



OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARININ VE AİLELERİNİN ÖZ DÜZENLEMELERE YÖNELİK EĞİTİM İHTİYAÇLARININ BELİRLENMESİ

IDENTIFICATION OF SELF-REGULATION EDUCATIONAL NEEDS OF PRESCHOOL CHILDREN AND THEIR FAMILIES

Cansu TUTKUN¹

Öz

Bu araştırmanın amacı okul öncesi dönemdeki çocuklarının ve ailelerinin, öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının, ebeveyn değerlendirmeleri ve görüşlerine göre belirlenmesidir. Bu araştırma, karma yöntem türlerinden açıklayıcı desende gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın nicel boyutu 186, nitel boyutu ise 18 katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırma verileri “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketi” ve “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçları Görüşme Formu” ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda ailelerin en çok ihtiyaç duydukları konuların kendilerinin davranışlarını ve duygularını nasıl düzenlemeleri gerektiği ayrıca kendi öfkelerini ortaya çıkaran dinamikleri analiz etme, öfkeleriyle baş etme ve streslerini hafifletmeye yönelik konular olduğu belirlenmiştir. Ailelerin çocuklarının öz düzenlemeleri açısından en çok ihtiyaç duydukları konuların, çocukların problem davranışlarının değiştirilmesi, disiplin yöntemleri ve disiplinin sağlanması açısından aile kuralları olduğu saptanmıştır. Araştırmada, ailelerin büyük bir çoğunluğunun, çocukların öz düzenlemelerine ilişkin eğitim almak istedikleri ve bu konuda desteğe ihtiyaç duydukları sonucuna da ulaşılmıştır. Bu bağlamda, okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesi ve aileler ile öğretmenlerin de eğitime dahil edilmesi önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Okul öncesi dönem, aile, ihtiyaç belirleme, öz düzenleme

Abstract

This research aims to determine the educational needs of preschool children and their families for self-regulation, according to parent evaluations and opinions. This research was carried out in the exploratory design, one of the mixed method types. The quantitative dimension of the study was carried out with 186 participants and the qualitative measurement with 18 participants. Research data were collected with the "Self-Regulation Training Needs Determination Questionnaire" and "Self-Regulation Training Needs Interview Form." As a result of the research, it has been determined that the subjects that families need most are how to regulate their behaviors and emotions, as well as to analyze the dynamics that reveal their anger, to cope with their anger, and to alleviate their stress. It has been determined that the most needed issues by families in terms of self-regulation of their children are changing the problem behaviors of children, discipline methods, and family rules in terms of providing discipline. In the study, it was also concluded that most families wanted their children to receive training on self-regulation and needed support in this regard. In this context, it is crucial to support children's self-regulation and to include families and teachers in training.

Keywords: Preschool period, family, training needs, self-regulation

¹ Dr. Öğretim Üyesi, Bayburt Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Okul Öncesi Eğitimi Ana Bilim Dalı, Bayburt, ctutkun@bayburt.edu.tr, Orcid: 0000-0002-2722-2274

1. GİRİŞ

Kişinin dikkatini, düşüncelerini, duygularını ve eylemlerini kontrol etme ya da yönlendirme yeteneği (McClelland & Cameron, 2011), eğilim ve isteklerin bastırılarak, doyumun ertelenmesi ayrıca duygu, düşünce ve davranışların düzenlenmesi (Tutkun vd., 2016) olarak tanımlanan öz düzenleme, son yıllarda geniş bir araştırma alanı içinde incelenen önemli kavramlardan biridir. Ülkemizde (Arabacı, 2019; Bayındır, 2016; Kurt, 2020; Tutkun vd., 2016; Yeğenoğlu, 2019) ve yurt dışında (Blair & Diamond, 2008; Dan, 2016; McClelland & Cameron, 2012; Ormrod vd., 2017) birçok bilimsel çalışmanın odak noktasında yer almaktadır. Öz düzenleme, yetişkinliğe kadar kritik dönemler boyunca, dinamik bir süreçte, bir önceki gelişim aşamasına bağlı ve bir sonrakine hazırlayıcı bir yapıda, birbiri üzerine inşa edilerek gelişir. Okul öncesi dönemde diğer dönemlere kıyasla beyin gelişimine paralel olarak öz düzenleme becerilerinin çok hızlı bir artış gösterebilmesi (Hamoudi vd., 2014; McClelland & Cameron, 2012; Nigg, 2017; Rosanbalm & Murray, 2017; Rothbart vd., 2011), çocukların becerilerini desteklemek açısından çok önemli kılmaktadır. Bu açıdan okul öncesi çocuklarının öz düzenleme becerilerinin etkili kullanılmasına zemin oluşturacak, en üst seviyeye ulaşmalarını sağlayabilecek politikalar geliştirmek için okul öncesi dönem oldukça değerlidir.

Araştırmalar erken dönemlerde çocukların öz düzenleme becerilerini kazanmış olmasının, hem okula uyumları hem de akademik başarıları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda öz düzenleme becerileri, başarılı okul uyumuyla ilişkili birçok davranış ve tutumun temelini oluşturmakta (Blair, 2002; McClelland & Cameron, 2012) ve çocukların uzun vadeli akademik ve okul başarılarını etkilemektedir (Dan, 2016; McClelland & Cameron, 2012; Ormrod vd., 2017). Yapılan araştırmalarda da okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerilerinin, okul yılları boyunca matematik ve okuryazarlık başarısının yanı sıra üniversiteyi tamamlamayı (McClelland vd., 2013), daha yüksek eğitim başarısını, daha yüksek öz değeri, stresle daha iyi başa çıkma yeteneği de dahil olmak üzere daha iyi yetişkin uyumunu öngördüğü belirtilmiştir (Ayduk vd., 2000). Okula uyum sürecine ilişkin ülkemizde yapılan araştırmalarda ise okul öncesi dönemdeki çocukların sıklıkla çekingenlik, kurallara uyma güçlüğü, saldırganlık (Bağçeli-Karaman vd., 2018) ve ağlama (Başaran vd., 2014) gibi öz düzenleme becerilerindeki yetersizlikten kaynaklanan problemler yaşadıklarını göstermiştir. Nitekim bu konuda ülkemizde yürütülen araştırmalar öz-düzenleme becerilerinin, okula uyum becerilerini ve ilkökula hazır bulunuşluğu yordadığını da ortaya koymaktadır (Adagideli, 2018; Bayındır & Biber, 2019; Şamlı, 2019; Şepitci, 2018; Tekin, 2018). Bu açıdan çocuklar kaliteli bir okula uyum süreci geçirdiklerinde, onların akademik başarılarının arttığı, disiplin problemlerinin azaldığı (Uysal, Aydos ve Akman, 2016), okulda mutlu oldukları ayrıca sosyal ve duygusal olarak daha başarılı oldukları görülmüştür (Bağçeli-Karaman vd., 2018). Bu bağlamda çocukların öz düzenleme becerilerinin desteklenmesinin, onların okula uyum ve akademik başarılarının desteklenmesine önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir.

Çocukların öz düzenleme becerilerindeki yetersizlikleriyle, davranış problemleri arasında da ilişki bulunmaktadır. Bu konudaki araştırmalar incelendiğinde; öz düzenleme yetersizlikleri, dürtüsellik, risk alma, saldırgan davranışlar, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (Hamoudi vd., 2014; Murray vd., 2015; Nigg, 2017; Silverman & Ragusa, 1992) ile ilişkilendirilmektedir. Türkiye’de yapılan bir araştırmada bir-altı yaş grubunda en sık görülen problemlerin, sinirlilik (%34.2), mutsuzluk-karamsarlık-isteksizlik (%27), dikkat dağınıklığı (%18.1), aşırı hareketlilik (%17.4) olduğu saptanmıştır (Aktepe vd., 2010). Ayrıca dikkat eksikliği ve dürtüsellik’in çocukluk çağının en sık görülen problem davranışları olduğu belirtilmektedir (Soysal & Özdemir, 2004). Bu problemlerin üstesinden gelme konusunda çocukların öz düzenleme beceri düzeylerindeki artışla birlikte, dürtüsel olma olasılıklarının azalmakta olduğu (Yıldız, 2020) önemli bir konudur.

Öz düzenleme yetersizliği, çocukları uzun vadede olumsuz etkilemektedir. Boylamsal araştırmalar incelendiğinde, okul öncesi dönemde öz düzenleme yetersizliği yaşayan çocukların, yetişkinlik döneminde daha kötü sağlık durumuna sahip oldukları görülmüştür. Örneğin, daha fazla dürtüsellik ve daha zayıf dikkat düzenlemesi olan çocukların, çocukken daha iyi öz düzenlemeye sahip olanlara göre 30 yıl sonra daha kötü sağlığa sahip olma eğiliminde oldukları (Moffitt vd., 2011) ve 30 yıl sonraki vücut kitle endekslerinin bu durumdan olumsuz etkilendiği ortaya konmuştur (Mischel, 2016). Bu açıdan öz düzenleme yetersizliği olan bireyler, duygularından kaçmak ya da duygularını azaltmak için genellikle yiyeceklere yönelmekte (Aldao vd., 2010), bu durum da onların vücut kitle endekslerini olumsuz etkileyerek obeziteye yol açmaktadır. Türkiye’de de obezite yaygınlaşmış olup, dört çocuktan biri aşırı kilolu ya da obezdir. Ayrıca Türkiye, OECD ülkeleri arasında, diyabetin en yaygın (%12,8) görüldüğü ikinci ülkedir (AB Komisyonu 2020 Türkiye Raporu). Bu bağlamda çocukların öz düzenleme becerileri desteklenerek obezite, dürtüsellik, risk alma, dikkatsizlik, saldırgan davranışlar, dikkat eksikliği ve hiperaktivite gibi öz düzenleme yetersizliğine bağlı ortaya çıkabilecek problem durumların da önüne geçilmesi önemli bir konudur.

Okul öncesi dönemde çocukların öz düzenleme becerilerinde anne babaların çok önemli bir yeri bulunmaktadır. Bu dönemde öz düzenlemenin ortaya çıkmasında ebeveynlik ve bağlanma (Birmingham vd., 2017), ailelerin psikolojik esenliği (Gündüz, 2015), ilgi ve bakım açısından ebeveyn öz yeterliliği arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu; disiplin, aile katılımı ve sağlık açısından negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Yeğenoğlu, 2019). Bu çerçevede ebeveynlerin tutumlarının çocukların öz düzenlemelerini etkilediğine, olumlu ebeveynlik uygulamalarının aynı zamanda uygun öz-düzenleme stratejileri için çocuklara model sağladığına ve çocukların öz düzenlemelerinde aile faktörünün önemli bir yeri olduğuna dair kanıtlar sağlamaktadır. Bu bağlamda aileler, çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesi için önemli bir odak noktasını oluşturmaktadır.

Çocukların öz düzenleme becerilerinin desteklenmesinde geçtiğimiz 15-20 yıl içinde Avustralya, Kanada, Avrupa Birliği (AB) ülkeleri, Amerika Birleşik Devletleri, İngiltere, İsveç gibi yüksek gelirli ülkeler ve Şili, Jamaika, Filipinler ve Güney Afrika gibi düşük gelirli ülkelerde farklı öz düzenleme eğitim modelleri geliştirilmiş ve uygulanmaktadır (Daly vd., 2015). Türkiye’de ise okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenlemelerini desteklemeye yönelik farklı eğitim programlarının olduğu (Canol, 2021; Çelik & Kamaraj, 2020; Ezmeci, 2019; Gümrükçü-Bilgici, 2021; Gündüz, 2020; Keleş, 2014; Liman, 2017; Sezgin, 2016) ancak bu eğitim programlarında sadece çocuklara eğitimler verildiği, halihazırda ailelere bu konuda bir eğitim verilmediği saptanmıştır. Bu açıdan ülkemizde var olan eğitim programlarında, aileler açısından çocukların öz düzenleme becerilerini nasıl destekleyebileceklerine ilişkin herhangi bir eğitimin düzenlenmemesinin önemli bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir. Eğitim programının geliştirilmesinde Tyler Modeli, Taba Modeli, Taba-Tyler Modeli, MEB Program Geliştirme Modeli ve Demirel Modeli (Demeuse & Strauven, 2016; Demirel, 2020; Hewitt, 2018; Oliva & Gordon, 2018) gibi farklı yaklaşım ve tasarımlar kullanılmaktadır. Bu modellere göre eğitim programı geliştirmenin önemli bir kısmını ihtiyaç belirleme çalışmaları oluşturmaktadır. Programın hazırlanmasında ve ihtiyaçların en iyi şekilde karşılanmasında, gerçek ihtiyacın ne olduğunun belirlenmesi gerekmektedir (Demirel, 2020). Ancak ülkemizde okul öncesi dönemde çocuğu olan anne babalarla görüşmeler yapılarak çocuklarının ve kendilerinin öz düzenlemeye yönelik hangi konularda eğitim ihtiyacı hissettiklerine ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durumun, ailelere ve çocuklara yönelik eğitim programların hazırlanması ve onların eğitimsel gereksinimlerinin en iyi şekilde karşılanmasında önemli bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmada okul öncesi dönemdeki çocukların ve ailelerinin, öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- 1) Ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konular nelerdir?
- 2) Ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin çok önemli gördükleri konular nelerdir?
- 3) Ailelerin çocuklarına yönelik, öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konular nelerdir?
- 4) Ailelerin çocuklarına yönelik, öz düzenlemeye ilişkin çok önemli gördükleri konular nelerdir?
- 5) Öz düzenlemeye yönelik, ailelerin kendilerini, çocuklarını ve çocuklarının öğretmenlerini nasıl değerlendirdiklerine ilişkin görüşleri nelerdir?

2. YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Okul öncesi dönemdeki çocukların ve ailelerinin, öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada karma yöntem kullanılmıştır. Karma yöntem araştırması, hem nitel hem de nicel verilerin kullanımını içerir. Karma yöntem araştırmalarında, nitel ve nicel veri toplama süreçleri, örneklem seçimi ya da veri toplama sürecinde sorulan sorulara bağlı olarak farklı desenler tercih edilmektedir. Bu araştırma, karma yöntem türlerinden açıklayıcı desende gerçekleştirilmiştir. Bu desende, nitel aşamaya katılan katılımcıların, nicel araştırmada yer alan katılımcılardan seçilmesi, örneklem açısından nitel aşamada, nicel aşamadan daha küçük boyutta olmasına dikkat edilmesi gerekmektedir (Creswell & Plano-Clark, 2015). Bu çalışmada nicel araştırmaya yönelik veriler toplandıktan sonra, elde edilen veriler doğrultusunda nitel veriler toplanarak analiz edildiği için bu desen seçilmiştir.

Çalışma Grubu

Çalışmanın nicel verileri, Bayburt ilinde MEB'e bağlı bağımsız anaokullarına devam eden 3-5 yaş arası çocukların anne ve babalarından toplanmıştır. Çalışmanın nicel kısmında 146 (%78.5) anne ve 40 (%21.5) baba olmak üzere toplam 186 katılımcı yer almıştır. Katılımcılar ve çocuklarına ait demografik bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmanın Nicel Aşamasına İlişkin Katılımcılar ve Çocuklarına Ait Demografik Bilgiler

Demografik Bilgiler	n	%	
Çalışma durumu	Çalışıyor	83	44.6
	Çalışmıyor	103	55.4
Yaş	20-25 Yaş	5	2.7
	26-30 Yaş	49	26.3
	31-35 Yaş	57	30.6
	36-40 Yaş	59	31.8
	40 yaş ve üstü	16	8.6
Eğitim düzeyi	İlkokul	17	9.1
	Ortaokul	28	15.1
	Lise	69	37.1
	Üniversite	60	32.2
	Lisansüstü eğitim	12	6.5
Çocuk Sayıları	1 Çocuk	55	29.6
	2 Çocuk	66	35.5
	3 Çocuk	53	28.5
	4 Çocuk ve fazlası	12	6.4
Çocuk Cinsiyet	Kız	101	54.3
	Erkek	85	45.7
Çocuk Yaş	3 yaş	27	14.5
	4 yaş	48	25.8
	5 yaş	111	59.7

Doğum Sırası			
	Tek çocuk	55	29.6
	İlk çocuk	38	20.4
	Ortancalardan biri	32	17.2
	Son çocuk	61	38.8

Katılımcılardan 83'ü (%44.6) çalışmakta, 103'ü (%55.4) ise herhangi bir işte çalışmamaktadır. Katılımcıların 69'u (% 37.1) lise, 60'ı (%32.2) üniversite mezunu, 55'i (%29.6) tek çocuk, 66'sı (%35.5) iki çocuk, 53'ü (%28.5) üç çocuk ve 12'si (%6.4) dört çocuk ve fazlasına sahiptir. Çocukların 101'i (%54.3) kız, 85'i (%45.7) erkek, 27'si (%14.5) üç, 48'i (%25.8) dört, 111'i (%59.7) beş yaş grubundadır. Ayrıca çocukların doğum sırası açısından 55'i (%29.6) tek çocuk, 38'i (%20.4) ilk çocuk, 32'si (%17.2) ortancalardan biri ve 61'i (%38.8) son çocuktur.

Çalışmanın nitel verilerinin toplandığı çalışma grubunda ise 9 (%50) anne, 9 (%50) baba olmak üzere toplam 18 katılımcı yer almaktadır. Çalışma durumu açısından 13'ü (%72.2) çalışmakta, 5'i (%27.8) çalışmamaktadır. Yaşları açısından 6'sı (%33.3) 26-30 yaş, 8'i (%44.5) 30-40 yaş, 4'ü (%22.2) 40 yaş ve üstüdür. Katılımcılardan 1'i (%5.6) ilkokul, 4'ü ortaokul (%22.2), 7'si lise (%38.9), 5'i (%27.7) üniversite ve 1'i (%5.6) lisansüstü eğitim derecesine sahiptir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada okul öncesi dönemdeki çocukların ve ailelerinin öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi amacıyla "Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketi" ile nicel veriler ve "Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçları Görüşme Formu" kullanılarak nitel veriler toplanmıştır.

Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketi

Araştırmacı tarafından okul öncesi dönemdeki çocukların ve ailelerinin öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi amacıyla hazırlanan anket üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm aileler ve çocuklarına ilişkin kişisel bilgilerle ilgilidir. Bu bölümde çalışma ve eğitim durumları, yaşları, toplam kaç çocuk sahibi oldukları, okul öncesi dönemdeki çocuklarının yaşı ve cinsiyetine ilişkin sorular yer almaktadır. Anketin ikinci bölümünde ailelerin kendileri açısından öz düzenlemeye yönelik eğitime ihtiyaç duydukları 10 ve çocukları açısından öz düzenlemeye yönelik eğitime ihtiyaç duydukları 12 konu başlığı bulunmaktadır. Bu konu başlıklarının belirlenmesinde yurt dışında yapılan aile eğitimleri, ilgili literatür ve araştırmalardan faydalanılmıştır. Anketin bu bölümünde ailelerden kendilerine ve çocuklarına yönelik öz düzenlemeye ilişkin ihtiyaç hissettikleri maddeleri "İhtiyaç Hissediyorum" ve "İhtiyaç Hissetmiyorum" şeklinde yanıtlamaları istenmiştir. Anketin üçüncü bölümünde ailelerin kendilerine ve çocuklarına yönelik, öz düzenlemeye ilişkin çok önemli gördükleri konu ya da konuları "1-Son Derece Önemli", "2-Çok Önemli" ve "3-Önemli" olmak üzere derecelendirerek puanlamaları istenmiştir. Anketin kapsam ve yapı geçerliği için, alandaki akademisyenlerin (3 okul öncesi eğitimi alanında, 1 ölçme ve değerlendirme alanında uzman, 1 Türkçe eğitimi alanında) görüşlerine dayalı olarak 5 uzmanın görüşlerine başvurulmuştur. Uzman görüşleri doğrultusunda 25 konu başlığı, 22 başlık olarak değiştirilmiştir. Buna ilişkin "Davranış Düzenleme" ve "Davranış Düzenleme Stratejileri" konu başlıkları birleştirilmiştir. Aynı birleştirmeler duygu düzenleme ve bilişsel düzenleme için de gerçekleştirilerek, gerekli düzeltmeler yapılmış ve anket pilot uygulama için hazır hale getirilmiştir. Ön uygulama; çocuğu Bayburt ilinde okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 16 aileye (8 anne ve 8 baba) uygulanmıştır. Ön uygulama sonuçları değerlendirilerek anketin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .89 olarak bulunmuş ve katsayı $0.81 < \alpha < 1.00$ arası bir değerde olduğu için, ölçümlerin yüksek güvenilirlikte olduğu belirlenmiştir (Kılıç, 2016). Pilot uygulamadan elde edilen veriler, bulguların analizine dahil edilmemiştir.

Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçları Görüşme Formu

Araştırmacı tarafından ailelerinin ve çocukların öz düzenlemeye yönelik ihtiyaçlarını ortaya koymak ve derinlemesine veri elde etmek amacıyla açık uçlu sorulardan oluşan “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçları Görüşme Formu” hazırlanmıştır. Görüşme formunda 3 soru yer almaktadır ve sorular şu şekildedir: (I) Öz düzenlemeye yönelik kendinizi nasıl değerlendirirsiniz? (II) Öz düzenlemeye yönelik çocuğunuzu nasıl değerlendirirsiniz? (III) Öz düzenlemeye yönelik çocuğunuzun öğretmenini nasıl değerlendirirsiniz? Görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Süreci

Araştırmada veri toplama sürecinde öncelikle gerekli izinler alınmış ve Bayburt ilinde yer alan MEB’e bağlı okul öncesi eğitim kurumları yöneticileri ve öğretmenleriyle iletişime geçilmiştir. Yönetici ve öğretmenlere araştırmanın içeriği, amacı ve veri toplama süreci hakkında bilgi verilmiştir. Ardından çocuğu okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden anne ve babalarla kurum aracılığıyla iletişime geçilmiş, her bir katılımcıyla uygun bir gün ve saat belirlenerek randevular oluşturulmuştur. Görüşmelere başlamadan önce katılımcılara, araştırmanın amacına, öz düzenlemeye, görüşme sürecine ve gizliliğe dair bilgiler verilerek, “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketini” doldurmaları istenmiştir. Katılımcıların anketi yanıtlamalarının ardından görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler ortalama 10-15 dakika arasında sürmüştür.

Verilerin Analizi

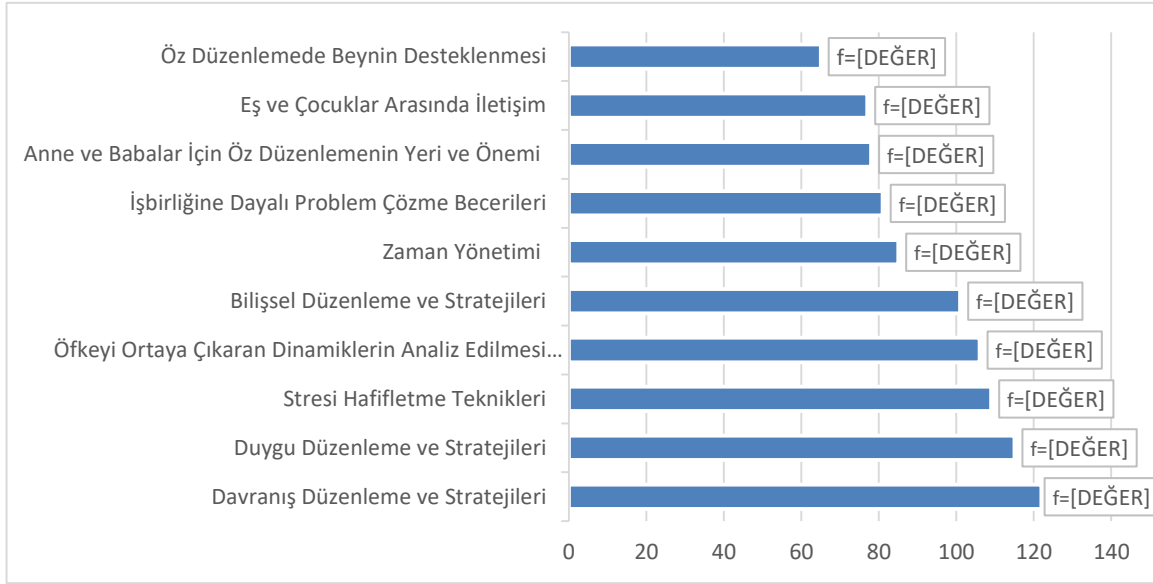
“Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketinden” elde edilen nicel verilerin analizinde, frekans ve yüzdelik dağılımlar kullanılmış, tablolar oluşturularak açıklanmış ve yorumlanmıştır. Nitel verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz, gözlem, görüşme gibi nitel araştırmalarda sıklıkla kullanılan çeşitli veri toplama teknikleri ile elde edilmiş ham verilerin daha önceden belirlenmiş temalara göre özetlenmesi ve yorumlanmasını içeren bir veri analiz türüdür (Yıldırım & Şimşek, 2011). Betimsel analiz yönteminde araştırma soruları araştırmanın temaları olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırma sorularında yer alan boyutlardan yola çıkılarak veri analizi için bir çerçeve oluşturulmuştur. Araştırmacı bu doğrultuda ham verileri okumuş ve kendi içerisinde düzenlemiştir. Annelerden toplanan verileri için A1, A2, A3.. A9 ve babalar için de B1, B2, B3..B9 kodlaması yapmıştır. Düzenleme yapılırken öz düzenlemenin alt boyutları açısından bilişsel, duygusal ve davranışsal düzenleme alt temaları ve bu alt temalar içerisinde yer alan kodlar belirlenmiştir. Son olarak araştırmacı tanımlamış olduğu bulguları açıklamış, bulgular arasında ilişkilendirmeler yaparak ulaşılan bulguları anlamlandırmıştır.

Araştırmada iç geçerliği (inandırıcılık) sağlamak üzere nitel araştırmada deneyimli, öz düzenleme konusunda alanında araştırmaları bulunan iki alan uzmanından, uzman görüşü alınmıştır. Bu süreçte, araştırmada kullanılan “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçları Görüşme Formu” ve elde edilen verilerin analizinden ortaya çıkan tema, alt tema ve kodların içerik olarak uygunluğu ve anlaşılabilirliği detaylı bir şekilde değerlendirilmiştir. Çalışmanın dış geçerliğini sağlamak için ise, araştırmanın katılımcılarının özellikleri ve veri toplama süreci açık bir şekilde tanımlanmış ve bulguların yazımında katılımcılara ait doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Ayrıca Miles ve Huberman (1994) güvenilirlik formülü ile kodlayıcılar arasındaki uyum hesaplanmıştır. Kodlayıcılar arasındaki uyum, olumlu görüş bildiren araştırmacı/dış değerlendirici sayısının olumsuz görüş bildiren değerlendirici sayısına oranının 100 ile çarpılmasıyla elde edilmiştir. Araştırmacı ve dış değerlendirici arası uyum 0.93 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen değer kodlayıcılar arası uyumun oldukça yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

3. BULGULAR

3.1. Ailelerin Kendilerine Yönelik, Öz Düzenlemeye İlişkin Eğitim İhtiyacı Hissettikleri Konulara Yönelik Bulgular

Bu bölümde verilerin analizi sonucunda elde edilen, ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların ne olduğuna ilişkin bulgular sunulmuştur. Ailelerin kendilerine yönelik öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konular Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Ailelerin Kendilerine Yönelik Öz Düzenlemeye İlişkin Eğitim İhtiyacı Hissettikleri Konular

Şekil 1 incelendiğinde ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların birincisinin “Davranış düzenleme ve stratejileri (%13)”, ikincisinin “Duygu düzenleme ve stratejileri (%12.2)” ve üçüncüsünün “Stresi hafifletme teknikleri (%11.6)” olduğu saptanmıştır. Ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri diğer konular sırasıyla “Öfkeyi ortaya çıkaran dinamiklerin analiz edilmesi ve baş etme yollarının belirlemesi (%11.3)”, “Bilişsel düzenleme ve stratejileri (%10.8)”, “Zaman yönetimi (%9.1)” ve “İşbirliğine dayalı problem çözme becerileridir (%8.6)”. Diğer taraftan ailelerin en az eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların ise “Anne ve babalar için öz düzenlemenin yeri ve önemi (%8.3)”, “Eş ve çocuklar arasında iletişim (%8.2)” ve “Öz düzenlemelerinin desteklenmesinde beyin kontrol sisteminin düzenlenmesi (%6.9)” olduğu belirlenmiştir. Buna göre ailelerin en çok ihtiyaç duydukları konuların kendilerinin davranışlarını ve duygularını nasıl düzenlemeleri gerektiği ayrıca kendi öfkelerini analiz etme, öfkeleriyle baş etme ve streslerini hafifletmeye yönelik konular olduğu görülmektedir. Ailelerin kendilerine yönelik, öz düzenlemeye ilişkin çok önemli gördükleri ilk üç konunun dağılımı Tablo 2’de verilmiştir.

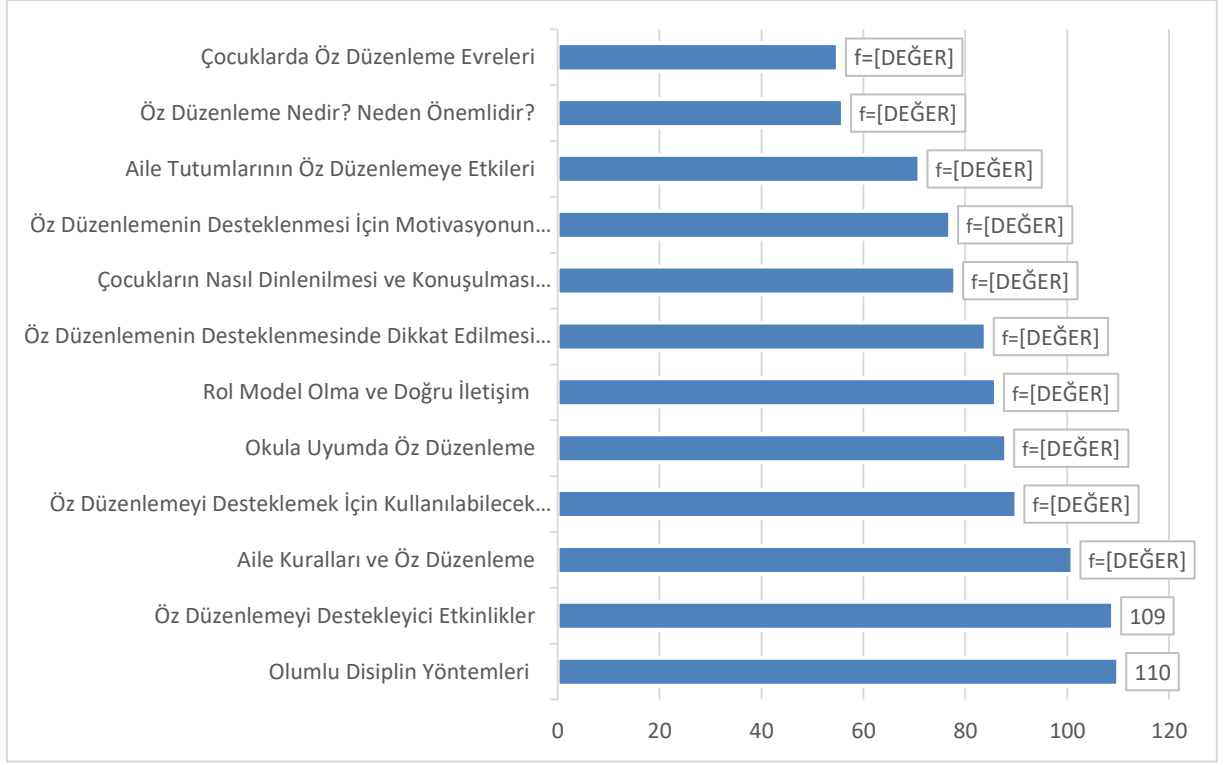
3.2. Ailelerin Kendilerine Yönelik, Öz Düzenlemeye İlişkin Çok Önemli Gördükleri Konulara Yönelik Bulgular

Tablo 2. Ailelerin Kendilerine Yönelik Öz Düzenlemeye İlişkin Çok Önemli Gördükleri Konular

Konular	Son Önemli		Derece Çok Önemli		Önemli		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
1-Davranış düzenleme ve stratejileri	55	19.8	25	12.3	18	10.2	98	14.9
2-Duygu düzenleme ve stratejileri	39	14.1	32	15.7	21	11.9	92	14
3-Bilişsel düzenleme ve stratejileri	31	11.1	27	13.3	20	11.4	78	11.8
4-Anne ve babalar için öz düzenlemenin yeri ve önemi	23	8.3	18	8.9	14	7.9	55	8.4
5-Zaman yönetimi	18	6.5	15	7.4	17	9.7	50	7.6
6-İşbirliğine dayalı problem çözme becerileri	15	5.4	17	8.4	15	8.5	47	7.2
7-Eş ve çocuklar arasında iletişim	14	5.1	13	6.4	16	9.2	43	6.5
8-Öfkeyi ortaya çıkaran dinamiklerin analiz edilmesi ve baş etme yollarının belirlenmesi	42	15.1	16	7.9	18	10.2	76	11.6
9-Stresi hafifletme teknikleri	25	8.9	28	13.8	23	13.1	76	11.6
10-Öz düzenlemelerinin desteklenmesinde beyin kontrol sisteminin düzenlenmesi	16	5.7	12	5.9	14	7.9	42	6.4
Toplam	278	100	203	100	176	100	657	100

Tablo 2 incelendiğinde ailelerin kendilerine yönelik öz düzenlemeye ilişkin önemli gördükleri konulardan ilk üç konunun “Davranış (%14.9), duygu (%14) ve bilişsel (%11.8) düzenleme ve stratejileri” konuları olduğu belirlenmiştir. Aileler “Öfkeyi ortaya çıkaran dinamiklerin analiz edilmesi ve baş etme yollarının belirlenmesi (%11.6) ve “Stresi hafifletme teknikleri (%11.6)” konularını ise dördüncü olarak çok önemli konu olarak değerlendirmişlerdir. Ailelerin öz düzenlemeye ilişkin en az önemli gördükleri konunun ise “Öz düzenlemelerinin desteklenmesinde beyin kontrol sisteminin düzenlenmesi (%6.4)” olduğu saptanmıştır. Diğer taraftan “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketinde” yer alan her bir konunun anne babalar tarafından önemli olarak değerlendirildiği, dolayısıyla ailelerin kendilerine yönelik öz düzenlemeye ilişkin hiçbir konuyu “önemsiz” olarak değerlendirmedikleri görülmektedir. Ailelerin çocuklarına yönelik öz düzenlemeye ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konular Şekil 2’de sunulmuştur.

3.3. Ailelerin Çocuklarına Yönelik, Öz Düzenlemeye İlişkin Eğitim İhtiyacı Hissettikleri Konulara Yönelik Bulgular



Şekil 2. Ailelerin Çocuklarına Yönelik Öz Düzenlemeye İlişkin Eğitim İhtiyacı Hissettikleri Konular

Şekil 2 incelendiğinde ailelerin çocuklarının öz düzenlemelerine ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların birincisinin “Olumlu disiplin yöntemleri ve çocuklarda problem davranışların değiştirilmesine yönelik stratejiler (%10.9)”, ikincisinin “Çocukların öz düzenlemelerini destekleyici etkinlikler (%10.8)” ve üçüncüsünün “Aile kuralları ve öz düzenleme (%10.1)” olduğu saptanmıştır. Buna göre ailelerin çocukların öz düzenlemeleri açısından en çok ihtiyaç duydukları konunun, çocukların problem davranışlarının değiştirilmesine yönelik konular, disiplin yöntemleri ve disiplinin sağlanması açısından aile kuralları olduğu söylenebilir. Aynı zamanda aileler çocuklarının öz düzenlemelerini nasıl destekleyebileceklerine ilişkin farkındalık kazanmak açısından öz düzenlemeyi destekleyici etkinliklere de gereksinim duydukları görülmektedir. Diğer taraftan ailelerin çocuklarının öz düzenlemelerine ilişkin en az eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların ise “Çocuklar için öz düzenleme nedir? Neden önemlidir? (%5.6)” ve “Çocuklarda öz düzenleme evreleri (%5.5)” olduğu belirlenmiştir. Ailelerin çocuklarına yönelik, öz düzenlemeye ilişkin önemli gördükleri konular Tablo 3’de verilmiştir.

3.4. Ailelerin Çocuklarına Yönelik, Öz Düzenlemeye İlişkin Çok Önemli Gördükleri Konulara Yönelik Bulgular

Tablo 3. Ailelerin Çocuklarına Yönelik Öz Düzenlemeye İlişkin Çok Önemli Gördükleri Konular

Konular	Son Derece Önemli		Çok Önemli		Önemli		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
1-Aile tutumlarının çocukların öz düzenlemelerine etkileri	24	8.5	11	5.4	15	7.7	50	7.3
2-Çocuklara rol model olmayı ve doğru iletişim kurmayı öğretme	28	9.9	17	8.3	11	5.7	56	8.2
3-Çocukların nasıl dinlenilmesi ve konuşulması gerektiğine ilişkin stratejiler	19	6.7	15	7.4	25	12.9	59	8.7
4-Olumlu disiplin yöntemleri ve çocuklarda problem davranışların değiştirilmesine yönelik stratejiler	55	19.4	19	9.3	14	7.2	88	12.9
5-Aile kuralları ve öz düzenleme	26	9.2	33	16.2	18	9.3	77	11.3
6-Çocuklarda öz düzenleme evreleri	8	2.8	6	2.9	8	4.1	22	3.2
7-Çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesinde dikkat edilmesi gerekenler	15	5.3	17	8.3	26	13.4	58	8.5
8-Çocuklarda öz düzenlemeyi desteklemek için kullanılabilir stratejiler	22	7.7	15	7.4	17	8.8	54	7.9
9-Çocuklar için öz düzenleme nedir? Neden önemlidir?	8	2.8	11	5.4	14	7.2	33	4.8
10-Çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesi için motivasyonun önemi	17	5.9	20	9.8	13	6.7	50	7.3
11-Çocukların öz düzenlemelerini destekleyici etkinlikler	35	12.3	25	12.2	22	11.3	82	12.1
12-Çocukların okula uyumunda öz düzenleme	27	9.5	15	7.4	11	5.7	53	7.8
Toplam	284	100	204	100	194	100	682	100

Tablo 3 incelendiğinde ailelerin çocuklarına yönelik öz düzenlemeye ilişkin önemli gördükleri konulardan birincisinin “Olumlu disiplin yöntemleri ve çocuklarda problem davranışların değiştirilmesine yönelik stratejiler (%12.9)”, ikincisinin “Çocukların öz düzenlemelerini destekleyici etkinlikler (%12.1)” ve üçüncüsünün “Aile kuralları ve öz düzenleme (%11.3)” konuları olduğu belirlenmiştir. Ailelerin çocuklarına yönelik “Çocukların nasıl dinlenilmesi ve konuşulması gerektiğine ilişkin stratejiler (%8.7)” konusunu dördüncü ve “Çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesinde dikkat edilmesi gerekenler (%8.5)” konusunu ise beşinci önem sırasına koydukları saptanmıştır. Ailelerin çocuklarına yönelik öz düzenlemeye ilişkin önemli gördükleri konulardan ilk üç konunun, çocuklarının öz düzenlemelerine ilişkin eğitim ihtiyacı hissettikleri ilk üç konuyla aynı olduğu görülmektedir. Benzer şekilde anne babaların çocuklarının öz düzenlemelerine ilişkin en az önemli gördükleri konuların ise eğitim ihtiyacıyla paralel olarak “Çocuklar için öz düzenleme nedir? Neden önemlidir? (%4.8)” ve “Çocuklarda öz düzenleme evreleri (%3.2)” olduğu saptanmıştır. Diğer taraftan “Öz Düzenlemeye Yönelik Eğitim İhtiyaçlarını Belirleme Anketinde” yer alan her bir konunun anne babalar tarafından çocuklarının öz düzenlemelerini desteklemek açısından önemli

olarak değerlendirildiği, dolayısıyla ailelerin öz düzenlemeye ilişkin hiçbir konuyu “önemsiz” olarak değerlendirmedeği görülmektedir.

3.5. Öz Düzenlemeye Yönelik, Ailelerin Kendilerini Nasıl Değerlendirdiklerine İlişkin Görüşlerine Yönelik Bulgular

Tablo 4. Ailelerin Kendileri Açısından Öz Düzenlemeye Yönelik Görüşleri

Tema	Alt Tema	Kodlar	Frekans
Ailelere Yönelik Öz Düzenleme	Duygusal Düzenleme	Duygu kontrolü, öfke kontrolü, stres kontrolü, duygu farkındalığı	9
	Davranışsal Düzenleme	Zamanı yönetme, sabır, empati, irade	8
	Bilişsel Düzenleme	Problem çözme, dikkati odaklama	5

Ailelerin kendileri açısından öz düzenlemeye yönelik görüşleri davranışsal düzenleme, duygusal düzenleme ve bilişsel düzenleme olarak üç alt temada toplanmıştır. Ailelerin kendi öz düzenlemelerine yönelik üzerinde en fazla durdukları konunun duygusal düzenleme olduğu belirlenmiştir. Aileler, duygu kontrolü, öfke ve stres kontrolü ayrıca duygu farkındalığı konularına sıklıkla değinmişlerdir. Bu konulardan öfke ve stres kontrolüne ilişkin katılımcılardan bazılarının ifadeleri şöyledir: *“Sinirlenince kendimi zor tutuyorum. Sinirlerimi kontrol etmek için destek almak isterim”* (A7). *“Stres yönetiminde desteğe ihtiyacım var. Çünkü bazen zor durumlarla karşılaştığımda çok çabuk sinirlenip, ağlayabiliyorum. Bunun üstesinden gelmek çok önemli çünkü çocuğumda buna şahit oluyor, ona yansıyor”* (A1). *“Duygusal öz düzenlemeye ihtiyacım var. Öfkemi kontrol edemiyorum. Çok çabuk sinirlenirim, hırslarım hayatımı yönetiyor diyebilirim”* (B6). Buna yönelik ailelerin duygu, öfke ve stres kontrolüne ilişkin problem yaşadıkları ve bu konularda desteklenmelerinin önemli olduğu görülmektedir.

Davranışsal düzenleme alt temasında öne çıkan görüşler, zamanı yönetme, sabır, empati ve irade konularıdır. Aileler, zamanı yönetme konusunda problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcılardan birinin bu konudaki görüşü şu şekildedir: *“Zamanı yönetmek açısından kendimi iyi görmüyorum. Bazen olmayacak detaylara takılıyorum. Bunun da zararını görüyorum. Kafamı netleştiremeyince, zamanı da yetiştiremiyorum, elimden kaçıyor”* (A7). Ailelerin kendi davranışlarını düzenlemelerinde sabır konusunda problem yaşadıkları belirlenmiştir. Buna ilişkin ifadeleri şöyledir: *“Davranışsal olarak desteğe ihtiyacım olabilir çünkü çocuklar istediklerini elde etmek için beklemiyor, sabretmiyor, hemen ağlama krizlerine giriyorlar. Ben mesela böyle bir anda ağladığı zaman umursamıyorum kendi haline bırakıyorum ya da bir ödülle ödüllendiriyorum. Eğer uslu durursan sana kalem vereceğim, kağıt vereceğim diyorum. Sabredip, başka bir yöntem kullanabilmeyi çok isterdim”* (A2). *“Çevremdeki birçok insana sabredemiyorum”* (B6). Ailelerin davranışsal düzenleme açısından zamanı yönetme, sabır, empati ve irade konularında görüş bildirdikleri ve bu konularda yaşadıkları problemleri belirttikleri görülmektedir.

Ailelerin en az sıklıkta belirttikleri bir diğer konu ise bilişsel düzenlemedir. Buna ilişkin görüşlerinin problem çözme ve dikkati odaklama olduğu belirlenmiştir. Problem çözme konusunda babalar kendilerini yeterli hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu ilişkin ifadelerine bakıldığında *“Çünkü bir işi kendi başıma yapmada, problem çözmede iyiyim. Anlamadığım kısımları sorar, yapamadığım yerlerde yardım isterim. Bu şekilde pek sıkıntı yaşamıyorum, problemlerimi kolayca çözüyorum ve ilerliyorum”* (B4). *“.....problem çözme yeteneğine sahip olduğumu düşünüyorum”* (B8). Problem çözme konusuna vurgu yapan iki anne ise bu konuda kendileri yeterli hissetmedikleri ve eğitime

ihtiyaç hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu konuda annelerden birinin ifadesi şu şekildedir: “Karşılaştığım problemleri çözme ve çözüm üretebilme konusunda desteğe ihtiyacım var” (A4). Buna yönelik babaların problem çözme konusunda kendilerini yeterli hissederken, annelerin bu konuda desteğe ihtiyacı olduğu görülmektedir. Tablo 5’te ailelerin çocukları açısından öz düzenlemeye yönelik görüşlerinin neler olduğu ile ilgili olarak elde edilen alt tema ve kodlara ait frekans değerleri verilmiştir.

3.6. Öz Düzenlemeye Yönelik, Ailelerin Çocuklarını Nasıl Değerlendirdiklerine İlişkin Görüşlerine Yönelik Bulgular

Tablo 5. Ailelerin Çocukları Açısından Öz Düzenlemeye Yönelik Görüşleri

Tema	Alt Tema	Kodlar	Frekans
	Duygusal Düzenleme	Duygu kontrolü, duygu farkındalığı, duygu kabulü, öfke kontrolü, duyguları ifade etme	13
Çocuklara Yönelik Öz Düzenleme	Davranışsal Düzenleme	Dürtü kontrolü, hazzı erteleme, zaman yönetimi, dürtüsellik, sabır	11
	Bilişsel Düzenleme	Yönergelere uyma, dikkati odaklama, problem çözme, aklında tutma, değişime uyum	8

Tablo 5 incelendiğinde ailelerin çocuklarının öz düzenleme becerilerine yönelik en fazla duygu düzenlemeye vurgu yaptıkları görülmektedir. Bu alt temada ailelerin belirttikleri konular duygu kontrolü, duygu farkındalığı, duygu kabulü, öfke kontrolü ve duyguları ifade etmedir. Duygu kontrolüne ilişkin ailelerin ifadelerinden bazı şu şekildedir: “Sorunlarla başa çıkamıyor, sürekli ağlıyor. Sinirle kendisine ve karşısındakine bağırıyor. Kendi başına problemlerini çözemiyor, sürekli mızızlanarak bir başkasından yardım istiyor. Bak kızım artık büyüksün, sen yapabilirsin dediğimde bağırıp ağlıyor. Kendini hiç sakinleştiremiyor” (B8). “Duygularını kontrol edemiyor her şey çabucak ağlar. Mesela elinden bir oyuncuğunu aldığı zaman doğrudan ağlar. Derdini anlatmaz duygularını kendi içinde yaşar. Hataları ile yüzleşmez. Ben söyledikten sonra davranışının yanlış olduğunu anlar” (A9). “Duygusal açıdan yetersiz. Haklı da olsa, haksız da olsa, istediğini yaptırana kadar inadından vazgeçmiyor, istediği olana dek ağlıyor” (A4). Çocuklara yönelik ailelerin sıklıkla üzerinde durdukları diğer bir konu da öfke kontrolüdür. Öfke kontrolü konusunda katılımcılardan birinin ifadesi şöyledir: “İstediği şeyi eline vermeyince sinirleniyor. ağlıyor, kardeşleriyle kavgayı çok yapıyor. Her istediği olsun istiyor” (A5). Bu doğrultuda ailelerin çocuklarının duygu düzenlemelerine ilişkin problem yaşadıkları ve bu konuda desteğe ihtiyaçları olduğu söylenebilir.

Çocukların öz düzenleme becerilerinde davranış düzenlemeleri konusunda ailelerin dürtü kontrolü, hazzı erteleme, sabır, dürtüsellik ve zaman yönetimine vurgu yaptıkları görülmektedir. Ailelerin bu alt temaya yönelik görüşlerinden bazıları şu şekildedir: “Çok sabırsız, kendini kontrol edemiyor. Çünkü sevmediği ya da beklemesi gereken bir durum olunca hemen ağlama yolunu seçiyor. Ağlayarak bize istediklerini yaptırmaya çalışıyor” (B3). “.....çünkü televizyon izleme saatini bir türlü bekleyemiyor, hemen izlemek istiyor” (A6). “Çocuğum sabır anlamında yetersizdir. Çünkü istediği bir şey olmadığında ya da olmasını istediği bir şey anında olmadığı için olumsuz hareketler yapar” (A4). Ailelerin çocuklarının öz düzenlemeleri açısından üstünde durdukları diğer bir konunun davranış düzenleme olduğu görülmektedir. Ailelere göre davranış düzenlemede dürtü kontrolü, hazzı erteleme, sabır, dürtüsellik ve zaman yönetimi konularının çocukları açısından önem taşıdığı ve çocukların bu konularda desteklenmelerinin önemli olduğu söylenebilir.

Ailelerin çocuklarına yönelik en az sıklıkta belirttikleri bir diğer konu ise bilişsel düzenlemedir. Buna ilişkin ailelerin yönergelere uyma, problem çözme, aklında tutma ve değişime uyum konularına vurgu yaptıkları görülmektedir. Çocukların öz düzenleme becerilerinde aileler en çok yönergelere uyma konusunda problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu konudaki ifadelerden bazıları şöyledir: “*Yapma dediğim zaman, özellikle ödüllendireceksem, yapma dediğim şeyi yapmıyor, diğer türlü kurallara genellikle uymuyor* (A2). “*Bir şey söylediğimizde içinden yapmak hiç gelmiyor sanırım. Ancak dersek ki seni şuraya götüreceğiz, sana şunu alacağız, işte o vakit yapmaya çalışıyor*” (B1). Çocukların bilişsel düzenlemelerinde ailelerin üzerinde durdukları diğer bir konu da dikkati odaklamadır. Buna ilişkin ailelerin görüşlerinden bazıları şu şekildedir: “*Odaklanma problemi var, hemen dikkati dağılabiliyor. Herkese çok kolay güvenebilir ve kandırılabilir*” (A9). “*Biraz dikkat sorunu var. Odaklanmada sıkıntı yaşadığımı düşünüyorum*” (B9). Diğer önemli bir nokta, ailelerle görüşmelerde ailelerin büyük bir çoğunluğunun çocukların öz düzenlemelerine ilişkin eğitim almalarını istedikleri ve bu konuda desteğe ihtiyaç duyduklarıdır. Ailelerin öğretmenler açısından öz düzenlemeye yönelik görüşlerinin neler olduğu ile ilgili olarak elde edilen alt tema ve kodlara ait frekans değerleri Tablo 6’da sunulmuştur.

3.7. Öz Düzenlemeye Yönelik, Ailelerin Çocuklarının Öğretmenlerini Nasıl Değerlendirdiklerine İlişkin Görüşlerine Yönelik Bulgular

Tablo 6. Ailelerin Öğretmenler Açısından Öz Düzenlemeye Yönelik Görüşleri

Tema	Alt Tema	Kodlar	Frekans
Öğretmenler Yönelik Düzenleme	Duygusal Düzenleme	Duyguları kontrol etme, duyguları ifade etme, öfkesini kontrol etme	14
	Öz Davranışsal Düzenleme	Sabır, hazzı erteleme, empati	13
	Bilişsel Düzenleme	Problem çözme	6

Tablo 6 incelendiğinde ailelerin öğretmenlerin öz düzenlemelerine yönelik en fazla duygu düzenlemeye vurgu yaptıkları görülmektedir. Bu alt temada duyguları kontrol etme, duyguları ifade etme ve öfkesini kontrol etme konularına vurgu yapmışlardır. Ailelerin duyguları kontrol etmeye ilişkin ifadelerinden bazıları şu şekildedir: “*Benim çocuğum olaylara karşı çok fazla duygusal yaklaştığı için, duygularını kontrol edebilmeyi destekleyecek etkinlikler ya da konuşmalar yapmasını öneririm*” (A9). “*Öğretmenler çocuklara karşı duygularını kontrol edebilmeliler. Onları her zaman desteklemeliler. Ama duygusal olarak daha fazla desteğe ihtiyaçları olduğunu düşünüyorum*” (A6). “*Bence bir öğretmenin duygularını kontrol etmeye ihtiyacı var, evde ya da dışarıda bir olaya sinirlendiğinde çocuklara yansıtılmamalı. Bir öğretmenin dışarıda yaşadığı sorunları çocuklara göstermemesi gerekiyor çünkü. Öğretmen bu durumu çocuklara hissettirdiği zaman, çocuklar korkuyor, içlerine kapanıyorlar ve kendilerini ifade edemiyorlar. Çekiniyorlar bir anlamda öğretmene karşı*” (A2). Ailelerin öğretmenlerin duygu düzenlemelerine yönelik ifadelerinden bazıları da şöyledir: “*Bazen öğretmenimiz çok hoşgörülü olmayabiliyor, bazen de çok sinirli oluyor, bunu istemiyorum. Benim çocuğuma böyle davranılmasını istemiyorum. Çocuklar hemen kavga edebiliyor, onlara iyi yönlendirmelerde bulunmasını isterim. Öğretmen sabırlı olmalı bence, çocukları güzelce dinlemeli*” (A3). “*Öğretmen çocuklara karşı sert ve sinirli olmamalı, bu konuda eğitim ve destek almalıdır. Öğretmen çocuklar konusunda kabiliyetli, sabırlı ve eğitimi olmalıdır. Çünkü çocuklar kritik zamanlarında oldukları için öğretmenleri her konuda eksiksiz olmalıdır ki çocuklar da öğretmenlerini doğru bir şekilde model alabilsin*” (B7). Bu doğrultuda ailelerin hem öğretmenler hem de kendi

çocuklarının desteklenmesine yönelik duygu düzenlemede duygu ve öfkeyi kontrol etme becerilerini sıklıkla vurguladıkları görülmektedir.

Ailelerin öğretmenlerin davranış düzenlemelerine yönelik ifadelerinden bazıları incelendiğinde: “*Davranışsal açıdan eğitim almalarını isterim. Çocuğum bazen eve gelince okulda yaptıklarını anlatıyor. Öğretmenin ne yaptı diye soruyorum. Öğretmenin olumsuz durumlar karşısında yaptıklarını pek beğenmiyorum*” (A7). “*Kesinlikle sabırlı olmaları lazım. Çünkü sabırla çocuklara yaklaşmadığında çocuklar da öğretmenden korkuyor*” (B2). “*.....çünkü çocukların öfke, sinir problemlerinde davranışlarında onlara bunun yanlış olduğunu, ne yapması gerektiğini, nasıl davranması gerektiğiyle ilgili sınıfta bir şeyler yaptırılmalı. Davranışsal olarak da yine nasıl davranması gerektiğine ilişkin öğretmen çocukları desteklemeli*” (A6). Ailelerin öğretmenler açısından belirttikleri diğer bir alt tema da bilişsel düzenlemedir. Buna ilişkin sadece problem çözme konusunda görüş bildirmişlerdir. Bu konuda ailelerden bazılarının ifadeleri şu şekildedir: “*Bilişsel açıdan desteklemeli çocukları daha çok. Çünkü her çocuk birbirinden farklı ve çocukları aynı konularda yönlendirmemeli, bir şeyi her çocuğa yaptırmaya çalışmamalı. Her çocuğa meyilli olduğu konularda ve problem çözümede desteklemeli*” (A1). “*.....çatışma çözme konularında çocukları desteklemeli*” (A-6). Bu bulgular incelendiğinde ailelerin öz düzenlemeye yönelik öğretmenlerin kendilerini geliştirmeleri ve bu konuda eğitim almalarını önerdikleri görülmektedir.

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma okul öncesi dönemdeki çocukların ve ailelerinin, öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ailelerin en çok ihtiyaç duydukları konuların kendilerinin davranışlarını ve duygularını nasıl düzenlemeleri gerektiği ayrıca kendi öfkelerini ortaya çıkaran dinamikleri analiz etme, öfkeleriyle baş etme ve streslerini hafifletmeye yönelik konular olduğu belirlenmiştir. Ailelerle gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen nitel bulgularda da ailelerin duygu, öfke ve stres kontrolü, zamanı yönetme, sabır, empati, irade ve dikkati odaklama konularında problem yaşadıkları ve bu konularda desteklenmelerinin önemli olduğu belirlenmiştir. Okul öncesi dönemde anne babaların tutumları, çocukların öz düzenleme becerilerini etkilemektedir (Bayındır, 2016; Eroğlu, 2018; Hamoudi vd., 2014; Karreman vd., 2006; Temiz, 2019; Yılmaz, 2020). Aile tutumları açısından anne-babaların olumsuz disiplin uygulamaları arttıkça çocukların öz düzenleme, duygu düzenleme ve dikkat/davranış düzenleme düzeyleri düşmektedir (Eroğlu, 2018). Örneğin, itaat bekleyen annelerin çocuklarının daha düşük düzeyde düzenleme becerileri gösterdiği tespit edilmiştir (Bayındır, 2016). Öz-düzenleme becerileri ile otoriter ebeveyn tutumu ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu arasında anlamlı, düşük ve negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (Temiz, 2019). Olumlu, sıcak ve duyarlı ebeveynliğin çocukların öz düzenleme kapasitelerini olumlu yönde etkilediği, olumsuz, sert ve duyarsız ebeveynliğin ise çocukların öz düzenlemelerini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Kiss vd., 2014). Ayrıca demokratik, otoriter, aşırı koruyucu, izin verici tutumları ve çocukların düzenleme becerileri arasında anlamlı düzeyde ilişkiye ulaşıldığı belirlenmiştir (Yılmaz, 2020). Bu bağlamda ailelerin tutumlarının iyileştirilmesine, öz düzenlemeye yönelik eğitimler düzenlenmesinin ve ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda farkındalıklarının artırılmasının, çocuklar açısından etkili sonuçlar ortaya koyması beklenmektedir.

Anne baba tutumlarının, çocukların problem davranışlarında da etkisi bulunmaktadır. Mevcut araştırmalar da, okul öncesi dönemde çocukların öz düzenleme becerileri ve problem davranışlar gibi konularda anne, babaların tutum ve davranışlarının önemli etkileri olduğunu ortaya çıkarmıştır (Akyol vd., 2011; Bayındır, 2016; Eroğlu, 2018; Gündüz, 2015; Webster-Stratton vd., 2004; Yeğenoğlu, 2019; Yılmaz, 2020). Örneğin yapılan çalışmaların birinde okul öncesi öğretmenleri, problem davranışların öncelikli nedeninin, anne-baba tutumları olduğunu belirtmişlerdir (Akyol vd., 2011).

Ayrıca anne-çocuk iletişimi olumlu yönde arttıkça çocuklarda problem davranışların azaldığı veya anne-çocuk iletişimi azaldıkça problem davranışların arttığı belirlenmiştir (Teke, 2021). Bu açıdan anne babaların öz düzenlemeye yönelik ihtiyaç duydukları konularda eğitim almaları, çocuklarının öz düzenleme becerilerini desteklemeleri, problem davranışların önlenmesi açısından önemlidir. Konuya ilişkin ailelerle gerçekleştirilen eğitim programlarının genel olarak sonuçları, ebeveynlik kalitesinin ve ebeveyn eğitiminin, çocuk davranışını ve öz düzenlemenin verimliliğini etkilediğini (Posner & Rothbart, 2009) ayrıca sorunlu davranışları azaltmada, yetkinlikleri artırmada ve aile içi ilişkileri iyileştirmede etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Spoth vd., 2002). Bu bağlamda mevcut araştırmada yer alan anne babaların özellikle davranışlarını ve duygularını düzenlemede desteğe gereksinim duydukları, onlar için hazırlanacak eğitim programlarının da ailelerin öz düzenleme becerilerini geliştireceği ve çocukların problem davranışlarını azaltmaya yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Çocukların öz düzenleme becerilerine ilişkin ailelerin en çok eğitim ihtiyacı hissettikleri konuların, olumlu disiplin yöntemleri ve çocuklarda problem davranışların değiştirilmesine yönelik stratejiler, çocukların öz düzenlemelerini destekleyici etkinlikler ve aile kuralları ve öz düzenleme olduğu saptanmıştır. Buna göre ailelerin çocukların öz düzenlemeleri açısından en çok ihtiyaç duydukları konunun, çocukların problem davranışlarının değiştirilmesine yönelik konular, disiplin yöntemleri ve disiplinin sağlanması açısından aile kuralları olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara paralel şekilde ailelerin çocuklarına yönelik öz düzenlemeye ilişkin son derece önemli gördükleri konuların da eğitim ihtiyacı hissettikleri konularla aynı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ailelerle gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen nitel bulgularda da ailelerin çocuklarının duygu ve öfke kontrolü, duygu farkındalığı, duygu kabulü, dürtü kontrolü, hazzı erteleme, sabır, dürtüsellik, yönergelere uyma, problem çözme, aklında tutma ve değişime uyum konularına ilişkin konularda problem yaşadıkları belirlenmiştir. Çocuklarda görülen problem davranışlar, öz düzenleme yetersizliği açısından önemli bir konudur. Ülkemizde okul öncesi dönemde çocukların % 60.6'sında en az bir ya da daha fazla problem davranış gözlemlendiği (Taner-Derman & Başal, 2013) tespit edilmiştir. Yapılan birçok araştırmada, öz düzenleme becerileri ve problem davranışlar arasında ilişki olduğunu ve çocukların öz düzenleme becerilerinin düzeyi azaldıkça, problem davranışların arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Bierman vd., 2013; Hrbakova & Safrankova, 2016; Ormrod vd., 2017). Bu bağlamda okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme yetersizliklerine bağlı olarak birçok açıdan problem davranışlarla karşı karşıya kaldıkları ve ailelerin çocukların problem davranışların değiştirilmesine yönelik stratejiler gibi konularda eğitim almalarının önemli olduğu söylenebilir.

Araştırmada, ailelerin büyük bir çoğunluğunun, çocukların öz düzenlemelerine ilişkin eğitim almalarını istedikleri ve bu konuda desteğe ihtiyaç duydukları sonucuna da ulaşılmıştır. Öz düzenlemenin çevreden sağlanan destekle güçlendirilebileceğine ve öğretilebileceğine dair kanıtlar bulunmaktadır. Örneğin, ülkemizde çocuklara öz düzenleme becerilerini doğrudan öğretmeyi hedefleyen eğitim programlarının, çocukların öz düzenleme becerilerinde olumlu etkiler oluşturduğu belirlenmiştir (Çelik & Kamaraj, 2020; Ezmeci, 2019; Gündüz, 2020; Keleş, 2014; Liman, 2017; Sezgin, 2016). Ayrıca çocuklar ilkokula başladıktan sonra gerçekleştirilen müdahalelerin olumlu etkileri olsa da, çocukları ortaokul deneyimi ve ergenliğe geçişin zorluklarından yeterince koruyamadığı (Bierman vd., 2013), erken çocukluk döneminin öz düzenlemeyi teşvik etme sürecinde özellikle önemli bir zaman olduğu belirtilmiştir (Blair & Ursache, 2011; Fergusson vd., 2013). Bu nedenle okul öncesi dönem, çocukların, öz düzenleme becerilerine yönelik uygun eğitim ve destekle, etkili bir şekilde bu becerileri geliştirebilecekleri önemli bir dönemdir.

Araştırma sonucunda, ailelerin öğretmenler açısından öz düzenlemelerine yönelik duyguları ve öfkesini kontrol etme, duyguları ifade etme, sabır, hazzı erteleme, empati ve problem çözmeye ilişkin görüş bildirdikleri ortaya çıkmıştır. Ailelerin öz düzenlemeye yönelik öğretmenlerin kendilerini geliştirmeleri ve bu konuda eğitim almalarını önerdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada ayrıca

ailelerin de öz düzenlemeye yönelik eğitim almalarının önemli olduğu belirlenmiştir. Yetişkinlerin çocuklarının öz düzenleme becerilerini geliştirme kapasiteleri, büyük ölçüde kendilerinin öz düzenleme becerilerine bağlıdır (Rosanbalm & Murray, 2017). Bu açıdan ailelerin ve öğretmenlerin, çocukların öz düzenleme ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için kendi öz düzenlemelerine destek sağlanması eğitimin başarısını artırmakta (Murray vd., 2015) ve öz düzenlemeyi desteklemedeki rollerini anlamalarına yardımcı olmaktadır (Rosanbalm & Murray, 2017). Bu nedenle çocukların öz düzenlemelerini desteklemede kilit noktada olan aileler ve öğretmenlere verilecek eğitimle, hem ailelerin hem de öğretmenlerin, öz düzenleme becerilerinin geliştirilmesine gereksinim duyulmaktadır. Ülkemizde okul öncesi dönemde öz düzenlemeyi desteklemeye yönelik olarak hazırlanan farklı eğitim programları incelendiğinde (Canol, 2021; Çelik & Kamaraj, 2020; Ezmeci, 2019; Gümrükçü-Bilgici, 2021; Gündüz, 2020; Keleş, 2014; Liman, 2017; Sezgin, 2016), ailelerin ve öğretmenlerin kendi öz düzenlemelerine yönelik eğitim verilmediği saptanmıştır. Bu açıdan ailelere ve öğretmenlere herhangi bir eğitimin düzenlenmemesinin önemli bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir. Bu açıdan okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenlemelerinin desteklenmesine yönelik hazırlanacak eğitimlere, aileler ve öğretmenlerin de dahil edilmesi önemlidir. Gelecekteki araştırmalarda aile ve öğretmenlere de kendi öz düzenlemelerine yönelik eğitimler verilerek, bu eğitimlerin etkililikleri değerlendirilebilir. Diğer taraftan bu araştırmada sadece ailelerin ve çocukların öz düzenlemeye yönelik eğitim ihtiyaçlarının ebeveyn değerlendirmeleri ve görüşlerine göre belirlenmesi amaçlanmıştır. Özellikle okul öncesi dönemdeki çocuklar açısından öğretmenler de öz düzenlemeyi desteklemede çok önemli bir konumdadır. Bu açıdan gelecek araştırmalarda öğretmenlerin de öz düzenlemeye yönelik ihtiyaçları çok yönlü süreçlerle belirlenerek, bu konudaki görüşleri incelenebilir.

KAYNAKÇA

AB Komisyonu. (2020). Türkiye 2020 raporu.

https://www.ab.gov.tr/siteimages/trkiye_raporustrateji_belgesi_2020/turkey_report_30.10.2020.pdf

Adagideli, F. H. (2018). *Okul öncesi çocuklarının ilkökula hazır bulunuşluklarının yordayıcısı olarak öz-düzenleme becerilerinin incelenmesi* (Tez No. 503195). [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Aktepe, E., Demirci, K., Çalışkan, A. M., & Sönmez, Y. (2010). Symptoms and diagnoses of patients referring to a child and adolescent psychiatry polyclinic. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 23(2), 100–108.
<https://doi.org/10.5350/DAJPN2010230204t>

Akyol, T. , Baydemir, G., Akman, B., Kükürtcü, S. K. & Arslan, A. Ç. (2011). Okul öncesi öğretmenlerinin sınıfta karşılaştıkları sorun davranışlara ilişkin düşünceleri. *Education Sciences*, 6(2), 1715–1731.

Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>

Arabacı, F. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 48-72 ay arası çocukların öz düzenleme becerilerinin incelenmesi: Karaman ili örneği* (Tez No. 585484). [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with rejection

- sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 776–792. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.776>
- Bağçeli- Kahraman, P. , Şen, T. , Alataş, S. & Tütüncü, B. (2018). Okul öncesi dönemde okula uyum sürecine ilişkin öğretmen görüşleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2) , 681–701. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2018..-43142>
- Başaran, S., Gökmen, B., & Akdağ, B. (2014). Okul öncesi eğitimde okula uyum sürecinde öğretmenlerin karşılaştığı sorunlar ve çözüm önerileri. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2014(2), 197-223.
- 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* (Tez No. 437082). [Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Bayındır, D., & Biber, K. (2019). 60-72 aylık çocukların okula hazır bulunuşluk düzeyleri ile öz düzenleme beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 135-154.
- Bierman, K. L., Coie, J., Dodge, K., Greenberg, M., Lochman, J., McMohan, R., ... & Conduct Problems Prevention Research Group. (2013). School outcomes of aggressive-disruptive children: Prediction from kindergarten risk factors and impact of the Fast Track prevention program. *Aggressive Behavior*, 39(2), 114-130. <https://doi.org/10.1002/ab.21467>
- Birmingham, R. S., Bub, K. L., & Vaughn, B. E. (2017). Parenting in infancy and self-regulation in preschool: An investigation of the role of attachment history. *Attachment & Human Development*, 19(2), 107-129. <https://doi.org/10.1080/14616734.2016.1259335>
- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *American Psychologist*, 57(2), 111–127. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.2.111>
- Blair, C., & Diamond, A. (2008). Biological processes in prevention and intervention: Promotion of self-regulation and the prevention of early school failure. *Development and Psychopathology*, 20(3), 899–911.
- Blair, C., & Ursache, A. (2011). A bidirectional model of executive functions and self-regulation. In K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, Theory, and Applications* (pp. 300–320). Guilford Press.
- Canol, B. (2021). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 60-72 aylık çocuklara yönelik hazırlanan öz düzenleme eğitim programının çocukların öz düzenleme ve sosyal becerileri üzerine etkisi* (Tez No. 690347). [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Creswell, J. W., & Plano-Clark, V. L. (2015). *Karma yöntem araştırmaları: Tasarımı ve yürütülmesi* (2. Baskı). Anı.
- Çelik, B., & Kamaraj, İ. (2020). 60-72 aylık çocukların öz düzenleme becerisi üzerinde çocuk katılımlı eğitim programının etkisinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 51(51), 1-17. <https://doi.org/10.15285/maruaeabd.559762>

- Daly, M., Bray, R., Bruckauf, Z., Byrne, J., Margaria, A., Pecnik, N., & Samms-Vaughan, M. (2015). *Family and parenting support: Policy and provision in a global context*. United Nations. <https://doi.org/10.18356/e433d47e-en>
- Dan, A. (2016). Supporting and developing self-regulatory behaviors in early childhood in young children with high levels of impulsive behaviour. *Contemporary Issues in Education Research*, 9(4), 189-200.
- Demeuse, M., & Strauven, C. (2016). *Eğitimde program geliştirme: Politik kararlardan uygulamaya* (Çev: Y. Budak). Pegem Akademi.
- Demirel, Ö. (2020). *Eğitimde program geliştirme: Kuramdan uygulamaya*. Pegem Akademi.
- Eroğlu, E. (2018). *Çocukların öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin olumsuz disiplin uygulamaları arasındaki ilişki* (Tez No. 517882). [Yüksek doktora tezi, Çukurova Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Ezmeçi, F. (2019). *Okul Öncesi Öz-Düzenleme Programı'nın çocukların öz düzenleme, problem davranış ve sosyal becerilerine etkisi* (Tez No. 563794). [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Fergusson, D. M., Boden, J. M., & Horwood, L. J. (2013). Childhood self-control and adult outcomes: results from a 30-year longitudinal study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52(7), 709-717. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.04.008>
- Gümrükçü-Bilgici, B. (2021). *Öz düzenleme eğitim programının çocukların öz düzenleme ve öğrenme becerilerine etkisi* (Tez No. 673911). [Yüksek doktora tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Gündüz, G. (2015). *Self-regulation in Turkish preschoolers: Relations with family context and socio-emotional competence* (Tez No. 412321). [Yüksek lisans tezi, Koç Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Gündüz, A. (2020). *Öz düzenleme eğitim programının okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerine ve etkileşimli akran oyunlarına etkisinin incelenmesi* (Tez No. 643539). [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Hamoudi, A., Murray, D. W., Sorensen, L., Fontaine, A. (2014). *Self regulation and toxic stress report 2: A review of ecological, biological, and developmental studies of self-regulation and stress*. OPRE Report # 2015-30, Washington, DC: Office of Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services.
- Hewitt T. W. (2018). *Eğitimde program geliştirme*. (S. Arslan, çev. ed.). Nobel.
- Hrbackova, K., & Safrankova, A. P. (2016). Self-regulation of behaviour in children and adolescents in the natural and institutional environment. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 217, 679-687. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.119>
- Karreman, A., Van Tuijl, C., van Aken, M. A., & Deković, M. (2006). Parenting and self-regulation in preschoolers: A meta-analysis. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 15(6), 561-579. <https://doi.org/10.1002/icd.478>
- Keleş, S. (2014). *Kültürel-tarihsel kuram bağlamında hazırlanan eğitim programının 48-60 aylık çocukların öz-düzenleme gelişimi üzerine etkisinin incelenmesi* (Tez No. 366268). [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48. <https://doi.org/10.5455/jmood.20160307122823>
- Kiss, M., Fecete, G., Pop, M., & Susa, G. (2014). Early childhood self-regulation in context: Parental and familial environmental influences. *Cognition, Brain, Behavior*, 18(1), 55-85.
- Kurt, Ş. H. (2020). *Okul öncesi eğitim alan çocukların öz-düzenleme gelişiminin öğretmen ve okul öncesi eğitimle ilişkisi* (Tez No. 628286). [Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Liman, B. (2017). *Öz düzenleme beceri eğitimi programının altı yaş grubu çocukların öz düzenleme becerilerine, sosyal duygusal davranışlarına ve sosyal becerilerine etkisinin incelenmesi* (Tez No. 471128). [Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- McClelland, M. M., Acock, A. C., Piccinin, A., Rhea, S. A., & Stallings, M. C. (2013). Relations between preschool attention span-persistence and age 25 educational outcomes. *Early Childhood Research Quarterly*, 28(2), 314-324. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2012.07.008>
- McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2012). Self-regulation in early childhood: Improving conceptual clarity and developing ecologically-valid measures. *Child Development Perspectives*, 6(2), 136-142. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00191.x>
- Miles, M. B., and Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded Sourcebook*. Sage.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., ... & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698. <https://doi.org/10.1073/pnas.1010076108>
- Murray, D. W., Rosanbalm, K. D., Christopoulos, C., & Hamoudi, A. (2015). *Self-regulation and toxic stress: Foundations for understanding self-regulation from an applied developmental perspective* (OPRE Report #2015-21). U.S. Department of Health and Human Services, Office of Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families.
- Nigg, J. T. (2017). Annual research review: On the relations among self-regulation, self-control, executive functioning, effortful control, cognitive control, impulsivity, risk-taking, and inhibition for developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58(4), 361-383.
- Oliva, P. F., & Gordon, W. R. (2018). *Program geliştirme*. (K. Gündoğdu, çev. ed.). Pegem Akademi.
- Ormrod, J. E., Anderman, E. M., & Anderman, L. (2017). *Educational Psychology: Developing Learners* (9th ed). Pearson.
- Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2009). Toward a physical basis of attention and self-regulation. *Physics of Life Reviews*, 6(2), 103-120. <https://doi.org/10.1016/j.plrev.2009.02.001>
- Rosanbalm, K. D., & Murray, D. W. (2017). *Promoting self-regulation in early childhood: A practice brief*. OPRE Brief #2017-79. Washington, DC: Office of Planning, Research, and Evaluation, Administration for Children and Families, US. Department of Health and Human Services.
- Rothbart, M. K., Sheese, B. E., Rueda, M. R., & Posner, M. I. (2011). Developing mechanisms of self-regulation in early life. *Emotion Review*, 3(2), 207-213. <https://doi.org/10.1177/1754073910387943>

- Sezgin, E. (2016). *Çocukların davranışsal öz-düzenleme becerilerine oyun temelli eğitimin etkisinin incelenmesi* (Tez No. 429423). [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Silverman, I. W., & Ragusa, D. M. (1992). A short-term longitudinal study of the early development of self-regulation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 20(4), 415–435.
- Soysal, Ş., & Özdemir, B. (2004). Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğuna genel bir bakış. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 13(3), 89-90.
- Spoth, R. L., Kavanagh, K. A., & Dishion, T. J. (2002). Family-centered preventive intervention science: Toward benefits to larger populations of children, youth, and families. *Prevention Science*, 3(3), 145–152. <https://doi.org/10.1023/A:1019924615322>
- Şamlı, H. Ö. (2019). *Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerileri ile okul olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 561144). [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Şepitci, M. (2018). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin okul uyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Tez No. 527029). [Yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Derman, M. T., & Başal, H. A. (2013). Okulöncesi çocuklarında gözlenen davranış problemleri ile ailelerinin anne-baba tutumları arasındaki ilişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 115–144.
- Teke, Y. T. (2021). *Anne-çocuk iletişimi ile 4-6 yaş çocuklarının problem davranışlarına yönelik alguları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 663720). [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karabük Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Tekin, H. (2018). *Öz düzenleme becerilerinin ilkökula hazırbulunuşluk üzerindeki etkisi* (Tez No. 516855). [Yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Temiz, A. (2019). *Okul öncesi dönemde davranışsal öz-düzenleme becerilerinin çocuğa ve aileye ilişkin değişkenler ile ebeveyn tutumları açısından incelenmesi* (Tez No. 535140). [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Tutkun, C. Tezel- Şahin, F., & Işıktekiner, S. (2016). Dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin incelenmesi. Ö. Demirel & S. Dinçer (Ed.) içinde, *Eğitim bilimlerinde yenilikler ve nitelik arayışı*. (s. 459–473). Pegem Akademi.
- Uysal, H., Aydos, E. H., & Akman, B. (2016). Okul öncesi dönem çocuklarının sınıfa uyumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(3), 617–645.
- Webster-Stratton, C., Reid, M. J., & Hammond, M. (2004). Treating children with early-onset conduct problems: Intervention outcomes for parent, child, and teacher training. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(1), 105-124. https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3301_11
- Yeğenoğlu, F. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveyn öz yeterlik ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 574514). [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin.

- Yıldız, F. E. (2020). *Erken çocuklukta öz düzenleme ile bilişsel tempo arasındaki ilişki* (Tez No. 637900). [Yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Yılmaz, Y. (2020). *5-6 yaş grubu çocuklarının sahip oldukları öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 653389). [Yüksek lisans tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.