

Annelerin Bilinçli Farkındalıkları ile Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Kaygı Düzeyleri ve Arkadaşlık Becerileri Arasındaki İlişki¹

Sinem ÇAKIR^a, Gülümser GÜLTEKİN AKDUMAN^b

Yükleme: 23.10.2022; Kabul: 21.03.2023; Yayınlanma: 21.03.2023

DOI: 10.30855/gjes.2023.09.01.004

ÖZET

Anahtar Kelimeler:
Okul öncesi dönem,
Ebeveynlikte bilinçli farkındalık,
Kaygı,
Arkadaşlık becerileri

Keywords:
Preshool period,
Mindfulness in parenting,
Anxiety,
Friendship skills

a. Milli Eğitim Bakanlığı,
Hacı Eyyüp Koç
Anaokulu,
Şanlıurfa, Türkiye
Orcid: 0000-0002-1056-1720
sinemcakiirr@gmail.com

b. Gazi Üniversitesi,
Eğitim Fakültesi,
Ankara, Türkiye
Orcid: 0000-0003-2965-7017
gulumserr@gazi.edu.tr

Araştırmada, annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri ile okul öncesi dönem çocuklarının kaygı düzeyleri ve arkadaşlık becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2021-2022 eğitim öğretim yılında Orta Karadeniz bölgesinde yer alan bir ilin merkez ilçelerinde yer alan eden okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocuklar ve bu çocukların anneleri oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak Gördesli ve diğ. tarafından geliştirilen Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği (MIPQ), Güler ve Totan tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ve Ömeroğlu ve diğ. tarafından TÜBİTAK destekli geliştirilen Okul Öncesi Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği'nin (OSBED) Arkadaşlık Becerileri alt ölçeği kullanılmıştır. Bu kapsamda araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık toplam puanları ve ebeveyn özyeterliliği ve çocukla anda olma alt boyutları ile çocukların kaygı düzeyi arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık toplam puanları ve ebeveyn özyeterliliği ve çocukla anda olma alt boyutları ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki bulunmuştur. Ayrıca çocukların toplam kaygı, sosyal kaygı ve genellenmiş kaygı alt boyutları ile arkadaşlık becerileri arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bulgular tartışılarak çeşitli öneriler geliştirilmiştir.

1. Bu çalışma, Prof. Dr. Gülümser Gültekin Akduman danışmanlığında Sinem Çakır tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinin verilerinden üretilmiştir.

Çakır, S., & Gültekin Akduman, G. (2023). Annelerin bilinçli farkındalıkları ile okul öncesi dönem çocuklarının kaygı düzeyleri ve arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 73-93.

The Relationship between Mothers' Conscious Awareness and Pre-school Children's Anxiety Levels and Friendship Skills

ABSTRACT

The study aimed to examine the relationship between mothers' conscious awareness levels in parenting and pre-school children's anxiety levels and friendship skills. The study group of the research consisted of 48-72-month-old children attending pre-school education in the central districts of a province in the Central Black Sea region in the 2021-2022 academic year and their mothers. The data collection tools used in the study were the Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ) developed by Gördesli et al, the Revised Pre-school Anxiety Scale, the validity and reliability analysis of which was conducted by Güler and Totan, and the Friendship Skills subscale of the Pre-school Social Skills Evaluation Scale (PSSES) developed by Ömeroğlu et al. with the support of TÜBİTAK. In this study, the relational survey model was applied. Pearson Product Moments Correlation Coefficient was used in the analysis of the data. As a result of the study, a negative and low-level significant relationship was found between the mothers' total scores of conscious awareness in parenting, parental self-efficacy, sub-dimensions of being present with the child, and the anxiety level of the children. A moderate positive correlation was found between mothers' total scores of conscious awareness in parenting and parental self-efficacy and sub-dimensions of being present with the child and children's friendship skills. In addition, it was determined that there was a low negative correlation between children's total anxiety, social anxiety and generalized anxiety sub-dimensions, and friendship skills. The findings were discussed and various recommendations were proposed.

1. Bu çalışma, Prof. Dr. Gülümser Gültekin Akduman danışmanlığında Sinem Çakır tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinin verilerinden üretilmiştir.

Çakır, S., & Gültekin Akduman, G. (2023). Annelerin bilinçli farkındalıkları ile okul öncesi dönem çocuklarının kaygı düzeyleri ve arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 73-93.

DOI: <https://dx.doi.org/10.30855/gjes.2023.09.01.004>.

GİRİŞ

Bilinçli farkındalık kavramı, günümüzde çeşitli araştırmalara konu olmaktadır. Farkındalık temelli uygulamaların temeli, John Kabat-Zinn tarafından 1979'da geliştirilen kliniğin kurulması ve Farkındalık Temelli Stres Azaltma (FTSA) yönteminin uygulanması ile atılmıştır. Uygulamalar aracılığı ile stres temelli sağlık sorunları, kronik hastalar, kanser, MS hastaları, anksiyete, panik atak ve depresyonu azaltmada etkili olduğu kanıtlanmıştır (Bodhi, 2011; Kabat-Zinn, 2019). Farkındalık temelli uygulamaların bireyler üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu göz önüne alındığında, farkındalığın ebeveyn çocuk ilişkilerinde etkisini incelemek önem kazanmaktadır.

Ebeveyn-çocuk ilişkisinde bilinçli farkındalık, ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarının farkına varma, bu ihtiyaçları karşılama ve ebeveynlik tecrübelerine ilişkin farkındalıklarını sağlama bakımından önemlidir (Duncan, Coatsworth ve Greenberg, 2009). Bilinçli farkındalığı yüksek olan ebeveynlerin bu farkındalık becerileri aile ortamına da yansımaktadır. Çünkü bu ebeveynler çocukları ile ilişkisinde olanların farkında olur ve daha bilinçli davranışlar sergiler (Atalay, 2020). Bu bağlamda, çocukların ilgi ve ihtiyaçlarının farkına varma ve yaşadıkları olumsuz yaşam deneyimleri sonucu çocuklarına yönelik daha anlayışlı, kabullenici ve şefkatli yaklaşım sergilemelerinde bilinçli farkındalık önemlidir.

Çocuklar gelişim dönemlerinde çeşitli sorunlar yaşamakta ve bu sorunların çoğu döneme özgü nitelik taşımaktadır. Bu sorunların bazıları ebeveyn desteği ile çözülebilecek sorunlardır. Ancak çocuk, anne ve babasından gerekli desteği göremezse sorunlar büyüyebilmektedir (Yörükoğlu, 2019). Bu sorunlar sonucunda çocuklarda çeşitli kaygı bozuklukları görülebilmektedir. Çocukların yaşadıkları kaygı sorunlarını etkileyen risk faktörleri ve koruyucu faktörler yer almaktadır. Kaygıya dirençli bağlanma, ebeveyn kaygısı, davranışsal engelleme, mizaç, olumsuz-travmatik yaşanan bir olay ve ebeveyn davranışları risk faktörleri; sosyal destek ve başa çıkma becerileri ise koruyucu faktörler arasında yer almaktadır (Donovan ve Spence, 2000). İlgili araştırmalar incelendiğinde çocukların korku ve kaygı durumlarını annenin kaygıya sahip olma durumu, anne-baba tutumu, ebeveynlerin ruhsal hastalığı veya kaygı bozukluğunun olması gibi faktörlerin etkilediği görülmektedir (Alisinoğlu ve Ulutaş, 2003; Boğday, 2020; Buldukoğlu, Bademli, Karakaya, Göral ve Keser, 2011; Essakow, Ungerer ve Rapee, 2005; Meadows, Mclanahan ve Brooks-Gunn, 2007; Nalbantoğlu, 2020). Ayrıca çocukların kaygı bozukluklarının temelini; anne-çocuk iletişimi, anne-baba

ilişkisi ve model alma (ebeveynlerin kaygılı olması çocukların bu davranışı edinmesine neden olabilir) gibi unsurlar da etkileyebilmektedir (Jones, Lebowitz, Marin ve Stark, 2015; Rapee ve diğ., 2019). Alisinanoğlu ve Ulutaş (2003) tarafından yapılan bir çalışmada ilköğretim öğrencilerinin ve annelerin sürekli kaygı seviyeleri arasında ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Essakow, Ungerer ve Rapee (2005) araştırmasında anne kaygısı ile çocuk kaygısı arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Endişe düzeyi yüksek ebeveynler davranışlarıyla çocuğa model olur veya çocuklarının davranışlarını kısıtlama eğilimi gösterebilmektedir. Ayrıca ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını engelleme faktörünün de çocuklarda çeşitli kaygı bozukluklarına (sosyal kaygı, ayrılık kaygısı, fobiler) neden olduğu belirtilmektedir (Hudson, Dodd ve Bovopoulos, 2011). Bu bağlamda, ebeveynlerin yaşadıkları psikolojik sorunlar, davranış biçimleri, çocukları ile arasındaki ilişkinin niteliği ve iletişim biçimleri çocukların gelişiminde kritik bir öneme sahip olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Aile çocuklara yaşanan toplumun değerlerini aktarmanın yanında çocuğun sosyalleşmesine yardımcı olan bir unsurdur. Çocuk ailesini gözlemleyerek insan ilişkilerini, davranış kalıplarını ve tutumlarını oluşturmaktadır. Ailede olumlu ilişkiler gören bir çocuk çevresiyle de olumlu ilişkiler oluşturmak için çaba harcayacaktır (Yavuzer, 1990). Bu nedenle anne ve çocuk arasındaki ilişkinin niteliği çocuğun gelişimi açısından önem kazanmaktadır. Çocuğun sosyal ortamlarda sergilediği davranışların iç ve dış faktörler etkileyicidir. Çocuğun mizacı, dış dünyayı algılama şekli ve iç motivasyonu iç faktörler; ebeveynlerin ev ortamında sergiledikleri davranışlar ve okul ortamı dış faktörler olarak değerlendirilmektedir (Yağmurlu ve Sanson, 2009). Çocuğun ilk sosyal çevresi olan aileden ayrılması ile okul öncesi eğitime başlayan bir çocuğun ikinci sosyal çevresi okul olmaktadır. Okul ortamında akranlarının olması ve zengin uyarıcı ortamların yer alması gelişimleri açısından önem taşımaktadır.

Akran grubu, çocuklar için bir sosyalleştirme aracıdır ve akranları içerisinde sergiledikleri davranış ve etkileşim sayesinde çocukların sosyal becerileri şekillenmektedir. Çocuğun akran grubuna getirdikleri yenilikler, kazandıkları yeterlikler ve akran grubu içerisinde oluşturdukları beceriler, sonraki yıllarda çevresi ile sosyal etkileşimini olumlu ve iyi yönde geliştirmesine zemin hazırlamaktadır (Sebanç, Pierce, Cheatnam ve Gunnar, 2003). Akranları tarafından kabullenici bir tutum gören çocuklar topluma kolaylıkla uyum sağlayabilir, duygularını yönetebilir ve problem durumlarını başarılı bir şekilde çözebilir (Cesur ve Akyol, 2020). Dietrich (2005) araştırmasında

çocukların arkadaşlıklarının çeşitli özellikleri ve örüntüleri olduğunu bulmuştur. Bu özellikler arasında birbirine iyi davranmak, sevgi göstermek, birbirini sevmek, birlikte vakit geçirmeyi seçmek, birlikte oynamak ve eğlenmek yer almaktadır. Çocukların arkadaşlık ilişkilerine yönelik araştırmalarda ebeveynlerin çocukların arkadaşlık ilişkilerine yönelik görüşleri (Özyürek ve Ceylan, 2014; Yu, Ostrosky ve Fowler, 2011); ebeveyn çocuk ilişkilerinin ve stillerinin akran ilişkilerine yansımaları (Marccone ve Caputo, 2019; Verissimo ve diğ., 2011); çocukların arkadaşlık ilişkileri ve sosyal becerilerini etkileyen değişkenler (Avcı, Tarı Selçuk ve Kaynak, 2019; Kapıkıran ve diğ., 2006; Erten, 2012; Salı, 2014), sosyal kabul (Coelho, Torres, Fernandes ve Santos, 2017) ve saldırganlık (Lindsey, 2002) gibi konularının yer aldığı görülmektedir.

Ebeveyni ile olumlu yaşantılar geçiren çocukların hem ruh sağlıkları hem de sosyal ilişkileri olumlu yönde etkilenecektir. Bu doğrultuda, ebeveynlerin bilinçli farkındalığa sahip olmasının çocukların gelişiminde nasıl bir etkisi olacağına yönelik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırmada ebeveynlik süreçlerinde bilinçli farkındalığın rolünü ve kaygının, çocukların arkadaşlık ilişkileri ile ilişkisini belirleyebilmek amaçlanmıştır. Çalışmada aşağıdaki alt problemler ele alınmıştır:

1. Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri ile çocukların kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Okul öncesi dönem çocuklarının kaygı düzeyleri ile arkadaşlık becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada bireylerin görüşleri alınarak mevcut durumun betimlendiği tarama modellerinden (Karakaya, 2014) ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel araştırma ilişkileri ve bağlantıları inceleyen bir araştırma türüdür (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018).

Örnekleme

Araştırmanın evreni, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Orta Karadeniz bölgesinde yer alan bir ilin merkez ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı olan anaokulları ve anasınıflarında eğitime devam eden 48 ay ve üzeri çocukların annelerinden oluşmaktadır. Okul öncesi eğitim alan çocukların sayısı Milli Eğitim Bakanlığı Atakum İlçe Milli Eğitim Müdürlüğünden temin edilmiştir. Samsun ili Atakum 71 ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda okul öncesi eğitime kayıtlı çocuk sayısı 2188'dir. Araştırmanın örneklemini oluşturan okul öncesi dönem çocuklarının 145'i kız iken, 97'si erkektir. Yaş grubu incelendiğinde, 48-60 aylık 63 çocuk, 61-72 aylık 179 çocuğun yer aldığı görülmektedir. Ayrıca araştırmaya katılan annelerin öğrenim durumları incelendiğinde, lise ve lisans ve üstü mezunu öğrenim durumuna sahiptir.

Örneklemin belirlenmesinde, kolay ulaşılabilir örnekleme yoluyla kotalı örneklemede kullanılacak kitleden (N:2188) örnekleme formülü kullanılarak aşağıda belirtilen formül aracılığı ile minimum örneklem büyüklüğü 122 olarak hesaplanmıştır.

Örnekleme büyüklüğünü belirlemek için;

$n = n_0 / [1 + (n_0 - 1) / N]$ formülü kullanılmıştır. Formüllerde;

$n_0 = (t^2 p \cdot q) / d^2$

N: Kitleden öngörülen toplam öğrenci sayısı (2188)

n: Belirlenen kota (122)

p: İncelenen olayın görülme sıklığı (0.5)

q: p+q toplamı her zaman 1' vermelidir. (0.5)

t: t tablosundan bulunan teorik değer (1.96)

d: 0,05 (Büyüköztürk vd., 2018, s. 98).

Veri Toplama Aracı

Verilerin toplanmasında Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği (MIPQ), Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği ile Okul Öncesi Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği (OSBED) Arkadaşlık Becerileri alt boyutu kullanılmıştır.

MIPQ: Ebeveynlerin bilinçli farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla McCaffrey, Reitman ve Black (2017) tarafından geliştirilmiştir. Orijinal hali 28 maddeden oluşan ve 4'lülükert tipinde olan MIPQ'nun Türkçeye uyarlama ve geçerlik-güvenirlik çalışması

Gördesli, Arslan, Çekici, Sünbül ve Malkoç (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelenmiş ve eşdeğer olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının her bir alt ölçek ve ölçeğin tamamı için .73 ile .87 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçek "Ebeveyn Özyeterliliği (EÖY)" ve "Çocukla Anda Olma (ÇAO)" olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte her bir madde için "neredeyse her zaman", "sık sık", "bazen" ve "nadiren" seçenekleri yer almaktadır. Cevaplar neredeyse her zaman (4) -nadiren(1) arasında puanlanmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan maksimum puan 96, minimum puan ise 24'tür. Yüksek puan, ebeveynlik farkındalığının daha fazla olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Gördesli ve diğ., 2018).

Yeniden Düzenlenen Okul Öncesi Kaygı Ölçeği: Edwards, Rapee, Kennedy ve Spence (2010) tarafından 3-6 yaşları arasındaki çocukların kaygı düzeylerini ortaya koymak için geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama ve geçerlik-güvenirlik çalışması Güler ve Totan (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısının .90, McDonald omega değerinin ise .92 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliğinde ise alt boyutların güvenilirlik katsayıları .35-.59 arasında bulunmuştur (Güler, 2016). Toplamda 30 maddeden meydana gelen ölçek dört alt faktörden oluşmaktadır. Ölçekte her bir madde için "çok zaman doğru", "oldukça", "bazen doğru", "nadiren doğru" ve "hiç doğru değil" seçenekleri yer almaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Cevaplar çok zaman doğru (5)- hiç doğru değil (1) arasında puanlanmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan maksimum puan 150 ve minimum puan ise 30 olup puanın yüksek olması kaygının yüksek olması anlamına gelmektedir. Ölçekteki 3 ve 6 numaralı maddeler puanlamaya dâhiledilmemektedir (Güler, 2016).

OSBED Arkadaşlık Becerileri Alt Ölçeği: Ömeroğlu vd. (2012) tarafından TÜBİTAK destekli "Okul Öncesi Sosyal Beceri Destek Projesi" kapsamında geliştirilmiştir. OSBED norm çalışmasında 3-6 yaş grubunda 3306 çocuğun anne-baba formu güvenilirlik katsayıları 3 yaş için .85 ile .95; 4 yaş için .85 ile .95; 5 yaş için .82 ile .95 ve norm örneklemin tümü için .95 olarak bulunmuştur (Ömeroğlu ve diğ., 2012). Araştırma kapsamında, OSBED Arkadaşlık Becerileri Alt Ölçeği anne-baba formu kullanılmıştır. Ölçekte her bir madde için "hemen hemen her zaman", "çoğu zaman", "bazen", "nadiren" ve "hemen hemen hiç" seçeneklerinden birini işaretlemeleri beklenmektedir. Cevaplar hemen hemen her zaman (5)-hemen hemen hiç (1) arasında puanlanmaktadır. Arkadaşlık becerileri alt

ölçeğinden alınan yüksek puan olumlu arkadaşlık becerilerine işaret etmektedir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin toplanması aşamasına geçilmeden önce, gerekli kurumlardan izinler alınarak, okul öncesi eğitim kurumu yönetici ve öğretmenlerinin araştırma hakkında bilgilendirilmesinin ardından ölçüm araçları öğretmenler aracılığıyla annelere ulaştırılmıştır. Toplam 1437 adet veri toplama aracının dağıtılmasının ardından 323 adet veri dönüşü sağlanmıştır. Hatalı ve eksik doldurulan 81 adet veri çıkartılmıştır. Toplam yirmi okul öncesi eğitim kurumunda gerçekleştirilen çalışmada, gönüllülük esası dikkate alınmıştır.

Analizler öncesinde verilerin normal dağılıp dağılmadığı Kolmogorov-Smirnov testi ve çarpıklık-basıklık değerleriyle incelenmiştir. Anlamlılık değeri .05'ten küçük olarak bulunmasına rağmen değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ve +2 arasında olduğundan değişkenlerin normal dağıldığı veparametrik testlerin uygulanabileceği kararına varılmıştır (George ve Mallery, 2003). Bu doğrultuda, verilerin analizinde ölçek puanları arası ilişkinin incelenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Etik Kurul İzin Belgesi

Bu araştırmanın Gazi Üniversitesi Etik Kurulu'nun 24.03.2021 tarihinde 80287700-399-59404 sayılı kararı doğrultusunda bilimsel etik yönünden uygun olduğu kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmanın alt problemlerine göre elde edilen sonuçlar Tablo 1-3 arasında verilerek yorumlanmıştır.

Tablo 1

Annelerin Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalıkları ile Çocukların Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği					
Alt Boyutlar	Semboller	Ebeveyn Özyeterliliği	Çocukla Anda Olma	Toplam	
Kaygı Ölçeği	Sosyal Kaygı	r	-0,19	-0,20	-0,22
		p	0,002**	0,002**	0,001**
		n	242	242	242
	Genellenmiş Kaygı	r	-0,11	-0,17	-0,16
		p	0,099	0,008**	0,015*
		n	242	242	242

Tablo 1

Devam

	r	-0,16	-0,15	-0,17
Ayrılık Kaygısı	p	0,016*	0,018*	0,008**
	n	242	242	242
	r	-0,06	-0,18	-0,13
Belirgin Korkular	p	0,389	0,004**	0,046*
	n	242	242	242
	r	-0,15	-0,22	-0,20
Toplam	p	0,021*	0,001**	0,002**
	n	242	242	242

Tablo 1’de görüldüğü gibi annelerin bilinçli farkındalık alt boyutlarından ebeveyn özyeterlilik boyutu ile sosyal kaygı arasındaki ilişki $r=-0,19$, ayrılık kaygısı arasındaki ilişki $r=-0,16$ ve toplam puan arasındaki ilişki $r=-0,15$ ’dir. Bu katsayılar 0,01-0,29 arasında olduğundan değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,05$; $p<0,01$). Annelerin özyeterliliği puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, ayrılık kaygısı ve toplam puanları azalmaktadır.

Bilinçli farkındalık alt boyutlarından çocukla anda olma boyutu ile sosyal kaygı arasındaki ilişki $r=-0,20$, genellenmiş kaygı arasındaki ilişki $r=-0,17$, ayrılık kaygı arasındaki ilişki $r=-0,15$, belirgin korkular arasındaki ilişki $r=-0,18$ ve toplam puan arasındaki ilişki $r=-0,22$ ’tir. Bu katsayılar 0,01-0,29 arasında olduğundan değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,05$; $p<0,01$). Annelerin çocukla anda olma puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, genellenmiş kaygı, ayrılık kaygısı, belirgin korkular ve toplam puanları azalmaktadır.

Bilinçli farkındalık toplam puanları ile sosyal kaygı arasındaki ilişki $r=-0,22$, genellenmiş kaygı arasındaki ilişki $r=-0,16$, ayrılık kaygısı arasındaki ilişki $r=-0,17$, belirgin korkular arasındaki ilişki $r=-0,13$ ve toplam puan arasındaki ilişki $r=-0,20$ ’dir. Bu katsayılar 0,01- 0,29 arasında olduğundan değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,05$, $p<0,01$). Annelerin bilinçli farkındalık puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, genellenmiş kaygı, ayrılık kaygısı, belirgin korkular ve toplam puanları azalmaktadır.

Tablo 2

Annelerin Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalıkları ile Çocukların Arkadaşlık Becerileri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği				
	Semboller	Ebeveyn Özyeterliliği	Çocukla Anda Olma	Toplam
	r	0,33	0,37	0,40
Arkadaşlık becerileri	p	0,000**	0,000**	0,001**
	n	242	242	242

Tablo 2’de görüldüğü gibi annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutlarından ebeveyn özyeterlilik boyutu ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=0,33$ olup bu katsayı 0.30-0.70 arasında ve değişkenler arası ilişki pozitif yönde orta düzeydedir ($p<0,01$). Annelerin özyeterliliği puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır.

Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutlarından çocukla anda olma boyutu ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=0,36$ olup değişkenler arası ilişki pozitif yönde orta düzeydedir ($p<0,01$). Annelerin çocukla anda olma puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır.

Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık toplam puanları ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=0,40$ olup değişkenler arası ilişki pozitif yönde orta düzeydedir ($p<0,01$). Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır.

Tablo 3

Çocukların Kaygı Düzeyleri ile Arkadaşlık Becerileri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Kaygı Ölçeği						
	Semboller	Sosyal Kaygı	Genellenmiş Kaygı	Ayrılık Kaygısı	Belirgin Korkular	Toplam
Arkadaşlık	r	-0,24	-0,19	-0,11	-0,12	-0,20
Becerileri	p	0,000**	0,002**	0,085	0,067	0,002**
	n	242	242	242	242	242

Tablo 3’te görüldüğü gibi çocukların kaygı ölçeği alt boyutlarından sosyal kaygı ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=-0,24$ ’tür ve bu katsayı 0,01-0,29 arasında olup değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,01$). Çocukların sosyal kaygı puanları arttıkça arkadaşlık becerileri azalmaktadır.

Çocukların kaygı ölçeği alt boyutlarından genellenmiş kaygı ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=-0,19$ olup değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,01$). Genellenmiş kaygı puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri azalmaktadır.

Çocukların kaygı toplam puanları ile çocukların arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki $r=-0,20$ olup değişkenler arası ilişki negatif yönde düşük düzeydedir ($p<0,01$). Çocukların kaygı düzeyleri arttıkça arkadaşlık becerileri de azalmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, okul öncesi eğitim alan çocukların annelerinin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri ile çocukların kaygı düzeyleri ve arkadaşlık becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar alt problemler doğrultusunda verilerek tartışılmış ve bazı öneriler geliştirilmiştir.

Çalışmada, annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutlarından ebeveyn özyeterliliği ile çocukların kaygı düzeyleri arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Annelerin özyeterliliği puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, ayrılık kaygısı ve toplam puanları azalmaktadır. Bandura'ya (1982) göre özyeterlilik, bireyin eylemlerini gerçekleştirmek için öz düzenleme becerisini uygulayabileceği, insanların düşünce kalıpları, davranış biçimleri ve zorlayıcı deneyimlere ilişkin tepkilerini şekillendiren bir beceridir. Özyeterlilik, problem oluşturan durumlara karşı koyabilme, stres durumlarında daha az olumsuz duygular hissedebilme ve sabırlı olma ile ilişkilidir. Düşük özyeterliliğe sahip ebeveynler kendinden şüphe etme, zorluklar karşısında kaygı yaşama ve sorunları tehdit olarak algılama davranışları sergileyebilir ve bu durum çocukların sorunlu davranışlar sergilemesine neden olabilir (Weaver, Shaw, Dishion ve Wilson, 2008). Yüksek özyeterliliği sahip ebeveynler ise cezalayıcı tutumdan uzak, etkin ebeveyn ve duyarlı olma gibi beceriler ile ilişkilendirilmektedir (Coleman, 1998). Bu bulgu annenin ebeveynlik becerisine ilişkin inancıyla çocuğuna tutumunun değişikliğe uğrayabilmesi ve böylelikle çocuğun annesinden daha fazla destek alması ve güven geliştirmesi ile ilişkili olabilir. Buluş ve Samur (2017) araştırmasında ebeveynlerin benlik saygısı ve öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe çocukların anksiyete-içe dönüklük düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmada annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutu çocukla anda olma boyutu ile çocuklarda kaygının alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde bir

ilişki olduğunu belirlenmiştir. Annelerin çocukla anda olma puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, genellenmiş kaygı, ayrılık kaygısı, belirgin korkular ve toplam puanları azalmaktadır. Çocukla anda olma puanları yüksek olan anneler çocukların kaygı düzeylerinin yükseldiğinin, ne sıklıkla kaygı duyduğunun, hangi etkenlerin kaygısını tetiklediğinin farkında olabilir. Çocuklarının duygularının farkında olan anne tepkisel olmadan şefkat temelli bir tutumla çocuğuna yaklaşarak çocuğun kendini ifade etmesine destek olabilir ve çocuğunu kaygı durumlarında daha kolay rahatlatılabilir. Bora (2019) ebeveynleri tarafından daha az kabullenici bir tutumla karşılan ve davranışları kısıtlanan çocukların kaygı düzeyinin yüksek olabileceğini; çocukların gelişimsel özellikleri göz önüne alındığında bazı sorunları iyi bir şekilde ifade edemedikleri görülebildiği ve bu durumun çocukların kaygı yaşamasına yol açabileceğini ifade etmiştir.

Çalışmada ebeveynlikte bilinçli farkındalık toplam puanları ile çocuklarda kaygının alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Annelerin bilinçli farkındalık puanları arttıkça çocukların sosyal kaygı, genellenmiş kaygı, ayrılık kaygısı, belirgin korkular ve toplam puanları azalmaktadır. Çocuğun korku ve kaygı duyduğu durumlarda annesinin farkında olması ve ondan alacağı destek önemlidir. Farkındalık düzeyi yüksek anneler çocuklarıyla ilişkilerinde tepkisel olmak yerine bir tepki vermeden önce seçim yapabilir ve çocuğuyla yapıcı bir şekilde iletişim kurabilir. Ebeveyninden koşulsuz kabul ve destek alan çocuk kaygı durumları ile daha kolay başa çıkabilir. Ayaz (2015) araştırmasında annenin çocuğuna ilgi göstermemesi ve empati kurmaması ile çocuklardaki ayrılık kaygısı tanısı alma durumu arasında ilişki olduğu; Suarez ve diğ. (2021) ise araştırmasında yüksek davranışsal engelleme sergileyen ve annelerinden daha şefkatli davranışlar gören çocukların diğer çocuklardan daha az duygu düzenleme stratejileri ve sosyal olarak endişeli davranışlar sergiledikleri sonucuna ulaşmışlardır.

Çalışmada annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutlarından ebeveyn özyeterlilik boyutu ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Annelerin özyeterliliği puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır. Annelerin özyeterlilik puanlarının yüksek olması çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerini olumlu yönde etkileyebilir. Özyeterliliği yüksek anneler, ebeveynliğin gerektirdiği sorumlulukların farkında olan ve ebeveynlik becerilerine güvenen bireylerdir. Bu durum çocuğun arkadaşlık ilişkilerinde de sorumluluk sahibi olmalarına, uyum sağlayabilmelerine ve olumlu ilişkiler

geliştirmelerine yardımcı olabilir. Buluş ve Samur (2017) araştırmasında ebeveynlerin benlik saygısı ile öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe çocukların kızgınlık saldırganlık düzeylerinin düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Büyüктаşkapu (2012) 1-3 yaş çocuğa sahip anneler ile gerçekleştirdiği araştırmasında annelerin özyeterlik inançları ile çocukların sosyal becerileri arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Kotil (2010) ise ebeveyn öz yeterliği yüksek olan annelerin çocuklarının sosyal duygusal uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu; Işıkol (2019) çocukların sosyal beceri düzeyleri ile anne babaların ebeveyn öz yeterlik algıları ile pozitif anlamlı bir ilişki olduğu sonuçlarına ulaşmıştır.

Çalışmada annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt boyutlarından çocukla anda olma boyutu ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Annelerin çocukla anda olma puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır. Bu bulgu çocuklarıyla anda olma düzeyleri yüksek annelerin çocukların ihtiyaç ve gereksinimlerini anlama, ilgilerinin farkında olma ve olumsuz durumlarda çocuğa güven verme gibi davranışları ile ilişkili olabilir. Ayrıca anne ve çocuk arasındaki ilişkinin güven ve şefkate dayalı temellendirilmesi ile çocuk model alma yoluyla aynı tutumu arkadaşlık ilişkilerine de yansıtabilir. Polat ve Özbek Ayaz (2021) ebeveynlikte bilinçli farkındalığın çocukların liderlik becerileri ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Farkındalık temelli müdahalelerin faydası incelendiğinde Singh vd. (2007) otizmli çocuğa sahip ebeveynlere yönelik bir farkındalık eğitimi uygulamış ve sonucunda ebeveynlerin daha fazla memnuniyet hissettiği, çocukların saldırganlık davranışlarının azaldığı ve sosyal becerilerinin arttığı görülmüştür. Işık (2020) farkındalık temelli eğitimin sonucunda ebeveynlerin çocuklarla iletişimini etkilediği, ebeveynlerin farkındalık düzeylerini artırdığı ve çocuklarda görülen sorun davranışların görülme sıklığının azalması noktasında etkili bir yöntem olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmada annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık toplam puanları ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyleri arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri de artmaktadır. Bu bulgu farkındalık düzeyi yüksek annelerin çocuklarıyla ilişkilerinin daha olumlu olması, çocuğunu tanımada daha fazla imkân bulması ve iletişimlerinin daha yapıcı ve nitelikli olması ile ilişkili olabilir. Çünkü çocuk evde gördükleri iletişim şekillerini ve tutumları başka sosyal ortamlarda da

sergileyebilir. Alanyazın incelendiğinde Sui, Ma ve Chui (2016) okul öncesi dönemde olan 216 anne üzerinde yaptıkları bir çalışmanın sonucunda, bilinçli farkındalık durumunun anne-çocuk ilişkisinde bağlanma, katılım ve ebeveyn güveni açısından anlamlı ve olumlu yönde bir etkisi; disiplin ve hayal kırıklığı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğu ve farkındalığa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaşamına dahil olabildikleri ve çocukların ihtiyaçlarının daha fazla farkında olabildikleri görülmüştür. Jespersen, Morris, Hubbs-Tait ve Washburn (2021) çocukların bakımını sağlayan bireylerin dikkat becerisi gibi zihinsel becerilerine odaklanan bir program uygulamıştır. Program sonucunda ebeveynliğin duyarlılık ve yeterlilik düzeyi, farkındalık düzeyi; çocuk prososyal davranış ve olumlu çocuk davranışlarının arttığı; ebeveyn stresinin azaldığı görülmüştür. Işık (2020) tarafından farkındalık temelli bir aile eğitiminin sonucunda ebeveynlerin çocuklarla iletişimlerini etkilediği, ebeveynlerin farkındalık düzeylerini artırdığı ve çocuklarda görülen sorun davranışların görülme sıklığının azalması noktasında etkili bir yöntem olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu bağlamda farkındalık uygulamalarının hem bireyin stres seviyesinde hem de çocuğu ile ilişkisinde olumlu faydalar sağladığı görülmektedir.

Çalışmada çocukların kaygı ölçeği alt boyutlarından sosyal kaygı ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Çocukların sosyal kaygı puanları arttıkça arkadaşlık becerileri azalmaktadır. Bu bulgu çocukların sosyal kaygı duyması nedeniyle arkadaş ortamlarında veya diğer sosyal ortamlarda yer alırken stres yaşayabilmesi, kendini ifade edememesi ile ilişkili olabilir. Bu nedenle çocuklar akranlarının kendisiyle dalga geçeceklerini düşünerek çekimser davranışlar sergileyebilir ve akran gruplarına katılım göstermeyebilir. Bu bağlamda çocukların akranlarıyla geçirdikleri yaşantıların azalmasıyla arkadaşlık becerilerinin azaldığı düşünülebilir. Alanyazın incelendiğinde Cartwrigh-Hatton, Hodges ve Porter (2003) durumluluk sosyal kaygıya sahip çocuklarının sosyal beceri düzeyinin düşük olduğu; Pickard, Happé ve Mandy (2018) ise sosyal ve iletişim zorluklarının olumsuz arkadaşlık ilişkilerinin artmasına ve akran mağduriyetini öngördüğü sonucuna ulaşmışlardır. Çocukların sosyal kaygı düzeylerinin yüksek olması akran kabulünün düşük olmasına ve akran reddi yaşamasına neden olabileceği kanıtlanmıştır (Greco ve Morris, 2005).

Çalışmada çocukların kaygı ölçeği alt boyutlarından genellenmiş kaygı ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu

belirlenmiştir. Genellenmiş kaygı puanları arttıkça çocukların arkadaşlık becerileri azalmaktadır. Genellenmiş kaygı bozukluğuna sahip çocukların duydukları kaygı hayatlarının önemli alanlarına hakim olur. Bu nedenle kolaylıkla fark edilen kaygı bozukluğuna sahip çocuk gerginlik yaşar ve belirli dönemlerde kendini huzursuz hissedebilir (Dacey ve diğ., 2020). Bu bulgu kaygılı çocuk kendini stresli ve huzursuz hissettiğinde, akranları tarafından reddedilme davranışlarına maruz kalabilmesi ile ilişkili olabilir.

Çalışmada çocukların kaygı toplam puanları ile çocukların arkadaşlık becerileri arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Çocukların kaygı düzeyleri arttıkça arkadaşlık becerileri de azalmaktadır. Kaygılı çocuklar, kaygı duydukları bir nesne ya da durum ile karşı karşıya kaldıklarında akranları tarafından normal görülmeyen davranışları sergileyebilir. Kendini ifade edemediğinde saldırganlık gösterebilir veya etkinlik esnasında düzeni bozabilecek çeşitli davranışlar sergileyebilir. Arkadaşları tarafından akran reddi ve dışlanmaya maruz kaldığında yalnız kalabilir ve böylelikle akranları ile etkileşim kuramayan çocuğun zamanla arkadaşlık becerileri zayıflayabilir. Akgün ve diğ. (2007) daha büyük yaş grubu ile gerçekleştirdiği araştırmasında, arkadaş edinme düzeyi yeterli olmayan öğrencilerin kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Atış Akyol (2020) araştırmasında çocukların akran ilişkileri ile kaygı düzeyleri arasında negatif orta düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Coelho ve diğ. (2017) oyun davranışlarında bir eksiklik veya aksaklık oluşturabilecek davranışlar sergileyen çocukların daha düşük sosyal kabul aldığı ve daha az karşılıklı arkadaşlığa sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

ÖNERİLER

Araştırmanın sonuçları göz önüne alındığında ebeveynler, alan uzmanları ve araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda verilmiştir:

- Araştırmada annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeylerinin çocukların kaygı düzeylerini ve arkadaşlık becerilerini etkileyeceği belirlenmiştir. Bu doğrultuda annelerin çocuklarıyla ilişkilerinde bilinçli farkındalık temelli uygulamalara yer verilmesi için çeşitli uygulamalar geliştirilebilir.
- Araştırmada çocukların kaygı düzeylerinin arkadaşlık becerilerini etkileyeceği belirlenmiştir. Bu nedenle çocukların kaygı durumlarında ebeveynlerin yaklaşımlarının olumlu olabilmesi için eğitimlere ve uygulamalara daha sık yer verilebilir.

- Bu çalışmada annelerle çalışılmıştır, anne ve babaların farkındalıklarının incelendiği çalışmalar yapılabilir. Ebeveynlerin farkındalık düzeylerinin çocuklar üzerindeki etkisi ile ilgili daha fazla bilgi edinmek amacıyla farklı şehirler ve örneklemelerde araştırmalar yapılabilir. Çocukların gelişim sürecinde babaların da etkin rol alabilmesi için, babaları hedef alan çalışmalar düzenlenebilir.
- Öğretmenlerin ve ebeveynlerin çocukların arkadaşlarıyla etkileşimlerini güçlendirecek fırsatlar sağlaması, cesaretlendirmesi ve çocuklarına çeşitli sorumluluklar vermesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Akgün, A., Gönen, S., & Aydın, M. (2007, 1 Mart). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 283-299.
- Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 128, 65-71.
- Atalay, Z. (2020). *Mindfulness-bilinçli farkındalık*. İstanbul: İnkılap.
- Atış Akyol, N. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarda bağlanma ile sosyal yetkinlik, kaygı, öfke ve öz-kontrol değişkenlerinde akran ilişkilerinin aracı rolü*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Avcı, D., Tarı Selçuk, K., & Kaynak, S. (2019). Okul öncesi dönemdeki çocukların akran ilişkileri ve belirleyicileri. *Orjinal Araştırma Güncel Pediatri*, 17(1),17-33.
- Ayaz, G. (2015). *Çocuklarda ayrılık kaygısı bozukluğu gelişimi ile annenin kişilik özellikleri ve bağlanma stili arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.
- Bodhi, B. (2011). What does mindfulness really mean? A canonical perspective. *Contemporary Buddhism*, 12(1), 19-39.
<http://dx.doi.org/10.1080/14639947.2011.564813>
- Boğday, H. (2020). *Anne kaygı düzeyinin ergen kaygı düzeyi üzerindeki etkisinde ergenin bilinçli farkındalık düzeyinin aracı etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Bora, A. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden çocukların kaygıları ile ebeveynlerinin kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.

- Buldukoğlu, K., Bademli, K., Karakaya, D., Göral, G., & Keser, İ. (2011). Ruhsal hastalığı olan ebeveynle yaşamak. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(4), 683-703. <https://dx.doi.org/10.5455/cap.20110331>
- Buluş, M., & Samur, A. Ö. (2017). Beş-altı yaş çocuklarının sosyal duygusal uyumunu yordamada ebeveyn benlik saygısı, temel ihtiyaçları ve öz yeterliğin rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(41), 105-119.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, E., Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüктаşkapu, S. (2012). Annelerin özyeterlik algıları ile 1-3 yaş çocuklarının gelişimlerinin incelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 18-30.
- Cartwriugh-Hatton, S., Hodges, L., & Porter, J. (2003). Social Anxiety in childhood: the relationship with self and observer rated social skills. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(5), 737-742.
- Cesur, E., & Akyol, A. K. (2020). Erken çocuklukta sosyal beceri eğitimi. A. Durmuş (Ed.), *Erken çocuklukta sosyal becerilerin gelişimi içinde*, (s. 105-125). Ankara: Pegem Akademi.
- Coelho, L., Torres, N., Fernandes, C., & Santos, A. J. (2017) Quality of play, social acceptance and reciprocal friendship in preschool children. *European Early Childhood Education Research Journal*, 25(6), 812-823. <http://dx.doi.org/10.1080/1350293X.2017.1380879>
- Coleman, P. K. (1998). *Maternal self-efficacy beliefs as predictors of parenting competence and toddlers' emotional, social, and cognitive development*. Doctoral Dissertation, West Virginia University, Morgantown, ABD.
- Dacey J. S., Mack M. D., & Fiore, L. B. (2018). *Çocuklarda aşırı kaygı ve kaygı azaltma yöntemleri, ebeveynler ve öğretmenler için rehber kitap*. (Çev. I. Doğangün). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür.
- Dietrich, S. L. (2005). A look at friendships between preschool-aged children with and without disabilities in two inclusive classrooms. *Journal of Early Childhood Research*, 3(2), 193-215. <http://dx.doi.org/10.1177/1476718X05053933>
- Donovan, C. L., & Spence, S. H. (2000). Prevention of childhood anxiety disorders. *Clinical Psychology Review*, 20(4), 509-531.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 255-

270.<http://dx.doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>

- Edwards, S. L., Rapee, R. M., Kennedy, S. J., & Spence, S. H. (2010). The assessment of anxiety symptoms in preschool-aged children: The revised preschool anxiety scale. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 39(3), 400-409.
- Erten, H. (2012). *Okul öncesi eğitime devam eden 5-6 yaş çocuklarının sosyal beceri, akran ilişkileri ve okula uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin izlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Essakow, S. H., Ungerer A. J., & Rapee, M. R. (2005). Attachment, behavioral inhibition, and anxiety in preschool children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33(2), 131-143. <http://dx.doi.org/10.1007/s10802-005-1822-2>
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*. Boston: Allyn & Bacon.
- Gördesli, A. M., Arslan, N., Çekici, F., Sünbül, A. Z., & Malkoç, A. (2018). The psychometric properties of mindfulness in parenting questionnaire (MIPQ) in Turkish sample. *European Journal of Education Studies*, 5(5), 175-185.
- Greco, L. A., & Morris, T. L. (2005). Factors influencing the link between social anxiety and peer acceptance: Contributions of social skills and close friendships during middle childhood. *Behavior Therapy*, 36(2), 197-205. [http://dx.doi.org/10.1016/S0005-7894\(05\)80068-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0005-7894(05)80068-1)
- Güler, M. (2016). *Okul öncesi dönem 4-6 yaş çocukları için yeniden düzenlenen okul öncesi kaygı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın
- Hudson, J. L. Dodd H. F., & Bovopoulos, N. (2011). Temperament, family environment and anxiety in preschool children. *Abnorm Child Psychol*, (39), 939-951. <http://dx.doi.org/10.1007/s10802-011-9502-x>
- Işık, E. (2020). *Bilinçli farkındalık aile eğitim programının ebeveynlerin bilinçli farkındalıkları, yetkinlik algıları ve iletişim düzeyleri ile çocukların davranış sorunları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Işıkol, K. (2019). *Okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin akılcı olmayan inançları ve ebeveynlik öz yeterlik algıları ile çocukların sosyal beceri ve problem davranışları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Jespersen, J. E., Morris, A. S., Hubbs-Tait, L., & Washburn, I. J. (2021). Evaluation of a parent education program emphasizing responsive parenting and mindfulness: An inclusive randomized controlled trial. *Child & Youth Care Forum*, 50(5), 859-883.

<http://dx.doi.org/10.1007/s10566-021-09597-2>

- Jones, J. D., Lebowitz, E. R., Marin, C. E., & Stark, K. D. (2015). Family accommodation mediates the association between anxiety symptoms in mothers and children. *Journal of Child & Adolescent Mental Health*, 27(1), 41-51. <http://dx.doi.org/10.2989/17280583.2015.1007866>
- Kabat-Zinn, J. (2019). *Yeni başlayanlar için farkındalık* (S.S. Tezcan, Çev.). İstanbul: Pegasus.
- Kapıkıran, N. A., İvrendi, A. B., & Adak, A. (2006). Okul öncesi çocuklarında sosyal beceri: durum saptaması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 20-28.
- Karakaya, İ. (2014). Bilimsel araştırma yöntemleri. A. Tanrıöğen (Ed.), *Bilimsel araştırma yöntemleri içinde* (s.57-84). Ankara: Anı.
- Kotil, Ç. (2010). *Okul öncesi eğitim kurumuna yeni başlayan 5 yaş çocukların sosyal duygusal uyum düzeylerine annenin ebeveyn öz yeterlik algısı ile okul beklentilerine uyum düzeyinin etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Lindsey, E. W. (2002). Preschool children's friendship and peer acceptance: Links to social competence. *Child Study Journal*, 32(3), 145-157.
- Marcone, R., & Caputo, A. (2019) Is a friend truly a treasure? Evolution of friendship competence from pre-school up to the last year of primary school. *Early Child Development and Care*, 189(1), 43-55. <http://dx.doi.org/10.1080/03004430.2017.1299147>
- Meadows, S. O., Mclanahan, S., & Gunn-Brooks, J. (2007). Parental depression and anxiety and early childhood behavior problems across family types. *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1162-1177. <https://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00439.x>
- Nalbantoğlu, B. (2020). *Sosyal anksiyete ve bilişsel abartma tarzı: bilinçli farkındalık ve tekrarlayıcı olumsuz düşüncelerin düzenleyici rolleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Ömeroğlu, E., Büyüköztürk, Ş., Aydoğan, Y., Çakan, M., Kılıç Çakmak, E., Özyürek, A., ... Gültekin Akduman, G. (2014). Okul öncesi sosyal beceri değerlendirme ölçeği öğretmen formunun geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik analizleri. *Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(8), 37-46.
- Özyürek, A., & Ceylan, Ş. (2014). Okul öncesi çocuklarda sosyal becerilerin desteklenmesi konusunda öğretmen ve veli görüşlerinin belirlenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 99-114. <http://dx.doi.org/10.9779/PUJE575>

- Pickard, H., Happé, F., & Mandy, W. (2018). Navigating the social world: The role of social competence, peer victimisation and friendship quality in the development of social anxiety in childhood. *Journal of Anxiety Disorders*, 60, 1-10. <https://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.09.002>
- Polat, Ö., & Özbek Ayaz, C. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının liderlik becerilerinin yordayıcısı olarak ebeveynlerinin bilinçli farkındalık düzeyleri. *Uluslararası Karamanoğlu Mehmetbey Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 3(2),113-128. <http://dx.doi.org/10.47770/ukmead.982016>
- Rapee R. M., Spence S. H., Cobham, V., & Wignall, A. (2019). *Çocukta özgüven- kaygılı çocuğa yardım* (Çev. R. Baykaldı), Ankara: Arkadaş.
- Salı, G. (2014). Okul öncesi dönem çocuklarında akran ilişkilerinin ve akran şiddetine maruz kalmanın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(2), 195-216. <http://dx.doi.org/10.14812/cufej.2014.020>
- Sebanç, A. M., Pierce, S. L., Cheatham, C. L., & Gunnar M. R. (2003). Gendered social worlds in preschool: dominance, peer acceptance and assertive social skills in boys' and girls' peer groups. *University of Minnesota*, 12(1),91-103. <https://dx.doi.org/10.1111/1467-9507.00223>
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S. W., Singh, J., Curtis, W. J., Wahler, R. G., & McAleavey, K. M. (2007). Mindful parenting decreases aggression and increases social behavior in children with developmental disabilities. *Behavior Modification*, 31(6), 749-771. <http://dx.doi.org/10.1177/0145445507300924>
- Suarez, G. L., Morales, S., Miller, N. V., Penela, E. C., Chronis-Tuscano, A., Henderson, H. A., & Fox, N. A. (2021). Examining a developmental pathway from early behavioral inhibition to emotion regulation and social anxiety: The moderating role of parenting. *Developmental Psychology*, 57(8), 1261-1273. <http://dx.doi.org/10.1037/dev0001225>
- Sui, A. F. Y., Ma, Y., & Chui, F. W. Y. (2016). Maternal mindfulness and child social behavior: the mediating role of the mother-child relationship. *Mindfulness*, 7(3), 577-583. <http://dx.doi.org/10.1007/s12671-016-0491-2>
- Veríssimo, M., Santos, A. J., Vaughn, B. E., Torres, N., Monteiro, L., & Santos, O. (2011). Quality of attachment to father and mother and number of reciprocal friends. *Early Child Development and Care*, 181(1), 27-38. <https://doi.org/10.1080/03004430903211208>
- Weaver, C. M., Shaw, D. S., Dishion, T. J., & Wilson, M. N. (2008). Parenting self-efficacy

- and problem behavior in children at high risk for early conduct problems: The mediating role of maternal depression. *Infant Behavior and Development*, 31, 594-605.
- Yağmurlu, B., & Sanson, A. (2009). Parenting and temperament as predictors of prosocial behaviour in Australian and Turkish Australian children. *Australian Journal of Psychology*, 61(2), 77-88. <http://dx.doi.org/10.1080/00049530802001338>
- Yavuzer, H. (1990). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Yörükoğlu, A. (2019). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Özgür.
- Yu, S., Ostrosky, M. M., & Fowler, S. A. (2011). Children's friendship development: A comparative study. *Early Childhood Research & Practice*, 13(1), 1-16.