Self-Regulation Skills (Mother Form)" was applied.

Results: It was concluded that bibliotherapy practice of mothers to their children aged 4-6 had a positive effect on children's self-regulation skills. Fifteen mothers participating in the study applied bibliotherapy effectively. It has been concluded that mothers can perform bibliotherapy practices for their children for different skills and problem situations.

Keywords: Preschool education, bibliotherapy practice, self-regulation skills – 4-6 years old, family involvement, story reading.

* Bu araştırma Sakarya Üniversitesi BAPK (No: 2021-7-24-36) tarafından desteklenmektedir. Uluslararası Okul Öncesi Eğitim Kongresinde (24-26 Kasım 2021) sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölümü

Sorumlu Yazar/Correspondence Author: Ahmet SAKİN

e-posta/e-Mail: asakin@sakarya.edu.tr

Geliş Tarihi/Received: 18.12.2021

Kabul Tarihi/Accepted: 29.05.2022

Ç. Yayınlanma Tarihi/Online Published: 31.05.2022

GİRİŞ

Okul öncesi dönem çocuğun gelişiminde çok önemlidir. Çünkü birçok davranış ve becerinin gelişim gösterdiği bu dönemde öz-düzenleme becerilerinin oluşumu söz konusudur. Bu açıdan bakıldığında öz-düzenleme becerilerinin, çocuğun duygularını, davranışlarını, isteklerini erteleyebilme ya da bastırabilme, kurallara uygun davranabilme, duygularını kontrol edebilme ve dikkatini yönetebilme becerilerinin kazanılmasında çok önemli bir yeri vardır (Aydın ve Ulutaş, 2017).

Smith-Donald, Raver, Hayes ve Richardson, (2007) öz-düzenlemeyi bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutta incelemişlerdir. Öz-düzenlemenin boyutlarından biri olan davranışsal öz-düzenleme, dürtüsel davranışlar sergilenmeden davranış öncesinde düşünmek, nasıl bir davranış sergileyeceğini planlamak, hayal kırıklıklarının üstesinden gelerek tepkileri kontrol etmek gibi durumları kapsamaktadır. Öz-düzenlemenin davranışsal öz-düzenleme boyutu, dikkat, çalışan bellek ve engelleyici kontrol mekanizmasının birleşiminden oluşmaktadır (Vardi ve Demiriz, 2021). Öz-düzenleme becerisi, bebeklik ve çocukluk döneminden yetişkinliğe kadar gelişim gösterirken aynı zamanda olgunlaşma, ailesel ve dışsal faktörlerin etkisi altında kalmaktadır. Çocuğun ilk üç yılında başarılı bir öz-düzenleme zemininin oluşturulmasında ve bu süreçte çocuğun beceriler kazanmasında kalıcı olduğu görülmektedir. (Dinçer ve Serkan, 2016) Davranış düzenleme düzeyi, okul öncesi dönemde yaşanılacak gelişimi belirlemekte olup, aynı zamanda okul öncesi dönemde izlenecek başarı düzeyinde de etkin role sahiptir. (Bayındır, 2016)

Öz-düzenleme becerisi gelişmiş çocukların uygun olan davranışlarla uygun olmayan davranışları ayırt ederek davrandıkları bilinmektedir. Öz-düzenleme becerisi gelişmemiş çocukların akademik becerilerde zorluklar yaşadıkları ve öz-düzenlemenin öğretilebilir bir şey olduğu yapılan araştırmalarda ortaya konmuştur. (Emre ve ark., 2019) Okul öncesi dönemde temelleri atılan öz düzenleme becerilerinin geliştirilmesi, kazanılması da çocuğun kendisiyle ilgili duygu ve düşüncelerini olumlu yönde etkileyerek benlik algısı düzeyini de artırabilir. Duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol etme, denetleme, düzenleme gibi kazanımlar çocuğun kendisine yönelik olumlu tutum geliştirmesini de sağlayabilir (Tuzcuoğlu ve ark., 2019).

Öz-düzenleme çok bileşenli bir yapıdır. İçinde davranışsal, bilişsel ve duygusal düzenlemelerden oluşan tamamlayıcı bir kavramdır. Davranışsal düzenleme, dikkat odaklama, çalışma belleği ve engelleyici kontrol gibi yürütücü işlev becerilerini ifade eder (Astarlar, 2019) Okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerileri, tüm kültürlerde çocuğun ileriki akademik başarısının ve sosyal uyumunun belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle davranışsal öz-düzenleme becerilerini destekleyen veya engelleyen faktörlerin belirlenmesi çok önemlidir (Saraç, Abanoz ve Ogelman, 2021). Öz-düzenleme becerileri, çocuğun duygularını, davranışlarını, isteklerini erteleyebilme ya da bastırabilme, kurallara uyma, duygularını kontrol edebilme ve dikkatini yönetebilme becerileri kazanmasını sağlamaktadır. Genel anlamda öz-düzenleme becerisi, bireyin gelişiminde, öğrenmesinde ve soysal ilişkilerinde önemli bir role sahip olduğu söylenebilir.

Bibliyoterapi ise, Yunanca kitap (biblio) ve terapi (therapeia) kelimelerinin birleşimiyle oluşturulmuştur. Temelde insanlara yardım etmek amacıyla kitapların kullanılmasını ifade etmektedir. Bibliyoterapi terimi Yunanca, bibliion (kitap anlamında) ve therapeia (şifa anlamına gelir) sözcüklerinin birleşiminden meydana gelmektedir. Bibliyoterapi terimi 1916'da Samuel McChord Crothers tarafından kullanılmıştır. Başlangıçta bu terim zihinsel hastalıktan mağdur olan kişilere danışmanlık yapmak için kullanılan literatürü tanımlamak için kullanılmıştır (Cornett & Cornett, 1980, Akt. Kurt, 2018, s.21).

Çocuklarda öz-düzenlemeyi geliştirmede en önemli faktör ailedir. Bu gelişimin oluşabilmesi için bebeklik döneminden başlanarak çocuğa zengin çevresel uyaran sunmak ailenin görevidir. Ailenin çocuğa sunduğu bu ortamdaki yaşantılar ve kurduğu ilişkiler öz-düzenleme becerilerini destekler (Ertürk, 2013; Emre, Tarkoçin, Temiz ve Ulutaş, 2019; Erol ve İvrendi, 2018; Bayındır, 2016; Aydın ve Ulutaş, 2017; Saraç, Abanoz ve Ogelman, 2021). Bu araştırmada da öz-düzenleme becerisinin bibliyoterapi yöntemi ile geliştirilmesinde annelerin desteği alınarak bir değerlendirme yapılacaktır. Okul öncesi eğitimde bibliyoterapi yöntemi ile ilgili uygulamalar çok fazla yaygın değildir. Bu yüzden çocuklarda öz-düzenlemeyi geliştirmede bibliyoterapi yönteminin etkili olup olmadığı konusundaki araştırmaların önemi ön plana çıkmaktadır.

Okuma deneyimleri, çocuklara hem bilişsel hem de duygusal olarak birçok yönden hizmet edebilir. Smith (1967), zayıf bir kitabın çocukları geri bıraktığını, vasat bir kitabın onları durağan bıraktığını ve iyi bir kitabın onları büyümeye, zevke, yeni anlayışlara ve keşiflere götürdüğünü gözlemiştir. Bibliyoterapi, çocukları kitaplarla ilgili kişisel ve önemli deneyimlere yönlendirerek okumaya yönelik bir dil sanatları yaklaşımını güçlendirmeye yönelik bir

stratejidir. Çocukların sosyo-duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için tasarlanmış literatüre aşina olan öğretmenler bile, bibliyoterapiyi çevreleyen sayısız tanım, hedef kitle ve bağlamla sıklıkla karşılaşmaktadırlar. (Jalongo, 1983).

Shepherd ve Koberstain (1989), yaptıkları yarı deneysel araştırmada çocukların paylaşma becerisini geliştirme ve çocuklara paylaşmayı öğretmek için kitapları ve kuklaları kullanmışlar. Çalışma küçük bir okul öncesi eğitim kurumunda 3-5 yaş çocukları üzerinde yapılmıştır. Çalışmada bibliyoterapi ile belirli bir davranışı yani paylaşma eylemini geliştirmek amaçlanmıştır. Uygulama paylaşımı konu alan kitaplarla bir hafta boyunca sürmüştür. Araştırma sonucuna göre, bibliyoterapi ve kukla kullanımının çocuklarda paylaşım davranışını arttırmaya yardımcı olduğu bulunmuştur. (Uyar ve Güleç, 2021).

Bibliyoterapi günümüze dek birçok amaç için kullanılmış ve kullanımına göre çeşitlere ayrılmıştır. Bu çalışmada faydalanılacak olan bibliyoterapi uygulaması ise gelişimsel bibliyoterapi olup, 4-6 yaş çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin gelişimine odaklanmaktadır (Uyar, 2020). Bir çok yazar, bibliyoterapiyi “okuyucunun kişiliği ile literatür arasındaki dinamik bir etkileşim süreci” veya “kişisel sorunları çözmek için kullanılan kitaplar” olarak tanımlamışlardır. (Jalongo, 1983) Bu çalışmada öz-düzenleme becerilerinin gelişimi ele alınırken bibliyoterapi uygulamalarından faydalanılmasının uygulamanın etkililiğinin etkileşimli olarak araştırılmasının ortaya konulması okul öncesi dönem çocuklarının davranışlarına nasıl etkide bulunduğunu açıklayabilir.

Söz konusu alan yazın incelediğinde öz-düzenlemeyle ilgili araştırmaların çoğunun öğretmen görüşlerine dayalı olduğu belirtilmektedir (McClelland & Cameron, 2012, Akt. Erol ve İvrendi, 2018; Bayındır, 2016; Aydın ve Ulutaş, 2017). Öğretmenlerin yanında ebeveynlerin de çocuklarının öz-düzenleme becerilerini değerlendirmede önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir.

Bibliyoterapi yöntemi öğrencilerin kendilerine benzer olan kişilerle özdeşim kurarak ortak duyguların açığa çıkarması sonucunda yeni yaklaşımlar kazanmasıyla birlikte çevresiyle yeni etkileşim yöntemleri bulmasıdır. Bununla birlikte bibliyoterapi, çocuklara başkalarının yaşadıkları benzer problemleri nasıl çözdüğünü gösterirken kendi problemlerini çözmede yeni yöntemler geliştirmelerini sağlamaktadır (Bulut, 2010).

Aile katılımı kapsamında ele alınan bu araştırmada amaç annelerin bibliyoterapi uygulamalarını gerçekleştirmesiyle hikâyelerin iyileştirici gücünden faydalanarak birçok açıdan çocukların kolay ve ekonomik bir yöntemle gelişimin desteklenmesi ve öz-düzenleme becerilerine etkisinin ortaya konulmasıdır.

YÖNTEM

Araştırma Deseni

Bu araştırmada nicel ve nitel yöntemlerin birlikte uygulandığı karma desen kullanılmıştır. Araştırma annelerin çocuklarına bibliyoterapi uygulamasının etkisini ortaya koymayı amaçladığı için nicel yöntemlerden tek grup ön test-son test deneysel bir desen kullanılmıştır. Deneysel araştırmalar, araştırmacının belirlediği farkların bağımlı değişken üzerindeki etkisini test etmeye yönelik çalışmalardır (Büyüköztürk ve ark. 2016). Ayrıca nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması da bu araştırmada kullanılmıştır. Bu kapsamda annelerin sorduğu sorulara çocukların vermiş olduğu cevaplar ve yapılan etkinlikler değerlendirilmiştir. Araştırma okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin annelerin bibliyoterapi uygulamalarından etkilenme derecelerini konu edinmiştir. Araştırmada “Annelerin bibliyoterapi uygulamalarının 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerine etkisi var mı?” sorusuna cevap aranmaktadır.

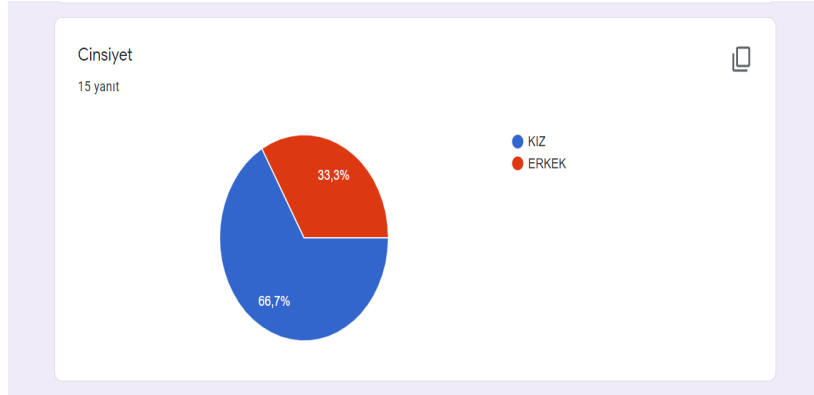
Annelerin bibliyoterapi uygulamaları sonunda çocuklarla birlikte duygu küpü ve duygu kuklaları yapılmıştır. Oturumların sonunda çocuklarla duyguları ifade etme, başkalarının duygularını anlama üzerine hikâyeyi devam ettirip resmini çizme etkinliği gerçekleştirilmiştir. Ayrıca anneler ile çocuklar oturumun sonunda kural panosu oluşturup her akşam değerlendirme yapmışlardır. Tamamlanan kurallar için çocuklara bir yıldız verilmiştir.

Çalışma Grubu

Bu araştırma 2020-2021 eğitim öğretim yılında İstanbul Kağıthane ilçesinde bulunan resmi anaokullarında uygulanmıştır. Araştırma ile ilgili etik kurul kararı üniversite yönetim kurulu tarafından onaylanmış olup İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden araştırmanın yapılabilmesi için gerekli izinler alınmıştır. Nitel araştırmanın çıkış noktası; araştırmacının, araştırma problemi ve araştırma sorularını en iyi şekilde anlamasına yardımcı olacak katılımcıları veya çalışma yerlerini amaca yönelik olarak seçmektir (Creswell, 2016). Bu araştırmaya amaçlı örnekleme yöntemi

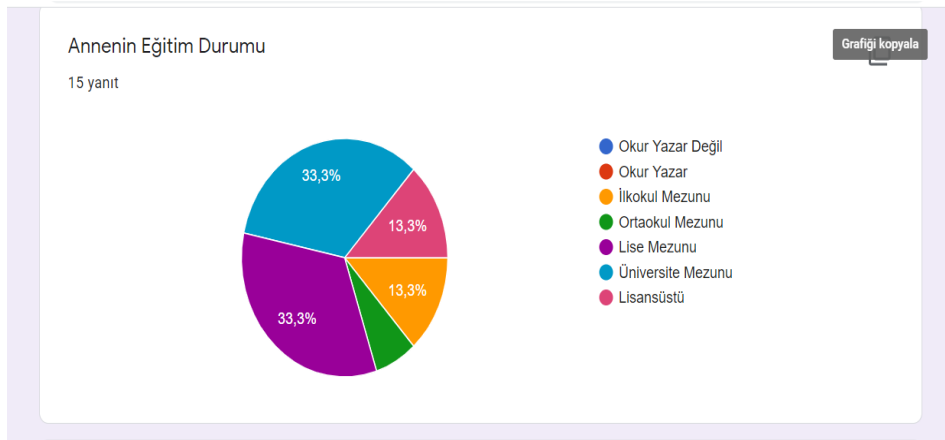
ile 15 çocuk ve çocukların anneleri katılmıştır. Çocuklar aynı okuldan okul öncesi yaş grubunun özelliklerine göre seçilmiş olup yakın yaşta olan çocuklar çalışmaya alınmıştır.

Araştırmada 10 kız çocuk (67%), 5 erkek çocuk (33%) olarak 15 çocuğun öz-düzenleme becerileri incelenmiştir.



Şekil 1: Uygulamaya Katılan Çocukların Cinsiyet Dağılımı

Annelerin eğitim durumu incelendiğinde, ilkokul mezunu 2 kişi (13%), ortaokul mezunu 1 kişi (7%), lise mezunu 5 kişi (33%), lisans mezunu 5 kişi (33%), lisansüstü mezunu 2 kişidir (13%).



Şekil 2: Annelerin Eğitim Durumu

Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında 8 kitap seçilerek her kitap için bir oturum olacak şekilde 8 oturum planlanmış, oturumlar 8 günde ara verilmeden uygulanmıştır. Kitap seçiminde öz-düzenleme becerilerinin alt başlıkları ile ilgili kitaplar tercih edilmiştir. Uygulamada kullanılan ölçeğin alt boyutları (Dikkat, Çalışma Belleği, Engelleyici Kontrol-Duygu, Engelleyici Kontrol-Davranış) konuların belirlenmesinde etkili olmuştur. Okul öncesi dönem çocuklarının yanı sıra bibliyoterapide kullanılacak olduğu için, gelişimsel bibliyoterapiye hizmet edecek kitaplar tercih edilmiştir. Uygulamada çocuklara yönelik 8 adet hikâye kitabı kullanılmıştır. Ayrıca üç öğretim üyesinin uzman görüşüne başvurulmuş ve onlardan alınan dönütler de kitapların seçiminde etkili olmuştur. Annelere uygulama başlamadan önce bir haftalık bibliyoterapi uygulama eğitimi ve örnek uygulamalar konusunda araştırmacı tarafından eğitim verilmiştir.

Oturumlara başlamadan ve 8 oturumun sonunda Erol ve İvrendi (2018) tarafından geliştirilen “Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Anne Formu)” kullanılmıştır. Çocuk Davranış değerlendirme (ÇDD) ölçeğinin toplam puanları “Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” toplam puanlarını %71 düzeyinde açıkladığı bilinmektedir. Güvenirlik katsayısı ise 0.86 ve 0.93 arasında değişiklik göstermektedir. (Erol ve İvrendi, 2018) Her oturumda anneler çocuklarına bir kitap okuyup sorular sorarak süreci yürütmüştür. Araştırma için seçilen kitapların belirlenmesinde alan uzmanı akademisyenlerden oluşan üç kişinin uzman görüşlerine başvurularak kitaplar belirlenmiştir (Bkz. Tablo 1.). Ayrıca belirlenen kitaplar için sorulacak olan sorular araştırmacı tarafından önceden hazırlanmış ve uzman görüşü almak için

üç akademisyene verilmiştir. Araştırmacı annelerden hikâye okurken ve soru sorma aşamasında etkinlik çıktılarını toplamıştır. Bibliyoterapi uygulamalarında okuma öncesinde sorulacak sorular, okuma sırasında sorulacak sorular ve okuma sonrasında sorulacak sorular olarak 3 kısımdan oluşmaktadır. Okuma sonrasındaki sorularda bibliyoterapinin soruları yer almıştır. Örnek bir oturum sonrasında sorulan sorular şu şekildedir:

- Özdeşim kurma soruları:
- Bu hikâyenin ana kahramanı kimdir?
- Büyük kaplumbağalar diğer hayvanlara nasıl davrandı?
- Katarsis(Arınma) soruları:
- Tostos, İri Tofik'e kızgın olmasına rağmen onu neden kurtarmış olabilir?
- İnci ve İri Tofik'in yaşadıkları onlara neler hissettirmiştir?
- İçgörü ve Genelleştirme soruları:
- Tostos bu hikâye boyunca neler hissetti?
- Yardıma ihtiyacı olan insanlara nasıl davranmalıyız?

Bu sorular tamamlandıktan sonra izleme etkinliğine geçilir. Annenin desteği ile çocuk kitaptaki temel konu üzerine belirlenen etkinliği gerçekleştirir.

Tablo 1. Annelerin Bibliyoterapi Uygulamasında Çocuklarına Okuduğu Kitaplar

KİTAP ADI	KONU
1 Güçlü ve Cesur Tostos	Duygular-Cesaret
2 Benek'in Işığı	Kendini tanıma
3 Öfke Kuşları Orkestrası	Duygular-Öfke
4 Utangaç Badem	Duygular – Utanma
5 Hayır! Burası Orman Değil	Kurallar
6 Tırmık'ın En Sevdiği Yer	Farkındalık
7 Yavaşla Pisican!	Öz-düzenleme-Farkındalık
8 Kırmızı sarı mavi	Bilinçli Farkındalık – Duygusal Farkındalık

Verilerin Toplanması ve Analizi

Toplanan nitel ve nicel veriler araştırmanın amaçlarına uygun olarak tasnif edilerek analiz edilmiştir. Metin ve imgesel veriler yoğun olduğu için, bir nitel araştırmada bilginin tamamı kullanılmayabilir (Creswell, 2016). Nitel veriler araştırmanın amaçlarına uygun olarak yorumlanırken nicel veriler ise frekans, yüzde ve t testi yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Ön test – son test verileri SPSS.21 programına giriş yapılarak analizler tamamlanmıştır. Ayrıca öntest puanları ile son test puanları için yapılan Normallik Testi istatistikleri aşağıda Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2: Öntest Puanları ile Son test Puanları için Normallik Testi İstatistikleri

Normallik Test Analizi						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Anlamlılık Derecesi	Statistic	Df	Anlamlılık Derecesi
Öntestpuan	,179	15	,200*	,933	15	,305
Sontestpuan	,192	15	,142	,942	15	,407

Yapılan normallik testi sonucunda Bağımlı Örneklem T-testi uygulanmasına karar verilmiştir. Ön test puanları ($p=0,200$; $p>0,05$) ile Son test puanları ($p=0,142$; $p>0,05$) normal dağılım göstermektedir.

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen nitel ve nicel verilerin sonuçlarına yer verilmiştir. Tablo 3, 4 ve 5'de Bibliyoterapi Uygulamasında sorulan soruların değerlendirilmesi ile ilgili üç kategori (Özdeşim kurma, Katarsis (Arınma), İçgörü ve genelleştirme), alt kategoriler ve kodların yer aldığı kod kitabında elde edilen sonuçlar tablolaştırılarak aşağıda sunulmuştur.

Tablo 3. Bibliyoterapi Uygulamasında Özdeşim Kurma Kategorisine Ait Sorulan Soruların Değerlendirilmesine Ait Bulgular.

KATEGORİ: ÖZDEŞİM KURMA			
ALT KATEGORİLER*	KODLAR	FREKANSLAR (n)	
1. OTURUM			
Kahramanın yaşadıkları. (Ö1)	Kod-1: Yardım etti.	Kod-1	6
	Kod-2: Üzüldü ve dışlandı.	Kod-2	5
	Kod-3: Yeni arkadaşlar edindi ve yardım etti.	Kod-3	4
Kahramanla benzerlikler kurma. (Ö2)	Kod-4: İnci'ye benziyorum.	Kod-4	12
	Kod-5: Tostos'a benziyorum.	Kod-5	3
2. OTURUM			
Özdeşim kurulacak kahramanı bulma (Ö3)	Kod-6: Benek	Kod-6	14
	Kod-7: Işığı yanmayan ateş böceği	Kod-7	1
Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma (Ö4)	Kod-8: Işığı yanmadığı için üzgündü.	Kod-8	9
	Kod-9: Gece uçuşuna katılamayacağı için üzgündü çünkü ışığı yanmıyor.	Kod-9	6
3. OTURUM			
Özdeşim kurulacak kahramanı ve yardımcı kahramanları bulma (Ö3)	Kod-10: Kırmızı, Sarı ve Mavi	Kod-10	14
	Kod-11: Kırmızı, Sarı, Mavi, Turuncu, Yeşil	Kod-11	1
Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma (Ö2)	Kod-12: Arkadaşımdan özür diledim (beni affetti.)	Kod-12	11 (3)
	Kod-13: Arkadaşıma resim yapıp hediye ettim.	Kod-13	1
4. OTURUM			
Özdeşim kurulan kahramanın özelliklerini bulma (Ö5)	Kod-14: Utangaç.	Kod-14	11
	Kod-15: Saç bantları... yapıyor ama utangaç.	Kod-15	4
Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma (Ö4)	Kod-16: Utanıyor ve ellerini gözlerine kapatıyordu.	Kod-16	3
	Kod-17: Utanıyor, kendini saklıyordu/gizleniyordu.	Kod-17	12
5. OTURUM			
Özdeşim kurulacak kahramanı ve yardımcı kahramanları bulma (Ö3)	Kod-18: Tırmık, Tüymük ve Kaymak.	Kod-18	12
	Kod-19: Tırmık ve arkadaşları	Kod-19	3
Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma (Ö4)	Kod-20: Evden ayrılınca başına geleceklerden korkuyordu.	Kod-20	11
	Kod-21: Çok Endişeleniyordu.	Kod-21	4
6. OTURUM			
Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma (Ö4)	Kod-22: Öfke sorunu var.	Kod-22	5
	Kod-23: Kuşlar onu rahatsız ediyor.	Kod-23	3
	Kod-24: Kızgınlık/ Çok sinirli.	Kod-24	7
Kendi yaşantısından benzer anılarını paylaşma (Ö2)	Kod-25: Benim kuşlarım daha az.	Kod-25	10
	Kod-26: Kuşlarım yok.	Kod-26	2
	Kod-27: Ben de kızgın oluyorum ama öfke kuşu diye bir şey yoktur.	Kod-27	3
7. OTURUM			
Özdeşim kurulan kahramanın özelliklerini bulma (Ö5)	Kod-28: Pisican	Kod-28	11
	Kod-29: Kedi	Kod-29	4
Kendi yaşantısından benzer anılarını paylaşma (Ö2)	Kod-30: Meşgul olmayı seviyorum, yoksa canım sıkılıyor.	Kod-30	1
	Kod-31: Ben bu kadar hızlı/yaramaz değilim.	Kod-31	11
	Kod-32: Evet, çok koşuyorum.	Kod-32	3
8. OTURUM			
Özdeşim kurulan kahramanın özelliklerini bulma (Ö5)	Kod-33: Dağınık, umursamaz.	Kod-33	12
	Kod-34: Her şeye hayır diyen biri.	Kod-34	3
Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma (Ö4)	Kod-35: Odası ormana dönüşecek, demişti.	Kod-35	9
	Kod-36: Dağınık olduğu için uyarıştı.	Kod-36	6

*Not: Alt kategoriler her oturumda farklı hikayeler kullanıldığı için özdeşim kurmaya yönelik sorular birbirinden farklılık göstermektedir. (Ö1, Ö2...Ö5 vb.)

Özdeşim kurma kategorisinde birinci oturumu incelediğimizde hikâyede sözü edilen Özdeşim kurulan kahramanın yaşadıkları ile ilgili sorulan soruya çocukların verdikleri cevaplara göre; 6 çocuk “Yardım etti”, 5 çocuk “Üzüldü ve dışlandı”, 4 çocuk “Yeni arkadaşlar edindi ve yardım etti” şeklinde sorulara cevap vermişlerdir. “Kahramanla benzerlikler kurma” ile ilgili sorulan soruya çocukların verdikleri cevaplara göre; 12 çocuk “İnci’ye benziyorum” şeklinde soruyu cevaplamışlardır. Özdeşim kurma çocukların hikâyede geçen kahramanı belirleme, farkına varma ve özelliklerini tanımlayabilme ile başlayan ve daha sonra hikâyedeki kahramanla empati kurabilme becerisinin gerçekleştiği bir süreci yaşadıkları görülmektedir.

Özdeşim kurma kategorisinde birinci oturumu incelediğimizde üçüncü ve beşinci oturumları incelediğimizde hikâyede sözü edilen Özdeşim kurulacak kahramanı ve yardımcı kahramanları bulma ile ilgili sorulan soruya çocukların verdikleri cevaplar sonucunda çocukların kahramanı ve yardımcı kahramanların özelliklerini açıklayabildiği görülmüştür.

Özdeşim kurma kategorisinde 2., 4., 5., 6. ve 8. oturumu incelediğimizde hikâyede sözü edilen Kahramanın duygularını anlama ve sorunu bulma ile ilgili sorulan soruya çocukların verdikleri cevaplara göre; “Işığı yanmadığı için üzgündü”, “Gece uçuşuna katılamayacağı için üzgündü çünkü ışığı yanmıyor”, “Utaniyor ve ellerini gözlerine kapatıyordu.”, “Eviden ayrılınca başına geleceklerden korkuyordu” gibi cevaplar sonucunda çocukların kahramanın duygularını anlama ve sorunu bularak özdeşim kurma becerisini geliştirdiği söylenebilir. Özdeşim kurma çocukların hikâyedeki kahramanın duygularını anlama ve nedenlerini açıklama şeklinde gerçekleşmektedir. Bu oturumda çocuklar hikâyede yer alan kahramanın duygularını ve nedenlerini açıkça ortaya koyarak açıklayabilmekte bu da bize çocukların özdeşim kurma becerilerinin geliştiğini göstermektedir.

Özdeşim kurma kategorisinde sekizinci oturumu incelediğimizde hikâyede sözü edilen Özdeşim kurulan kahramanın özelliklerini bulma alt kategorisiyle ilgili sorulan soruya çocukların verdikleri cevaplara göre; 12 çocuk “Dağmık, umursamaz”, 3 çocuk “Her şeye hayır diyen biri” şeklinde sorulara cevap vermişlerdir. Yukarıda tabloda ayrıntılı olarak her oturumda anlatılan hikâyeler ile ilgili çocuklara sorulan sorular sonucunda elde edilen kodlamaların büyük çoğunluğu göstermektedir ki hikâyede geçen kahraman ve olaylarla ilgili olarak bir karakterle özdeşleşen, kendisi ve karakter arasında benzerlikleri fark eden çocukların özdeşim kurma becerisine sahip oldukları söylenebilir (Bulut, 2010). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde özdeşim kurma kategorisinde çocukların uygulama sonunda hikâyedeki kahramanın özelliklerini ve yaşadığı duyguları açıklayarak empati kurduğu, bilgiyi akılda tutma davranışını gösterdiği, böylece bu davranışların öz-düzenleme becerilerinden dikkat ve çalışma belleği alt boyutları özellikleri ile örtüştüğü söylenebilir. (Bkz. Tablo 3.)

Tablo 4. Bibliyoterapi Uygulamasında Katarsis (Arınma) Kategorisine Ait Sorulan Soruların Değerlendirilmesine Ait Bulgular.

KATEGORİ: KATARSİS (ARINMA)			
ALT KATEGORİLER*	KODLAR	FREKANSLAR (n)	
<i>1. OTURUM</i>			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-37: Onun için üzüldü ve ona yardım etmek istedi.	Kod-37	8
	Kod-38: İyi biri böyle davranır.	Kod-38	4
	Kod-39: Arkadaşına yardım etti.	Kod-39	3
Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme (K2)	Kod-40: Endişelenirim, korkarım.	Kod-40	3
	Kod-41: Kim bana yardım edecek diye düşünürüm.	Kod-41	2
	Kod-42: Üzülürüm ve korkarım.	Kod-42	4
	Kod-43: Kötü hissederim.	Kod-43	6
<i>2. OTURUM</i>			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-44: Arkadaşlarına yardım etti.	Kod-44	5
	Kod-45: Arkadaşlarını kurtarmak için cesur davrandı.	Kod-45	6
	Kod-46: Arkadaşlarını korudu, onlara yardım etti.	Kod-46	4
Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme (K2)	Kod-47: Mutlu olurum.	Kod-47	11
	Kod-48: Kendimi cesur/güçlü hissederim.	Kod-48	4

3. OTURUM			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-49:Özür dilediğinde.	Kod-49	10
	Kod-50:Pişman olup, özür dilediğinde.	Kod-50	5
Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma (K3)	Kod-51:Pişman oldum ve özür diledim.	Kod-51	6
	Kod-52:Özür diledim.	Kod-52	9
4. OTURUM			
Kahramanın yaşadıklarını (çözümü) anlama (K1)	Kod-53:Bakış açısını değiştirmesini öneriyor.	Kod-53	9
	Kod-54:Yeni şeyler denemesini öneriyor.	Kod-54	5
	Kod-55:Kendini değiştirmesini söylüyor.	Kod-55	1
Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma (K3)	Kod-56::Bazen cevapları unuttunca utaniyorum.	Kod-56	3
	Kod-57:Bazen oluyor/utaniyorum.	Kod-57	11
	Kod - 58: Utaniyorum ve bunu onlara söylüyorum.	Kod-58	1
5. OTURUM			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-59:Endişelenip, işinin olduğunu söylüyor.	Kod-59	8
	Kod-60:Meşgul olduğunu söylüyor.	Kod-60	2
	Kod-61:Hiç gitmiyor.	Kod-61	3
Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma (K3)	Kod-62:Oldu.	Kod-62	7
	Kod-63:Bazen oluyor.	Kod-63	6
	Kod-64: Misafirlikte kaldığımda hiç gelmeyeceksin sanmışım.	Kod-64	1
	Kod-65:Uyurken kötü rüya görmek.	Kod-65	1
6. OTURUM			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-66:Öfkeleni, bağırdı, çağırdı, hopladı, zıpladı.	Kod-66	3
	Kod-67: Öfkeleni, bağırdı.	Kod-67	7
	Kod-68: Öfkeleni/Kızdı.	Kod-68	5
Duygularını tanıma ve ifade etme (K2)	Kod-69:Yaptıklarımın bozulmasına öfkeleniyorum.	Kod-69	1
	Kod-70: Kardeşim beni kızdırıyor.	Kod-70	4
	Kod-71:Oluyor, sinirleniyorum.	Kod-71	6
	Kod-72:Ben sinirlenmiyorum.	Kod-72	3
	Kod-73:Babama kızıyorum.	Kod-73	1
7. OTURUM			
Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama (K1)	Kod-74:Onun için endişelendi.	Kod-74	3
	Kod-75:Sakin ve yavaş olmasını söyledi.	Kod-75	7
	Kod-76:Koşmamasını söyledi.	Kod-76	5
Kavramı anlamlandırma (K4)	Kod-77:İstediğin şeyleri yapmak.	Kod-77	9
	Kod-78:İstediğin her şeyi yapmak.	Kod-78	6
8. OTURUM			
Kahramanın duygularını anlama (K1)	Kod-79: Çok rahatladı.	Kod-79	9
	Kod-80: Mutlu/ iyi hissetti.	Kod-80	6
Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme (K2)	Kod-81: Korkardım.	Kod-81	5
	Kod-82: Kötü hissedirdim.	Kod-82	7
	Kod - 83: Hayvanlarla oynardım/ onları severdim.	Kod-83	3

*Not: Alt kategoriler her oturumda farklı hikayeler kullanıldığı için Katarsis (Arınma) kategorisine yönelik sorular birbirinden farklılık göstermektedir. (K1, K2...K4 vb.)

Katarsis (arınma) kategorisinde birinci oturumda “Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama” alt kategorisinde ki soruya çocukların 8’i “Onun için üzülür ve ona yardım etmek istedi.”, 4 çocuk “İyi biri böyle davranır.” 3 çocuk ise “Arkadaşına yardım etti.” şeklinde cevap vermişlerdir. Katarsis (arınma) kategorisinde birinci oturumda “Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme” alt kategorisinde ki soruya 4 çocuk “Üzülürüm ve korkarım.” 6 çocuk “Kötü

hissederim.” Şeklinde cevaplar vermişlerdir. Aynı şekilde 1, 2., 6. Ve 8. oturumlarda Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme alt kategorisinde (K2) çocuklar kahramanın yaşadığı problemi anlayarak kendi yaşantısıyla bağlantı kurması ve sorunun üstesinden gelme konusunda yeni yollar keşfetmesi çocuğun duygularını rahatça ifade etmesini sağlamıştır. Aynı şekilde 2., 3., 4., 5., 6., 7., ve 8. oturumlarda da “Kahramanın yaşadıklarını (problemi) anlama” (K1) alt kategorisinde çocuklar kahramanın yaşadığı problemi anlayarak kendi bastırılmış duygularını açığa çıkarma ve sorunun üstesinden gelerek duygusal rahatlatma yaşadıkları ve böylece katarsis aşamasını başarılı bir şekilde gerçekleştirdikleri söylenebilir. (Bkz. Tablo 4.)

Katarsis (arınma) kategorisinde üçüncü oturumda “Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma” alt kategorisinde ki soruya 6 çocuk “Pişman oldum ve özür diledim” 9 çocuk “Özür diledim” şeklinde cevap vermişlerdir. Birey, karakterin deneyimini kendi deneyimleriyle bağdaştırır. 3., 4. Ve 5. Oturumlarda da çocuklar “Kendi yaşantısında benzer anılarını paylaşma” alt kategorisinde benzer cevaplar vermiş ve böylece çocuk kahramanla empati kurar ve kendi duygularını açıklayarak soruna farklı çözüm yolları getirdiğini söyleyebiliriz (Leana-Taşçılar, 2012). Çocuk hikâyedeki karakterle özdeşleşir ve karakterle duygusal bağ kurmaya başlar Çocuk kendi duygularını ve hikâye kahramanın duygularını anlamaya çalışarak kendi duygularını açıklamaya çalıştığını söyleyebiliriz.

Bu sonuçlar değerlendirildiğinde Katarsis (arınma) kategorisinde çocukların uygulama sonunda hikayedeki kahramanın özelliklerini ve yaşadığı duyguları açıklayarak bastırılmış duygularını açığa çıkararak, sorunun üstesinden gelme yollarını keşfederek duygusal rahatlatma sağladığını, böylece bu davranışların öz-düzenleme becerilerinden engelleyici kontrol alt boyutu özellikleri ile örtüştüğü söylenebilir. (Bkz. Tablo 4.)

Tablo 5. Bibliyoterapi Uygulamasında İlgörü ve Genelleştirme Kategorisine Ait Sorulan Soruların Değerlendirilmesine Ait Bulgular

KATEGORİ: İÇGÖRÜ VE GENELLEŞTİRME			
ALT KATEGORİLER*	KODLAR	FREKANSLAR (n)	
1. OTURUM			
Çıkarım yapma (genelleştirme)-duyguları ifade etme (İG1)	Kod-84:İyi niyetli, fedakar olmalıyız.	Kod-84	3
	Kod-85: Güzel davranmalıyız.	Kod-85	4
	Kod-86: Yardım etmeliyiz.	Kod-86	8
Kavramı anlamlandırma (İG2)	Kod-87: Mutlu, üzgün, şaşkın, kızgın, endişeli.	Kod-87	3
	Kod-88: Üzgün, kırgın ve mutsuz.	Kod-88	5
	Kod-89:Üzgün	Kod-89	4
	Kod-90: Bilmiyorum.	Kod-90	3
2. OTURUM			
Çözüm yollarını anlama (İG3)	Kod-91: Aşağı-yukarı uçtu.	Kod-91	13
	Kod-92:Düz – ters uçtu.	Kod-92	7
	Kod-93: Daireler çizerek uçtu.	Kod-93	4
	Kod-94:Hızlı-yavaş uçtu.	Kod-94	10
Kendi tanıma ve benzer anılarını paylaşma (İG4)	Kod-95: Arkadaşlarıma yardım etmem.	Kod-95	4
	Kod-96:Hızlı konuşmam.	Kod-96	2
	Kod-97 :Esmer olmam	Kod-97	1
	Kod – 98: Aynıyız.	Kod-98	3
	Kod – 99: Bilmiyorum.	Kod-99	4
	Kod-100: Kalem tutmam, oyun oynamam.	Kod-100	1
3. OTURUM			
Empati kurma ve çözüm bulma (İG5)	Kod-101: Üzülürdüm, özür dilemesini beklerdim.	Kod-101	5
	Kod-102:Üzülürdüm.	Kod-102	7
	Kod-103: Ona kızardım ve küserdim.	Kod-103	3
Çıkarım yapma (genelleştirme)-duyguları ifade etme (İG1)	Kod-104:İyi hissettirir.	Kod-104	8
	Kod-105:Mutlu oluruz.	Kod-105	6
	Kod-106 :Yine birlikte olabiliriz.	Kod-106	1
4. OTURUM			

Çözüm yollarını anlama (İG3)	Kod-107:Yeni şeyler deniyor.	Kod-107	6
	Kod-108: Öğretmenin söylediğini yapıyor.	Kod-108	6
	Kod-109:Bakış açısını değiştiriyor ve mutlu oluyor.	Kod-109	3
Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme (İG6)	Kod-110:Mutlu olurdum.	Kod-110	5
	Kod-111:Kendime daha çok güvenirdim.	Kod-111	7
	Kod-112: Heyecanlanırdım.	Kod-112	4
	Kod-113: Eğlenirdim.	Kod-113	2
5.OTURUM			
Çözüm yollarını anlama (İG3)	Kod-114:Dans edip eğlendi ve başarabilirim dedi.	Kod-114	2
	Kod-115: Başarabilirim dedi.	Kod - 115	7
	Kod-116:Cesaretli hissederek/cesur olarak yaptı.	Kod-116	6
Farklı çözüm yolları bulma (İG7)	Kod-117:Sakin olup, heyecanımızı yenerek.	Kod-117	5
	Kod-118:Cesur olarak.	Kod-118	6
	Kod-119:Kahve içerek	Kod-119	1
	Kod-120:Güvenerek.	Kod-120	3
6.OTURUM			
Çözüm yollarını anlama (İG3)	Kod-121: Bağırarak onları kovmaya çalıştı.	Kod-121	4
	Kod-122:Onları kovmaya çalıştı.	Kod-122	5
	Kod - 123:Kabullendi.	Kod-123	5
	Kod - 124: Sakinleşti ve onları kabullendi.	Kod-124	1
Çıkarım yapma (genelleştirme)-duyguları ifade etme (İG1)	Kod-125:Sakin kalmaya	Kod-125	9
	Kod-126:50'ye kadar saymaya.	Kod-126	1
	Kod-127 :Kabullenmeye	Kod-127	5
7.OTURUM			
Farkındalığı ifade etme (İG8)	Kod-128:Sakin kalmayı öğrendi.	Kod-128	9
	Kod-129:Güzel davranmayı öğrendi.	Kod-129	1
	Kod - 130: Yavaş olmayı öğrendi.	Kod-130	3
	Kod - 131 : Dinlenmesi gerektiğini öğrendi.	Kod-131	2
Kendi tanıma ve benzer anılarını paylaşma (İG4)	Kod-132:Rahatlatır, dinlendirir.	Kod-132	8
	Kod-133:Güçlülük kazandırır.	Kod-133	2
	Kod-134 : Sakin olunca daha güzel hissediyorum.	Kod-134	5
8.OTURUM			
Çözüm yollarını anlama (İG3)	Kod-135: Rüya düzenli olmasını sağladı.	Kod-135	7
	Kod-136:Rüya görmeseydi dağınık olmaya devam ederdi.	Kod-136	6
	Kod-137 : Eşyalarını bulamayınca dağınık olmaktan vazgeçerdi.	Kod-137	2
Farkındalığı ifade etme (İG8)	Kod-138: Vaktimizi daha iyi kullanırız.	Kod-138	3
	Kod-139: Aradığımızı kolayca buluruz.	Kod-139	7
	Kod - 140: Kolaylık/ rahatlık sağlar.	Kod - 140	3
	Kod - 141:Mutlu oluruz.	Kod-141	2

*Not: Alt kategoriler her oturumda farklı hikayeler kullanıldığı için İçgörü ve genelleştirme kategorisine yönelik sorular birbirinden farklılık göstermektedir. (İG1, İG2...İG8 vb.)

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde birinci oturumda “Çıkarım yapma (genelleştirme)-duyguları ifade etme” alt kategorisinde ki soruya 3 çocuk “İyi niyetli, fedakar olmalıyız”, 4 çocuk “Güzel davranmalıyız”, 8 çocuk “Yardım etmeliyiz” şeklinde cevap vermişlerdir. “Kavramı anlamlandırma” alt kategorisinde 3 çocuk “Mutlu, üzgün, şaşkın, kızgın, endişeli”, 5 çocuk “Üzgün, kırgın ve mutsuz”, 4 çocuk “Üzgün”, 3 çocuk “Bilmiyorum” şeklinde cevap vermiştir. Aynı şekilde 3. Ve 6. oturumda da çocuklar “Çıkarım yapma (genelleştirme)-duyguları ifade etme” alt kategorisinde ki soruya duygularını ifade ettikleri ve sorunların farkına vararak çıkarımlarda buldukları söylenebilir. (Bkz. Tablo 5.)

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde ikinci oturumda “Çözüm yollarını anlama” alt kategorisinde ki soruya 13 çocuk “Aşağı-yukarı uçtu”, 7 çocuk “Düz - ters uçtu”, 4 çocuk “Daireler çizerek uçtu”, 10 çocuk “Hızlı-yavaş uçtu”

şeklinde cevap vermişlerdir. Bu sonuçlara göre çocukların “Çözüm yollarını anlama” alt kategorisinde problemleri çözmeye çelişkiler yaşadığı söylenebilir. Ancak İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde 4., 5., 6., ve 8. Oturumlarda “Çözüm yollarını anlama” alt kategorisinde problemleri anlama ve çözüm yolu bulmada daha başarılı oldukları söylenebilir. (Bkz. Tablo 5.)

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde ikinci oturumda “Kendi tanıma ve benzer anılarını paylaşma” alt kategorisinde ki soruya 4 çocuk “Arkadaşlarıma yardım etmem”, 3 çocuk “Aynıyız”, 4 çocuk “Bilmiyorum” şeklinde cevaplar vermişlerdir. Bu sonuçlara göre bazı çocukların kendilerine dönük çıkarımda bulduklarını bazılarının ise çıkarımda bulunmadıklarını söyleyebiliriz. İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde yedinci oturumda “Kendi tanıma ve benzer anılarını paylaşma” alt kategorisinde çocukların verdikleri cevaplara göre kendilerine dönük çıkarımda bulduklarını ve duygusal farkındalıklarını ifade ettiklerini söyleyebiliriz.

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde üçüncü oturumda “Empati kurma ve çözüm bulma” alt kategorisinde ki soruya 5 çocuk “Üzülürdüm, özür dilemesini beklerdim”, 7 çocuk “Üzülürdüm”, 3 çocuk “Ona kızardım ve küserdim” şeklinde cevaplar vermişlerdir. Bu sonuçlara göre çocukların hikâyede geçen kahramanın yerine kendisini koyabilir ve yaşadığı durumun sadece kendi başına gelmediğini fark eder. Çocukların hikâyede geçen kahramanla empati kurabildiğini ve duygularını açıkça ifade edebildiğini söyleyebiliriz.

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde dördüncü oturumda “Yaşadığı durumla ilgili duygularını ifade etme” alt kategorisinde ki soruya 5 çocuk “Mutlu olurum”, 7 çocuk “Kendime daha çok güvenirdim”, 4 çocuk “Heyecanlanırdım” 2 çocuk “Eğlenirdim” şeklinde cevaplar vermişlerdir. Bu sonuçlara göre çocukların yaşadığı durumla ilgili duygularını açıkça ifade ettiklerini ve olumlu cevaplar verdiklerini söyleyebiliriz.

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde beşinci oturumda “Farklı çözüm yolları bulma” alt kategorisinde ki soruya 5 çocuk “Sakin olup, heyecanımızı yenerek”, 6 çocuk “Cesur olarak”, 1 çocuk “Kahve içerek”, 3 çocuk “Güvenerek” şeklinde cevaplar vermişlerdir. Bu sonuçlara göre çocukların farklı çözüm yollarını bulmada yeterli beceriye sahip olduğunu söyleyebiliriz.

İçgörü ve Genelleştirme kategorisinde yedinci oturumda “Farkındalığı ifade etme” alt kategorisinde ki soruya 9 çocuk “Sakin kalmayı öğrendi”, 1 çocuk “Güzel davranmayı öğrendi”, 3 çocuk “Yavaş olmayı öğrendi”, 2 çocuk “Dinlenmesi gerektiğini öğrendi” şeklinde cevaplar vermişlerdir. Aynı benzer ifadeleri sekizinci oturumda da görmekteyiz. (Bkz. Tablo 5.) Bu sonuçlara göre çocukların duygusal farkındalıklarının yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

Bibliyoterapi içgörü aşamasında kişinin, zihin ve duyguları bütünleşerek yaşadığı probleme dair çözümleri tanımlar (Cornett ve Cornett, 1980, s.18; akt. Afolayan, 1992). Okuyucular, metnin sonucunu değerlendirirken kontrolün kendilerinde olduğunu fark ederler. Bu çıkarımlarını gerçek yaşama aktarabilir, alternatif çözümler getirebilir ve sorunlarının çözümünde sorumluluk üstlenebilirler (Afolayan, 1992).

Birey kendini başkasının yerine koyabilir ve yaşadığı durumun sadece kendi başına gelmediğini fark eder. Genelleştirme küçük çocuklar için biraz daha zor olsa da, ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin ve yetişkinlerin ulaştığı düzeydir. Bu düzeyde sıklıkla birey kendini başkasının yerine koyabilir ve var olan durum ya da problemin sadece kendisinin yaşamadığını, başkalarının da başına gelebileceğini idrak eder. (Leana-Taşçılar, 2012). Bibliyoterapi uygulamasının sonuçları analiz edildiğinde genel anlamda çocukların hikâyeler ile ilgili sorulara verdikleri cevaplar doğrultusunda özdeşim kurma, duygularını ifade etme, problemleri tanımlama ve çözüm yolları bulma, farkındalık ve empati becerilerinin geliştiğini söyleyebiliriz. Bibliyoterapi uygulaması sonucunda ulaşılan bu bulgular öz-düzenleme becerileri olan dikkat, görsel ve mekânsal bilgi, bilgiyi akılda tutuma, zihinsel dengeyi sağlama, olaylar arası bağlantı kurma ve sorunların üstesinden gelme yöntem ve davranışlarını keşfetme vb. boyutlarını destekler niteliktedir.

Araştırma örnekleminde yer alan okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerilerini belirlemek için bibliyoterapi uygulaması öncesinde ve sonrasında “Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Anne Formu)” uygulanmış ve sonuçları Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6. Ön test Puanları ile Sontest Puanları için İlişkili ölçümler t-testi İstatistik Dağılımları

GRUP	Katılımcı Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	sd	t	p
ÖNTEST	15	75,4000	7,79010	14	-4,775	,000
SONTEST	15	85,3333	6,39940			

Okul öncesi dönem çocuklarına uygulanan “Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Anne Formu)” ön test ve son test ilişkili ölçümler T-testi sonucunda iki uygulama arasında

anlamli bir fark olduğu tespit edilmiştir. ($t=-4,775$; $p<0,01$) Annelerin bibliyoterapi uygulaması sekiz gün sürmüş ve hemen arkasından okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerileri ölçülmüştür. Böylelikle çocukların öz-düzenleme becerilerine etki eden diğer faktörlerin etkisi en aza indirilerek annelerin bibliyoterapi uygulamasının etkisi ölçülmeye çalışılmıştır. Ancak öz-düzenleme becerileri (Emre ve ark., 2019; Saraç, Abanoz ve Ogelman, 2021; Vardi ve Demiriz, 2021) ile bibliyoterapi uygulamaları (Shepherd ve Koberstain, 1989; Akgün ve Benli, 2019). konusunda kısa süreli araştırmalar olsa da dış faktörlerin neler olduğu konusunda kesin bir yargıya varmak bu araştırmalarla mümkün olmasa da çocukların öz-düzenleme becerilerinde ki farkın bibliyoterapi uygulamasından sonra gerçekleşmiş olması gerçeğini de göz önünde bulundurduğumuzda çocukların davranışlarına etki edebilecek dış faktörler olan anne-baba tutumları, öğretmen tutumları, akran ilişkileri ve eğitim programı gibi kısa bir sürede davranışlara etkisinden söz edebileceğimiz kadar edemeyeceğimiz faktörlerde göz önünde bulundurulduğunda bibliyoterapi uygulamasının çocukların davranışında az sayılamayacak (Ön test: $\bar{x}=75,40$; Son test: $\bar{x}=85,33$) bir değişime yol açtığı gerçeğini görmezden gelemeyeceğimizi söyleyebiliriz. Bu sonuca göre, 4-6 Yaş Çocukların Öz-düzenleme Becerisi üzerinde annelerin bibliyoterapi uygulamalarının azda olsa etkili olduğu söylenebilir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Sonuç

Araştırma sürecinde elde edilen bulgular bu bölümde ayrıntıları ile tartışılarak daha önce yapılmış olan benzer araştırmaların sonuçlarıyla karşılaştırılarak verilmiştir.

Öz-düzenleme çok bileşenli bir yapı olarak, çocukların davranışsal, bilişsel ve duygusal düzenlemeleri kapsayan tamamlayıcı bir kavramdır. Davranışsal düzenleme, dikkat odaklama, çalışma belleği ve engelleyici kontrol gibi yürütücü işlev becerilerini ifade eder (Astarlar, 2019) Araştırma sonuçlarına göre, annelerin bibliyoterapi uygulamaları sonrasında çocukların öz-düzenleme beceri puanlarının artış gösterdiği bulunmuştur. Ancak bibliyoterapi uygulamaları sonrasında Uygulama etkinliklerinin anneler tarafından çok olumlu karşılandığı izleme etkinliklerinin değerlendirmesi sonucunda görülmüş ve çocukların öz-düzenleme becerilerinde çok olumlu bir gelişme sağlandığı yapılan ilişkili ölçümler t testi sonucunda gözlemlenmiştir. Bibliyoterapi yönteminin okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarında özellikle kişiler arası problem çözme sosyal olan çözümler konusunda çözüm sayılarının anlamlı derecede arttığını göstermektedir (Uyar ve Güleç, 2021).

Okul öncesi dönemde temelleri atılan öz-düzenleme becerilerinin kazanılması da çocuğun kendisiyle ilgili duygu ve düşüncelerini olumlu yönde etkileyerek benlik algısı düzeyini, duygu ve düşüncelerini denetleme, düzenleme; çocuğun duygularını, davranışlarını, isteklerini erteleyebilme ya da bastırabilme, kurallara uygun davranabilme, duygularını kontrol edebilme ve dikkatini yönetebilme becerisi gibi kazanımlar çocuğun kendisine yönelik olumlu tutum geliştirmesi sağlayabileceği bir çok araştırmada belirtilmiştir (Bayındır, 2016; Aydın ve Ulutaş, 2017; Erol ve İvrendi, 2018; Tuzcuoğlu ve ark., 2019; Astarlar, 2019; Saraç, Abanoz ve Ogelman, 2021; Vardi ve Demiriz, 2021). Araştırmada elde edilen sonuçlara göre; Schreur (2006)'in bibliyoterapi uygulamaları sonucunda disiplin sorunları nedeniyle okuldan uzaklaştırılan ergenlerin, rehabilitasyonundan olumlu sonuçlar elde etmesi ile Berns (2003)'in yas sürecinde, depresyonda, uyuşturucu madde kullanımı ve diğer davranışsal sorunların önlenmesi ve tedavisinde etkili sonuçlar elde etmesi araştırma sonuçlarımızı desteklemektedir.

Akgün ve Benli, (2019) tarafından hazırlanan durum çalışmasında 48-66 aylık çocuklarda gelişimsel bibliyoterapi sürecinde hikâye kitabının çocuklara sunulması ve örnek sorularla okuma öncesi ve okuma sonrası yapılabilecekler ve uygun takip faaliyetlerinin çok önemli olduğu tespit edilmiştir. Uyar (2020)'in yaptığı araştırmada Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş grubu çocuklarda bibliyoterapinin (iyileştiren hikâyelerin) kişiler arası problem çözme becerilerine etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bibliyoterapi birçok şekilde yararlı olabilir. Her şeyden önce, bireyin sağlıklı gelişimini ve kişiler arası etkileşimini engelleyen, geçmişte biriktirdiği olumsuz duyguların boşalmasına yardım eder (Bulut, 2010).

Bibliyoterapi uygulamasının sonuçlarına göre, ayrıntılı olarak her oturumda anlatılan hikâyeler ile ilgili çocuklara sorulan sorular sonucunda elde edilen kodlamaların büyük çoğunluğu hikâyede geçen kahraman ve olaylarla ilgili olarak bir karakterle özdeşleşen, kendisi ve karakter arasında benzerlikleri fark eden çocukların özdeşim kurma becerisine sahiptirler. Ayrıca çocukların öz-düzenleme becerileri incelendiğinde bibliyoterapi uygulamasından sonra yapılan ölçümlerde çocukların öz-düzenleme becerilerinin yüksek olduğu görülmüştür. Okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerileri ile duygularını ve isteklerini bastırabilme, duygularını kontrol edebilme ve

dikkatini yönetebilme gibi becerilere sahip olduğu düşünüldüğünde; bibliyoterapi uygulamasının sonuçlarına göre, çocukların hikâyeler ile ilgili sorulara verdikleri cevaplar doğrultusunda özdeşim kurma, duygularını ifade etme, problemleri tanımlama ve çözüm yolları bulma, farkındalık ve empati becerilerini geliştirmeleri sonucunda çocukların öz-düzenleme becerilerine de olumlu etkide bulunduğunu söyleyebiliriz.

Öneriler

Daha önce yapılan araştırma sonuçları ve bu araştırmadan elde edilen sonuçlar ile annelerin 4-6 yaş çocuklarına bibliyoterapi uygulamasının, çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucunun paralellik gösterdiği söylenebilir. Okul öncesi dönem çocukların gelişimi açısından çok önemli bir süreci kapsamaktadır. Çocukların öz-düzenleme becerilerini geliştirecek ve destekleyecek etkinliklerden biri olan bibliyoterapi uygulamalarının anneler tarafından yapılması konusunda daha kapsamlı araştırmaların tasarlanması alana önemli bir katkı sağlayacaktır. Bu araştırma sonucuna göre, bundan sonra okul öncesi dönem çocuklarının bibliyoterapi uygulamaları ile öz-düzenleme becerilerini destekleyecek araştırmaların, bibliyoterapi uygulamaları ve öz-düzenleme becerilerinin özelliklerinin ayrıntılı olarak ortaya konulmasına yönelik okul öncesi dönem çocuklarının okula uyumu, motivasyonu, benlik algısı, özgüven ve problem çözme becerileri vb. farklı boyutlarda araştırmaların yapılması önerilmektedir. Araştırmanın sınırlılıklarından biri olan çok küçük bir örnekleme ve kısa süreli bir uygulama yapılması farklı değişkenlerin bibliyoterapi uygulaması ve öz-düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi ayrıntılı bir şekilde ortaya koymayabilir. Bibliyoterapi uygulamalarının sadece öz düzenleme becerileri üzerindeki etkisi değil farklı gelişim boyutları açısından da araştırılması önemlidir. Okul öncesi dönem çocuklarının geniş örneklemlerle daha uzun süreli bibliyoterapi uygulamalarına katılmaları sonucunda dil gelişimlerine, sosyal duygusal gelişimlerine ve bilişsel gelişimlerine etkisinin incelenmesi alan yazına büyük ölçüde katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Afolayan, J. A. (1992). Documentary perspective of bibliotherapy in education. *Reading Horizons*, 33, 137-148.
- Akgün, E. ve Benli, G. K. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarla bibliyoterapi: bir uygulama örneği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(1), 100-111. DOI: 10.18863/pgy.392346
- Astarlar, F. (2019). *Okul Öncesi Eğitime Devam Eden 4-6 Yaş Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerinin İzlenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi] Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Aydın F. Ve Ulutaş İ. (2017) Okul öncesi çocuklarda öz-düzenleme becerilerinin gelişimi. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ASED)*. 1(2), 36-45.
- Bayındır, D. (2016). *48-72 aylık çocuklar için öz-düzenleme becerileri ölçeği'nin geliştirilmesi ve çocukların öz-düzenleme beceri düzeyleri ile annelerine bağlanma biçimleri, annelerin ebeveyn davranışları ve psikolojik sağlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi], Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Berns, C. F. (2003). Bibliotherapy: Using books to help bereaved children. *Omega Journal of Death and Dying*, 48 (4), 321-336.
- Bulut, S. (2010). Bibliyoterapi yönteminin okullarda psikolojik danışmanlar ve öğretmenler tarafından kullanılması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(34), 17-31.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Creswell, J. W. (2016). *Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, (Çev. Ed. Selçuk Beşir Demir). Ankara: Eğiten Kitap Yayıncılık.
- Dinçer, S. (Ed.). (2016) *Dört-Beş Yaş Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerinin İncelenmesi* (s. 459-473). Ankara: Pegem Akademi.
- Emre, O.; Tarkoçin, S.; Temiz, A. ve Ulutaş, A. (2019). 48-62 Aylık Çocukların Öz-düzenleme Becerileri ve Ebeveynlerin İletişim Kurma Düzeyleri Arasındaki İlişki. *İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, (INIJOSS) , 8(2), 519-528.
- Erol, A. ve İvrendi, A. (2018). 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi (Anne Formu). *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 178-195.
- Ertürk, H. G. (2013). *Öğretmen çocuk etkileşiminin niteliği ile çocukların öz-düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Jalongo, M. (1983). Bibliotherapy: literature to promote socioemotional growth. *The Reading Teacher*, 36(8), 796-803.
- Kurt, T. (2018). *Bibliyoterapi yönteminin üstün zekalı ve yetenekli çocukların empati düzeyine etkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans

tezi] Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Leana – Taşcılar, M. Z. (2012). Üstün zekâlı ve yetenekli öğrencilerin de bulunduğu sınıflarda bibliyoterapi kullanımı: model önerisi. *Türk Üstün Zeka ve Eğitim Dergisi*, 118-136.
- Saraç, S., Abanoz, T. ve Ogelman, H. G. (2021) Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerilerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)* 2(3), 1-11, DOI: 10.51503/gpd.847786
- Schreur, G. (2006). Using bibliotherapy with suspended students. *Reclaiming Children and Youth*, 15 (2), 106-111.
- Smith-Donald, R., Raver, C. C., Hayes, T., ve Richardson, B. (2007). Preliminary construct and concurrent validity of the Preschool Self-regulation Assessment (PSRA) for field-based research. *Early Childhood Research Quarterly*, 22(2), 173-187. doi:10.1016/j.ecresq.2007.01.002
- Tuzcuoğlu, N; Azkeskin, K. E.; Küsmüş, G. İ. ve Cengiz, Ö. (2019). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz-düzenleme Becerileri ile Benlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (Özel sayı), 607-623.
- Uyar, F. N. (2020). *5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Bibliyoterapinin Özgüven Ve Kişiler Arası Problem Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Uyar, F. N. ve Güleç, H. (2021). 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Bibliyoterapinin Kişiler Arası Problem Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi, *Eğitim Bilim ve Araştırma Dergisi*, 2 (2), 122-139.
- Vardi, Ö. ve Demiriz, S. (2021). 5-6 Yaş çocuklarının davranışsal öz-düzenleme ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(3), 1993-2029

The Effect of Bibliotherapy Applied by Mothers on Self-Regulation Skills of 4-6 Year Old Children

Ahmet SAKİN^{id}, Melek YILDIRIM^{id}

Introduction and purpose

The importance of the preschool period in the development of the child is well-known. In this period when many behaviours and skills develop, there is also the formation of self-regulation skills. Self-regulation skills enable the child to gain the skills to delay or suppress their emotions, behaviours, wishes, to act in accordance with the rules, to control their emotions and to manage their attention. In general, self-regulation skill has an important role in the development, learning and social relations of the individual.

While self-regulation skills develop from infancy and childhood to adulthood, maturation is under the influence of familial and external factors. It is seen that the child is permanent in establishing a successful self-regulation basis in the first three years and in gaining skills in this process. (Dincerand Serkan, 2016)

Purpose

The aim of this research, which is within the scope of family education, is to support the development of children in an easy and economical way in many respects, by making use of the healing power of stories by the mothers' bibliotherapy practices. This research aims to determine the extent to which preschool children's self-regulation skills are affected by mothers' bibliotherapy practices. In the research, an answer is sought to the question "Does the bibliotherapy practices of mothers have an effect on the self-regulation skills of 4-6 year old children?"

LiteratureReview

Behavior regulation level determines the development to be experienced in the pre-school period and also has an active role in the level of success to follow in the pre-school period. (Bayindir, 2016)

It is known that children with advanced self-regulation skills behave by distinguishing between appropriate and inappropriate behaviors. Studies have shown that children who do not develop self-regulation skills have difficulties in academic skills and that self-regulation is something that can be taught (Emre et al., 2019).

Methodology

In this study, quantitative and qualitative methods were used together. A single-group pre-test-post-test experimental design from the quantitative methods was used. Experimental studies are studies to test the effect of the differences determined by the researcher on the dependent variable. In addition, case study, which is one of the qualitative research methods, was also used in this research. Fifteen children and their mothers participated in the study. Within the scope of the research, 8 sessions were applied. Before the sessions and at the end of the 8 sessions, the "Scale for Evaluating Preschool Children's Self-Regulation Skills (Mother Form)" was applied. In each session, mothers conducted the process by reading a book to their children and asking questions. The researcher collected audio, video recording data and activity outputs from mothers while reading stories and asking questions. These collected data were investigated and analysed by the researcher. The analysis was completed by entering the pretest-

posttest data into the SPSS.21 program.

Results, conclusion and suggestions

In the study, the self-regulation skills of 15 children, 10 girls (67%) and 5 boys (33%), were examined. When the educational status of the mothers is examined, there are 2 primary school graduates (13%), secondary school graduate 1 person (7%), high school graduate 5 people (33%), undergraduate degree 5 people (33%), postgraduate degree 2 people (13%).

When the results of the bibliotherapy application are analyzed, we can say that, in general, children's ability to identify, express their feelings, identify problems and find solutions, awareness and empathy skills are in line with their answers to the questions about the stories.

As a result of the related measures T-test, it was determined that there was a significant difference in the Self-Regulation Skills of 4-6 Years Old Children's Bibliotherapy Application of their Mothers. ($t=-4.775$; $p<0.01$) Accordingly, it was concluded that mothers' bibliotherapy practices were effective in increasing children's self-regulation skills.

Schreur (2006) obtained positive results from the rehabilitation of adolescents who were expelled from school due to disciplinary problems, with group reading plans. Berns (2003) suggested that bibliotherapy can be used in the school setting for the prevention and treatment of grief, depression drug use and other behavioral problems.

In the case study prepared by Akgün and Benli, (2019), it was determined that presenting the storybook to the children during the developmental bibliotherapy process of 48-66 month-old children, what can be done before and after reading with sample questions, and appropriate follow-up activities are very important. In the study conducted by Uyar (2020), it was determined that bibliotherapy (healing stories) has an effect on interpersonal problem solving skills in children aged 5-6 years attending pre-school education institutions.

It can be said that the results obtained in these studies are parallel with the result that mothers' application of bibliotherapy to their children aged 4-6 has a positive effect on children's self-regulation skills. Preschool period covers a very important process for the development of children. The design of more comprehensive studies on bibliotherapy practices, which is one of the activities that will develop and support children's self-regulation skills, will make an important contribution to the field. As a result of this research, it is recommended that different studies be conducted to support preschool children's bibliotherapy practices and self-regulation skills.

Bu makaleye atıf yapmak için / To cite this article:

Sakin, A. & Yıldırım, M. (2022). Annelerinin bibliyoterapi uygulamasının 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerisi üzerindeki etkisi. *Temel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2 (1): 44-59. doi: 10.55008/te-ad.1038335