



## Multidimensional Intervention Approach to Primary and Middle School Children Anxiety

Ali ERYILMAZ <sup>a\*</sup> (ORCID ID - 0000-0001-9301-5946)  
Hacer YILDIRIM-KURTULUŞ <sup>b</sup> (ORCID ID - 0000-0002-0880-1318)  
Gülgün UZUN <sup>c</sup> (ORCID ID - 0000-0003-2421-7725)

<sup>a</sup> Yıldız Technical University, Faculty of Education, İstanbul/Türkiye

<sup>b</sup> Ministry of National Education, İstanbul/Türkiye

<sup>c</sup> Ministry of National Education, İstanbul/Türkiye



### Article Info

DOI: 10.14812/cuefd.1022470

#### Article history:

Received 12.11.2021

Revised 03.03.2022

Accepted 30.05.2022

#### Keywords:

Child,  
Anxiety,  
Multidimensional Intervention  
Program,  
Psychoeducation.

#### Research Article

### Abstract

The study aimed to examine the effects of the multidimensional intervention program on the anxiety levels of primary and middle school children. Designed according to a 2x2 pattern on two different experimental and control groups, this research attempted to determine the effectiveness of the children's anxiety scores of different age groups participating in the Multidimensional Intervention Program. The independent variable of the research is the 10-week Multi-Dimensional Intervention Program applied only to the experimental groups between the pre-test and post-test measurements. The dependent variables of the study are the anxiety levels of the children attending primary and middle school. The experimental and control group of Study 1 consists of 10 boys and 10 girls in total, 20 children attending primary school. The age range of the children is between 9-10 years old. The experimental and control group of Study 2 consists of 9 boys and 11 girls, totally 20 children attending middle school. The age range of the children is between the ages of 10-11. According to the results of the research, it was seen that the multidimensional intervention program applied to anxiety was effective on the anxiety levels experienced by children.

## İlkokul ve Ortaokula Devam Eden Çocukların Yaşadıkları Kaygıya Yönelik Çok Boyutlu Müdahale Yaklaşım

### Makale Bilgisi

DOI: 10.14812/cuefd.1022470

#### Makale Geçmişi:

Geliş 12.11.2021

Düzeltilme 03.03.2022

Kabul 30.05.2022

#### Anahtar Kelimeler:

Çocuk,  
Kaygı,  
Çok Boyutlu Müdahale Programı,  
Psikoeğitim.

#### Araştırma Makalesi

### Öz

Bu araştırmanın amacı, çok boyutlu müdahale programının ilkökula ve ortaokula devam eden çocukların kaygı düzeylerine etkisini incelemektir. Bu araştırma, Çok Boyutlu Müdahale Programı'na katılan farklı yaş grubundaki çocukların kaygı puanları üzerindeki etkililiğini belirlemek amacıyla iki farklı deney ve kontrol grubu üzerinde 2x2'lik desene göre tasarlanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni, ön test ve son test ölçümleri arasında sadece deney gruplarına uygulanan ve 10 haftalık Çok Boyutlu Müdahale Programı'dır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise ilkökula ve ortaokula devam eden çocukların kaygı düzeyleridir. Çalışma 1'e ait deney ve kontrol grubu, ilkökula devam eden 10 erkek 10 kız toplamda 20 çocuktan oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 9-10 yaş aralığındadır. Çalışma 2'e ait deney ve kontrol grubu, ortaokula devam eden 9 erkek 11 kız toplamda 20 çocuktan oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 10-11 yaş aralığındadır. Araştırma sonuçlarına göre, kaygıya yönelik uygulanan çok boyutlu müdahale programının çocukların yaşadıkları kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmüştür.

\* Corresponding Author: erali76@hotmail.com

## Introduction

Anxiety, a common psychological problem for school-age children, is defined as a negative emotion in unknown situations and events that negatively affect well-being (Tomb & Hunter, 2004). Children are faced with anxiety types such as school, death, separation, social, test, and performance anxiety since birth (Van Starrenburg, Kuijpers, Hutschemaekers & Engels, 2013). Silverman, La Greca, and Wasserstein (1995) stated that children generally experience anxiety about health and personal harm, exclusion, and contempt by their friends, and family issues. Spielberg (1966) considers anxiety as state and constant anxiety. While constant anxiety is defined as general dissatisfaction with one's life and feeling constantly tense, state anxiety is defined as the uneasiness experienced by the individual as a result of encountering negative life event (Spielberger, 1972). While it is normal to experience state anxiety on certain issues in various periods, it can be a problem for mental health when the level of anxiety is intense and continuous and if the child is faced with situations that prevent him from living healthily and actively (Harrison, Vannest, Davis & Reynolds, 2012). For this reason, the current study investigated the problem of anxiety experienced by children.

In studies examining the effects on the well-being of children with anxiety problems, it has been observed that children with anxiety experience social and emotional problems, and their academic success levels decrease (Donovan & Spence, 2000). McLoone et al. (2006) also stated that anxious children stay away from relationships with other people, they become more and more lonely day by day, and their coping skills and self-esteem are low. Therefore, children with high levels of anxiety should receive professional psychological support to effectively cope with the problems they experience. Otherwise, it is known that children's psychological well-being levels will decrease, they may experience school dropouts, they may experience academic failure and they may experience psychiatric disorders such as depression that require severe treatment, leading to substance addiction (Donovan & Spence, 2000; Rapee, Kennedy, Ingram, Edwards & Sweeny, 2005).

Upon examining the intervention programs designed to effectively cope with childhood anxiety, intervention programs can be found mostly for cognitive behavioral therapy (Barrington, 2005; Chiu et al., 2013; Chorpita et al., 2002; Nauta, Scholing, Emmelkamp & Minderaa, 2013; Walkup, 2008). However, school-based anxiety reduction program (Herzig-Anderson et al., 2012; Vassilopoulos et al., 2013) mindfulness-based cognitive approach-based anxiety reduction program (Biegel et al., 2009; Cotton et al., 2020), intervention program for evidence-based approach (Miller et al., 2011; Davis et al., 2013), and intervention program for emotion control and attachment (Esbjorn, Bender, Reinholdt-Dunne, Muck & Ollendick, 2012) and finally computer-based anxiety prevention programs (Khanna & Kendall, 2010; Thompson, Robertson, Curtis & Frick, 2013) can also be found. However, it is seen that these studies are mostly based on a specific therapy model in terms of their structure, and the number of multidimensional or eclectic interventions is less. In some studies, it has been concluded that eclectic multidimensional interventions are more functional than other intervention methods (Goldfried, 1995; Kelly, 1997).

A considerable amount of literature has been published in Turkey on the effectiveness of the multidimensional intervention model (Eryılmaz, 2018; Eryılmaz & Altınsoy, 2021; Keven-Aklıman & Eryılmaz, 2017). Multidimensional intervention model conducted in these studies is based on psychological problems encountered in non-clinical samples, cognitive-behavioral and positive psychotherapy approaches, self-help skills, literature knowledge, and psychological functioning. In the model, it is aimed to examine the dysfunctional feelings, thoughts, and behaviors of the clients with the cognitive-behavioral approach and to create functional feelings, thoughts and behaviors. In the positive psychotherapy approach, the balance model, which helps individuals to discover and understand themselves, and the behavioral control technique, which helps individuals to see their problems, feelings, thoughts, and behaviors as a whole, are used. Positive-based intervention programs aim to develop positive emotions, thoughts, and behaviors (Sin & Lyubomirsky, 2009), enabling individuals to bring their current potentials to a higher level and helping to realize the strong sides (Keyes, 2003). Self-help in the model is considered with the understanding that people will use their abilities and solve their

problems while adapting to their environment (Eryılmaz, 2018; Eryılmaz & Altınoy, 2021; Keven-Aklıman & Eryılmaz, 2017; Peseschkian, 1996,2000).

The onset of 75% of the anxiety problems experienced by children covers the age range of 11 to 21 (Kessler et al., 2005). However, the majority of children and adolescents with high levels of anxiety cannot receive the treatment they need (Essau, 2003). When childhood anxiety problems are left untreated or unrecognized, they may continue into the adult life (Reef, Diamantopoulou, van Meurs, Verhulst & van der Ende, 2009). Although they experience feelings of anger and hopelessness, they may have difficulty in controlling their life (Alladin, 2012), causing low the self-esteem and problems in interpersonal relations of the individuals (Asendorpf, 2000). If the anxiety problem is left untreated, an increase in negative emotions, thoughts, and behaviors of individuals can be observed and the rates of substance use increase (Cheng & Page, 1989). It is therefore important to be able to deal with the anxiety problem actively for a healthy identity development (Hamer & Bruch, 1994), to intervene in children with anxiety problems as early as possible and to carry out preventive studies. According to Spence and Dadds (1996), early interventions protect children's well-being and improve their problem-solving skills. Early interventions and preventive studies may prevent anxiety problem reaching to an advanced level, eliminating the need for clinical treatment, and thus saving the cost of mental health services. Lack of preventive studies may result in the failures in the interventions, discontinuation of the treatment by children and adolescents and unsuccessful termination of anxiety problem (Donovan & Spence, 2000; Essau, 2005; Farmer, Burns, Phillips, Angold & Costello, 2007; Farrell & Barrett, 2007). According to Donovan and Spence (2000), ineffective intervention plans and treatments and high dropout rate due to late implementation, anxiety disorder and its effects ingrained in the child. For this reason, it is important to intervene in the early stages of children's anxiety. Masia-Warner et al.(2006) also state that school environments can be used to prevent anxiety in children and to intervene early. Barrett and Pahl (2006) also stated that it would be a cost-effective initiative to combine anxiety prevention studies with the course curricula because the studies carried out after the necessary permissions are obtained outside of school hours, problems such as transportation, labeling, time and place will be eliminated. Schools are therefore in a very important position to reach children and work with anxiety problems (Chatterji, Caffray, Crowe, Freeman & Jensen, 2004).

In this study, a multidimensional intervention program was prepared for the anxiety experienced by primary and middle school children, making use of the aforementioned studies. This model is based on an eclectic (holistic) perspective based on many approaches. The eclectic (holistic) perspective is an approach that utilizes many therapy approaches depending on the needs and the nature of the problem, and works by bringing together the ways and techniques of various therapy methods (Luborsky & Barrett, 2006; Wachtel, 2008). According to Norcross (2005), there are many therapeutic techniques in the literature, and adopting an eclectic (holistic) approach to create various solution options considering the needs of the client is valuable and provides benefits in solving the client's problems. An eclectic approach to psychotherapy works well for people with more than one problem, as it uses several different types of therapy as needed. Therefore, the eclectic (holistic) perspective enables us to look at problems from different perspectives in a multidimensional manner and increases the active participation and responsibility level of the client (Beutler, 1983; Gold & Wachtel, 1993; Magnavita, 2002). As a result, multidimensional intervention to children's anxieties seems to be functional.

In this study, the multidimensional intervention program for children prepared with an eclectic (holistic) perspective was used. This multidimensional intervention program prepared for the anxiety experienced by children will contribute to pediatricians, psychiatrists, psychologists, psychological counselors, psychotherapists and educators interested in this field to provide the psychological help that children need. According to many studies,, the implementation of anxiety-oriented intervention programs in school institutions, an important socialization tool for children who spend most of their days at school, is efficient in terms of both crisis intervention and preventive purposes (Cooley-Strickland, Griffin, Darney, Otte & Ko, 2011; Dadds, Spence, Holland, Barrett & Laurens, 1997; Dadds vd., 1999; Donovan & Spence, 2000; Fox et al., 2012; Lock & Barrett, 2003; Miller et al., 2011; Neil &

Christensen, 2009; Shangguan et al., 2020). The multidimensional intervention program applied in this study may also contribute to the work of school psychological counselors. In addition, this research is comprehensive and importance since it includes interventions that will enable anxious children to embody the problems they experience, to express their anxiety, to express other emotions and thoughts, to actively cope with the problems they experience, to provide a multidimensional assessment of events, and to gain new perspectives, and experimental and preventive interventions.

In a nutshell, the current study aimed to examine the effect of a multidimensional intervention program on the anxiety levels of primary and middle school children . To this end, separate study groups have been formed for primary and middle school children . The hypotheses for Study 1 and Study 2 are as follows;

1. There will be a statistically significant decrease in the post-test anxiety scores of the students in the experimental group compared to the students in the control group.
2. The anxiety levels of the students in the experimental group will be statistically significantly decreased from the post-test scores and pre-test scores.

## Method

### Research Model

This research was conducted according to the 2x2 (experimental group / control group x pretest / post-test) design, which is two different experimental and control groups, to determine the effectiveness of primary and middle school attendance on the anxiety scores of children participating in the Multidimensional Intervention Program designed and developed by the researcher. Participants of 40 children (20 primary schools, 20 middle schools) selected from the population are assigned to two the experimental and control groups impartially. The first factor in the model is experimental treatment groups (experimental and control) and the second factor shows repeated measurements (pretest and posttest) of dependent variables (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2018; Karasar, 2016). The independent variable of the research is the 10-week Multidimensional Intervention Program developed by the researcher and applied only to the experimental groups between the pre-test and post-test measurements. The dependent variables of the study are the anxiety levels of primary and middle school children . The design of the study is presented in Table 1.

**Table 1.**  
*Research Pattern*

Working Group	Group	1.Measurement	Process	2.Measurement
Study 1: Primary school children	Experiment	Pre-Test	Experimental Process (Multidimensional Intervention Program)	Post-Test
	Control	Pre-Test		Post-Test
Study 2: Middle school children attending	Experiment	Pre-Test	Experimental Process (Multidimensional Intervention Program)	Post-Test
	Control	Pre-Test		Post-Test

### Study Group

The sample group of the study was determined by the purposive sampling method. Purposive sampling is used when the sample consists of people, events, objects, or situations that have the qualities determined concerning the problem. The participants included in the study are children with anxiety problems. In order to determine the participants of the research, firstly, the "Trait Anxiety Inventory for Children" was applied to 256 primary school children and 302 middle school children. After

the scale implementation, the school psychological counselors made predictions about the children who had high anxiety scores and met the inclusion criteria, and their families, as well as the psychological counselor in the research team. Inclusion criteria of children in both study groups were; not having received a psychiatric diagnosis for anxiety and not using any psychiatric treatment for anxiety.

For study 1, the children in the experimental group consisted of 5 boys and 5 girls, a total of 10 state primary school students. The age range of children is between 9-10 years old. The children in the control group consisted of 5 boys and 5 girls, a total of 10 primary school students affiliated to the Ministry of National Education. The age range of children is between 9-10 years old.

For study 2, the children in the experimental group consisted of 4 boys and 6 girls, a total of 10 state middle school students. The age range of children is between 10-11 years old. The children in the control group consisted of 5 boys and 5 girls, a total of 10 middle school students affiliated to the Ministry of National Education. The children's age range is 10-11 years old.

### **Data Collection Tools**

#### **State-Trait Anxiety Inventory for Children:**

The Turkish adaptation of the "State-Trait Anxiety Inventory for Children" was developed by Spielberger (1973) and its validity and reliability study was carried out by Özusta (1995). The scale aims to evaluate temporary anxiety states such as tension, irritability, haste, and restlessness, and consists of a total of 40 items, 20 items in the State Anxiety Scale and 20 items in the Trait Anxiety Scale. In this study, only the Trait Anxiety Inventory was used. In the State Anxiety subscale of the scale, children are asked to evaluate the situation they are in and how they feel at that moment, while in the Trait Anxiety subscale, the child is generally evaluated according to the frequency of how they feel. In the scale adaptation study, the Cronbach Alpha Coefficient of the State Anxiety Scale was found as .82, and the Trait Anxiety Scale as .81 (Özusta, 1995).

#### **Process**

The multidimensional intervention program applied in this study consists of pre-group preparation, determining the content of group sessions, institutional and school support, selection of group members, and preparation of the group leader, in accordance with the order followed in Delucia-Waack's (2006) group work for children and adolescents. Since the research was carried out in two different schools and at two different educational levels, the counseling process was carried out with two separate study groups and two separate groups. In order to determine the participants of the research, firstly, the "Trait Anxiety Inventory for Children" was applied to 256 primary school children and 302 middle school children. After the scale application, preliminary interviews were conducted with the children with high anxiety scores by the school psychological counselors, and interviews were conducted with the children who met the inclusion criteria and their families. After the scale implementation, individual interviews were conducted with the children who had high anxiety scores and met the criteria for inclusion in the study by the school psychological counselor, and they were informed about the multidimensional intervention process. After the preliminary interviews, the parents of 40 children from 20 primary schools and 20 middle schools who wanted to join the groups were also informed about the group process and informed consent and child consent forms were filled out. In addition, the school administrators where the research was carried out were informed about the psychological counseling process with the group, and ethics committee approval was obtained from the Yıldız Technical University Social and Human Sciences Ethics Committee (Meeting No: 2021/02). In line with the interviews with the children and the results of the scale, the theoretical basis and purpose of the group were determined, and the group process was planned accordingly. Twenty primary school children who want to join the group and 20 middle school children who want to join the group were divided into experimental and control groups by drawing lots. The group processes carried out in the psychological counseling and guidance service room consisted of a 10 weeks period in both study groups. The duration of the implementation, on the other hand, lasted approximately 60 minutes each week.

### Structure and Content of the Program

The "Multidimensional Intervention Program for Anxiety" developed and implemented in this study was carried out as a group counseling practice. The content of the program is presented below:

#### Creating a framework for descriptive analysis

- **First Session:** Taking the definition of anxiety, taking the stories of children about the situations in which they experience anxiety, examining the anxiety experience with 5W1W questions.
- **Second Session:** The questions of how did you feel, what did you think, and how did you behave before, during and after the event with the behavioral control technique to describe the effects of anxiety? were asked to analyze the activity and how the child experiences and solves the problem of anxiety.
- **Third Session:** Examining the effects of anxiety on the body, relationship, achievement, and spirituality with the balance model to identify the symptoms of anxiety.
- **Fourth Session:** Examining the causes of anxiety and examining the effects of problems that cannot be solved for a long time, traumatic situations, events and situations that cause anxiety in daily life, and the presence of developmental problems on anxiety.
- **Fifth Session:** Regulation of distorted thoughts that make the child anxious and out of control with the application of cognitive interventions.
- **Sixth Session:** Transferring alternative thoughts to life with the application of cognitive interventions and doing the activity to solve the problem that causes the child's anxiety.
- **Seventh Session:** Implementing the role-playing technique to develop the ability to cope with anxiety with the application of behavioral interventions and performing the activity *I calm my anxiety*.
- **Eighth Session:** Learning to calm down in times of anxiety with the application of behavioral interventions, self-talk, relaxation exercise, and breath control exercise.
- **Session Ninth:** The effectiveness of distraction from anxiety with the implementation of self-help interventions for anxiety, the effectiveness of those worse off than me to prevent catastrophe, and the application of letter writing to anxiety.
- **Tenth session:** Evaluating the group process to conclude.

#### Findings

The findings of the effectiveness of the multidimensional intervention program to reduce anxiety and the findings of the program conducted with primary school children are given as study 1, and the findings of the program carried out with middle school children are given as study 2. In this context, first of all, descriptive statistics regarding the pre-test and post-test data obtained from the experimental and control groups are given. Then, the pre-test and post-test data obtained from the experimental and control groups were analyzed by way of comparison between the groups. Then, the pre-test and post-test measurements of the experimental group and the pre-test and post-test measurements of the control group were compared within themselves. Thus, the effectiveness of the intervention program to reduce anxiety was examined in terms of children's anxiety scores.

### 1. Study 1: The Effectiveness of a Multidimensional Intervention Program for Anxiety Experienced by Primary School Children

**Table 2.**  
*Descriptive Statistics Results*

Score	Groups	Pre Test Average	Post Test Average	Pre Test SD	Post Test SD	Pre Test SE	Pro-Test SE
Anxiety	Experimental	64.20	34.40	23.95	11.39	7.57	3.60
	Control	51.60	54.80	19.17	17.90	6.06	5.66

As seen in Table 2, while the anxiety pre-test mean score of the children in the experimental group was 65.10 (SD: 16.96; SH: 5.36), the anxiety post-test mean score was 38.90 (SD: 15.04; SE: 4.75). On the other hand, while the anxiety pre-test mean score of the children in the control group was 50.50 (SD: 15.13; SE: 4.78), the anxiety post-test mean score was 56.90 (SD: 18.39; SE: 5.81).

#### Comparison of Experimental and Control Group Pre-Test and Post-Test Scores:

The results of the Mann Whitney U Test performed to compare the groups based on the pre-test and post-test scores are presented in Table 3.

**Table 3.**  
*Group Comparison Results Based on Pre-Test and Post-Test Scores*

Score	Groups	n	$\bar{x}$	$\Sigma$	U	z	p
Pre Test	Experimental	10	12.95	129.50	25.50	-1.853	.06
	Control	10	8.05	80.50			
	Total	20					
Post Test	Experimental	10	7.10	71.00	16.00	-2.572	.00
	Control	10	13.90	139.00			

As seen in Table 3, according to the results of the Mann Whitney U Test conducted to compare the experimental and control groups as a result of the pre-test and post-test applications, no significant difference was found between the anxiety pre-test scores of the children in the comparison between the groups. However, when the experimental and control groups were compared, a significant difference between the anxiety post-test scores of the children in favor of the control group was found. However, the effect size of the post-test scores of the experimental and control groups was high ( $\eta^2 = .58$ ).

#### Findings Regarding the Comparison of the Pre-Test and Post-Test Scores of the Experimental Group:

The findings regarding the comparison of the pre-test and post-test scores of the primary school children in the experimental group are presented in Table 4.

**Table 4.**  
*Comparison of Pre-Test and Post-Test Results of the Experimental Group*

Compared Scores	Groups	n	$\bar{x}$	$\Sigma$	z	p
Pre Test-Post Test	Declining	10	5.50	55.00	-2.805	.00
	Increases	0	0.00	0.00		
	Equal	0				

p<.05

The Wilcoxon Signed Rank Test was conducted to examine the effectiveness of the multidimensional intervention program. The findings showed that the program had a significant effect on reducing anxiety for the children in the experimental group ( $z=-2.805$ ,  $p<.05$ ). As a result of the multidimensional intervention program, the anxiety levels of all children decreased significantly. However, the effect size of the experimental group regarding the pre-test

## 2. Study 2: The Effectiveness of a Multidimensional Intervention Program for Anxiety Experienced by Children Attending Middle School

### Descriptive Statistics:

Descriptive statistics findings are presented in Table 5. As seen in Table 5, the anxiety score of the experimental group was 65.10 in the pre-test, while the anxiety score of the control group was 50.50. While the mean anxiety score of the experimental group was 38.90 in the posttest, the anxiety score of the control group was 56.90.

**Table 5.**  
*Descriptive Statistics Results*

Score	Groups	Pre Test Average	Post Test Average	Pre Test SD	Post Test SD	Pre Test SE	Post Test SE
Anxiety	Experimental	65.10	38.90	16.96	15.04	5.36	4.75
	Control	50.50	56.90	15.13	18.39	4.78	5.81

### Comparison of Groups Based on Pre-Test and Post-Test Scores:

The results of the Mann Whitney U Test performed to compare the groups based on the pre-test and post-test scores are presented in Table 6.

**Table 6.**  
*Group Comparison Results Based on Pre-Test and Post-Test Scores*

Score	Groups	n	$\bar{x}_{sira}$	$\sum_{sira}$	U	z	p
Pre Test	Experimental	10	12.90	129.00	26.00	-1.817	.07
	Control	10	8.10	81.00			
	Total	20					
Post Test	Experimental	10	7.70	77.00	22.00	-2.124	.03
	Control	10	13.30	133.00			
	Total	20					

As seen in Table 6, according to the results of the Mann Whitney U Test conducted to compare the experimental and control groups as a result of the pre-test and post-test applications, no significant difference between the anxiety pre-test scores of the children in the comparison between the groups was found. However, when the experimental and control groups were compared, there was a significant difference between the anxiety post-test scores of the children in favor of the control group. However, the effect size of the post-test scores of the experimental and control groups was high ( $\eta^2 = .47$ )

### Findings Regarding the Comparison of the Pre-Test and Post-Test Scores of the Experimental Group

The findings for the comparison of the pre-test and post-test scores of the middle school children in the experimental group are presented in Table 7.

**Table 7.**  
*Comparison of Pre-Test and Post-Test Results of the Experimental Group*

Compared Scores	Groups	n	$\bar{x}_{sira}$	$\Sigma$	Z	p
Pre Test- Post Test	Declining	10	5.50	55.00	-2.807	.00
	Increases	0	0.00	0.00		
	Equal	0				

p<0,05



As seen in Table 7, the Wilcoxon Signed Ranks Test was used to examine the effectiveness of the multidimensional intervention program. The findings showed that the program had a significant effect on reducing anxiety for the children in the experimental group ( $z=-2.807$ ,  $p<.05$ ). As a result of the multidimensional intervention program, the anxiety levels of all children decreased significantly. However, the effect size of the experimental group regarding the pre-test and post-test scores was high ( $\eta^2 = .89$ ).

### Discussion & Conclusion

According to the results of the research, it was concluded that the multidimensional intervention program developed for anxiety was effective in reducing the anxiety levels experienced by children. When the studies on anxiety in Turkey are examined, different intervention types such as cognitive awareness-based cognitive therapy (Demir, 2017), forgiveness-oriented psycho-education (Çardak, 2012), and recreational activities (Birtürk, 2014) are studied. In the international literature, school-based anxiety prevention and early intervention programs (Feldner et al., 2004; Greenberg et al., 2001; Neil & Christensen, 2009), anxiety reduction interventions based on mindfulness meditations (Miller, Fletcher & Kabat-Zinn, 1995), yoga-based lifestyle interventions (Gupta, Khera, Vempati, Sharma & Bijlani, 2006), and music anxiety reduction interventions (Bradt, Dileo & Shim, 2013) can be found. In the current study, an intervention program for the multidimensional intervention method prepared with an eclectic (holistic) perspective was applied. The content of the program is based on cognitive-behavioral and positive psychotherapy approaches, self-help skills, literature knowledge, and psychological functioning. In this context, when the studies on anxiety are examined the number of studies on intervention to anxiety with cognitive behavioral therapy method is quite high (Barrett, 1998; Barrett & Turner, 2001; Chiu, McLeod, Har & Wood, 2009; Flannery-Schroeder, Choudhury & Kendall, 2005; Hudson et al., 2009; Kendall & Treadwell, 1996; Muris, Meesters & van Melick, 2002; Saavedra, Silverman, Morgan-Lopez & Kurtines, 2010; Shortt, Barrett ve Fox, 2001; Silverman et al., 1999; Wergeland et al., 2014). However, in the related literature, holistic (eclectic) approach (Ahmadi, Mustaffa, Haghdoost & Mansor, 2017; Chongruksa, Parinyapol, Sawatsri & Pansomboon, 2012; Mohr et al., 2017) and positive psychotherapy-oriented anxiety studies (Goodwin, 2010; Heydari, Shirazi & Sanagouyemoharer, 2018; Noferey et al., 2015; Rezaei Dehnavi, Tavakkoli & Montajabian, 2020) were found and these studies are mostly carried out with clinical sample groups. In this study, an anxiety intervention program was organized with non-clinical primary and middle school students with the multidimensional intervention method prepared with an eclectic (holistic) perspective. Due to the limited number of studies on anxiety with non-clinical groups, this current study will contribute to the field and guide practitioners.

Studies have shown that anxiety is one of the most common psychological disorders that individuals encounter (Lépine, 2002). Anxiety levels of individuals who encounter anxiety at any time of their lives has increased exponentially over the years unless they can cope with anxiety in a functional way (Beck & Clark, 1988). Accordingly, intervening anxiety in childhood can be a critical intervention for the rest of life. Oltmanns and Emery (2012) stated that the rate of children experiencing anxiety in childhood is more than 12%. Similarly, in a study conducted with 600 children between the ages of 6 and 14 in Turkey, the prevalence level of children with anxiety was 13% (Bilaç, Ercan, Uysal & Aydın, 2014). As can be seen, it is important to carry out preventive and crisis intervention plans in the early period taking into account the situations that may cause anxiety in children. Otherwise, the effectiveness of intervention studies for the solution of anxiety problems decreases, children who experience anxiety do not continue the program or they stop receiving psychological support. In this case, the well-being of the child is interrupted individually, his social and emotional development is negatively affected, and his anxiety problems increase. However, from an economical perspective which also has a direct effect on society, the health sector suffers economically (Donovan & Spence, 2000; Spence & Dadds, 1996). The intervention studies for primary and middle school students are important to early detect and treat the anxiety problem. In the related literature, primary school (Barrett & Turner, 2001; Bochis & Sandra, 2018; Ghaffar et al., 2019) and middle school (Franco, Mañas, Cangas & Gallego, 2010; Osborne, Kenny & Cooksey, 2007; Putwain & Pescod, 2018; Wigfield & Eccles, 1989; Wigfield & Meece, 1988) intervention studies have been conducted for students' anxiety. However, in this study, a

multidimensional intervention program was designed for the anxiety experienced by both primary and middle school students. Implementation of the program and testing its effectiveness for two different sample groups is an indicator of the strength of this study. However, it is seen in the literature that family involvement is also effective in studies on the anxiety experienced by children (Ginsburg, Silverman & Kurtines, 1995; Kennedy, Rapee & Edwards, 2009; Manassis et al., 2002, Manassis et al., 2014; Mendlowitz et al., 1999; Shortt et al., 2001; Silverman, Kurtines, Jaccard & Pina, 2009; Thulin, Svirsky, Serlachius, Andersson & Öst, 2014). The fact that the anxiety levels of the students did not completely disappear in this study may be due to the lack of direct family participation.

This study is based on the Multidimensional Intervention Approach and prepared with an eclectic (holistic) perspective to reduce the anxiety experienced by children. In future studies, different experimental studies can be carried out with different age groups by using a multidimensional intervention approach and different theoretical techniques. Anxiety levels of children participating in the program can be followed by monitoring and longitudinal studies. However, in this study, the effectiveness of the program was tested with quantitative methods. In future research, the effectiveness of the multidimensional intervention program can be tested with mixed designs in which quantitative and qualitative methods are used together. This research on the multidimensional intervention approach to the anxiety experienced by children can be applied by restructuring in accordance with the developmental levels of students living in various parts of the country and studying at different levels, and the results can be presented comparatively. Teachers and parents can also be included in future intervention studies, and the content and effectiveness of the program can be strengthened by training both groups. Individual psychological counseling may be recommended in cases where the anxiety levels of children participating in group work on coping with anxiety do not decrease and they cannot benefit from group counseling practices.

In this study, a multidimensional intervention program was prepared for the anxiety experienced by children attending primary school (4th grade) and middle school (5th grade). Since providing external validity is an important criterion in experimental studies, the program was applied to two different groups (Büyüköztürk vd., 2018). External validity is defined as the generalizability of the results of studies conducted under similar conditions (Daymon & Holloway, 2010). Thus, the repetition of the findings of studies with the same or similar samples can be seen (Başkale, 2016). Another reason for creating two different groups in this study is the characteristics of the period in which the children live. Students attending the 5th grade of middle school may have high levels of anxiety about adaptation because they have started a new school (Arslan & Tanhan, 2019).

There are limitations to this research. The data obtained from the study is limited to the data from 40 primary and middle school children and the answers given by the children to the inventory. With the multidimensional intervention approach of this research, although the anxiety levels experienced by children decreased, they did not disappear completely. Therefore, the limitation of the sessions of the program applied in the research can be considered as a limitation.

#### **Author Contribution Rates**

The authors of the study contributed equally at all stages from the planning of the research to the writing of the final report.

#### **Ethical Declaration**

In this research, all the rules in the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" were followed and none of the "Actions Contrary to Scientific Research and Publication Ethics" in the second part of the directive were carried out.

#### **Conflict Statement**

The author declares no competing interests

**Acknowledgment**

We would like to thank the psychological counselor candidates who voluntarily participated in the study and shared their experiences during the data collection in this study.

## Türkçe Sürümü

### Giriş

Okul çağındaki çocuklar için en yaygın psikolojik problemlerden biri olarak görülen kaygı, iyilik hâlini olumsuz yönde etkileyen, tam olarak ne olduğu bilinmeyen durumlar ve olaylar karşısında hissedilen olumsuz bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Tomb & Hunter, 2004). Çocuklar doğumdan itibaren okul kaygısı, ölüm kaygısı, ayrılık kaygısı, sosyal kaygı, sınav kaygısı ve performans kaygısı gibi kaygı türleri ile karşılaşmaktadırlar (Van Starrenburg, Kuijpers, Hutschemaekers & Engels, 2013). Silverman, La Greca ve Wasserstein'a göre (1995) çocuklar genellikle sağlık ve kişisel zarar başta olmak üzere arkadaşları tarafından dışlanma, hor görülme durumlarında ve ailesi ile ilgili konularda kaygı yaşamaktadırlar. Spielberg (1966) kaygıyı durumluk ve sürekli kaygı olarak ele almaktadır. Sürekli kaygı, kişinin yaşamıyla ilgili genel bir memnuniyetsizliği ve sürekli gergin hissetmesi olarak tanımlanırken, durumluk kaygı ise herhangi bir olumsuz yaşam olayıyla karşılaşılması sonucu bireyin o an içinde yaşadığı huzursuzluk hâli olarak tanımlanmaktadır (Spielberger, 1972). Belirli konularda, çeşitli zaman dilimlerinde durumluk kaygı yaşanması normal iken, kaygı düzeyinin yoğun ve sürekli olması ve çocuğun yaşamını sağlıklı ve aktif şekilde yürütmesini engelleyen durumlarla karşılaşması ruh sağlığı için problem teşkil etmektedir (Harrison, Vannest, Davis & Reynolds, 2012). Bu doğrultuda bu çalışmada çocukların yaşadıkları kaygı problemi üzerinde çalışılmıştır.

Kaygı problemi yaşayan çocukların iyilik hallerine yönelik etkilerinin incelendiği çalışmalarda, kaygı yaşayan çocukların sosyal ve duygusal açıdan problemler yaşadıkları, akademik açıdan da başarı düzeylerinin düştüğü görülmüştür (Donovan & Spence, 2000). McLoone ve diğ. (2006) de kaygılı çocukların diğer insanlarla olan ilişki kurmaktan uzak durduklarını, gündün güne yalnızlaştıklarını, başa çıkma becerilerinin ve benlik saygılarının düşük olduğunu ifade etmişlerdir. Bununla birlikte yapılan araştırmalarda, kaygı düzeyleri yüksek olan çocukların yaşadığı problemlerle etkin şekilde baş edebilmeleri açısından profesyonel bir psikolojik destek almaları gerektiği ifade edilmektedir. Aksi durumda çocukların psikolojik iyi oluş düzeylerinin azalacağı, okul terki, akademik başarısızlık ve depresyon gibi ağır tedavi gerektiren psikiyatrik rahatsızlıklar yaşayabilecekleri ve son olarak bu durumun madde bağımlılığına yol açabileceği bilinmektedir (Donovan & Spence, 2000; Rapee, Kennedy, Ingram, Edwards & Sweeny, 2005).

Çocukluk çağında yaşanan kaygı ile etkili şekilde başa çıkmak amacıyla hazırlanan müdahale programlarına yönelik araştırmalar incelendiğinde, çoğunlukla bilişsel davranışçı terapi yaklaşımına yönelik müdahale programlarının olduğu görülmektedir (Barrington, 2005; Chiu vd., 2013; Chorpita vd., 2002; Nauta, Scholing, Emmelkamp & Minderaa, 2013; Walkup, 2008). Bununla birlikte, okul temelli kaygıyı azaltma programı (Herzig-Anderson vd., 2012; Vassilopoulos vd., 2013), bilinçli farkındalık temelli bilişsel yaklaşıma dayalı kaygı azaltma programı (Biegel vd., 2009; Cotton vd., 2020), kanıta dayalı yaklaşıma yönelik müdahale programı (Miller vd., 2011; Davis, Gervin, White, Williams, Taylor & McGriff, 2013), duygu kontrolüne ve bağlanmaya yönelik müdahale programı (Esbjorn, Bender, Reinholdt-Dunne, Muck & Ollendick, 2012) ve son olarak bilgisayar temelli kaygı önleme programları (Khanna & Kendall, 2010; Thompson, Robertson, Curtis & Frick, 2013) bulunmaktadır. Ancak bu müdahale çalışmalarının yapısı incelendiğinde bu çalışmaların, daha çok belirli bir terapi modeline dayalı olarak gerçekleştirildiği; çok boyutlu ya da eklettik müdahalelerin sayısının ise daha az sayıda olduğu görülmektedir. Oysaki bazı araştırmalarda, eklettik olarak ifade edilen çok boyutlu müdahalelerin diğer müdahale yöntemlerine göre daha işlevsel olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Goldfried, 1995; Kelly, 1997).

Türkiye'de de çok boyutlu müdahale modelinin etkililiğinin incelendiği çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Eryılmaz, 2018; Eryılmaz & Altınsoy, 2021; Keven-Aklıman & Eryılmaz, 2017). Bu çalışmalarda yürütülen çok boyutlu müdahale modelinin klinik olmayan örneklemelerde karşılaşılan psikolojik sorunları, bilişsel-davranışçı ve pozitif psikoterapi yaklaşımlarını, kendi kendine yardım becerilerini, alanyazın bilgisini ve psikolojik işleyişi temel aldığı görülmektedir. Modelde, bilişsel

davranışçı yaklaşım ile danışanların işlevsel olmayan duygu, düşünce ve davranışların incelenmesi ve işlevsel olan duygu, düşünce ve davranışların oluşturulması amaçlanırken; pozitif psikoterapi yaklaşımında bireylerin kendilerini keşfetmeleri ve anlamalarına yardımcı olan denge modeli ve bireylerin problemlerini, duygu, düşünce ve davranışlarını bir bütün olarak görmelerine yardımcı olan davranışsal kontrol tekniği kullanılmıştır. Pozitif temelli müdahale programları olumlu duygu, düşünce ve davranış geliştirmeyi hedeflemekle birlikte (Sin & Lyubomirsky, 2009) bireylerin mevcut potansiyellerinin daha ileri bir seviyeye getirilmesini ve güçlü taraflarını fark edilmesini sağlamaktadır (Keyes, 2003). Kendi kendine yardım ise insanların çevrelerine uyum sağlarken yeteneklerini de kullanacağı ve sorunlarını çözeceği anlayışıyla modelde ele alınmıştır (Eryılmaz, 2018; Eryılmaz & Altınsoy, 2021; Keven-Aklıman & Eryılmaz, 2017; Peseschkian, 1996, 2000).

Çocukların yaşadıkları kaygı problemlerinin %75'inin başlangıcı 11 ile 21 yaş dilimlerini kapsamaktadır (Kessler vd, 2005). Buna rağmen kaygı düzeyi yüksek olan çocukların ve ergenlerin büyük çoğunluğu ihtiyacı olan tedaviyi alamamaktadırlar (Essau, 2003). Çocukluk çağı kaygı problemleri tedavi edilmeden bırakıldığında ya da fark edilmediğinde, çocuğun yetişkinlik yaşamında da devam edebilmektedir (Reef, Diamantopoulou, van Meurs, Verhulst & van der Ende, 2009). Kaygı yaşayan bireyler; öfke ve ümitsizlik duygularını yaşamakla birlikte hayatın kontrolünü sağlamakta zorlanabilirler (Alladin, 2012). Bu durum bireylerin benlik saygılarını düşürmekte ve kişilerarası ilişkiler konusunda sorun yaşamasına neden olabilmektedir (Asendorpf, 2000). Kaygı problemi ile başa çıkılmadığı takdirde bireylerin olumsuz duygu, düşünce ve davranışlarında artış görülebilmekle ve madde kullanımı oranları artmaktadır (Cheng & Page, 1989). Bununla birlikte Hamer ve Bruch'a (1994) göre sağlıklı bir kimlik gelişimi için kaygı problemiyle aktif olarak başa çıkabilmek oldukça önemlidir. Kaygı problemi yaşayan çocuklara olabildiğince kısa sürede müdahale etmek ve kaygı problemine sebep olabilecek bir durumla karşılaşma ihtimaline karşı önleyici çalışmalar yapmak çocuk ruh sağlığı için önemli olacaktır. Spence ve Dadds'e (1996) göre de kaygıya yönelik erken müdahaleler çocukların iyi oluşunu korumakta ve problem çözme becerisini geliştirmektedir. Erken müdahaleler ile kaygı problemi ileri seviyeye gelmediği için klinik tedavi ihtiyacına gerek kalmaması, ruh sağlığı hizmetlerinin maliyeti açısından tasarruf edilmesi de önleyici çalışmaların avantajlarından. Kaygıya yönelik olarak önleyici çalışmaların yapılmadığı durumlarda, müdahalelerde istenilen faydanın elde edilemediği, geçmişteki örneklerle göre çocuk ve ergenlerin tedaviyi yarıda bıraktıkları ve başarıyla sonlandıramadıkları görülmüştür (Donovan & Spence, 2000; Essau, 2005; Farmer, Burns, Phillips, Angold & Costello, 2007; Farrell & Barrett, 2007). Donovan ve Spence'e (2000) göre, müdahale planlarının ve uygulanan tedavilerin etkili olmaması ve çocukların yarıda bırakmasının sebebi uygulamalara geç kalınması, kaygı bozukluğu ve etkilerinin çocuk üzerinde iyice kökleşmiş bir hal almasından kaynaklanmaktadır. Bu doğrultuda çocukların yaşadıkları kaygıya erken dönemde müdahale etmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Masia-Warner ve diğ. (2006) da çocuklarda kaygıyı önleme ve erken müdahale etmek için okul ortamlarından yararlanılabileceğini belirtmektedirler. Barrett ve Pahl (2006) da kaygıyı önleme çalışmalarının ders müfredatları ile birleştirilmesinin ya da okul saatleri dışında gerekli izinler alındıktan sonra yapılmasının ulaşım, etiketleme, zaman, yer gibi sorunları ortadan kaldıracığı için tasarruflu bir girişim olarak dile getirmişlerdir. Görüldüğü gibi, çocuklara ulaşabilme ve kaygı problemi ile çalışmak için okullar çok önemli bir konumdadırlar (Chatterji, Caffray, Crowe, Freeman & Jensen, 2004).

Bu araştırmada ise anılan çalışmalardan yararlanılarak, ilkokula ve ortaokula devam eden çocukların yaşadıkları kaygıya yönelik olarak çok boyutlu müdahale programı hazırlanmıştır. Araştırmada ele alınan bu model, birçok yaklaşımı temel alarak eklektik (bütüncül) bir bakış açısına dayanmaktadır. Eklektik (bütüncül) bakış açısı, ihtiyaca ve sorunun niteliğine göre birçok terapi yaklaşımından faydalanan, çeşitli terapi yöntemlerinin bireyi anlama biçimini ve tekniklerini bir araya getirerek çalışan bir yaklaşımdır (Luborsky & Barrett, 2006; Wachtel, 2008). Norcross'a (2005) göre alanyazında terapilere ait birçok teknik vardır ve danışanın ihtiyaçları göz önünde bulundurularak çeşitli çözüm seçeneği oluşturmak adına eklektik (bütüncül) yaklaşımı benimsemek büyük bir zenginliktir ve danışanın sorunlarının çözümünde fayda sağlar. Psikoterapide eklektik bir yaklaşım, gerektiğinde birkaç farklı terapi türü kullanan bir yaklaşım olduğundan, birden fazla sorunu olan insanlar için iyi sonuç verir. Dolayısıyla eklektik (bütüncül) bakış açısı, sorunlara farklı pencerelerden ve çok boyutlu olarak bakmamızı sağlamakta, danışanın aktif

katılımını ve sorumluluk üstlenme düzeyini artırmaktadır (Beutler, 1983; Gold & Wachtel, 1993; Magnavita, 2002). Sonuç olarak, çocukların kaygılarına çok boyutlu müdahale edilmesi işlevsel görünmektedir.

Bu araştırmada, çocuklara yönelik hazırlanan bu programda eklektik (bütüncül) bakış açısı ile hazırlanan çok boyutlu müdahale programı temel alınmıştır. Çocukların yaşadıkları kaygıya yönelik hazırlanan bu çok boyutlu müdahale programı sonucunda elde edilecek bulguların, çocuklara ihtiyacı olan psikolojik yardımı sunabilmek açısından pediatristlere, psikiyatristlere, psikologlara, psikolojik danışmanlara, psikoterapistlere ve bu alanla ilgilenen eğitimcilere katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda, günlerinin çoğunu okulda geçiren çocuklar için önemli bir sosyalleşme aracı olan okul kurumlarında kaygıya yönelik hazırlanan müdahale programlarının uygulanması hem krize müdahale hem de önleyici amaçlı olması açısından verimli olduğu görülmektedir (Cooley-Strickland, Griffin, Darney, Otte & Ko, 2011; Dadds, Spence, Holland, Barrett & Laurens, 1997; Dadds vd., 1999; Donovan & Spence, 2000; Fox vd., 2012; Lock & Barrett, 2003; Miller vd., 2011; Neil & Christensen, 2009; Shanguan vd., 2020). Bu doğrultuda, bu araştırmada uygulanan çok boyutlu müdahale programının okulda çalışan psikolojik danışmanların çalışmalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte bu araştırma, kaygılı çocukların yaşadıkları sorunları somutlaştırabilmeleri, kaygıyı ifade edebilmeleri, diğer duygu ve düşüncelerini ifade edebilmeleri, yaşadıkları problemlerle aktif şekilde baş edebilmeleri, olaylara yönelik çok boyutlu değerlendirme sağlayabilme ve yeni bakış açıları kazanabilme becerileri kazandıracak müdahaleler içermesi, deneysel ve önleyici müdahaleleri de kapsamı bakımından oldukça önemlidir.

Sonuç olarak bu araştırmanın amacı, çok boyutlu müdahale programının ilkökula ve ortaokula devam eden çocukların kaygı düzeylerine etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda, ilkökula ve ortaokula devam çocuklar için ayrı çalışma grupları oluşturulmuştur. Çalışma 1 için ve Çalışma 2 araştırmanın hipotezleri şunlardır;

3. Deney grubundaki öğrencilerin kontrol grubundaki öğrencilere göre son test kaygı puanlarında istatistik olarak anlamlı düzeyde azalma olacaktır.
4. Deney grubundaki öğrencilerin kaygı düzeyleri son test puanları ön test puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azalma olacaktır.

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Bu araştırma, araştırmacı tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Müdahale Programı'na katılan ilkökula ve ortaokula devam çocukların kaygı puanları üzerindeki etkililiğini belirlemek amacı ile iki farklı deney ve kontrol grubu olan 2x2'lik (deney grubu / kontrol grubu x öntest / son-test) desene göre tasarlanmıştır. Bu desene göre evrenden seçilen katılımcılar yansız olarak deney ve kontrol gruplarına atanır. Bu araştırmada da evrenden seçilen 40 çocuk (20 ilkökul, 20 ortaokul) yansız olarak iki farklı deney ve kontrol gruplarına atanmıştır. Modeldeki birinci etmen; deneysel işlem gruplarını (deney ve kontrol); ikinci etmen ise bağımlı değişkenlere ilişkin tekrarlı ölçümleri (ön test ve son test) göstermektedir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2018; Karasar, 2016). Araştırmanın bağımsız değişkeni ön test ve son test ölçümleri arasında sadece deney gruplarına uygulanan ve araştırmacı tarafından geliştirilen 10 haftalık Çok Boyutlu Müdahale Programıdır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri ise ilkökula ve ortaokula devam eden çocukların kaygı düzeyleridir. Araştırmanın deseni Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.**  
*Araştırma Deseni*

Çalışma Grubu	Grup	1.Ölçüm	İşlem	2.Ölçüm
Çalışma 1: İlkokula	Deney	Ön Test	Deneysel İşlem (Çok Boyutlu Müdahale Programı)	Son Test
	Kontrol	Ön Test		Son Test

devam eden çocuklar				
Çalışma 2: Ortaokula devam eden çocuklar	Deney Kontrol	Ön Test Ön Test	Deneysel İşlem (Çok Boyutlu Müdahale Programı)	Son Test Son Test

### Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklem grubu, amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme, örneklemin problemle ilgili olarak belirlenen niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesnelere veya durumlardan oluşmasıdır. Bu çalışmada da araştırmaya alınan katılımcılar kaygı problemi yaşayan çocuklardır. Araştırmanın katılımcılarını belirlemek amacıyla ilk olarak ilkokula devam eden 256 çocuğa ve ortaokula devam eden 302 çocuğa “Çocuklar İçin Sürekli Kaygı Envanteri” uygulanmıştır. Ölçek uygulaması sonrasında, okul psikolojik danışmanları tarafından kaygı puanı yüksek olan ve araştırmaya alınma kriterlerini taşıyan çocuklar ve aileleri ile araştırma ekibinde yer alan psikolojik danışman tarafından ön görüşmeler yapılmıştır. Her iki çalışma grubunda da çocukların araştırmaya alınma kriterleri; kaygı konusunda psikiyatrik bir tanı almamış olmak, kaygı konusunda herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanmıyor olmasıdır.

Çalışma 1 için; deney grubundaki çocuklar devlete bağlı bir ilkokula devam eden 5 erkek 5 kız toplamda 10 öğrenciden oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 9-10 yaş aralığındadır. Kontrol grubundaki çocuklar Milli Eğitim Bakanlığına bağlı bir ilkokula devam eden 5 erkek 5 kız toplamda 10 öğrenciden oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 9-10 yaş aralığındadır.

Çalışma 2 için; deney grubundaki çocuklar devlete bağlı bir ortaokula devam eden 4 erkek 6 kız toplamda 10 öğrenciden oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 10-11 yaş aralığındadır. Kontrol grubundaki çocuklar Milli Eğitim Bakanlığına bağlı bir ortaokula devam eden 5 erkek 5 kız toplamda 10 öğrenciden oluşmaktadır. Çocukların yaş aralığı 10-11 yaş aralığındadır.

### Kullanılan Veri Toplama Araçları

#### Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri:

Spielberger (1973) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeğinin” Türkçeye uyarlama, geçerlilik güvenilirlik çalışması Özusta (1995) tarafından yapılmıştır. Ölçek, gerginlik, sinirlilik, telaş ve tedirginlik gibi geçici kaygı durumlarının değerlendirilmesini amaçlamaktadır. Durumluk Kaygı Ölçeği’nde 20 madde ve Sürekli Kaygı Ölçeği’nde 20 madde olmak üzere toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Bu çalışmada ise sadece Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin, Durumluk Kaygı alt ölçeğinde çocuklardan içinde oldukları durum, o anda çocukların kendilerini nasıl hissettiklerinin değerlendirmeleri istenirken, Sürekli Kaygı alt ölçeğinde ise çocuğun genellikle nasıl hissettiğini oluş sıklığına göre değerlendirilmektedir. Ölçek uyarlama çalışmasında Durumluk Kaygı Ölçeği’nin Cronbach Alfa Katsayısı .82, Sürekli Kaygı Ölçeği’nin ise .81 olarak bulunmuştur (Özusta, 1995).

### İşlem

Bu çalışmada uygulanan çok boyutlu müdahale programı, Delucia-Waack’ın (2006) çocuk ve ergenler için grup çalışmalarında izlenen sıraya uygun olarak, grup öncesi hazırlık, grup oturumlarının içeriğinin belirlenmesi, kurum ve okul desteği, gruba üyesi seçimi ve grup liderinin hazırlığı aşamalarından oluşmaktadır. Araştırma iki farklı okul ve iki farklı eğitim seviyesinde gerçekleştirildiği için, iki ayrı çalışma grubu ve iki ayrı gruba psikolojik danışma süreci yürütülmüştür. Araştırmanın katılımcılarının belirlemek amacıyla ilk olarak ilkokula devam eden 256 çocuğa ve ortaokula devam eden 302 çocuğa “Çocuklar İçin Sürekli Kaygı Envanteri” uygulanmıştır. Ölçek uygulaması sonrasında, okul psikolojik danışmanları tarafından kaygı puanı yüksek olan ve araştırmaya alınma kriterlerini taşıyan çocuklar ve aileleri ile ön görüşmeler yapılmıştır. Ölçek uygulaması sonrasında, okul psikolojik danışmanı tarafından kaygı puanı yüksek olan ve araştırmaya alınma kriterlerini taşıyan çocuklar ile bireysel

görüşmeler yapılarak ve çok boyutlu müdahale süreci ile ilgili bilgi verilmiştir. Ön görüşmeler sonrasında gruplara katılmak isteyen 20 ilkokula ve 20 ortaokula devam eden toplam 40 çocuğun velileri de grup süreci ile ilgili bilgilendirilmiş ve bilgilendirilmiş onam ve çocuk rıza formu doldurulmuştur. Bununla birlikte, araştırmanın gerçekleştirildiği okul yöneticileri grupla psikolojik danışma süreci hakkında bilgilendirilmiş ve Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan (Toplantı No: 2021/02) etik kurul izni alınmıştır. Çocuklar ile yapılan görüşmeler ve ölçek sonuçları doğrultusunda grubun kuramsal temeli ve amacı belirlenmiş, bu doğrultuda grup süreci planlanmıştır. İlkokula devam eden ve gruba katılmak isteyen 20 çocuk ve ortaokula devam eden ve gruba katılmak isteyen 20 çocuk kura yöntemi ile deney ve kontrol gruplarına ayrılmıştır. Psikolojik danışma ve rehberlik servisi odasında gerçekleştirilmiş olan grup süreçleri her iki çalışma grubunda da 10 haftalık bir süreçten oluşmuştur. Grupların süresi ise her hafta yaklaşık 60 dakika sürmüştür.

### **Programın Yapısı ve İçeriği**

Bu araştırmada geliştirilen ve uygulanan “Kaygıya Yönelik Çok Boyutlu Müdahale Programı” grupla psikolojik danışma uygulaması şeklinde gerçekleştirilmiştir. Programın içeriği aşağıda sunulmuştur.

- **Birinci Oturum:** Kaygının tanımı, çocukların kaygı yaşadığı durumlara ilişkin öykülerini alma, 5N1K soruları ile kaygı deneyiminin incelenmesi.
- **İkinci Oturum:** Kaygının etkilerini tanımlamak için davranışsal kontrol tekniği ile kaygı yaşanan olay öncesi, olay anı ve olay sonrasında neler hissettin, neler düşündün ve nasıl davrandın? Etkinliği ve çocuğun kaygı problemini nasıl yaşadığını ve nasıl çözdüğünü analiz etmek.
- **Üçüncü Oturum:** Kaygının belirtilerini belirlemek için denge modeli ile kaygının beden, ilişki, başarı ve maneviyat üzerindeki etkilerinin incelenmesi.
- **Dördüncü Oturum:** Kaygının nedenlerinin incelenmesi ile uzun zamandır çözülemeyen problemlerin, travmatik durumların, günlük yaşantıda kaygılandırıran olayların, durumların ve gelişimsel problemlerin varlığının kaygı üzerindeki etkilerinin incelenmesi.
- **Beşinci Oturum:** Bilişsel müdahalelerin uygulanması ile çocuğu kaygılandırıran ve kontrolden çıkaran çarpıtılmış düşüncelerin düzenlenmesi.
- **Altıncı Oturum:** Bilişsel müdahalelerin uygulanması ile alternatif düşüncelerin yaşama aktarılması ve çocuğun kaygısına neden olan problemi çözeceği etkinliğin yapılması.
- **Yedinci Oturum:** Davranışsal müdahalelerin uygulanması ile kaygıyla baş etme becerisi geliştirmek için rol oynama tekniği uygulanması ve kaygı duygumu sakinleştiriyorum etkinliğinin yapılması.
- **Sekizinci Oturum:** Davranışsal müdahalelerin uygulanması ile içsel konuşmalar, gevşeme egzersizi ve nefes kontrolü egzersizi ile kaygı anında sakinleşmeyi öğrenme.
- **Dokuzuncu Oturum:** Kaygıya yönelik kendi kendine yardım müdahalelerin uygulanması ile dikkati kaygıdan uzaklaştırma etkinliği, felaketleştirmeyi önlemek adına benden daha kötü durumda olanlar etkinliği ve kaygıya mektup yazmanın uygulanması.
- **Onuncu oturum:** Sonlandırma amacı ile ve grup sürecini değerlendirme.

### **Bulgular**

Bu bölümde kaygıyı azaltmaya yönelik çok boyutlu müdahale programının etkililiğini sınamaya yönelik bulgular, ilkokula devam çocuklar ile yürütülen programın bulguları çalışma 1 ve ortaokula devam eden çocuklar ile yürütülen programın bulguları çalışma 2 olarak verilmiştir. Bu bağlamda öncelikle deney ve kontrol grubundan elde edilen ön test ve son test verilerine ilişkin betimsel istatistikler verilmiştir. Ardından deney ve kontrol grubundan elde edilen ön test ve son test verileri gruplar arası karşılaştırma yoluyla incelenmiştir. Daha sonra deney grubunun ön-test ve son-test ölçümleri ile kontrol grubunun ön test ve son test ölçümleri kendi içinde karşılaştırılmıştır. Böylece



kaygıyı azaltmaya yönelik müdahale programının etkililiği çocukların kaygı puanları açısından incelenmiştir.

### 1. Çalışma 1: İlkokula Devam Eden Çocukların Yaşadıkları Kaygıya Yönelik Çok Boyutlu Müdahale Programının Etkililiği

**Tablo 2.**  
*Betimsel İstatistik Sonuçları*

Puan	Gruplar	Ön Test Ortalama	Son Test Ortalama	Ön Test SS	Son Test SS	Ön Test SH	Son Test SH
Kaygı	Deney	64.20	34.40	23.95	11.39	7.57	3.60
	Kontrol	51.60	54.80	19.17	17.90	6.06	5.66

Tablo 2’de görüldüğü üzere, deney grubundaki çocukların kaygı ön test puan ortalamaları 65.10 (SS: 16.96; SH: 5.36) iken kaygı son test puan ortalamaları 38.90 (SS: 15.04; SH: 4.75)’dir. Bununla birlikte kontrol grubundaki çocukların kaygı ön test puan ortalamaları 50.50 (SS: 15.13; SH: 4.78) iken kaygı son test puan ortalamaları 56.90 (SS: 18.39; SH: 5.81)’dir.

#### Deney ve Kontrol Grubu Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Ön test ve son test puanlarına dayalı olarak grupların karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 3’de sunulmuştur.

**Tablo 3.**  
*Ön Test ve Son Test Puanlarına Dayalı Olarak Grupların Karşılaştırılma Sonuçları*

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	p
Ön Test	Deney	10	12.95	129.50	25.50	-1.853	.06
	Kontrol	10	8.05	80.50			
	Toplam	20					
Son Test	Deney	10	7.10	71.00	16.00	-2.572	.00
	Kontrol	10	13.90	139.00			
	Toplam	20					

Tablo 3’de görüldüğü üzere, ön test ve son test uygulamaları sonucunda deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre, gruplar arası karşılaştırmada çocukların kaygı ön test puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında, çocukların kaygı son test puanları arasında kontrol grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bununla birlikte deney ve kontrol gruplarının son test puanlarına ilişkin etki büyüklüğünün yüksek olduğu görülmüştür ( $\eta^2 = .58$ ).

#### Deney Grubunun Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

İlkokula devam eden deney grubundaki çocukların ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bulgular Tablo 4’te sunulmuştur.

**Tablo 4.**  
*Deney Grubuna İlişkin Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

Karşılaştırılan Puanlar	Gruplar	n	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma$	Z	p
Ön Test-Son Test	Azalanlar	10	5.50	55.00	-2.805	.00
	Artanlar	0	0.00	0.00		
	Eşit	0				

p<0,05

Çok boyutlu müdahale programının etkililiğini incelemek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi yapılmıştır. Bulgular, deney grubundaki çocuklar için kaygının azalmasında programın belirgin bir etkisinin olduğunu göstermiştir (z=-2.805, p<.05). Çok boyutlu müdahale programı sonucunda çocukların

tamamının kaygı düzeyleri anlamlı düzeyde azalmıştır. Bununla birlikte deney grubunun ön test ve son test puanlarına ilişkin etki büyüklüğünün yüksek olduğu görülmüştür ( $\eta^2 = .89$ ).

## 2. Çalışma 2: Ortaokula Devam Eden Çocukların Yaşadıkları Kaygıya Yönelik Çok Boyutlu Müdahale Programının Etkililiği

### Betimsel İstatistik

Betimsel istatistik bulguları Tablo 5'te sunulmuştur. Tablo 5'te görüldüğü üzere, deney grubunun kaygı puanı ortalaması ön testte 65.10 iken kontrol grubunun kaygı puanı ise 50.50'dir. Deney grubunun kaygı puanı ortalaması son testte 38.90 iken kontrol grubunun kaygı puanı ise 56.90'dır.

**Tablo 5.**  
*Betimsel İstatistik Sonuçları*

Puan	Gruplar	Ön Test Ortalama	Son Test Ortalama	Ön Test SS	Son Test SS	Ön Test SH	Son Test SH
Kaygı	Deney	65.10	38.90	16.96	15.04	5.36	4.75
	Kontrol	50.50	56.90	15.13	18.39	4.78	5.81

### Ön Test ve Son Test Puanlarına Dayalı Olarak Grupların Karşılaştırılması

Ön test ve son test puanlarına dayalı olarak grupların karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

**Tablo 6.**  
*Ön Test ve Son Test Puanlarına Dayalı Olarak Grupların Karşılaştırılma Sonuçları*

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum sıra$	U	z	p
Ön Test	Deney	10	12.90	129.00	26.00	-1.817	.07
	Kontrol	10	8.10	81.00			
	Toplam	20					
Son Test	Deney	10	7.70	77.00	22.00	-2.124	.03
	Kontrol	10	13.30	133.00			
	Toplam	20					

Tablo 6'te görüldüğü üzere, ön test ve son test uygulamaları sonucunda deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre, gruplar arası karşılaştırmada çocukların kaygı ön test puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında, çocukların kaygı son test puanları arasında kontrol grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bununla birlikte deney ve kontrol gruplarının son test puanlarına ilişkin etki büyüklüğünün yüksek olduğu görülmüştür ( $\eta^2 = .47$ ).

### Deney Grubunun Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Ortaokula devam eden deney grubundaki çocukların ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına yönelik bulgular Tablo 7'de sunulmuştur.

**Tablo 7.**  
*Deney Grubuna İlişkin Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

Karşılaştırılan Puanlar	Gruplar	n	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma$	z	p
Ön Test-Son Test	Azalanlar	10	5.50	55.00	-2.807	.00
	Artanlar	0	.00	.00		
	Eşit	0				

p<0,05

Tablo 7’de görüldüğü üzere, çok boyutlu müdahale programının etkililiğini incelemek için Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi yapılmıştır. Bulgular, deney grubundaki çocuklar için, kaygının azalmasında programın belirgin bir etkisinin olduğunu göstermiştir ( $z=-2.807, p<.05$ ). Çok boyutlu müdahale programı sonucunda çocukların tamamının kaygı düzeyleri anlamlı düzeyde azalmıştır. Bununla birlikte deney grubunun ön test ve son test puanlarına ilişkin etki büyüklüğünün yüksek olduğu görülmüştür ( $\eta^2= .89$ ).

### Tartışma ve Sonuç

Araştırma sonuçlarına göre, kaygıya yönelik geliştirilen çok boyutlu müdahale programının çocukların yaşadıkları kaygı düzeylerini azaltmada etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Türkiye’de kaygıya yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde, bilişsel farkındalık temelli bilişsel terapi (Demir, 2017), affedicilik yönelimli psiko-eğitim (Çardak, 2012), rekreatif etkinlikler (Birtürk, 2014) gibi farklı müdahale türleri ile çalışıldığı görülmektedir. Yurt dışı alanyazında ise okul temelli kaygı önleme ve erken müdahale programları (Greenberg ve ark., 2001; Feldner ve ark., 2004, Neil & Christensen, 2009), farkındalık meditasyonlarına dayalı kaygı azaltma müdahaleleri (Miller, Fletcher ve Kabat-Zinn, 1995), yoga temelli yaşam tarzı müdahaleleri (Gupta, Khera, Vempati, Sharma & Bijlani, 2006) ve müzikle kaygı azaltma müdahaleleri (Bradt, Dileo & Shim, 2013) bulunmaktadır. Bu çalışmada ise eklektik (bütüncül) bakış açısı ile hazırlanan çok boyutlu müdahale yöntemine yönelik bir program uygulanmıştır. Programın içeriğine bakıldığında, bilişsel-davranışçı ve pozitif psikoterapi yaklaşımlarını, kendi kendine yardım becerilerini, alanyazın bilgisini ve psikolojik işleyişi temel aldığı görülmektedir. Bu kapsamda kaygı ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, bilişsel davranışçı terapi yöntemiyle kaygıya müdahale çalışmalarının sayısının oldukça fazla olduğu görülmektedir (Barrett, 1998; Barrett & Turner, 2001; Chiu, McLeod, Har & Wood, 2009; Flannery-Schroeder, Choudhury & Kendall, 2005; Hudson ve ark., 2009; Kendall & Treadwell, 1996; Muris, Meesters & van Melick, 2002; Saavedra, Silverman, Morgan-Lopez & Kurtines, 2010; Silverman ve ark., 1999; Shortt, Barrett & Fox, 2001; Wergeland ve ark., 2014). Bununla birlikte ilgili alanyazında, bütüncül (eklektik) yaklaşım (Ahmadi, Mustaffa, Haghdoost & Mansor, 2017; Chongruksa, Parinyapol, Sawatsri & Pansomboon, 2012; Mohr ve ark., 2017) ve pozitif psikoterapi yönelimli kaygı çalışmaları (Goodwin, 2010; Heydari, Shirazi & Sanagouyemoharer, 2018; Noferesty ve ark., 2015; Rezaei Dehnavi, Tavakkoli & Montajabian, 2020) ile ilgili yapılan çalışmalara rastlanmıştır. İlgili alanyazın incelendiğinde, çalışmaların çoğunlukla klinik örneklem gruplarıyla gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu çalışmada ise eklektik (bütüncül) bakış açısı ile hazırlanan çok boyutlu müdahale yöntemiyle klinik olmayan ilkökul ve ortaokul öğrencileri ile kaygıya müdahale programı düzenlenmiştir. Kaygı konusunda klinik olmayan gruplarla yapılan çalışmaların kısıtlı olması nedeniyle bu çalışmanın alana katkı sağlayacağı ve uygulamacılara yol gösterici nitelikte olacağı düşünülmektedir.

Yapılan araştırmalarda, bireylerin en çok karşılaştıkları psikolojik rahatsızlıkların başında kaygı geldiği görülmektedir (Lepine, 2002). Hayatının herhangi bir zaman diliminde kaygı durumu ile karşılaşan bireylerin, kaygı ile işlevsel bir biçimde başa çıkmadığı sürece kaygı düzeyleri yıllar geçtikçe daha da katlanarak artmaktadır (Beck & Clark, 1988). Bu doğrultuda kaygıya çocukluk çağında müdahale edilmesi, yaşamın geri kalan yılları için kritik bir müdahale olabilir. Oltmanns ve Emery (2012) çocukluk döneminde kaygı yaşayan çocukların oranının %12’den fazla olduğunu ifade etmişlerdir. Benzer şekilde, Türkiye’de de 6-14 yaş aralığındaki 600 çocuk ile gerçekleştirilen bir çalışmada, kaygı yaşayan çocukların yaygınlık düzeyinin %13 olduğu görülmüştür (Bilaç, Ercan, Uysal & Aydın, 2014). Görüldüğü gibi, kaygı yaşayan çocuklarda kaygı yaşayabilecek durumlar göz önünde tutularak erken dönemde önleyici ve krize müdahale planlarının yapılması ve yürütülmesi önem teşkil etmektedir. Aksi takdirde kaygı problemlerinin çözümüne yönelik yapılan müdahale çalışmalarının etkililiği düşmekte, kaygı yaşayan çocuklar programa devam etmemekte ya da psikolojik destek yardımını yarıda bırakmaktadırlar. Bu durumda hem bireysel açıdan çocuğun iyi oluşu sekteye uğramakta, sosyal ve duygusal gelişimi olumsuz etkilenmekte hem de yaşadığı kaygı problemleri artmaktadır. Bununla birlikte toplumsal açıdan sağlık sektörü ekonomik olarak zarar görmektedir (Donovan & Spence, 2000; Spence & Dadds, 1996). Tüm bu bilgilerden hareketle ilkökul ve ortaokul öğrencilerine yönelik yapılan kaygıya müdahale çalışmalarının oldukça önemli olduğu söylenebilir. İlgili alanyazında ilkökul (Barrett & Turner, 2001; Bochis ve Sandra, 2018; Ghaffar ve ark., 2019) ve ortaokul (Franco, Mañas, Cangas, & Gallego, 2010;

Osborne, Kenny & Cooksey, 2007; Putwain & Pescod, 2018; Wigfield & Eccles, 1989; Wigfield & Meece, 1988) öğrencilerinin yaşadıkları kaygıya müdahale çalışmalarının yapıldığı görülmektedir. Ancak yapılan bu çalışmada, hem ilkokul hem de ortaokul öğrencilerinin yaşadıkları kaygıya yönelik çok boyutlu müdahale programı düzenlenmiştir. İki farklı örneklem grubuna yönelik olarak programın uygulanması ve etkililiğinin sınanması bu çalışmanın güçlü yanının bir göstergesidir. Bununla birlikte, alanyazında çocukların yaşadıkları kaygı üzerine yapılan çalışmalarda aile katılımının da etkili olduğu görülmektedir (Ginsburg, Silverman & Kurtines, 1995; Kennedy, Rapee & Edwards, 2009; Manassis ve ark., 2002; Manassis ve ark., 2014; Mendlowitz ve ark., 1999; Shortt ve ark., 2001; Silverman, Kurtines, Jaccard & Pina, 2009; Thulin, Svirsky, Serlachius, Andersson & Öst, 2014). Bu çalışmada öğrencilerin kaygı düzeylerinin tamamen ortadan kalkmaması aile katılımının sağlanmamasından kaynaklanabilir.

Bu çalışmada, çocukların yaşadıkları kaygıyı azaltmaya yönelik eklettik (bütüncül) bakış açısı ile hazırlanan çok boyutlu müdahale yaklaşımı temel alınmıştır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, çok boyutlu müdahale yaklaşımı ile farklı kuramsal teknikler bir arada kullanılarak farklı deneysel çalışmalar farklı yaş grupları ile yapılabilir. Programa katılan çocukların kaygı düzeyleri izleme ve boylamsal araştırmalar ile takip edilebilir. Bununla birlikte bu araştırmada programın etkililiği nicel yöntemler ile test edilmiştir. Bundan sonraki araştırmalarda nicel ve nitel yöntemlerin bir arada kullanıldığı karma desenler ile çok boyutlu müdahale programının etkililiği test edilebilir. Çocukların yaşadıkları kaygıya yönelik çok boyutlu müdahale yaklaşımı konulu bu araştırma, ülkenin çeşitli yerlerinde yaşayan ve farklı kademelerde okuyan öğrencilere yönelik gelişim düzeylerine uygun olarak yeniden yapılandırılarak uygulanabilir ve çıkan sonuçlar karşılaştırmalı olarak sunulabilir. Bundan sonra yapılacak müdahale çalışmalarına öğretmenler ve veliler de dâhil edilebilir ve iki gruba da eğitimler verilerek programın içeriği ve etkililiği güçlendirilebilir. Kaygı ile başa çıkma konusunda grup çalışmalarına katılan çocukların kaygı düzeylerinin azalmadığı, grupla psikolojik danışman uygulamalarından yararlanmadığı durumlarda bireysel psikolojik danışma yapılması önerilebilir.

Bu araştırmada ilkokula (4. Sınıf) ve ortaokula (5. Sınıf) devam eden çocukların yaşadıkları kaygıya yönelik olarak çok boyutlu müdahale programı hazırlanmıştır. Deneysel çalışmalarda dış geçerliği sağlamak önemli bir ölçüt olduğu için bu araştırmada iki farklı gruba program uygulanmıştır (Büyüköztürk ve Ark., 2018). Dış geçerlik, benzer koşullarda yapılan çalışmaların sonuçlarının genellenebilirliği olarak tanımlanmaktadır (Daymon & Holloway, 2010). Böylelikle aynı ya da benzer örneklemli araştırmaların bulgularının tekrarlanma durumları görülmüş olur (Başkale, 2016). Bu çalışmada iki farklı grup oluşturulmasının bir başka sebebi de çocukların içinde bulunduğu dönem özellikleridir. Ortaokul 5. sınıfa devam eden öğrencilerin yeni bir okula başladıkları için uyum konusunda kaygı düzeyleri yüksek olabilmektedir (Arslan & Tanhan, 2019).

Bu araştırmaya ait sınırlılıklar bulunmaktadır. Yapılan çalışmadan elde edilen veriler ilkokula ve ortaokula devam eden 40 çocuktan elde edilen veriler ile ve çocukların envantere verdikleri cevaplar ile sınırlıdır. Bu araştırma çok boyutlu müdahale yaklaşımının çocukların yaşadıkları kaygı düzeylerini azaltmakla birlikte, tamamen ortadan kaldırmadığını ortaya koymuştur. Bu doğrultuda araştırmada uygulanan programın oturumların kısıtlılığı da bir sınırlılık olarak sayılabilir.

#### **Yazar Katkı Oranı**

Araştırmanın yazarları araştırmanın planlanmasından sonuç raporunun yazılmasına kadar tüm aşamalarda eşit bir şekilde katkı sunmuşlardır.

#### **Etik Beyan**

Bu araştırmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesinde’ yer alan tüm kurallara uyulmuş ve yönergenin ikinci bölümünde yer alan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemlerden” hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

#### **Çatışma Beyanı**

Mevcut araştırmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Teşekkür Bildirimi**

Bu çalışmadaki verilerin toplanması sırasında çalışmaya gönüllü olarak katılıp, deneyimlerini paylaşan psikolojik danışman adaylarına teşekkür ederiz.

## References

- Aslan, A. S. ve İzci, E. (2017). Ortaokul İngilizce öğretim programının öğretmen görüşlerine göre bağlam, girdi, süreç ve ürün (CIPP) modeli ile değerlendirilmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (2), 33-44.
- Alkan, M. F. ve Arslan, M. (2014). İkinci sınıf İngilizce öğretim programının değerlendirilmesi. *Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Çalışmaları Dergisi*, 4 (7), 87-99.
- Arı, A. (2014). İlköğretim altıncı sınıf İngilizce öğretim programına ilişkin öğretmen görüşleri. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 7 (2), 172-194.
- Bulut, İ. ve Atabey, E. (2016). İlkokul 2.sınıf İngilizce dersi öğretim programının uygulamadaki etkililiğinin değerlendirilmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (3), 257-280.
- Büyükduman, F. İ. (2005). İlköğretim okulları İngilizce öğretmenlerinin birinci kademe İngilizce öğretim programına ilişkin görüşleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 55-64.
- Cihan, T. ve Gürten, E. (2013). İlköğretim 5.sınıf İngilizce dersi öğretim programına ilişkin öğretmen görüşleri. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13 (1), 131-146.
- Crystal, D. (2003). *English as a global language*. New York: Cambridge University Press.
- Creswell, J.W., (1998). *Qualitative inquiry and research design choosing five traditions*. Londra: Sage Yayıncılık, ThousandOaks.
- Çelebi, M. D. (2006). Türkiye’de anadil eğitimi ve yabancı dil öğretimi. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (21), 285-307.
- Çelik, K. ve Filiz, B. S. (2018). Ortaöğretim İngilizce öğretim programının Eisner modeline göre değerlendirilmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 5 (1), 50-67.
- Çetin, E. (2018). *7.Sınıf İngilizce öğretim programının Eisner eğitsel eleştiri modeline göre değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi.
- Demircan, Ö. (1988). *Dünden bugüne Türkiye’de yabancı dil*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Demirel, Ö. (2012). *Eğitimde program geliştirme*. Ankara: Pegem Yayınevi.
- Demirtaş, Z. (2017). Eğitim program değerlendirme yaklaşımlarına genel bir bakış. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (4), 756-768.
- Demirtaş, Z. ve Erdem, S. (2015). 5.sınıf İngilizce dersi öğretim programı: Güncellenen programın bir önceki programla karşılaştırılması ve programa ilişkin öğretmen görüşleri. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5 (2), 55-80.
- Dilekli, Y. (2018). Ortaokul İngilizce hazırlık sınıfı programı pilot uygulamasının öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8 (15), 1399-1425.
- Dinçer, B. ve Saracaloğlu, A. S. (2017). 7. Sınıf İngilizce öğretim programının Stufflebeam’ın bağlam-girdi-süreç-ürün (CIPP) modeline göre değerlendirilmesi. *Qualitative Studies*, 12 (2), 1-24.
- Doğan, H. (1997). *Eğitimde program ve öğretim tasarımı*. Ankara: Gazi Yayınevi.
- Dönmez, Ö. (2010). *Implementation of the new eighth grade english language curriculum from the perspectives of teachers and students*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Erden, M.(1998). *Eğitimde program değerlendirme* (3.Basım). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Fitzpatrick, J. L., Sanders, J. R. & Worthen, B. R. (2011). *Program evaluation alternative approaches and practical guidelines*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Gezmiş Ceyhan, N. ve Peçenek, D. (2010). *İlköğretim 8.sınıf İngilizce dersi öğretim programının oluşturmacı yaklaşım ve planlı biçime odaklanma ilkelerine göre değerlendirilmesi*. “International Conference on New Trends in Education and Their Implications” Konferansı’nda sunulan bildiri. Antalya.

- Haznedar, B. (2010). *Türkiye’de yabancı dil eğitimi: Reformlar, yönelimler ve öğretmenlerimiz*. “International Conference on New Trends in Education and Their Implications” Konferansı’nda sunulan bildiri. Antalya.
- İncirci, A. ve Parmaksız, Ş. P. (2016). 10. sınıf ortaöğretim İngilizce öğretim programının Stufflebeam (CIPP) bağlam, girdi, süreç ve ürün modeline göre değerlendirilmesi. *International Journal of Language Academy*, 4 (2), 153-173.
- Kandemir, A. (2016). *İlkokul 2. sınıf İngilizce öğretim programının katılımcı odaklı program değerlendirme yaklaşımıyla değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Denizli: Pamukkale Üniversitesi.
- Kandemir, A. ve Tok, Ş. (2017). İlköğretim 2.sınıf İngilizce öğretim programının katılımcı odaklı program değerlendirme yaklaşımı ile değerlendirilmesi. *Milli Eğitim*, 215, 27-67.
- Karataş, H. & Fer, S. (2009). Yıldız Teknik Üniversitesi İngilizce öğretim programının CIPP modeli kullanılarak değerlendirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, 34 (153), 47-60.
- Karcı, C. (2012). *Ortaöğretim 9.sınıf İngilizce öğretim programının öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Kozikoğlu, İ. (2014). Ortaokul 7.sınıf İngilizce öğretim programının değerlendirilmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (1), 361-375.
- Kurt, A. (2017). 4. sınıf İngilizce dersi öğretim programının bağlam, girdi, süreç, ürün modeline göre değerlendirilmesi. *Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 508-524.
- Küçüktepe, C., Eminoğlu Küçüktepe, S. ve Baykın, Y. (2014). İkinci sınıf İngilizce dersi ve programına ilişkin öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (22), 55-78.
- MEB (2013). *İlköğretim kurumları İngilizce dersi öğretim programı*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- MEB (2017). İlköğretim kurumları haftalık ders çizelgesinin seçmeli dersler ve açıklamalar bölümlerinde değişiklik yapılması. <http://tegm.meb.gov.tr/www/ilkogretim-kurumlari-ilkokul-ve-ortaokul-haftalik-ders-cizelgesi/icerik/428>. Erişim Tarihi: 07.08.2019
- MEB (2018a). 2023 Eğitim Vizyonu. <https://2023vizyonu.meb.gov.tr/> Erişim Tarihi: 07.08.2019
- MEB (2018b). *Ortaöğretim İngilizce dersi (9, 10, 11 ve 12. sınıflar) öğretim programı*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Merriam, S.B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. Jossey-Bass: San Francisco.
- Merter, F., Kartal, Ş. & Çağlar, İ. (2012). Ortaöğretim İngilizce dersi yeni öğretim programının öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (23), 43-58.
- Miles, M. B. ve Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. California: SAGE Publications.
- Er, K. O. (2006). İlköğretim 4. ve 5. sınıf İngilizce öğretim programlarının değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39 (2), 1-25.
- Ornstein, A. C. ve Hunkins, F. P. (2016). *Curriculum: Foundations, principles and issues* (Seventh Edition). Boston: Pearson Education, Inc.
- Özdemir, S. M. (2009). Eğitimde program değerlendirme ve Türkiye’de eğitim programlarını değerlendirme çalışmalarının incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (2), 126-149.
- Özudoğru, F. ve Adıgüzel, C. (2015). İlkokul 2.sınıf İngilizce öğretim programının değerlendirilmesi. *Turkish Studies*, 10 (11), 1251-1276.
- Phillipson, R. ve Skutnabb-Kangas, T. (1996). English only world wide or language ecology? *TESOL Quarterly*, 30 (3), 429-452.

- Seçkin, H. (2011). İlköğretim 4.sınıf İngilizce dersi öğretim programına ilişkin öğretmen görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (2), 550-576.
- Stake, R. (1975). *Program evaluation particularly responsive evaluation*. "New Trends in Evaluation" Konferansı'nda sunulan bildiri. Göteborg, İsveç. [http://journals.sfu.ca/jmde/index.php/jmde\\_1/article/view/303/298](http://journals.sfu.ca/jmde/index.php/jmde_1/article/view/303/298). Erişim Tarihi: 01.03.2020.
- Yaman, S. (2010). *İlköğretim birinci kademe İngilizce öğretim programının öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi (Gaziantep ili örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Yıldıran, C. ve Tanrıseven, I. (2015). İngilizce öğretmenlerinin ilkokul 2. sınıf İngilizce dersi öğretim programı hakkındaki görüşleri. *International Journal of Language Academy*, 3(1), 210-223.
- Yıldırım, A ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yüce, E. (2018). *Evaluation of the high school 9th grade English language curriculum of Turkey in relation to the CEFR principles*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yücel, E., Dimici, K., Yıldız, B. & Bümen, N. (2017). Son 15 yılda yayımlanan ilk ve ortaöğretim İngilizce dersi öğretim programları üzerine bir analiz. *Ege Eğitim Dergisi*, (18), 2, 702-737.