



T.C.

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM
ANABİLİM DALI

YÜKSEK
LİSANS
TEZİ

4-6 YAŞ ÇOCUKLARDA
ÖZ-DÜZENLEME BECERİLERİ

MELTEM NUR AKCAN

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ
BİLİM DALI

Antalya, 2021

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI
OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

4-6 YAŞ ÇOCUKLARDA ÖZ-DÜZENLEME BECERİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Meltem Nur AKCAN

Danışman: Doç. Dr. Zeliha YAZICI

ANTALYA, 2021

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı dűşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakalardan gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserleri her kullanımında alıntı yaparak yararlandığımı belirtir bunu onurumla doğrularım. Enstitű tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.

.... /.... /.....

Adı-Soyadı

İmzası

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Meltem Nur Akcan'ın bu çalışması..... tarihinde jürimiz tarafından Temel Eğitim Ana Bilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi olarak **oy birliği/oy çokluğu** ile kabul edilmiştir.

İmza

Başkan : (Unvan) Adı Soyadı

(Çalıştığı Kurum, Fakülte, Bölüm)

Uye : (Unvan) Adı Soyadı

(Çalıştığı Kurum, Fakülte, Bölüm)

Uye (Danışman) : (Unvan) Adı Soyadı

(Çalıştığı Kurum, Fakülte, Bölüm)

YÜKSEK LİSANS TEZİNİN ADI: 4-6 YAŞ ÇOCUKLARDA ÖZ-DÜZENLEME BECERİLERİ

ONAY: Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun tarihli ve sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Cengiz Toker
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Akademik çalışmalarımın bir başlangıcı ve ilerleyen yıllarımda bana büyük getirileri olacağına inandığım bu çalışmamda bilgi birikimi, hayat tecrübesi, kişiliği ile her zaman örnek alacağım, güvenini hep yanımda hissettiğim değerli tez danışmanım Doç. Dr. Zeliha YAZICI'ya yardımlarından ve bu tezin tamamlanmasında gösterdiği titiz çalışmalarından dolayı şükranlarımı sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca engin bilgilerinden, tecrübelerinden yararlandığım beni her konuda cesaretlendiren ve desteklerini hep arkamda hissettiğim Doç. Dr. Nihat BAYAT'a sonsuz teşekkür ederim.

Çalışmamda bana akademik anlamda her konuda destek sağlayan, bilgisini, hoşgörüsünü ve güler yüzünü hiç eksik etmeyen Prof. Dr. Asiye İVRENDİ ve Doç. Dr. Münevver CAN YAŞAR'a tüm yardımları için teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her anında ve aldığım bütün kararlarda her zaman yanımda olan, beni destekleyen, çalışmalarım boyunca bilgisinden ve tecrübesinden yararlandığım, arkadaşım Dilek KIVANÇ UĞURLU'ya ve adını geçirmedığım insanlara sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak bugünlere gelmemde en büyük emeği olan annem Necla AKCAN, babam Mesut AKCAN ve kardeşim Metin AKCAN'a sonsuz teşekkür ederim.

ÖZET

4-6 YAŞ ÇOCUKLARDA ÖZ-DÜZENLEME BECERİLERİ

AKCAN, Meltem Nur

Yüksek Lisans, Temel Eğitim Bölümü

Danışman: Doç. Dr. Zeliha YAZICI

Haziran 2021, 78 sayfa

Öz-düzenleme, duyguların, düşüncelerin, dikkat ve performansa yönelik iç durumları veya tepkileri kontrol etme yeteneğidir (Ann-Bell ve Deater-Deckard, 2007). Bu çalışmanın amacı 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerini incelemektir. İlişkisel tarama modelinde 2021 yılında yürütülen araştırmanın katılımcılarını gönüllük esasına dayanılarak 4-6 yaş arasında çocuğa sahip olan 194 anne oluşturmuştur. Araştırmanın verileri, “Kişisel Bilgi Formu” ve “4-6 Yaş Çocukları İçin Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)” aracılığıyla toplanmıştır. SPSS programı kullanılarak yapılan veri analizinde Independent T testi, One Way ANOVA ve post hoc test olarak Tukey testi kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları, çocukların okul öncesi eğitime devam etme durumu, “-miş gibi” oyunlar oynama sıklığı, ailenin gelir durumu, annenin yaşı, annenin öğrenim durumu, annenin çalışma durumu ve babanın öğrenim durumu değişkenlerine göre çocukların öz-düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir. Araştırma sonucunda, anne görüşlerine dayanılarak çocukların öz-düzenleme becerilerinin alt boyutlarından olan, dikkat, çalışma belleği düzeylerinin yüksek seviyede olduğu, engelleyici kontrol-duygu seviyelerinin orta seviyenin üzerinde olduğu ve engelleyici kontrol-davranış alt boyutunun ise orta seviyede olduğu görülmüştür. Bulgular alan yazın doğrultusunda tartışılmış ve gelecekteki araştırmalara, uygulamalara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Öz-düzenleme, okul öncesi dönem

ABSTRACT

SELF-REGULATION SKILLS IN 4-6 YEARS OLD CHILDREN

AKCAN, Meltem Nur

Postgraduate, Primary Department

Supervisor: Assoc. Prof. Zeliha YAZICI

June 2021, 78 Pages

Self-regulation is the ability to control emotions, thoughts, internal states or reactions to attention and performance (Ann-Bell and Deater-Deckard, 2007). The aim of this study is to examine the self-regulation skills of 4-6 year old children. The participants of the study, which was conducted in the relational screening model in 2021, consisted of 194 mothers who had children between the ages of 4 and 6 on a voluntary basis. The data of the study were collected through “Personal Information Form” and “Self-Regulation Skills Scale for 4-6 Years-Old Children (Mother Form)”. Independent T test, One Way ANOVA and Tukey test as post hoc test were used in data analysis using SPSS program. The findings of the study showed that there was a statistically significant difference between children's self-regulation skills according to the variables of attending preschool education, frequency of playing pretend games, family income, mother's age, mother's education level, mother's working status and father's education level shows that they differ. As a result of the research, it was seen that the children's self-regulation skills, which are sub-dimensions of attention and working memory, were at high levels, their inhibitory control-emotion levels were above the medium level, and the inhibitory control-behavior sub-dimension was at a medium level, based on the opinions of the mothers. The findings were discussed in line with the literature and suggestions for future research and applications were presented.

Key Words: Self-regulation, Preschool period

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	viii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi.....	2
1.4. Alt Problemler.....	2
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	3
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.7. Tanımlar	3

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Öz-düzenleme	5
2.2. Öz-düzenlemenin Kuramsal Temelleri	6
2.3. Öz-düzenlemenin Alt Boyutları	8
2.3.1. Davranış Düzenleme	8
2.3.2. Duygu Düzenleme.....	11
2.3.3. Bilişsel Düzenleme.....	11

2.4. Öz-düzenlemenin Gelişimi	13
2.4.1. Nörofizyolojik Evre.....	13
2.4.2. Duyu-Motor Evre	13
2.4.3. Kontrol Evresi	14
2.4.4. Öz Kontrol Evresi.....	14
2.4.5. Öz-düzenleme Evresi	15
2.5. Öz-düzenlemeyi Etkileyen Faktörler	16
2.6. İlgili Araştırmalar.....	17
2.6.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar.....	17
2.6.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	19

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	23
3.2. Çalışma Grubu	23
3.3. Veri Toplama Araçları	26
3.4. Verilerin Toplanması	28
3.5. Verilerin Analizi	28

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Bulgular.....	30
4.2. Çocukların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	31
4.3. Çocukların “-miş gibi” Oyun Oynama Sıklığına İlişkin Bulgular	34
4.4. Ebeveynlerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	35

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma.....	41
5.2. Öneriler	48
KAYNAKÇA	49
EKLER	60
Ek-1 Ölçek Kullanım İzni	60
Ek-2 Kişisel Bilgi Formu	61
Ek-3 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu).....	62
Ek-4 Etik Kurul Onayı	63
ÖZGEÇMİŞ	64
İNTİHAL RAPORU	65

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.2.1. Araştırmaya Dâhil Edilen Çocukların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımlar.....	24
Tablo 3.2.2. Ebeveynlerinin Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	25
Tablo 3.5.1. Araştırmaya Katılan 4-6 Yaş Çocukların Öz-Düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği Puanlarına İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	29
Tablo 4.1.1. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	30
Tablo 4.2.1. Cinsiyet Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Analiz Sonuçları.....	31
Tablo 4.2.2. Yaş Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Analiz Sonuçları.....	31
Tablo 4.2.3. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocukların Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları.....	32
Tablo 4.2.4. Okul Öncesi Eğitime Devam Etme Durumu Değişkenine 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları	33
Tablo 4.3.1. “-Mış Gibi” Oyunlar Oynama Sıklığı Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları	34
Tablo 4.4.1. Ailelerinin Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları	35
Tablo 4.4.2. Anne-Baba Yaş Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları	36
Tablo 4.4.3. Anne-Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları	38
Tablo 4.4.4. Anne Çalışma Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları.....	40

KISALTMALAR LİSTESİ

?: Yüzelik Değer

\bar{x} : Aritmetik Ortalama

+: Üzeri

<: Küçük

>: Büyük

Akt: Aktaran

BADO-DY: Baş-Ayak-Diz-Omuz Dokunma Yönergeleri

F: Anova F değeri

f: Frekans

HTTLPR: Serotonin geni

n: Örnekleme Sayısı

p: Önemlilik Değeri

PÇBÖ: Problem Çözme Becerisi Ölçeği

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

ss: Standart Sapma

ss/sl/ll: Genotipler

SYDD: Sosyal Yetkinlik Davranış Değerlendirme Ölçeği

t: SPSS Sample t Testi

TL: Türk Lirası

vb.: Ve buna benzer

vd.: Ve diğeri

vs: Vesaire

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Öz-düzenleme ile ilgili yapılan birçok araştırmada öz-düzenleme becerisinin; sosyal etkileşim, akademik başarı, matematik ve erken okuryazarlık becerilerinin gelişiminin de önemli olduğu vurgulanmaktadır. Öz-düzenleme becerisinin alt boyunlarını oluşturan duygu, davranış ve bilişsel boyutların (Blair ve Diamond, 2008) özellikle temel eğitime hazır olmadaki önemine dikkat çekildiği görülmektedir.

İnsan hayatının diğer dönemlerinin temelini oluşturan erken çocukluk yılları, bireyin öğrenme yaşantıları, refahı ve üretkenliğine için temel oluşturduğu gibi öz-düzenleme becerilerinin temelini de hassas bir evresini oluşturmaktadır. Erken çocukluk döneminde gelişmeye başlayan öz-düzenleme toplum tarafından kabul gören davranışların edinilmesi, farklı bakış açısı alma, empati gibi becerilerin edinilmesinin de temelini oluşturmaktadır (McClelland ve Tominey, 2011; Posner ve Rothbart, 2009). Bireyin kişisel hedeflere ulaşabilmek amacıyla sahip olduğu duygu, düşünce ve davranışlarını planlaması ve almış olduğu geri dönütleri tekrar gözden geçirmesi (Zimmerman, 2000) olarak tanımlanan öz-düzenleme, çocuğun birçok alandaki gelişimini etkileyen önemli bir beceridir (Aksoy ve Tozduman-Yaralı, 2017; Erol ve İvrendi, 2018) olarak kabul edilmektedir. Çocuğun bedensel işlevlerini, duygularını kontrol edebilmesi, dikkatini toplayıp, odaklayabilmesi olarak da açıklanmaktadır (Shonkoff ve Phillips, 2000) Çocukların sosyal ve bilişsel öğrenmelerinde, toplumsal hayata katılmasında önemli bir rol oynayan öz-düzenleme becerilerinin gelişmesinde başta aile olmak sosyal kültürel çevrenin desteği gereklidir (Merz vd. 2014). Sosyal kültürel bağlamlarda kendini şekillendiren çocuk, içinde bulunduğu topluma daha kolay uyum sağlayabilmektedir. Bu nedenle öz-düzenleme becerilerinin oluşumunda çocuğun bakımını sağlayan ebeveynlerin çocukla sosyal etkileşimi ve çocuk yetiştirme tutumlarıyla edindiği erken deneyimler çocuğun öz-düzenleme becerilerinin yapılandırılmasında kritik değer arz etmektedir (Kopp, 1982). Bazı araştırmacılar, öz-düzenlemenin sosyo-duygusal uyumda önemine dikkat çekerek çocuğun öz-düzenleme becerilerinin annenin sosyalleşme uygulamalarıyla ilişkili olduğunu ileri sürmektedir. Özellikle ebeveynlik davranışlarının

çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde etkili olduğuna dikkat çeken araştırmacılar (Eisenberg vd., 2001) duyarlı ebeveynler tarafından çocuklara sağlanan aktif rehberlik ve desteğin; dikkatini, duygularını ve davranışlarını bağımsız olarak düzenlemede yeterliliğe sahip olmayan çocuğun öz-düzenleme becerilerini geliştirmesini kolaylaştıracağını ifade etmektedir (Kochanska, Murray ve Harlan, 2000).

1.2. Araştırmanın Amacı

Alan yazın incelendiğinde öz-düzenleme kapasitesinin erken çocukluk döneminde eğitsel olarak desteklenmesinin çocuğun ilerleyen süreçteki okul yaşamında ve akademik bağlamda başarılarına katkı sağladığına dikkat çekildiği görülmektedir. Okul öncesi dönemdeki öz-düzenlemenin bileşenlerinden olan dikkati sürdürebilme yeteneği erken yaştaki deneyim ile sonraki okul başarısı arasında önemli bir bağlantı olduğu belirtilmiştir (Raikes, Bradley, Robinson, Raikes ve Ayoub, 2007). Bu açıdan bakıldığında erken çocukluk yıllarında da aile gibi okul ortamındaki eğitsel yaklaşımların, etkili sosyal etkileşimlerin çocukların öz-düzenleme becerilerinin geliştirmesini kolaylaştıracağını ifade edilebilir. Yaşamın erken yıllarında aile ve okul desteğiyle sosyalleşen çocuklarda öz-düzenleme becerilerinin hangi düzeyde olduğunu belirlemek, 4-6 yaş arası çocukların öz-düzenleme becerileriyle ilişkili olan değişkenlerin neler olduğunu tespit etmek, bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır. Bu temel amaç doğrultusunda aşağıda sunulan alt problemlere yanıt aranmıştır.

1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi

Araştırmanın problemi, 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerileri demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

1.4. Alt Problemler

1. 4-6 yaş çocuklarda öz-düzenleme becerileri cinsiyet, yaş, kardeş sayısı ve okul öncesi eğitime devam etme durumu gibi çocuğa ilişkin sosyo-demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. 4-6 yaş çocuklarda öz-düzenleme becerileri çocukların “-miş gibi” oyun oynama sıklığına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

3. 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerileri anne-baba yaşı, öğrenim düzeyi, annenin çalışma durumu ve ailenin gelir durumu gibi ebeveynlere ilişkin sosyo demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.5. Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmada kullanılan çocukların öz-düzenleme becerilerini ölçmeye yarayan “4-6 Yaş Çocukları İçin Öz-düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)” maddelerine annelerin çocuklarını değerlendirirken objektif cevap verdiği varsayılmaktadır.
- Araştırmada kullanılan çocukların öz-düzenleme becerilerini ölçmeye yarayan “4-6 Yaş Çocukları İçin Öz-düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)” maddelerine annelerin çocuklarını değerlendirirken samimi ve içtenlikle cevap verdiği varsayılmaktadır.
- Araştırma için “Kişisel Bilgi Formu”na verilen cevapların ailelerin gerçek durumlarını yansıttığı varsayılmaktadır.
- Çalışma grubundaki çocukların normal gelişim gösterdiği varsayılmaktadır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma, “Kişisel Bilgi Formu” ve “4-6 Yaş Çocukları İçin Öz-düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)” ile elde edilen verilerle sınırlıdır.
- Araştırma, 4-6 yaş çocuğa sahip 194 gönüllü katılımcı ile sınırlıdır.
- Araştırma, 2021 yılında 4-6 yaş çocuğu olan annelerle sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Öz-düzenleme Becerisi: Kişinin duygularını, düşüncelerini, dikkatini, dürtülerini ve davranışlarını kontrol edebilmesi ve düzenleyebilmesi olarak ifade edilir (Baumeister ve Vohs, 2004).

Dikkat: Bireyin bilişsel, sosyal ve duygusal yapılarına göre karşılaşmış olduğu olay ve durumlara yönelik olarak davranışının düzenlenmesidir (Posner ve Rothbart, 2000).

Yürütücü İşlevler: Davranış kontrolü, dikkatin odaklanabilmesi ve yönlendirilmesi, çalışma belleği, dürtüsellik kontrolü, plan yapma, amaca yönelik eylem ve problem çözme gibi bilişsel süreçleri içine alan bir yapıdır (Blair ve Razza, 2007).

Çalışma Belleği: Bireyin göreve ait bilgileri düşünme, plan yapma ya da değiştirebilme, bilgi işleme sürecinde hafızada tutabilme gibi zihinsel süreçleri ifade etmektedir (Matthews, Morrison ve Ponitz, 2009).

Engelleyici Kontrol: Bir eylemi, dürtüyü, isteği, duyguyu, düşünceyi davranışı bilinçli bir şekilde bastırma ve engellemedir (Posner ve Rothbart, 2000).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öz-düzenleme kavramının tanımı, kuramsal temelleri, gelişim seyri ve alanda yapılan araştırma sonuçlarına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

2.1. Öz-düzenleme

Gelişim psikolojisi ve sosyal psikoloji araştırmalarında yoğun olarak kullanılan öz-düzenleme kavramı ilk olarak sosyal öğrenme kuramı kapsamında kullanılmaya başlayan bir kavramdır (Boekaerts, Pintrich ve Zeidner, 2000). Sosyal öğrenme kuramına göre bireyler davranışlarını kendileri kontrol etmektedir (Senemoğlu, 2018). Öz-düzenleme kavramına yönelik farklı disiplinlerde birden fazla tanımlama yapıldığı görülmektedir. Bu tanımlamalardan bazıları aşağıda açıklanmıştır.

Yapılan en genel tanımlardan birinde öz-düzenleme, “bireyin kendi davranışlarını, duygularını, düşüncelerini ve hedeflerini kendi öğrenme süreçlerine katması ve hedeflerine ulaşmak için planlanmış, döngüsel bir süreç” olarak ifade edilmektedir (Zimmerman, 2000). Bir başka tanımda öz-düzenleme, bir işi başlatma ve yapılan bir işi durdurma yeteneği, bir isteğe uyma veya istekleri erteleyebilme, davranışlarının sıklığını ve zamanını ayarlayabilme ve yalnız olduğunda da sosyal olarak onaylanan davranışlar oluşturma becerisi olarak ifade edilmektedir (Kopp, 1982). Bauer ve Baumeister (2011) öz-düzenlemeyi, bireyin eyleme dönüştürdüğü davranışları, yönelimleri ve isteklerini erteleyebilme veya bastırabilme, sosyal normlara ayak uydurabilme, duygularını kontrol edebilme ve düzenleyebilme, hedefe odaklanabilme ve dikkatini sürdürebilme kapasitesi olarak tanımlamaktadır. Schonkoff ve Phillips (2000), çocuğun davranış kontrolü, duygu yönetimi, dikkat ve dikkati devam ettirebilme becerileri olarak ifade ederken, Posner ve Rothbart (2000) öz-düzenlemeyi, belirli bir durumun bilişsel, duygusal ve sosyal isteklere göre davranışı değiştirme yeteneği olarak ifade etmektedir. Kuyumcu-Vardar’ın (2011) ifadesine göre öz-düzenleme, bireyin hedeflerini gerçekleştirebilmek için uygun bilişsel ve motivasyonel stratejiler belirledikleri, performans ve

sonuçlarını takip edip, değerlendirdikleri ve daha sonraki uygulama ve eylemlerine yön verdikleri bir süreçtir.

Bu tanımlardan anlaşılacağı üzere öz-düzenleme becerisi açıklanırken duygu, davranış ve bilişsel boyutlarına odaklanılmaktadır. Eisenberg, Valiente ve Eggum (2010) çalışmalarında içsel ve dışsal motivasyonun öz-düzenleme süreçleriyle ilişkisine vurgu yaparak öz-düzenlemenin duygusal, bilişsel ve davranışsal boyutlarıyla birlikte ele alınmasının daha doğru olacağına dikkat çekmektedir. Pintrich (2000) çalışmasında öz-düzenlemeyi, öğrenenin öğrenme stratejilerindeki eksikliğin farkına varılmasına dikkat çekerek hedeflerini belirleme ve hedeflerine yönelik kendilerini düzenleyebilme süreci olarak belirtmektedir.

Çocukların davranışlarını kontrol edebilmesi için öncelikle durumun bilişsel, duygusal ve sosyal gerekliliklerini anlaması gerekmektedir (Calkins ve Fox, 2002). Ayrıca hedeflere ulaşmak için çocuğun duygularında, düşüncelerinde ve davranışlarında meydana gelen değişiklikler dikkate alındığında, öz-düzenlemenin hedef odaklı olduğu görülmektedir (Dennis, 2006). Blair ve Diamond (2008) çalışmasında, öz-düzenlemenin duygusal uyarılma ve bilişsel düzenleme süreçleri arasında dengeyi yansıttığı ileri sürülmektedir.

2.2. Öz-düzenlemenin Kuramsal Temelleri

Alan yazın incelendiğinde, öz-düzenleme becerisinin psikoanalitik, davranışçıl bakış açısı, sosyal bilişsel, sosyal kültürel ve bilişsel kuramlarla ele alındığı görülmektedir. Kavramın, farklı kuramsal yaklaşımlarda ele alınıp açıklanmaya çalışıldığı görülmektedir. Sosyal öğrenme kuramcılarının göre öz-düzenleme becerilerinin ediniminde birey çevresindeki sosyal etkileşimleri gözlemleyerek taklit eder. Öğrenme durumu yalnızca bir başkasının davranışlarını izleme sonucunda da meydana gelebilir (Bee ve Boyd, 2009). Bu bağlamda öğrenme birey, çevre ve davranış bileşenlerinin birbiri ile etkileşimi sonucu oluşur (Sakız ve Yetkin-Özdemir, 2020). Öğrenme sürecinde model almanın önemini vurgulayan Bandura, çocuğun model aldığı kişiyi taklit etmesi ve bu taklit sonucunda davranışının pekiştirilmesiyle öz-düzenleme becerilerinin öğrenilen bir davranışa dönüşebileceğini ifade etmektedir (Trawick Swith, 2013). Birey davranışlarını düzenleyebilmek için performans standartları geliştirir. Diğer bireyleri ve onların davranışlarını gözlemler (Chi Huang, 2009). Gözlem sonucunda ödüllenebilecek davranışları belirler. Bu şekilde, doğrudan ya da dolaylı deneyimler sonucunda kendine ait performans standartları geliştirir (Senemoğlu, 2018). Birey performans standartlarıyla, kendi davranışlarını düzenler ve değerlendirir, değerlendirme sonucunda

davranış kendi standartlarına uygunsuzsa kendini ödüllendirir (Bronson, 2000). Bireyin davranışı standartlarına uygun değilse, kendini cezalandırabilir ya da davranışında tekrar düzenlemeye gidebilir. Bandura'ya göre birey kendi değerlendirme sürecinde kendini içsel olarak pekiştirir (Senemoğlu, 2018). Ona göre performans standartları geliştikçe içsel öğeler tarafından daha fazla, dışsal pekiştirmeler tarafından daha az düzenlenir (Bronson, 2000). Standartlara göre yapılan değerlendirmeler sonucunda, birey davranışları üzerinde deneyim kazanır. Öz-düzenleme gelişiminde, bireyin geçmişte edinmiş olduğu yaşantılar gelecekte oluşturacağı duygu, düşünce ve davranışlarını etkilemektedir (Sakız ve Yetkin-Özdemir, 2020).

Sosyal kültürel kuramın temsilcilerinden olan Vygotsky'ye göre öz-düzenleme, bireyin ihtiyaçlarıyla sosyal-kültürel değerleri arasında denge kuran bir sistemdir (Ertürk, 2013). Ona göre, çevresi tarafından kontrol edilen çocuk, kültür ve sembolik araçları içselleştirmesiyle çocuğun kendisine geçer. Kontrol becerisi çocuğun çevresinden çocuğa doğru bir değişim gösterir. Dil, sembolik araçlar arasında en önemlisidir (Bronson, 2000).

Vygotsky zihin ile dil arasında güçlü ve karşılıklı etkileşim olduğunu görmüştür. Konuşma ve düşüncenin ilk başta bağımsız olduğunu, iki yaşlarında birleştiğini düşünmüştür (Miller, 2017). Vygotsky (1998) de ilk olarak iletişim kurmak için kullanılan dil çocuğun gelişimi ile birlikte zaman içerisinde zihinsel işlevler için de aracı olur. Dilin bu işlevi çocukta kendine yönelik konuşma olarak adlandırılmıştır. Sosyal ve kültürel bağlamın içselleştirilmesi ile meydana gelen kendine yönelik konuşma; düşünme, isteğe bağlı eylem, plan yapma ve kendini düzenleme davranışları için kullanılır (Temiz, 2019). Çocuklar öncelikli olarak fiziksel davranışlarını, daha sonra duygusal davranışlarını düzenlemeyi öğrenirler (Bodrova ve Leong, 2017).

Piaget, biyolojik uyum için öz-düzenlemenin önemine değinmiştir. Bedenin değişen iç ve dış koşullara uyum sağlayabilmek için kullanmış olduğu "hemostatik süreçlerle" zihnin bilişsel olarak ilişkide olduğunu iddia etmiştir. Varlığı sebebi ile bulunduğu çevreyi anlamaya motive olduğunu ve bilişsel olarak dengeyi sağlayarak, çatışmayı azaltacak yöntemler kullanmasına neden olan öz-düzenleme süreçlerinin insanda doğuştan bulunduğunu ifade etmiştir. Ona göre, bilişsel süreçlerden olan "uyumsuzluk ve özümleme" öz düzenleyici süreçlerdir (Bronson, 2019).

Piaget, öz-düzenlemeyi bilişsel süreçler üzerinden açıklamıştır. "Uyum" ve "denge" öğrenmeyi oluşturan iki temel unsurdur. "Özümleme" ve "düzenleme" uyumun iki yönü olarak açıklamıştır. Özümleme, bireyde var olan bilişsel yapılarla çevresine uyumunu sağlayan bilişsel bir süreçtir (Senemoğlu, 2018). Çocuğun karşılaştığı yeni bir olay ya da deneyimi içeri alması

ve kendisinde bulunan şemanın parçası haline getirmesidir (Bee ve Boyd, 2009). Eğer karşılaştığı bu yeni durum, mevcut şemalardan herhangi birinin içine aktarılmayıp, onun bir parçası olarak bağdaşmazsa yeniden biçimlendirme yaparak “düzenleme” gerçekleşir (Senemoğlu, 2018). Çocuk için öğrenme sürecinde karşılaştığı her yeni durum, dengenin bozulmasına neden olur. Özümleme ve düzenleme ile yaparak denge yeniden kurulmaya çalışarak davranışlar yeniden düzenlenir ve uyum sağlanır (Dağgöl, 2016). Piaget, zihinsel gelişim dönemleri arasında aktarım olurken öz-düzenlemenin de geliştiğini ifade eder (Bronson, 2000).

2.3. Öz-düzenlemenin Alt Boyutları

Öz-düzenleme becerisinin boyutları araştırmacıların bakış açısına göre farklılık göstermekte olsa da genel olarak yapısal ve işlevsel alt boyutları içeren (Boekarts, 2005) davranışları, dikkat ve duygu düzenlemeyi kapsayan genel bir yapıya sahip olduğu ifade edilmektedir (Ertürk, 2013). Sosyal-bilişsel kurama göre bilişsel, sosyal, duygusal ve fiziksel öz-düzenleme olarak çok yönlü bir yapı halinde ele alınır (Bodrova ve Leong, 2007). Smith-Donald, Raver, Hayes ve Richardson’ın (2007) çalışmasında yürütücü işlevleri içinde barındıran bilişsel, duygu ve dürtülerin fiziksel olarak kontrol edilebilen davranışsal düzenleme şeklinde ele alınır. Happaney, Zelazo ve Stuss’ın (2004) çalışmasında dikkat ya da bilişsel esneklik, çalışma belleği ve engelleyici kontrolleri şeklinde ele alınırken, McClelland ve Cameron’un (2012) çalışmasında dikkat, düşünce, duygu ve eylemleri yönetme şeklinde ele alındığı görülmektedir. Smith-Donald ve diğerleri (2007) çalışmasında ise öz-düzenlemenin davranışsal, duygusal ve dikkat düzenleme şeklinde üç boyuta ayrıldığı görülmektedir. Araştırmalarda genel olarak öz-düzenleme becerilerinin bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçler olarak üç alt boyutta ele alınarak incelendiği görülmektedir.

2.3.1. Davranış Düzenleme

Davranış düzenleme çocukların davranışlarını eyleme dökmeden önce düşünmesi, planlaması, dürtüsel olarak davranmaması, tepkilerini kontrol edebilmesi gibi durumları içermektedir (Smith-Donald, Raver, Hayes ve Richardson, 2007). Çocuklar var olan kurallara, sınırlamalara ve yöntemlere uyum sağlayarak, davranışlarını bu normlara uygun olacak şekilde

planlarlar (Yılmaz, 2020). Bu boyutta, hazzı erteleme, çaba gerektiren kontrol, engelleyici kontrol, dürtü kontrolü ve dürtüsellik kavramları iç içedir (Hoyle, 2010).

Hazzı Erteleme: Bireyin bir anda oluşan haz uyarıcılarına karşı hazzını erteleyebilmesi ve hedefine yönelik olan davranışları sergileyebilmek için çaba göstermesi olarak ifade edilir. Üç yaşın altında olan çocuklarda haz ertelemenin daha düşük seviyelerde olduğu fakat yaşın ilerlemesi ile birlikte haz erteleme becerisi gösterebilme seviyesinin yükseldiği belirtilmektedir. Ayrıca bilinçli bir şekilde hazzı erteleme davranışının oluşabilmesi için; haz veren uyarıcıya karşı direnç gösterme seviyelerinde, zekâ seviyeleri, sorumluluk bilincine sahip olmaları, hazzı erteleyebilmek ve uygun davranışın oluşması için çaba göstermeleri ile ilişkilidir (Mischel, Shoda ve Rodriges, 1989). Çocuklar hazzı erteleyebilmek için, zihinlerini haz uyarıcılardan uzaklaştırabilmek ve kendilerini oyalayabilmek için çeşitli stratejiler geliştirebilirler (Ertürk Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Mischel'in (2004) yaptığı "Marshmallow Testi" deneyinde, çocukların hazzı erteleyebilmek için kullandığı stratejiler ortaya çıkmıştır. Dört yaş grubu çocuklar üzerinde yapılan deneyde, araştırmacılar sürpriz odası olarak belirledikleri odaya bir masa, sandalye ve zil koymuşlardır. Hazırlanmış olan bu ortamda çocukların önüne "bir tane şekerleme" ödülü ve eğer bir süre daha beklerlerse "daha çok şekerleme" ödülü arasında tercih yapmaları istenmiştir. Eğer çocuklar önüne konan bir tane şekeri yemeyi tercih ederlerse zile basarak araştırmacıyı çağırıp şekeri yemeyi tercih etmişlerdir. Araştırmacı, bekleyen çocukların yanına daha çok şekerleme ile gelir ve ödülü çocuğa verir. Çocuklardan bazılarının bekleme eylemini gerçekleştirirken hüzünlü ve mutsuz görüneler bile bunu başarmış oldukları görülmüştür. Çocukların bekleme davranışını yaparken çeşitli stratejiler geliştirdikleri gözlemlenmiştir. Çocukların bazıları önündeki bir şekerle dokunmak istemiş ve dokunmadan elini geri çekmiş, bazıları şekeri sadece koklamış, bazıları odadaki başka bir nesneye odaklanmış, bazıları şarkı söylemiş ve bazıları da kendilerine yönelik konuşma ve iç telkin yaparak bekleme sürecini başarı ile tamamlamıştır. Çocuklar üzerine boylamsal araştırma yapanlar, hazzı erteleyebilen çocukların, akademik başarılarının, bilişsel ve sosyal işlevlerinin arttığını, kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini, amaçları doğrultusunda hareket edebildiklerini ve olumsuz durum ve hayal kırıklıkları ile baş etmede daha başarılı olduklarını ifade etmişlerdir (Akt; Ertürk Kara, Yıldız ve Fındık, 2018).

Çocuklar hazzı erteleyebilmek için kendilerine bir yöntem gösterilmediği zaman bununla başa çıkabilmek için mizaçları doğrultusunda kendilerine özgü stratejiler geliştirerek dürtüsel hareket etmekten uzaklaşabilirler.

Çaba Gerektiren Kontrol: Hazzı erteleme sürecinde çocuğun, haz uyarandan başka bir şeye odaklanmaya çalışmasına denir. Yürütücü dikkatin bir bileşeni olan çaba gerektiren kontrol, özellikle yapmak istemedikleri bir davranışa karşı uyum gösterme sürecinde dikkatini ve duygularını gönüllü olarak yönetebilmesi yeteneği olarak ifade edilir. Dikkat dağıtıcı unsurlar varken dikkatini odaklayabilmesi, başkalarının sözünü kesmemesi, toplum içerisinde hareketsiz kalması gereken durumlarda bunu başarabilmesi ve kendini yapmak zorunda olduğu ama hoşlanmadığı bir davranışı yaparken zorlayabilmesi çaba gerektiren kontrol yeteneklerindedir. Bu ve benzeri yetenekler, öz-düzenlemenin ortaya çıkmasında kilometre taşı olarak kabul edilir (Eisenberg, 2005). Yaşamın ilk beş yılında bu becerinin gelişmesinde olumlu ilerlemeler olsa da mizaç ve bireysel farklılıklardan etkilenmektedir. Biyolojik ve çevresel etkenlerden etkilenmektedir. Çocuk yaşının artması ile birlikte yaptığı davranışlardan daha fazla sorumlu tutulmaktadır. İyi düzenlenmemiş davranışların çocuğun çevresinden olumsuz tepkiler almasına neden olabilir. Bu nedenle çaba gerektiren kontrol çocukların uyum ve sosyal kabulü açısından önem taşımaktadır (Eisenberg, 2005).

Engelleyici Kontrol: Yürütücü işlevler ve çaba gerektiren kontrol becerisinin temel unsurlarındandır (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Engelleyici kontrol çocuğun hedefe yönelik uygun davranışı göstermek için uygun olmayan davranışı engellemek olarak ifade edilmektedir (Carver ve Scheieder, 2011; Akt. Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). “Marshmallow Testi” deneyine göre çocuğun önündeki şekerlemeye elini uzatırken hemen geri çekmesi bir engelleyici kontrol davranışdır. Çocuğun yönergeleri takip edebilmesi, tehlikeli alanlardan uzak durabilmesi, onaylanmayan davranışları yapmaması engelleyici kontrol davranışları olarak ifade edilir. Engelleyici kontrol becerilerinin okul öncesi dönem çocuklarının bir sonraki eğitim kademesindeki hem okuma hem de erken matematik becerileri üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Blair ve Razza, 2007). Buna göre, yüksek engelleyici kontrol becerisine sahip çocukların akademik hayatlarında diğer çocuklara kıyasla daha az davranış problemi yaşadıkları ifade edilmektedir (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018).

Dürtü Kontrolü: Çocukların çevreye olan uyumu ya da uyumsuzluk durumunu ifade eder ve çaba gerektiren kontrolün zıttı bir mekanizması vardır (Eisenberg vd., 2007). Dürtü kontrolünün düşük olması, çevreye uyumu ve sosyal kabulü zorlaştırır.

Dürtüsellik, hazzın ertelenememesi durumu olarak ifade edilmektedir (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Dürtüsellik seviyesinin, çocukların mizaç yapısı, ebeveyn tutumları, motor beceri düzeyleri ve sahip olduğu bilişsel seviyesi gibi faktörlerden etkilendiği belirtilmektedir (Kopp, 1982).

2.3.2. Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme, bireyin olaylar karşısında duygusal tepkilerini izlenmesi, değerlendirilmesi ve değiştirilmesi ile sorumlu olan içsel ve dışsal süreçleri ifade etmektedir (Thompson, 1994). Bu düzenleme biçimi öfke, korku, heyecan, mutluluk, üzüntü gibi yaşanan durumların duygusal olarak yoğunluğunu ifade eder (Kopp, 2002). Duygu yoğunluğunun yaşandığı olaylarda, engelleyici kontrol becerisinin uyarana karşı verilen tepkiyi kontrol edebilmek için ihtiyaç olduğu ifade edilmiştir (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Sadece bireyin öz stratejilerine bağlı olarak değil duygunun meydana gelmesini sağlayan dış faktörlerin çeşitliliği ile de ilgilidir (Thompson, 1994). Duygu düzenleme, sosyal olan ve sosyal olmayan tepkileri desteklemeye yardımcı olmaya yarayan süreçtir (Samar, 2019). Erken ocukluk döneminde çocuğun karşılaşmış olduğu olumsuz durumlarla başa çıkabilmek için strateji geliştirmesi, sabır gösterebilmesi, çevrenin yönergelerine uyabilmesi duygusal düzenlemenin yapılabiliyor olmasının işareti olarak belirtilmektedir (Dennis, 2006).

2.3.3. Bilişsel Düzenleme

Bilişsel düzenleme, bilişsel süreçlerin bireyin yaşantısında aktif kullanımı ile sahip olduğu duygu ve davranışları düzenleyebilmesidir. Bu beceriler, bilişsel öz-düzenleme, odaklanmış dikkat, yürütücü işlev, hedef belirleme, kendi kendini izleme, yüklemeler ve değerlendirmeler, problem çözme, perspektif alma ve karar verme gibi davranışlarla kendini gösterdiği ifade edilmektedir (Murray, Rosanbalm, Christopolous ve Hamoudi, 2015). Bu boyutta, dikkati düzenleme, yürütücü dikkat, çalışma belleği ve yürütücü işlevler üzerinde durulacaktır.

Dikkati Düzenleme: Bilişsel düzenlemenin bir parçası olan dikkati düzenleme (Bronson, 2000) dikkati sürdürebilme, dikkat dağıtıcı unsurları görmezden gelebilme hedefe yönelik davranışlarda bulunmaya hazır olma ve iş esnasında dikkatini odaklayabilme becerilerini içinde barındırır (İleri, 2019).  z-düzenlemenin temelini oluşturan dikkat, kişinin sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimlerini bir bütün içinde ele alarak davranışlarını oluşturabilmesidir (Posner ve Rothbart, 1998). Bilinçli dikkatin bebeklerde 10 aylıktan itibaren başladığı belirtilmektedir (Ann-Bell ve Deater-Deckard, 2007). Dikkatin yaş değişkeninden etkilendiği ve yaşın artması ile birlikte dikkat becerisinin de arttığı ifade edilmektedir (Yaycı, 2007). Düşük dikkat

düzenleme becerisinin çocuklarda akademik başarılarını negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir (Blair ve Razza, 2007).

Yürütücü Dikkat: Bireyin karşılaştığı olumsuz durumların birey üzerindeki etkisini azaltabilmek için dikkatini farklı bir yere yönlendirebilmesidir (Perez-Edgar ve Fox, 2005). Çaba gerektiren kontrol becerisi, yürütücü dikkat ile yakından ilişkilidir ve bireyin dikkatini düzenleme sürecinde, ilgisini çeken uyarıcıya yönelmek istemesine karşın amaca uygun uyarıcıya odaklanmasına ve dikkatini devam ettirebilmesini sağlayan bir sistemdir (Eisenberg ve Spinrad, 2004).

Çalışma Belleği: Bilginin depolandığı aynı zamanda da çok bileşenli bilişsel bir yapı olarak ifade edilmektedir (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Bilginin zihinde kısa bir süre etkin olarak yer tutması veya yenilenmesini ifade eder (Blair ve Ursache, 2011). Dikkatin kontrolünü ve bilgiyi yönetmeyi de içermektedir (Hofman, Friese, Schmeichel ve Baddeley, 2011). Çalışma belleği, çocuğun verilen bir işi yerine getirebilmesi için gerekli olan bilgiyi belleğinde tutabilme yeteneğidir (Adams, Bourke ve Willis, 2010). Özellikle aşamaları çok olan görevleri uygulamaya çalışırken, yönergeleri izleyebilmek için önemli bir beceridir (McClelland ve Tominey, 2011).

Yürütücü İşlevler: Bilişsel süreçleri de içinde barındıran yürütücü işlevler, amaca ve geleceğe yönelik davranışları ifade eder. Yürütücü işlevler, bireyin bilgiyi bilinçli bir şekilde aklında tutması, yönetmesi ve ihtiyaç duyduğunda birleştirmesi, böylece uyaran ve tepki arasındaki uyumsuzluğun çözülebilmesi için gerek duyulan birbirine bağlı beceriler olarak tanımlanır (Blair ve Ursache, 2011). Genel anlamda, üst düzey bilişsel becerilerin ve farklı süreçlerin yürütücüsü olarak ifade edilen bir kavramdır. Birbiri ile ilişki içerisinde çalışan sistem olduğu belirtilmektedir (Montroy, Bowles, Skibbe, McClelland ve Morrison, 2016). Yürütücü işlevler, yetişkinliğe kadar gelişimsel farklılıklar gösterebilen ve yavaş ilerleyen beynin pre-frontal bölgesi ile ilişkilendirilmekle birlikte çocukların hayatının ilk beş-altı yılında temel bilişsel işlevler olarak daha sonraki gelişmeler için geniş çapta etkileri olan gelişmelerle de ilişkilendirilmektedir (Astarlar, 2019). Bu işlevlerin sadece bilişsel gelişimle değil, diğer gelişim alanları ile de ilişkisi olduğu görülmüştür (Ertürk-Kara, Yıldız ve Fındık, 2018). Diamond (2000) yapmış olduğu çalışmada, yürütücü işlevler ve motor beceriler arasında ilişki olduğunu ve ilerleyen dönemlerdeki yetkinliği arttığını saptamıştır. Öz-düzenleme becerilerinin çocukların hayata uyum sürecindeki önemini anlatmayı amaçlayan araştırmaların bütüncül bir bakış açısı ile çalışmalar yapmaya yönelmeleri gerekmektedir (Yağmurlu, Gündüz ve Harma, 2015).

2.4. Öz-düzenlemenin Gelişimi

Öz-düzenleme yaşla beraber gelişen bir beceridir. Öz-düzenleme gelişimi hayatın ilk yıllarından başlar ve yirmili yaşlara kadar devam eder. Yaşa bağlı olarak uykunun düzenlenmesi, uyanık kalma zamanı gibi fiziksel öz-düzenleme ile ilgili gelişmeler olurken, kendini sakinleştirme gibi duygusal öz-düzenleme beceriler de gerçekleşmektedir (Raffaelli, Crockett ve Shen, 2005). Erken çocukluk döneminde sosyal çevre ile olan ilişkisinin gelişmesi ile birlikte çocukların çevreye uyum sağlama, hazzı erteleyebilme ve davranış kontrolü de gelişmeye başlar. Bu dönemde aile, akranlar ve çocuğun sosyal çevresi öz-düzenleme gelişimini etkiler (Lin, Lai ve Chang, 2016). Çevrenin, çocuğun gelişim sürecinde etkisi olduğu bu nedenle de gelişimine katkı sağladığı vurgulanmaktadır (Fındık-Tanrıbuyurdu, 2012). Çocuk, ilk dönemlerde içsel kontrol mekanizmasını çevresel etkilere bağlarken süreç içerisinde amaçları doğrultusunda bilinçli davranışlar sergileyerek kendine ait öz-düzenleme mekanizması geliştirir (Bronson, 2000).

Kopp'a (1982) göre öz-düzenleme becerisi beş evrede açıklanmaktadır. Bu evreler; nörofizyolojik, duyu-motor, kontrol, öz-kontrol ve öz-düzenlemedir.

2.4.1. Nörofizyolojik Evre

Doğumdan sonraki ilk üç ayı ifade eden süreç öz-düzenlemenin temelidir. Bu dönemde öz-düzenleme emme, kavrama gibi refleks hareketlerden oluşur. Refleksler, bebeği zorlayıcı uyaranlara karşı koruyan bir mekanizmadır. Bu dönemde bebeğin bakımı ile ilgilenen kişilerin tutumu bebeğin fazla uyarılmasına neden olabilir (Kopp, 1982).

2.4.2. Duyu-Motor Evre

Öz-düzenlemede duyu-motor evre bebeğin yaşamının üçüncü ayından bir yaşına kadar olan dönemi kapsamaktadır. Motor gelişime ait önemli özellikler bu evrede ortaya çıkar (Bronson, 2000). Bu dönemde bebekler, gülümseme, uzanma, kavrama, tutma gibi duygusal ve fiziksel eylemleri gerçekleştirebilirler (Işıksolu-Aysel, 2020). Bebekler, amaçlı eylemlerde bulunmaya başlayarak kendi davranışları ile ilgili farkındalıkları oluşmaya başlar fakat yine de bu davranışların tam anlamıyla bilinçli bir yansıma olduğu söylenemez. Bu evrenin sonuna doğru bebekler bakımlarını sağlayan kişilerin davranışlarına tepki verebilir fakat bu tepkilerin yine de bilinçli davranış olmadığı ifade edilmektedir.

Bu dönemde öz-düzenleme gelişimi, bebeğin çevresindeki uyarıcıların zengin olması ve fiziksel yönden yapılan etkinliklerin sıklığı ile ilişkilidir (Kopp, 1982). Bebeğin bakımıyla ilgilenen kişilerin bebeğin ihtiyaçlarını karşılarken sergilediği duyarlı davranışlar bebeğin öz-düzenleme becerileri açısından önem taşır (Öztabak, 2017). Bebeklerin çevreyle olan ilişkileri bu dönemde onlar için farkındalık oluşturur (Işıksolu-Aysel, 2020).

2.4.3. Kontrol Evresi

Kontrol evresi, 9-12. ve 18. ayları içerir. Burada ifade edilen kontrol, bebeğin kendi kontrolünden ziyade bakım verenin bebeğe sağladığı kontroldür (Kopp, 1982). Bebek bu yaşlarda kurala uyma ve kendi davranışlarını izleme eğilimi sergiler. Örneğin iletişimi, duygusal ve fiziksel eylemlerle iletişimi başlatma, sürdürme, değiştirme ve durdurma becerilerini gerçekleştirebilir. Bebekte henüz içsel kontrol gelişmemiştir, bakımı veren kişi dışsal bir faktördür. Bebek çevresi tarafından onay gören ve onay görmeyen davranışları fark etmeye başlayarak uyum göstermeye çalışır. Bebek çevrenin kabul etmediği bir davranışı amaçlı bir şekilde engelleyerek uyum sürecine girer. Uyum, bebeğin bakımı ile ilgilenen kişi ile arasındaki ilişkiye dayanan öz-düzenleme açısından önem taşır (Kopp, 1982). Bu evrede bebek kendini yönetme, uyarılara bilinçli tepkide bulunma yeterliliğine ulaşamamış olsa da (Aydın, 2014) kendi kendini düzenlemeye becerisine ilişkin önemli bir geçiş gözlenmektedir.

2.4.4. Öz Kontrol Evresi

Öz kontrol evresi 24. aydan itibaren oluşmaya başlar. Bu dönemde temsili düşünce, hatırlatıcı bellek ve içsel kontrol ortaya çıkar. Bilişsel mekanizmalardan olan temsili düşünce; nesnenin yerine sembol kullanma, hatırlatıcı bellek ise o nesne olmadığında onun görüntüsünün çağrıştırılması olarak açılabilir (Kopp, 1982).

Bu dönemin ayrıcalık özellikleri arasında bir talep üzerine eylemi erteleme ve bakımını üstlenen kişilerin yokluğunda dahi sosyal beklentilere uygun olarak davranma yeteneği bulunur. Artan yetenek ile çocuklar, çevrenin değerlerini içselleştirme sürecinde dışarıdan yönlendirme veya kontrol olmadan kendi davranışlarını sergilemeye yönelirler (Kochanska, Coy ve Murray, 2001). Çocuğun bakımı ile ilgilenen kişilerin, çocukların bireysel farklılıklarına ve gereksinimlerine duyarlı olması öz-düzenleme gelişimini olumlu olarak desteklemektedir (Kopp, 1982).

2.4.5. Öz-düzenleme Evresi

Otuz altıncı ay ve sonrasında ifade eden bu evre öz kontrol davranışının öz-düzenlemeye doğru geçişinin olduğu ve okul öncesi dönemin başlangıcına isabet etmektedir (Fındık Tanrıbuyurdu, 2012). Bu dönemde kontrol, bakım üstlenen kişiden çıkararak çocuğun kendi motivasyonuna bağlı içsel öz-düzenlemeye dönüşerek çocuğa geçer (Temiz, 2019). Öz-düzenleme evresine geçiş ile birlikte çocukta strateji üretimi ve bilinçli iç gözlem oluşmaya başlar. Çocuk değişen durumlara uyum sağlayabilir ve engellenmesi gereken davranışlara göre hareket edebilir (Kopp, 1982). İçinde bulunduğu çevre ile olan iletişimde yönlendirici ve kontrol sağlayıcı olabilir (Özsoy-Yanbak, 2019). Üç ile beş yaş aralığında çocuğun dikkat süresinde artma, stratejileri uygun olarak kullanma, hazzı erteleyebilme ve istenmeyen davranışı engelleme süresinin arttığı belirtilmektedir (Astarlar, 2019).

Çocuğun içine girdiği farklı sosyal çevreler öz düzenlenme sürecinin bir parçası olan duygu düzenleme, davranış kontrolü gibi becerilerin kazanılmasına ve kişilik gelişimine destek olur. Bu sosyal çevrelerden biri de okul eğitim ortamıdır. Bu ortamda çocukların sorumluluk alma ve sırasını beklemeyebilme gibi sosyal gelişiminin, dikkatini toplama, dikkati sürdürülebilme ve neden-sonuç ilişkisi kurma gibi bilişsel gelişiminin, duygularının farkına varabilme ve duygularını uygun şekilde gösterebilme gibi duygusal gelişiminin yoğun yaşandığı bir ortamdır (Rueda, Posner ve Rothbart, 2011). Okul ortamında akran ilişkilerinde çocukların dürtüsel davranışların kontrol etme becerisi önemlidir. Dürtüsel davranışları bastırma ve davranışları uygun şekilde ayarlayabilme akademik başarı, okula olan bağlılık, sosyal katılım, akranlarda sosyal kabul, sosyal ilişkileri yönetme gibi olumlu sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Bandy ve Moore, 2010; Baumeister, Schmeichel ve Vohs, 2007). Hazzı erteleyen ve davranışlarını ayarlayan çocukların okula yönelik ilgilerinin daha yüksek olduğu, dürtüsel davranışları kontrol edemeyen akranlarına göre sorumlulukları yerine getirmede daha başarılı oldukları belirtilmektedir. Ayrıca arkadaşlık kurma ve başkalarıyla iyi geçinme olasılığının yüksek olduğu ve dürtüsel davranışları kontrol edemeyen akranlarına göre olumsuz davranışlardan kaçındığı belirtilmektedir (Baumeister, ve Vohs, 2007, Tangney, Boone, ve Baumeister, 2018).

2.5. Öz-düzenlemeyi Etkileyen Faktörler

Alan yazın çalışmalarında öz-düzenleme becerilerinin gelişiminde cinsiyet ve yaş gibi biyolojik faktörler, aile ve aile içi ilişkiler, akran ilişkileri gibi çevresel faktörlerin etkili olduğu ifade edilmektedir. Cinsiyetin, öz-düzenleme becerisine etkisinin olduğunu belirten çalışmalarda, kız çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin erkek çocukların öz-düzenleme becerilerinden daha ileri düzeyde olduğu ifade edilmektedir. (Sezgin ve Demiriz, 2016; Kochanska, Coy ve Murray, 2001). Cinsiyetin öz-düzenleme becerileri üzerinde herhangi bir fark oluşturmadığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Ertürk Kara ve Gönen, 2015; Wanless, ve diğerleri, 2013). Yaşın öz-düzenleme becerisine olan etkisinin incelendiği araştırmalarda yaşın ilerlemesi ile birlikte davranışsal öz-düzenleme becerilerinin de arttığı belirtilmektedir (Wanless, McClelland, Tominey ve Acock, 2011; Sezgin ve Demiriz, 2015). Çocuğun yaşının artması ile birlikte edinmiş olduğu deneyimler diğer beceriler gibi öz-düzenleme becerileri üzerinde de değişim ve gelişime yol açmaktadır (Bronson, 2000).

Çocuklar aile ortamında öğrenmeyle ilgili sosyal, duygusal ve davranış becerileriyle ilgili ilk deneyimlerini kazanır. Çocuğun içinde bulunduğu aile öz-düzenlemenin gelişimini etkileyen en önemli faktörlerden biridir (Özdemir, Vatandaş ve Torlak, 2009). Ailenin sahip olduğu sosyo-ekonomik durumun seviyesinin öz-düzenleme becerileri üzerinde etkisinin olduğu görülmüştür. Düşük gelirli ailelerde, çocukların davranışlarını düzenleme ve başarı düzeyini artmasını sağlayacak olan uyarıcılardan uzak olduğu ve deneyim kazanmalarına gereken fırsat tanınmadığından akademik başarılarının daha düşük olduğu saptanmıştır (Sektnan, McClelland, Acock ve Morrison, 2010). Bu gelir grubundaki çocukların onların gelişimlerini destekleyecek olan fırsatlara erişiminin düşük olduğu belirtilmektedir (Blair ve Raver, 2012). Ailenin düşük gelire sahip olması, çocukların dikkat ve öz-düzenleme becerilerinin üzerinde olumsuz etki yaratmaktadır (Howse, Lange, Farran ve Boyles, 2003).

Yaşamının ilk sosyal çevresini oluşturan anne-babanın eğitim durumunun çocuğun öz-düzenleme becerileri üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir. Anne-babanın eğitim durumunun yüksek olması, çocuklarının gelişimi ve eğitimi ile daha çok ilgilendikleri, bu konuda öğrenmeye daha açık olduğu ve öğrenmelerini, çocuk yetiştirirken uygulama konusunda daha etkili olduğu düşünülmektedir (Ertürk, 2013). Alan yazın incelendiğinde anne babanın eğitim düzeyinin artmasının çocukların öz-düzenleme becerilerinin gelişiminde olumlu etkileri olduğunu gösteren çalışmalar yer almaktadır (Ertürk, 2013; Öztapak, 2017; Şepitçi, 2018; Karakurt, 2019).

2.6. İlgili Araştırmalar

Alan yazın incelendiğinde; okul öncesi dönemde öz-düzenleme becerisinin gelişimine ve çeşitli değişkenlerle olan ilişkisine dair yurt içinde ve yurt dışında yapılan çok sayıda araştırmaya rastlanmaktadır.

2.6.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Öz-düzenleme ile ilgi yurt içi alan yazın incelendiğinde araştırmaların daha çok performansa dayalı olarak çocukların öz-düzenleme becerilerini değerlendirdikleri ve bazı araştırmaların da yetişkin görüşlerine dayalı olarak bu becerilerin sosyo-demografik değişkenlerle ilişkilendirdikleri söylenebilir. Örneğin, İvrendi (2011)'de yaptığı çalışmada, davranış düzenleme, aile ve çocuk özelliklerinin çocukların sayı hissini yordama gücünü incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmaya okul öncesi eğitime devam eden 101 çocuk katılmıştır. Çalışmada öz-düzenleme becerilerinin, anne-baba eğitim düzeyinin çocuğun cinsiyeti ve yaşının, onların sayı kavramı hissini anlamlı yordayıcı değişkenler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bir başka çalışmada, Ertürk-Kara ve Gönen (2015), 48-72 aylık 120 çocuğun katıldığı ve çocukların öz-düzenleme becerileri farklı değişkenler açısından incelemiştir. Çalışmada veri toplama araçları olarak “Okul Öncesi Öz-düzenleme Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışma sonucunda çocukların öz-düzenleme puanları üzerinde cinsiyete göre anlamlı fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Kardeşe sahip olan çocukların dikkat dürtü puanlarının daha yüksek, olumlu duygu puanlarının daha düşük, olduğu görülmüştür. Çocukların yaşının artmasıyla olumlu duygu puanlarının da arttığı sonucuna görülmüştür. Anne-baba öğretim düzeyi yüksek olan çocukların dikkat/dürtü puanlarının yüksek olduğu, ayrıca baba öğretim düzeyi yüksek olan çocukların olumlu duygu puanlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Diğer bir çalışmada ise Tutkun, Tezel-Şahin ve Işıktekiner (2016) tarafından yapılan çalışma da okul öncesi eğitime devam eden 4-6 yaş arası (n=126) çocukların öz-düzenleme becerine etki eden değişkenler incelenmiştir. Araştırma sonucunda yaşa bağlı olarak öz-düzenleme becerilerinin arttığı, kız çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin erkek çocuklarından daha yüksek olduğunu tespit edilmiştir. Ayrıca kardeşe sahip çocukların öz-düzenleme becerilerinin tek çocuk olanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Anne öğretim düzeyinin çocukların öz-düzenleme becerilerinde etkili bir değişken olmadığı, ancak

baba öğretim düzeyinin öz-düzenleme olumlu duygu boyutunda farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Sezgin ve Demiriz (2016), okul öncesi eğitime devam eden 36-72 ay arasındaki çocukların öz-düzenleme becerilerini çeşitli değişkenler yönünden inceledikleri araştırmada okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz- düzenleme becerileri incelenmiştir. 288 kız ve 303 erkek olmak üzere toplam 591 çocuğun dahil edildiği çalışmada çocukların öz-düzenleme becerilerinde yaş, cinsiyeti, okul öncesi eğitimi alma durumu, anne-baba öğrenim düzeyi ve ailenin gelir düzeylerine göre anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

Aksoy ve Tozduman-Yaralı'nın (2017) anaokuluna devam eden 60-72 aylık (n=64) çocuklarda öz-düzenleme ve oyun becerilerini incelemek amacı ile yaptıkları çalışmada kız çocukların öz-düzenleme becerisi genelinde ve dikkat/dürtü alt boyutunda erkek çocuklarından daha iyi bir performans sergiledikleri görülmüştür. Öz-düzenleme olumlu duygu alt boyutu ile oyun becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Erol ve İvrendi (2018), 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerinin belirlemeyi amaçlayan bir ölçek geliştirme çalışması yapmışlardır. Çalışmaya okul öncesi eğitime devam eden 509 çocuğun anneleri dâhil edilmiştir. Çalışma sonucunda 4-6 yaş çocuklar için ebeveyn görüşlerine dayalı 20 madde ve dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu, engelleyici kontrol-davranış olarak dört faktörden oluşan öz düzenleme becerileri ölçeği geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının .90, eş zaman geçerliğinin .84 ve test tekrar test güvenilirliğinin .77 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Astarlar (2019), okul öncesi eğitime devam eden 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerini öğretmen görüşlerine göre izlemeyi amaçladığı çalışmasına 149 çocuk katılmıştır. “Baş-Ayak Parmakları- Diz- Omuzlar Yönergesi” ve “4-6 Yaş Çocukları İçin Öz-düzenleme Becerileri Ölçeği-Öğretmen Formu” aracılığı ile veriler elde edilmiştir. Öz-düzenleme becerilerinin belirlenmesine yönelik üç ölçüm yapılmıştır ve cinsiyet değişkenine bağlı olarak yapılan bu üç ölçümde de kız çocuklarının öz-düzenleme puanları erkek çocuklarının puanlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz-düzenleme becerilerinin yaştan etkilendiği ve yaşın artmasıyla öz-düzenleme becerilerinin de arttığı görülmüştür. Okul öncesi eğitimi alan çocukların çalışma belleği ve engelleyici kontrol alt boyutlarında daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Işıksolu-Aysel (2020), 60-72 aylık çocuklarda öz-düzenleme becerileri, sosyal yetkinlik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladığı çalışmasına okul öncesi eğitime devam eden 329 çocuk dâhil edilmiştir. Araştırma verileri Öz-düzenleme Becerileri

Ölçeği (Anne Formu), Sosyal Yetkinlik Davranış Değerlendirme Ölçeği (SYDD) ve Problem Çözme Becerisi Ölçeği (PÇBÖ) olmak üzere üç farklı ölçüm aracı kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre, öz-düzenleme becerileri, sosyal yetkinlik ve öz-düzenleme problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca okul öncesi eğitimi almış olan çocukların öz-düzenleme becerilerinin almayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Baba yaş değişkenine göre çocukların öz-düzenleme becerileri çalışma belleği ve engelleyici kontrol-duygu alt boyutlarında, anne-baba öğretim düzeyi değişkenine göre öz-düzenleme ve sosyal yetkinlik puanlarında farklılık olduğu görülmüştür. Çocukların öz-düzenleme becerilerinde sosyal yetkinlik ve problem çözme becerilerinin düşük düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir.

Özcan (2020), okul öncesi eğitime devam eden 5-6 yaş çocukların anne ve öğretmen görüşlerine dayalı olarak öz-düzenleme becerilerinin sosyo-dramatik oyunun boyutlarına göre istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığını incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma grubunu, İzmir ilindeki okul öncesi eğitime devam eden 51 çocuk oluşturmuştur. Verileri toplamak için dört farklı ölçme aracı kullanmıştır. Çocukların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için Kişisel Bilgi Formu, Hanline, Milton ve Phelps (2008) tarafından geliştirilen ve Karaman (2012) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan Sosyo-Dramatik Oyun Ölçeği, 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği Anne Formu (Erol ve İvrendi, 2018) ve 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği Öğretmen Formu (İvrendi ve Erol, 2018) kullanılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre okul öncesi eğitime devam etmekte olan çocukların sosyo-dramatik oyunlarının karmaşıklık düzeyi ile öz-düzenleme becerileri arasında ilişki olduğu tespit etmiştir.

Yurt içinde yapılan çalışma sonuçlarında çocukların öz-düzenleme becerilerinde yaş, cinsiyet, okul öncesi eğitim alma durumu, kardeş sayısı, aile gelir durumu ve ebeveynlerin öğrenim düzeyi gibi değişkenlerin farklılık yarattığı söylenebilir.

2.6.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Yurt dışında öz-düzenleme ile yapılan çalışmalarda genel olarak ailenin ekonomik düzeyi, ebeveynin öğrenim düzeyi ve çocukların akademik başarıları arasındaki ilişkiyi odaklanan çalışmalar olduğu dikkati çekmektedir. Örneğin; Raikes, Robinson, Bradley, Raikes ve Ayoub (2007), düşük gelirli ailelerde 14-36 aylık bebeklerin öz-düzenleme becerinin zaman içindeki değişimlerini büyüme modellemesi kullanarak incelemişlerdir. Çalışma sonucunda öz

düzenlemede olumlu büyümenin 14 ile 36 ay arasında oluşmaya başladığı, ancak hem büyüme oranlarında hem de nihai durumda bireysel farklılıklar olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, anneleriyle etkileşimlerinde uyum ve pürüzsüzlük yaşayan çocuklar, daha iyi öz-düzenleme yeteneklerine sahip olduğu ve yaş ilerledikçe zaman içinde öz düzenlemede tutarlı ilerleme olduğu belirlenmiştir. Anneleriyle etkileşimlerinde uyumsuzluk yaşayan çocukların öz düzenleme konusunda zorluk yaşadığı, ayrıca yaş ilerledikçe zaman içinde öz düzenleme konusunda daha düşük puanlar gösterdiği sonucuna ulaşmışlardır.

Bir başka çalışmada ise, Barry, Philibert ve Kochanska (2009), bebeklikten okul öncesi yaşına kadar olan boylamsal olarak yaptıkları çalışmada, öz düzenleme becerilerinin gelişiminde anne-çocuk bağlanma biçimi ile genetik özelliklerin etkisini incelemiştir. Çalışmada toplam 89 bebek 7. Ayda, 15 ayda, 25, ayda 38 ayda ve 52 aylarda anne-bebek etkileşimleri davranışsal kodlama için videoya kaydedilmiş daha sonra değerlendirilmiştir. Araştırmada Serotonin taşıyıcı genindeki polimorfizm, 5-HTTLPR (*ss/sl* vs. *ll* alel durumu), özellikle kısa bir alele (*ss/sl*) sahip olmanın öz-düzenleme eksiklikleri ve diğer psikopatoloji biçimleriyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bebekken annelerine güvensiz bağlanan çocukların erken yaşlarda ve okul öncesi yıllarda zayıf öz-düzenleme kapasitesi geliştirdiğini, güvenli bağlananların çocukların ise iyi düzeyde öz-düzenleme kapasitesi geliştirdiğini gözlenmiştir. Araştırmacılar, genotip tarafından verilen riskin varlığında güvenli bağlanmanın koruyucu bir faktör olarak hizmet edebileceğini ifade etmişlerdir.

Yine alan yazında yapılan bir diğer çalışma, Bondurant (2010)'da yaptığı çalışmadır. Araştırmacılar boylamsal bir çalışma çocuklarda akademik başarı ve başarısızlık ile öz-düzenleme becerilerinden arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma da 36-54 aylar arasındaki 1364 çocuğa 1991 yılında öz düzenleme becerileri için ilk ölçümler yapılmıştır. Daha sonra çocuklar dördüncü sınıfta okuma ve matematik başarı testi uygulanmıştır. Daha sonra da 5. ve 8. sınıflarda çocukların akademik başarıları öğretmen raporları ile takip edilmiştir. Araştırma sonucunda erken çocuklukta öz-düzenleme becerilerinde var olan eksikliklerin ilerleyen dönemlerdeki çocukların akademik başarısızlık yaşamalarına neden olduğu, ayrıca 36 ve 54 aylık dönemler arasında uyum ve hazzı ertelenmede başarısız olan çocukların, ilkokul yıllarında okuma becerilerinde sorun yaşadıklarını belirlenmiştir.

Sektnan, McClelland, Acock ve Morrison (2010)'da yaptıkları çalışmada, aileden kaynaklanan risk faktörlerinin anaokuluna devam eden 54 aylık çocukların davranış düzenleme becerileri ve akademik başarı arasındaki ilişki incelemeyi amaçlayan çalışmalarında 1298 çocuk çalışmaya dâhil edilmiştir. Araştırmada aileden kaynaklı risk (etnik azınlık grupta olmak,

anneninin öğreniminin düşük, ailenin gelir düşük, anneninin depresif olması vb.) faktörlerinin çocukların ilkokuldaki okuma ve matematik gibi akademik başarısını olumsuz yönde etkilediğini belirtmişlerdir.

Wanless ve diğerleri (2013), çalışmalarında 3-6 yaş arasındaki Amerikalı, Çinli, Güney-Koreli ve Tayvanlı çocukların öz-düzenleme becerilerini değerlendirmişlerdir. Veri toplamak için, “Baş-Ayak parmakları-Dizler-Omuzlar” ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda Amerikalı çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde cinsiyetin, etkili bir değişken olduğu ve kız çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin erkek çocuklarından daha yüksek öz-düzenleme becerisine sahip olduğu, ancak Asyalı çocukların öz-düzenleme becerilerinde cinsiyetim etkili bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Roskam, Stievenart, Meunier ve Noel (2014), boylamsal bir araştırmada ebeveyn davranışlarının çocukların engelleyici kontrol becerileri üzerinde etkisini incelemişlerdir. 348 anne ve çocuk, 342 baba ve çocukların dâhil edildiği araştırmada çocukları 2 yaşından 8 yaşına kadar takip izleme tabii tutulmuştur. Araştırma sonucuna göre ebeveynlik davranışları ile çocukların engelleyici kontrol becerileri arasında olumlu yönde ilişki olduğu saptanmıştır.

Becker, McClelland, Loprinzi ve Trost (2014), 46-70 ay arası 51 çocuğun katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada öz-düzenleme becerileri ve akademik başarı ile aktif oyun oynama davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, aktif oyun oynayan çocukların akademik başarılarının ve öz-düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Cadima, Gamelas, McClelland ve Peixoto (2015) sosyo-demografik risk gruplarında (anne öğretim, gelir durumu, meslek statüsünün düşük olması gibi) yer alan okul öncesi çocukların (n=186) öz-düzenleme becerileri ile erken okur-yazarlık ve matematik becerileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda aile sosyodemografik riskinin çocukların davranışsal öz-düzenleme ve akademik başarısı üzerinde olumsuz etkileri olduğunu tespit etmişlerdir.

Viglas ve Perlman (2017), farkındalık temelli (dikkatli dinleme, nefes farkındalığı, eğitim programının okul öncesi çocukların öz-düzenleme becerilerine etkisini inceledikleri araştırmaya 4-6 yaş arası 127 çocuk dahil edilmiştir. Deney grubuna haftada 3 kez, altı hafta boyunca 20 dakikadan oluşan farkındalık eğitim programı uygulanmışlardır. Araştırma sonucunda farkındalık eğitimi alan çocukların öz-düzenleme becerileri ve prososyal davranışlarda ilerleme kaydettiklerini belirlemişlerdir.

Yurt dışında yapılan araştırmalarda, çocukların öz-düzenleme becerileri arttıa akademik başarılarının arttığı, aileye ilişkin sosyo-demografik risklerin çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde olumsuz etkileri olduğu yönünde sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin çözümlenmesine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Nicel araştırma yaklaşımının benimsendiği bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu model, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2013). Bu çalışmada da 4-6 yaş çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin çeşitli sosyo-demografik değişkenler ile ilişkisini incelemeyi amaçladığı için çalışmada ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Çalışma verilerinin toplanması pandemi döneminde gerçekleştiği için çalışma grubunun oluşturulmasında seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yönteminin kullanılması tercih edilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi diğer örnekleme yöntemlerinin kullanılmasının güç olduğu durumlarda daha ekonomik ve daha erişilebilir kaynaklara ulaşılabilmesini sağlayan bir örnekleme yöntemidir (Kılıç, 2013). Gönüllü katılımı esas alınarak gerçekleştirilen araştırmanın çalışma grubu, 2021 yılında 4-5-6 yaş arasından çocuğu olan ebeveynlerden oluşmaktadır. Gönüllü katılımın temel alındığı çalışmaya 194 anne dâhil edilmiştir. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri Tablo 3.2.1 ve 3.2.2’de sunulmuştur.

Tablo 3.2.1. Araştırmaya Dâhil Edilen Çocukların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımlar

Değişken	Alt değişken	f	%
Cinsiyet	Kız	99	51.0
	Erkek	95	49.0
Yaş	4	57	29.4
	5	78	40.2
	6	59	30.4
Kardeş sayısı	Tek çocuk	52	26.8
	1	81	41.8
	2	48	24.7
	2+	13	6.7
Doğum sırası	1	120	61.9
	2	54	27.8
	3+	20	10.3
Okul öncesi eğitime devam süresi	0	72	37.1
	1	34	17.5
	2	43	22.2
	2+	45	23.2
Sosyal Etkinliklere katılım	Evet	43	22.2
	Hayır	151	77.8
Spor	Evet	25	58.1
	Hayır	18	41.9
Müzik	Evet	15	34.9
	Hayır	28	65.1
Mış gibi oyun oynama	Evet	182	93.8
	Hayır	12	6.2
Mış gibi oyunlar oynama sıklığı	Nadiren	13	7.1
	Bazen	61	33.5
	Sıklıkla	76	41.8
	Her zaman	32	17.6

Tablo 3.2.1. incelendiğinde %51'i kız, %49'u erkek, %29,4'ü 4 yaşında, %40,2'si 5 yaşında, %30,4'ü 6 yaşındadır. Çocukların %26,8'i tek çocuk, %41,8'inin 1 kardeşi var, %24,7'sinin 2 kardeşi, %6,7'sinin ise 2'den fazla kardeşi bulunmaktadır. Çocukların doğum

sırasına göre dağılımına bakıldığında, %61,9'u ilk çocuk, %27,8'i 2'nci çocuk, %10,3'ünün son çocuk olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan çocukların %37,1'i 1 yıldan az süredir okul öncesi eğitim alırken, %17,5'i 1 yıldır eğitim almakta, %22,2'si 2 yıldır eğitim almakta, %23,2'si 2+ yıldır eğitim almaktadır. Çocukların %20,1'i sosyal bir etkinliğe katırken, %77,9'u herhangi bir sosyal etkinliğe dahil değildir. Sosyal etkinliğe dahil olan çocukların %58,12'i sporla ilgilenirken, %34,9'u müzik ile ilgilenmektedir. Çocukların %93,82'i “-mış gibi” oyunlar oynarken, %6,1'nin “-mış gibi” oyun oynamadıkları görülmektedir. Annelere göre çocuklarının %7,1'i nadiren %33,5'i bazen, %41,8'i sıklıkla %17,6'sı her zaman “mış gibi” oyunlar oynamakta olduğu ifade edilmektedir.

Tablo 3.2.2. Ebeveynlerinin Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Anne		Baba	
	f	%	f	%
Yaş				
24-30 yaş	64	33.0		
31-37 yaş	97	50.0		
38+ yaş	33	17.0		
29-35 yaş	-	-	92	47.4
36-42 yaş	-	-	78	40.2
43+ yaş	-	-	24	12.4
Öğrenim Düzeyi				
İlköğretim	23	11.9	22	11.3
Lise	53	27.3	63	32.5
Üniversite	118	60.8	94	48.5
Lisansüstü	-	-	15	7.7
Anne-Baba Meslek				
Ev Hanımı	78	40,2	-	-
Çalışan	116	59,8	-	-
Memur	-	-	62	32,0
İşçi	-	-	36	18,6
Sebest Meslek	-	-	32	16,5
Özel Sektör	-	-	64	33,0

Ailenin Aylık Geliri	f	%
1500-3000 TL	39	20,1
3001-6000 TL	71	36,6
6001-9000 TL	44	22,7
9000+ TL	40	20,6
Ailenin Yaşadığı Bölge	f	%
İç Anadolu, Doğu ve Güney Doğu Anadolu	32	16,5
Akdeniz	106	54,6
Ege- Marmara	23	11,9
Karadeniz	33	17,0

Tablo 3.2.2.'ye göre araştırmaya katılan çocuklarının %33'ünün annesi 24-30 yaş grubunda, %50'sinin annesi 31-37 yaşında, %17'sinin annesi 38+ yaş grubunda, %47,4'ünün babası 29-35 yaşında, %40,2'si 36-42 yaşında, %12,4'ü 43+ yaş grubundadır. Annelerin %11,9'u ilköğretim mezunu, %27,3'ü lise mezunu, %60,8'inin annesi üniversite mezunu, %11,3'ünün babası ilköğretim mezunu, %32,5'inin babası lise mezunu, %48,5'inin babası üniversite mezunu, %7,7'sinin babası lisansüstü mezunudur. Annelerin %40,2'sinin ev hanımı, %59,8'inin çalışmaktadır. Babaların %32'si memur, %18,6'sının işçi, %18,6'sı serbest meslek mensubu, %33'ü de özel sektör çalışanıdır. Katılımcıların belirttiği gelir rakamlarına göre yapılan sınıflandırmaya göre ailelerin %20,1'inin aylık geliri 1500-3000 TL arasında, %36,6'sının aylık geliri 3001-6000 arasında, %22,7'sinin aylık geliri 6001-9000 TL arasında, %20,6'sının aylık geliri 9000 TL üzerindedir. Katılımcıların %16,5'i İç Anadolu, Doğu Anadolu, Güneydoğu Anadolu bölgelerinde yaşamakta, %54,6'sı Akdeniz bölgesinde yaşamakta, %11,9'u Ege ve Marmara bölgelerinde yaşamakta, %17'si Karadeniz bölgesinde yaşamaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu ve 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) olmak üzere iki farklı veri toplama aracı kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu; katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, çocukların cinsiyet, yaş, okul öncesi eğitim alma süresi, kursa gitme durumu, anne-baba eğitimi, anne-baba mesleği, anne-baba yaşı, aile gelir durumu gibi sosyo-demografik özelliklerini içeren soruları içermektedir.

4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu); anne görüşlerine dayalı olarak 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerini belirlemek amacıyla kullanılan bir ölçüm aracıdır. İvrendi ve Erol (2018) tarafından geliştirilen ölçek, 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek; Dikkat, Çalışma Belleği, Engelleyici Kontrol-Duygu ve Engelleyici Kontrol-Davranış olmak üzere dört alt boyut içermektedir.

Dikkat Alt Boyutu; bireyin dikkat dağıtıcı unsurları görmezden gelerek, istemli bir şekilde bir göreve dikkatini odaklayabilmesi ve sürdürebilmesi ve gerektiğinde dikkati yeni görevlere kaydırabilmeyi içerir (Barkley, 1997; Rothbart ve Posner, 2005; Akt. McClelland ve Cameron, 2011). Örneğin; birey verilen yönergeleri takip etme ya da konsantrasyonunu toplayarak bir sorunu çözebilme gibi davranışları içerir.

Çalışma Belleği Alt Boyutu; bilgiyi akılda tutabilmeyi ve bilgiyle zihinsel olarak çalışmak anlamına gelir. Akılda tutmayı içeren bir beceridir (Diamond, 2012). Örneğin; yapılan planları hatırlayabilme ya da eşyaları koymasına gereken yerleri hatırlamak gibi davranışları içerir.

Engelleyici Kontrol- Davranış/Duygu Alt Boyutu; bireyin kasıtlı olarak baskın, otomatik ve güçlü tepkileri engelleme yeteneğiyle ilgilidir (Miyake, Friedman, Emerson, Witzki ve Howerter, 2000). Duygu kontrolü, duygusal bir ifadenin engellenmesi gerektiği bir durumla karşılaşıldığında o duyguyu engelleyebilme yeteneğidir (Carlson ve Wang, 2007). Engelleyici kontrol, okul öncesi dönemdeki çocuğun sahip olduğu öfke, üzüntü, korku, sevinç gibi duygularının yoğunlunu kontrol edebilmede önemli bir yer alır (Carlson ve Wang, 2007). Örneğin; bireyin istekleri ile kurallar çeliştiği durumlarda dahi kurallara uyabilme ve duygu ve düşüncelerini rahat bir biçimde ifade edebilme gibi davranışları içermektedir.

Ölçek 1-Hiçbir Zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Çoğunlukla, 5-Her Zaman şeklinde beşli likert tipinde puanlanmaktadır. 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinin (Anne Formu), Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı dikkat boyutu için 0.89; çalışma belleği boyutu için 0.89; engelleyici kontrol-duygu için 0.82; engelleyici kontrol-davranış için 0.77 ve ölçeğin geneli için de 0,90 olarak belirlenmiştir (Erol ve İvrendi, 2018).

3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama sürecinden önce araştırmada kullanılacak olan 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinin (Anne Formu) kullanım izni alınmıştır. Daha sonra Akdeniz Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan araştırma (11.02.2021/27717: tarih ve sayılı) etik kurul izni alınmıştır. Tüm izin işlemleri tamamlandıktan sonra veri toplama işlemi için araştırma katılımcı izin formu (Beyan Formu), Kişisel Bilgi Formu ve 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) Google forma aktararak veri toplama araçlarına ulaşım için link oluşturulmuştur. Google form linki e-posta, twitter ve instagram gibi sosyal medya aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Google Form üzerinde oluşturulan linkte katılımcılardan öncelikle katılım izin formunu doldurmaları istenmiştir (Ek 1). Katılım Formunu onaylayan katılımcılardan daha sonra veri toplama araçlarına erişim izni verilmiştir. Çalışmaya katılım için gönüllü onay veren katılımcıların öncelikle Kişisel Bilgi Formuna erişimi, daha sonra 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğine (Anne Formu) erişim izni verilmiştir. Katılım iznini onaylayan ve ölçekleri eksiksiz dolduran 194 katılımcıdan elde edilen veriler araştırmaya dâhil edilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamındaki 194 katılımcıdan elde edilen veriler SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Öz-Düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ilişkin Cronbach's Alpha iç tutarlık kat sayıları sırasıyla dikkat alt boyutu (.851), çalışma belleği (.891), engelleyici kontrol – duygu (.881), engelleyici kontrol – davranış (.809) ve toplam ölçek (.932) olarak bulunmuştur. Bu değerlere göre ölçeğin tüm alt boyutları ve toplam puanının yüksek düzeyde güvenilir olduğu ifade edilmektedir. Ölçek alt boyut ve toplam puanlarına ilişkin verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığının incelenmesinde çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve değerlerin -2 ile +2 arasında olmasından dolayı normal dağılıma uygun olduğu kabul edilmiştir. Ölçekten elde edilen verilere ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 3.5.1'de verilmiştir. Bu nedenle parametrik analizler kullanılmıştır. İki kategorili değişkenlere göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında Independent Samples T test testi kullanılırken, 3 veya daha fazla kategorili değişkenlere göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında One Way ANOVA testi kullanılmıştır. One Way ANOVA testinde gruplar

arasında anlamlı farklılık olması durumunda farklılığın hangi ikili gruplar arasında olduğunu belirlemede post hoc test olarak Tukey testi kullanılmıştır.

Tablo 3.5.1. Araştırmaya Katılan 4-6 Yaş Çocukların Öz-Düzenleme Becerilerini Değerlendirme Ölçeği Puanlarına İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Alt boyut	Çarpıklık	Basıklık
Dikkat	-1.010	1.030
Çalışma belleği	-1.961	1.788
Engelleyici kontrol-duygu	-0.864	0.163
Engelleyici kontrol-davranış	0.077	-0.627
Toplam öz düzenleme	-1.124	1.670

Tablo 3.5.1. incelendiğinde, dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol – duygu, engelleyici kontrol – davranış ve toplam öz-düzenleme puanlarına ilişkin verilerin çarpıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında olduğu ve bu nedenle normal dağılıma uygun olduğu görülmektedir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin yapılan analizlere ait elde edilen bulgular yer almaktadır.

4.1. Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Bulgular

Anne görüşlerine göre 4-6 yaş arası çocukların öz-düzenleme becerilerinin dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış değişkenlerine ait puan ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmış ve Tablo 4.1.1.'de sunulmuştur.

Tablo 4.1.1. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Alt boyut	n	Puan aralığı	\bar{x}	ss
Dikkat	194	1-5	3.85	.77
Çalışma belleği	194	1-5	4.32	.80
Engelleyici kontrol- duygu	194	1-5	3.89	.88
Engelleyici kontrol- davranış	194	1-5	3.00	.94

Tablo 4.1.1. incelendiğinde, anne görüşlerine göre 4-6 yaş arası çocukların öz düzenleme becerilerinde çalışma belleği boyutunun en yüksek ortalamaya sahip olduğu, bunu sırasıyla dikkat, engelleyici kontrol-duygu boyutunun izlediği görülmektedir. Engelleyici kontrol – davranış boyutunun orta seviyede olduğu görülmektedir

Çalışmaya dâhil edilen 4-6 yaş çocukların sosyo-demografik özelliklerine göre öz-düzenleme becerileri alt boyutlarından elde edilen puanların analiz sonuçları Tablo 4.2'de verilmiştir.

4.2. Çocukların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

“Çocukların öz-düzenleme becerileri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.2.1’de verilmiştir.

Tablo 4.2.1. Cinsiyet Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Analiz Sonuçları

Alt boyut	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	F	p
Dikkat	Kız	99	3.83	0.75	-.284	.776
	Erkek	95	3.86	0.80		
Çalışma belleği	Kız	99	4.27	0.83	-.810	.419
	Erkek	95	4.37	0.77		
Engelleyici kontrol-duygu	Kız	99	3.89	0.88	.020	.984
	Erkek	95	3.89	0.89		
Engelleyici kontrol-davranış	Kız	99	3.00	0.86	.019	.985
	Erkek	95	3.00	1.02		

Tablo 4.2.1. incelendiğinde anne görüşlerine göre çocukların öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol – duygu ve engelleyici kontrol – davranış alt boyutlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0,05$). Bu bulguya göre 4-6 yaş çocukların öz düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış becerilerinde cinsiyet değişkeninin fark yaratmadığı söylenebilir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri yaş değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.2.2.’te verilmiştir.

Tablo 4.2.2. Yaş Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocuklarda Öz-düzenleme Becerilerine İlişkin Analiz Sonuçları

Alt boyut	Yaş grubu	n	\bar{x}	ss	F	p
Dikkat	4	57	3.73	0.80	1.462	.234
	5	78	3.84	0.74		
	6	59	3.97	0.78		

Çalışma belleği	4	57	4.24	0.94	.410	.664
	5	78	4.36	0.77		
	6	59	4.34	0.70		
Engelleyici kontrol-duygu	4	57	3.90	1.03	.325	.723
	5	78	3.83	0.82		
	6	59	3.96	0.82		
Engelleyici kontrol-davranış	4	57	2.90	0.91	.463	.630
	5	78	3.05	0.90		
	6	59	3.03	1.02		

Tablo 4.2.2.'e göre araştırmaya katılan çocukların yaş gruplarına göre dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol – duygu ve engelleyici kontrol – davranış düzeylerinin istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bu bulguya göre 4-6 yaş çocukların öz düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış becerileriyle yaş değişkeninin ilişkili olmadığı söylenebilir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.2.3'te verilmiştir.

Tablo 4.2.3. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre 4-6 Yaş Çocukların Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

Alt boyut	Kardeş sayısı	n	\bar{x}	ss	F	p
Dikkat	Tek çocuk	52	3.88	0.80	1.504	.215
	1	81	3.91	0.67		
	2	48	3.81	0.86		
	2+	13	3.44	0.83		
Çalışma belleği	Tek çocuk	52	4.38	0.69	.325	.807
	1	81	4.33	0.80		
	2	48	4.28	0.89		
	2+	13	4.15	0.97		
Engelleyici kontrol-duygu	Tek çocuk	52	4.11	0.77	1.669	.175
	1	81	3.79	0.85		
	2	48	3.88	1.02		
	2+	13	3.69	0.86		
	Tek çocuk	52	3.11	0.78	.463	.708

Engelleyici	1	81	2.91	1.01
kontrol-	2	48	3.03	1.00
davranış	2+	13	2.98	0.89

Tablo 4.2.3. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların kardeş sayılarına göre dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol – duygu ve engelleyici kontrol – davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bu bulguya göre, 4-6 yaş çocukların öz düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış boyutlarında kardeş sayısı değişkeni ile ilişkili olmadığı söylenebilir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri okul öncesi eğitime devam etme durumu değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.2.4’de verilmiştir.

Tablo 4.2.4. Okul Öncesi Eğitime Devam Etme Durumu Değişkenine 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

Alt boyut	Eğitim süresi	n	\bar{x}	ss	F	p	Gruplar arası fark
Dikkat	0	72	3.76	0.74	4.047	.008	0<4, 1<4, 2<4, 3<4
	1	34	3.58	0.93			
	2	43	3.90	0.69			
	2+	45	4.14	0.67			
Çalışma belleği	0	72	4.35	0.75	3.873	.010	0<4, 1<4, 2<4
	1	34	3.91	1.05			
	2	43	4.46	0.65			
	2+	45	4.46	0.72			
Engelleyici kontrol-duygu	0	72	3.88	0.89	1.927	.127	-
	1	34	3.60	1.05			
	2	43	3.94	0.84			
	2+	45	4.07	0.72			
Engelleyici kontrol-davranış	0	72	2.97	0.95	1.3	.725	-
	1	34	2.87	1.00			
	2	43	3.05	0.89			
	2+	45	3.09	0.94			

Tablo 4.2.4. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların okul öncesi eğitime devam etme durumuna göre engelleyici kontrol – duyu ve engelleyici kontrol – davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$), okul öncesi eğitimi aldıkları süreler göre öz-düzenleme dikkat boyutu [$F=4.047$; $p<0.05$] ve çalışma belleği boyutu [$F=3.873$; $p<0.05$] puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan Tukey test sonuçlarına göre, öz-düzenleme dikkat alt boyutu ortalamalarının 2 yıldan fazla okul öncesi eğitimi alan çocukların 2 yıldan daha az eğitim alanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$), 2 yıl ve daha fazla süredir okul öncesi eğitimi alan çocukların öz-düzenleme çalışma belleği puanlarının hem hiç okul öncesi eğitimi almayan hem 1 yıldır eğitim alan çocuklara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir.

4.3. Çocukların “-miş gibi” Oyun Oynama Sıklığına İlişkin Bulgular

“Çocukların öz-düzenleme becerileri “-miş gibi” oyunlar oynama sıklığı değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.3.1’de verilmiştir.

Tablo 4.3.1. “-Mış Gibi” Oyunlar Oynama Sıklığı Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

Alt boyut	Oynama sıklığı	n	\bar{x}	ss	F	p	Gruplar arası fark
Dikkat	Nadiren	13	3.37	0.71	8.024	.000	1<3, 1<4, 2<3, 2<4
	Bazen	61	3.55	0.88			
	Sıklıkla	76	4.03	0.65			
	Her zaman	32	4.14	0.67			
Çalışma belleği	Nadiren	13	4.02	1.05	3.110	.028	2<3
	Bazen	61	4.10	0.95			
	Sıklıkla	76	4.47	0.63			
	Her zaman	32	4.43	0.76			
Engelleyici kontrol-duyu	Nadiren	13	3.43	1.17	4.025	.008	1<4, 2<4, 3<4
	Bazen	61	3.72	0.95			
	Sıklıkla	76	3.91	0.82			
	Her zaman	32	4.28	0.70			

Engelleyici kontrol-davranış	Nadiren	13	2.54	0.71	2.331	.076	-
	Bazen	61	2.89	0.91			
	Sıklıkla	76	3.04	0.94			
	Her zaman	32	3.27	0.93			

Tablo 4.3.1. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların “-miş gibi” oyunlar oynama sıklıklarına göre engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$), mış gibi oyunlar oynama sıklıklarına göre dikkat [$F=8.024$; $p<0.05$], çalışma belleği [$F=3.110$; $p<0.05$] ve engelleyici kontrol-duygu [$F=4.025$; $p<0.05$] puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı ($p<0.05$) görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan Tukey test sonuçlarına göre, dikkat alt boyutunda “-miş gibi” oyunları sıklıkla ve her zaman oynayan çocukların öz düzenleme düzeyinin “-miş gibi” oyunları nadiren veya bazen oynayanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$), “-miş gibi” oyunları sıklıkla oynayan çocukların çalışma belleği puanlarının “-miş gibi” oyunları bazen oynayan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$), “-miş gibi” oyunları her zaman oynayan çocukların engelleyici kontrol – duygu düzeyinin “-miş gibi” oyunları nadiren, bazen ve sıklıkla oynayan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre, 4-6 yaş çocukların sembolik oyun oynama sıklık derecesi ile öz-düzenleme dikkat, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış becerilerinin ilişkili olduğu söylenebilir.

4.4. Ebeveynlerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

“Çocukların öz-düzenleme becerileri ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak yapılan analiz sonuçları Tablo 4.4.1.’de verilmiştir

Tablo 4.4.1. Ailelerinin Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

Alt boyut	Gelir durumu	n	\bar{x}	ss	F	p	Gruplar arası fark
Dikkat	0-3000 TL	39	3.45	0.84	6.175	.001	1<2, 1<3, 1<4, 2<4
	3001-6000 TL	71	3.83	0.66			
	6001-9000 TL	44	3.95	0.76			

	9000+ TL	40	4.15	0.74			
Çalışma belleği	0-3000 TL	39	4.10	0.88	1.836	.142	-
	3001-6000 TL	71	4.29	0.77			
	6001-9000 TL	44	4.41	0.76			
	9000+ TL	40	4.49	0.81			
Engelleyici kontrol-duygu	0-3000 TL	39	3.57	0.88	2.617	.052	-
	3001-6000 TL	71	3.90	0.86			
	6001-9000 TL	44	4.09	0.74			
	9000+ TL	40	3.97	1.01			
Engelleyici kontrol-davranış	0-3000 TL	39	2.93	1.12	3.543	.653	-
	3001-6000 TL	71	2.95	0.87			
	6001-9000 TL	44	2.99	0.77			
	9000+ TL	40	3.16	1.04			

Tablo 4.4.1. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların ailelerinin aylık gelir durumuna göre çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$), ailelerinin aylık gelir durumuna göre dikkat [$F=6.175$; $p<0.05$] düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı ($p<0.05$) görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan post hoc Tukey test sonuçlarına göre, dikkat alt boyutunda ailesinin aylık geliri 3001-6000 TL, 6001-9000 TL ve 9000+ TL olan çocukların öz düzenleme düzeyinin ailesinin aylık geliri 0-3000 TL olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir. Bu bulguya göre, ailenin gelir düzeyi ile 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeyleri ile ilişki olmadığı ancak aile geliri arttıkça çocukların öz- düzenleme dikkat becerisine ilişkin ortalama puanların artmakta olduğu söylenebilir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri anne-baba yaş değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.4.2.’de verilmiştir.

Tablo 4.4.2. Anne-Baba Yaş Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

	Alt boyut	Yaş grubu	n	\bar{x}	ss	F	p	Gruplar arası fark
Anne Dikkat		24-30 yaş	64	3.67	0.87	3.952	.021	1<2
		31-37 yaş	97	4.00	0.62			

		38+ yaş	33	3.74	0.90				
Çalışma belleği	Çalışma belleği	24-30 yaş	64	4.22	0.81	3.129	.046	1<2	
		31-37 yaş	97	4.46	0.68				
		38+ yaş	33	4.10	1.03				
Engelleyici kontrol-duygu	Engelleyici kontrol-duygu	24-30 yaş	64	3.80	0.93	1.507	.224	-	
		31-37 yaş	97	4.00	0.82				
		38+ yaş	33	3.75	0.96				
Engelleyici kontrol-davranış	Engelleyici kontrol-davranış	24-30 yaş	64	2.96	0.95	.476	.622	-	
		31-37 yaş	97	3.06	0.92				
		38+ yaş	33	2.89	0.98				
Baba	Dikkat	29-35 yaş	92	3.80	0.81	.301	.741	-	
		36-42 yaş	78	3.89	0.67				
		43+ yaş	24	3.87	0.92				
	Çalışma belleği	Çalışma belleği	29-35 yaş	92	4.33	0.75	.029	.971	-
			36-42 yaş	78	4.30	0.81			
			43+ yaş	24	4.34	1.00			
	Engelleyici kontrol-duygu	Engelleyici kontrol-duygu	29-35 yaş	92	3.92	0.88	.900	.408	-
			36-42 yaş	78	3.80	0.88			
			43+ yaş	24	4.06	0.90			
Engelleyici kontrol-davranış	Engelleyici kontrol-davranış	29-35 yaş	92	2.98	0.97	.625	.536	-	
		36-42 yaş	78	2.96	0.89				
		43+ yaş	24	3.20	0.98				

Tablo 4.4.2. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların annelerinin yaş grubuna göre engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$), anne yaş grubuna göre dikkat [$F=3.952$; $p<0.05$] ve çalışma belleği [$F=3.129$; $p<0.05$] düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı ($p<0.05$) görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan post hoc Tukey test sonuçlarına göre, dikkat ve çalışma belleği alt boyutlarında annesi 31-37 yaş grubunda olan çocukların çalışma belleği düzeyinin annesi 24-30 yaş grubunda olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir. Anne yaş grubundan farklı olarak araştırmaya katılan çocukların babalarının yaş grubuna göre dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$) görülmektedir. Bu bulgu, 31-37

yaş arasındaki annelerin çocuklarının öz düzenleme dikkat ve çalışma belleği boyutu puanlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri anne-baba öğrenim durumu değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.4.3.’te verilmiştir.

Tablo 4.4.3. Anne-Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

	Alt boyut	Öğrenim durumu	n	\bar{x}	ss	F	p	Gruplar arası fark
Anne	Dikkat	İlköğretim	23	3.53	0.89	6.586	.002	1<3, 2<3
		Lise	53	3.64	0.81			
		Üniversite	118	4.00	0.69			
	Çalışma belleği	İlköğretim	23	4.15	1.07	1.998	.138	-
		Lise	53	4.19	0.81			
		Üniversite	118	4.41	0.73			
	Engelleyici kontrol-duygu	İlköğretim	23	3.57	1.08	2.622	.075	-
		Lise	53	3.80	0.92			
		Üniversite	118	3.99	0.81			
	Engelleyici kontrol-davranış	İlköğretim	23	2.70	1.20	2.757	.066	-
		Lise	53	2.86	0.91			
		Üniversite	118	3.12	0.88			
Baba	Dikkat	İlköğretim	22	3.65	0.84	2.931	.035	3>4
		Lise	63	3.77	0.80			
		Üniversite	94	4.00	0.72			
		Lisansüstü	15	3.51	0.69			
	Çalışma belleği	İlköğretim	22	4.32	0.75	1.042	.375	-
		Lise	63	4.27	0.87			
		Üniversite	94	4.40	0.75			
		Lisansüstü	15	4.03	0.89			
	Engelleyici kontrol-duygu	İlköğretim	22	4.00	0.90	4.646	.004	2<3, 3>4
		Lise	63	3.67	0.88			
		Üniversite	94	4.09	0.80			
		Lisansüstü	15	3.43	1.06			

Engelleyici kontrol-davranış	İlköğretim	22	2.92	1.09	3.283	.022	2<3, 3>4
	Lise	63	2.80	0.99			
	Üniversite	94	3.20	0.86			
	Lisansüstü	15	2.65	0.73			

Tablo 4.4.3. incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların annelerinin öğrenim durumuna göre çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$), anne öğrenim durumuna göre dikkat [$F=6.586$; $p<0.05$] düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı ($p<0.05$) görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan post hoc Tukey test sonuçlarına göre, dikkat alt boyutunda annesi üniversite mezunu olan çocukların öz düzenleme düzeyinin annesi ilköğretim ve lise mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir. Baba öğrenim durumuna göre analiz sonuçları incelendiğinde, araştırmaya katılan çocukların babalarının öğrenim durumuna göre çalışma belleği düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$) tespit edilmiştir. Bu bulgu, anne öğrenim düzeyi yükseldikçe çocuklarının öz düzenleme dikkat boyutu puan ortalamasının da yükseldiğini göstermektedir.

Baba öğrenim durumuna göre dikkat [$F=2.931$; $p<0.05$], engelleyici kontrol-duygu [$F=4.646$; $p<0.05$] ve engelleyici kontrol-davranış [$F=3.283$; $p<0.05$] düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı ($p<0.05$) görülmektedir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi amacıyla yapılan post hoc Tukey test sonuçlarına göre, dikkat alt boyutunda babası üniversite mezunu olan çocukların öz düzenleme düzeyinin babası lisansüstü eğitim mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$), engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış alt boyutlarında babası üniversite mezunu olanların öz düzenleme düzeyinin babası lise ve lisansüstü eğitim mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.0$) tespit edilmiştir.

“Çocukların öz-düzenleme becerileri anne çalışma durumu değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 4.4.4’te verilmiştir.

Tablo 4.4.4. Anne Çalışma Durumu Değişkenine Göre 4-6 Yaş Öz-düzenleme Becerileri Analiz Sonuçları

Alt boyut	Çalışma durumu	n	\bar{x}	ss	t	p
Dikkat	Ev hanımı	78	3.63	0.78	-3.263	.001
	Çalışan	116	3.99	0.73		
Çalışma belleği	Ev hanımı	78	4.22	0.83	-1.360	.175
	Çalışan	116	4.38	0.78		
Engelleyici kontrol-duygu	Ev hanımı	78	3.72	0.87	-2.176	.031
	Çalışan	116	4.00	0.88		
Engelleyici kontrol-davranış	Ev hanımı	78	2.86	1.03	-1.707	.089
	Çalışan	116	3.09	0.87		

Tablo 4.4.4. incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların annelerinin çalışma durumuna göre çalışma belleği ve engelleyici kontrol – davranış düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0.05$) tespit edilmiştir. Buna karşın annesi çalışanların dikkat [$t=-3.263$; $p<0.05$] ve engelleyici kontrol-duygu [$t= -2.176$; $p<0.05$] düzeylerinde annesi ev hanımı olanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0.05$) görülmektedir. Bu bulgu, anne meslek değişkeninin 4-6 yaş çocukların öz düzenleme becerilerinden dikkat ve engelleyici kontrol-duygu boyutu ile ilişkili olurken çalışma belleği ve engelleyici kontrol-davranış boyutları ile ilişkili olmadığını göstermektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, çalışmada elden edilen sonuçlar ilgili alan literatür çerçevesinde tartışılarak aşağıda sunulmuştur.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Okul öncesi çağıdaki 4-6 yaş arası çocuklarda anne görüşlerine dayalı olarak değerlendirilen öz-düzenleme becerilerinin incelendiği bu çalışmada, çocukların öz-düzenleme becerilerinde yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, okul öncesi eğitime devam etme durumu, “-miş gibi” oyun oynama sıklığı, aile geliri, anne-baba yaşı, anne-baba öğrenim durumu, anne çalışma durumu değişkenlerinin rolüne ilişkin önemli sonuçlar elde edilmiştir. Araştırma soruları bağlamında elde edilen her bir sonuç ve sonuca ilişkin tartışma aşağıda sırasıyla sunulmuştur.

Araştırmada elde edilen ana sonuç, 4-6 yaş arası çocuklarda öz-düzenleme çalışma belleği, dikkat ve engelleyici kontrol-duygu düzeyinin yüksek ortalamaya sahip olduğu, engelleyici kontrol -davranış boyutunun ise orta düzeyde olduğu yönündedir. Araştırmalarda (Blair ve Razza, 2007 ; McClelland ve Cameron, 2011) öz-düzenleme becerilerinin, çocukların ilkokulda akademik beceriler açısından kritik öneme sahip olduğu ve erken çocukluk döneminde desteklenmesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol gibi öz-düzenleme becerileri çocukların okuma-yazma ve matematik becerilerinin kazanılmasında etkili olan becerilerdir. Özellikle ilkokuldaki akademik öğrenmelerde çocukların dikkatlerini sürdürme, dürtülerini yönetme, dikkati düzenleme, verilen talimatları ve bilgileri hatırlama, görevlerini etkili bir şekilde tamamlama becerilerini geliştirmiş olması gerekmektedir (McClelland vd., 2007). Çalışmaya dâhil edilen çocukların öz düzenleme dikkat ve çalışma belleği puan ortalamalar oldukça yüksektir. Ancak okul öncesi eğitim programlarında akademik becerilerin edinilmesine odaklanan stratejilerle birlikte okula hazır olma ve gelecekteki akademik başarıyı artırmada etkili olacak öz-düzenleme becerilerine odaklanılması da önemlidir (Blair ve Diamond, 2008).

Çalışmada ulaşılan ikinci bulgu 4-6 yaş çocuklarda öz-düzenleme becerilerinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği yönündedir. Alan yazında çalışmadan elde edilen bu sonucu destekleyici bulgulara rastlanmaktadır (Bembenutty, 2007; Ertürk Kara ve Gönen, 2015; Jahromi ve Shifter, 2008; Şepitçi, 2018)). Alan yazın incelendiğinde, cinsiyetin öz-düzenleme becerileri üzerinde ilişki olduğunu belirten, kız çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin erkek çocukların öz-düzenleme becerilerinden daha yüksek olduğunu ifade eden sonuçlar da mevcuttur (Astarlar, 2019; Atmaca, 2019; Kälın ve Roebbers, 2021; Smith-Donald, Raver, Hayes ve Richardson, 2007; Tutkun, Kurt, 2020; Tezel ve Işıktekiner, 2016). Weinberg, Tronick, Cohn ve Olson, (1999) çalışmalarında kızların, erkeklere göre nesnelere keşfetmeye ve ilgilerini yüz ifadeleriyle göstermeye daha çok zaman harcadıkları ifade edilmektedir. Her toplumda cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar farklılık gösterebilmektedir. Bir çalışmada cinsiyet ve etnik kökenin (Bembenutty, 2007) öz-düzenleme ile ilgili cinsiyetin ilişkili olup olmadığı yönünde tutarsızlıkların olduğuna dikkat çekilmektedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde erken çocukluk dönemindeki çocukların öz-düzenleme becerilerinde cinsiyet değişkeninin etkilerini inceleyen kültürler arası karşılaştırılmaları yönelik çalışmalar yapılabilir.

Çalışmadan elde edilen üçüncü bulgu, 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış becerileri ile yaş değişkeni arasında bir ilişki olmadığı yönündedir. Blair ve Razza, (2007) ve Ertürk (2013)'de yaptıkları çalışmalarda da yaş değişkeninin öz-düzenleme becerilerinde farklılık yaratmadığı yönündedir. Bu sonuçlar, çalışmadan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Alan yazında erken çocukluk çağı çocukların öz-düzenleme becerileri üzerinde yaş değişkeninin farklılık yarattığına yönelik bulgular da yer almaktadır. Örneğin, Kochanska, Coy ve Murray'ın (2001) boylamsal olarak dört yıl boyunca yürüttükleri çalışmada, yaş ilerledikçe çocukların öz-düzenleme becerilerinde artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Durksen (2010)'da okul öncesi çağıdaki 3-5 yaş arasındaki kız çocuklarla gerçekleştirdiği çoklu vaka çalışmasında, yaşın artmasıyla öz-düzenleme becerilerinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Tutkun, Tezel-Şahin ve Işıktekiner (2016)'da yaptıkları çalışmada, öz-düzenleme becerilerinin beş yaşındaki çocukların dört yaşındaki çocuklardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şepitçi, (2018), 60-72 ay çocukların, 48-60 aylık çocukların öz-düzenleme puanlarından daha yüksek olduğunu, Kurt (2020), 68 ay ve üzeri olan çocukların 57-68 aylık çocukların öz-düzenleme becerilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bilindiği üzere, gelişim biyolojik, bilişsel ve sosyal-duygusal boyutları içinde barındıran çok boyutlu ve bir bütün olarak ilerleme gösteren bir süreçtir (Santrock, 2014). Yapılan araştırmalarda, kronolojik yaş ilerledikçe çocuklarda

gelişimsel ilerlemeler beraberinde öz-düzenleme becerilerinin artmakta olduğu görülse de öğrenme süreci sosyal çevresel durumlardan da etkilenebilmektedir (Aylar, 2012). Öğrenme etkinliği çocuk için etrafında bulunan insanların yer aldığı sosyal gerçeklikte başlar. Kazanılan kavramların, öğrenmelerin, beceri ve tutumların kaynağı bu sosyal çevredir. Dolayısı ile davranışın meydana gelmesinde biyolojik özellikler kadar çocuğun ait olduğu sosyal çevre de ekilidir. Bu nedenle çocuğun sosyal çevresi, yakınındaki insanlar, bulunduğu kültürel ortam ve çocuğun çevresi ile kurduğu ilişki onun gelişim alanlarını etkiler (Senemoğlu, 2018). Özellikle çocuk yetiştirme ve ebeveyn disiplin davranışları erken çocuklukta öz-düzenleme becerilerinin gelişiminde etkili bir çevresel değişken olduğu alan yazında yaygın olarak kullanılmaktadır (Dennis, 2006; Karreman, Van-Tuijl, Van-Aken ve Deković, 2006). Bu açıdan bakıldığında, okul öncesi çağ çocuklarında öz-düzenleme becerilerinin gelişiminde farklı sosyo-kültürel değişkenler göz önüne alınarak değerlendirilebilir.

Araştırmada ulaşılan dördüncü sonuç, kardeş sayısı değişkeninin 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranışlarıyla ilişkisi olmadığı yönündedir. Soyoglu (2019) ve Yılmaz (2020) çalışmalarında kardeş sayısının öz-düzenleme becerileri üzerinde bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Ancak alan yazında kardeş sayısı ile çocukların öz-düzenleme becerilerinin ilişkili olduğuna yönelik araştırma bulguları mevcuttur. Örneğin, İleri 2019'da yaptığı çalışmada, tek çocuk olanların öz-düzenleme becerilerinin dikkat/dürtü kontrolü, olumlu duygu ve toplam öz-düzenleme becerileri puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yine benzer bir çalışma olarak Şamlı 2019'da yaptığı çalışmada, kardeş sayısı arttıkça öz-düzenleme becerilerinin düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Özsoy-Yanbak 2019'daki çalışmada tek çocuk olanların öz-düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kardeşe sahip olma bir yandan yaşantı zenginliği sağlarken diğer yandan sürekli paylaşım gerekliliği dürtüsel ve duygusal kontrolü güçleştirebilmektedir (Aydın, 2018). Aile içindeki çocuk sayısının artması nedeniyle annelere düşen görev ve sorumluluklar da artmaktadır. Ailenin çok sayıdaki çocuğun ihtiyaçlarına cevap vermeleri ve bakımını sağlamaları, fiziksel, duygusal, maddi ve manevi açıdan aileleri zorlamaktadır (Tezel-Şahin, Şepitçi-Sarıbaşı ve Ertör, 2020). Belirtilen çalışmalarda kardeş sayısının artmasıyla ailede çocukların anne baba ile geçirilen zamandan daha çok kardeşlerle geçireceği, kardeşleri ile olan iletişiminin çocuklarda öz-düzenleme becerinin artmasına etki edebileceğine vurgu yapılmaktadır.

Araştırmadan elde edilen beşinci sonuç, okul öncesi eğitim alma süresi değişkeninin 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat ve çalışma belleği boyutuyla ilişkili olduğu yönündedir. Okul öncesi eğitim alma süresi arttıkça çocukların öz-düzenleme becerilerinden dikkat ve çalışma belleği düzeylerinde de artış olduğu belirlenmiştir. Uykan (2019), Yanbak (2019), Karakurt (2019), Tuzcuoğlu, Azkeskin, İlçi-Küsmüş ve Cengiz (2019), Temiz (2019), Kurt (2020) ve Yılmaz (2020) yaptıkları çalışmalarda da araştırmadan elde edilen bulgulara paralel sonuçlara ulaşılmıştır. Belirtilen çalışmalarda da çocukların okul öncesi eğitim alma süreleri arttıkça öz-düzenleme becerilerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Okul öncesi eğitimi alma süresi arttıkça çocukların öz-düzenleme dikkat ve çalışma belleği becerilerinin artacağı araştırmanın beklenen bir sonucudur. Keleş, (2014) ve Sezgin (2016) çalışmalarında, eğitim programlarının çocukların öz-düzenleme becerilerini artırmada etkili olduğuna ilişkin sonuçlara ulaşılmıştır. Özellikle sınıf ortamında oluşturulan kurallar ve eğitsel uygulamalardaki pedagojik yönergeler ve etkileşimlerin çocuklar tarafından benimsenmesi çocukların davranış kontrollerini destekleme açısından etkili olabilmektedir (Weixler, 2012). Bu bağlamda düşünüldüğünde okul öncesi eğitim ortamının, eğitim programının ve eğitim öğretim yöntemlerinin çocuklarda dikkat dağıtıcı unsurları görmezden gelerek, istemli bir şekilde bir göreve dikkatini odaklanabilme, dikkatini sürdürebilme ve gerektiğinde dikkati yeni durumlara kaydırabilme gibi dikkat becerilerini geliştirdiği düşünülebilir. Ayrıca iki yıldan daha fazla süredir okul öncesi eğitim olan çocuklar, uzun süreli tekrarlanan uygulamalarda aracılığıyla uyaran zenginliğine maruz kaldıkları için bilgiyi zihinde yapılandırma, bellekte depolama, akılda tutabilme, gerektiğinde bilgiyi bellekten geri çağırma gibi zihinsel becerilerini (Diamond, 2012) geliştirmiş olabilirler. Planlı gerçekleştirilen eğitim uygulamaları çocuklarda dikkat esnekliğini, çalışma belleği (işleyen hafızayı) (McClelland ve Cameron, 2012) geliştirmiş olabilir. Okul öncesi eğitim ortamlarında çocukların öz düzenlemelerinin sağlıklı gelişimi, çevrelerindeki tüm unsurların etkileşimi ile desteklenir. Çocukların öz-düzenleme becerilerini uygulamaları için zemin hazırlayan eğitim ortamları çocukların gelecekteki okul yeterliliği ve başarısı üzerinde kalıcı olumlu etkilere sahip olabilir (Ursache, Blair ve Raver, 2012). Bu açıdan bakıldığında okul öncesi eğitimin çocuklarda öz-düzenleme dikkat ve çalışma belleği becerilerini destekleyici olduğu (Tuzcuoğlu vd., 2019) söylenebilir. Bazı araştırmalarda, okul öncesi eğitim alma süresi ile çocukların öz-düzenleme becerileri arasında ilişki olmadığına dair bulguların var olduğu da dikkati çekmektedir (Skibbe, Connor, Morrison ve Jewkes, 2011; Şepitçi, 2018; Samar, 2019). Okul öncesi eğitimin çocukların öz-düzenleme becerisi ile

ilişkisinin olmamasının, okulda verilen eğitim içeriğinin çocuklarda farkındalık uygulamalarının yetersiz olmasından kaynaklanabileceği ifade edilmektedir (Samar, 2019).

Araştırmadan elde edilen altıncı bulguya göre 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol-duygu becerilerinde, “-miş gibi” oyun oynama sıklık derecesinin farklılık yarattığı yönündedir. Çocukların “-miş gibi” oyun oynama sıklığı arttıkça öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol-duygu alt boyutlarında da artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Vygotsky 1978 yılında, çocukların öz-düzenlemelerini gelişmesini sağlamak için “-miş gibi” yapmanın önemli bir yapı olduğunu ileri sürmektedir (Berk ve Meyers, 2013). Okul öncesi çağda çocukların oyun davranışları bir süreç dâhilinde gerçekleşir. Çocukların yaşı ve gelişimi ilerledikçe oyun oynama davranışları da farklılaşır. Ancak bilişsel gelişim kuramcılarına göre, 4-6 yaş arası çocuklar bilgiyi yapılandırmada sembolik düşünceye sahiptir ve bu dönemde sembolik oyun oynama davranışı yoğundur (Önder ve Arslan Çiftçi, 2017). Bu süreç içerisinde sembolik oyun olarak adlandırılan “-miş gibi” oyunlar da oynanır. “-Mış gibi” oyunlar çocuğun hayatındaki gerçekleri oyunlara yansıtma biçimi olarak tanımlanabilir (Mermer, 2017). Çocukların bilinçli ve isteyerek dâhil oldukları “-miş gibi” oyunlar, onların dürtülerinin üstesinden gelmelerine olanak sağlamakta, aynı zamanda da ileri düzey zihinsel işlevlere olan geçişi de kolaylaştırabilmektedir. Bu nedenle “-okul öncesi eğitimde etkili uygulamalarla çocuklara “miş gibi” oyun oynama olanaklarının sunulması öz-düzenleme açısından önem taşımaktadır (Keleş, Yurt ve Kandır, 2018). Çocuklarda öz-düzenleme becerisi arttıkça oyun etkileşiminin de arttığını Budak ve Özdemir (2019)’da yaptıkları çalışmada ortaya koymuşlardır. Bu nedenle çocukların oyun oynama sıklıklarının artması onların öz-düzenleme becerilerini de artıracaktır. Cemore ve Herwig (2005), “-miş gibi” oyunları daha sık oynayan çocukların hazzı daha uzun süre erteleyebildiğini ortaya koymuşlardır. Çocuk için oyun, kendini özgürce ifade edebildiği, bir bakıma çocuğun dili olan bir etkinliktir. Aileler çocuklarının gelişimlerini destekleyebilmek için onların oyun oynamalarına izin vermeli, gerekli olanakları sağlamalı ve onlara zengin uyaranlı bir çevre sağlamalıdır.

Araştırmadan elde edilen yedinci sonuç, 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat becerileri ile ailenin gelir düzeyi arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aile geliri arttıkça çocukların öz-düzenleme dikkat becerilerine ilişkin ortalama puanlarının da arttığı görülmüştür Karakurt (2019), Samar (2019), Temiz (2019) yaptıkları çalışmalarda ailenin gelir durumunun artması ile birlikte çocukların öz-düzenleme becerilerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Dağgül (2016)’da yaptığı çalışmada gelir düzeyi arttıkça çocukların öz-düzenleme becerilerinin

de arttığını belirlenmiştir. Cadima ve diğerleri (2016) yaptıkları çalışmada, sosyo-ekonomik dezavantaj, işsizlik gibi risk faktörlerinin bireysel düzeylerde kendi kendini düzenleme alanlarında güçlü bir olumsuz etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Wanless ve diğerleri (2011) çalışmasında, düşük gelirli ailelerden gelen çocukların öz-düzenlemesi daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca araştırmalar ailenin gelir durumunun, çocukların bakımı, fiziksel ihtiyaçları ve çocuğa sunulan çevrenin kalitesini etkilediğine dikkat çekilmektedir. (Willoughby, Magnus, Vernon-Feagans ve Blair, 2016). Ailenin gelir düzeyi yüksek olduğunda ebeveynler çocuklarına sağlayacakları olanakları da artırarak çocuklara zengin uyaran çevresi oluşturabilir. Düşük gelir seviyesinde ailelerin geçim sıkıntı yaşamaları ve temel ihtiyaçları karşılamakta zorluk çekmeleri çocuklarına olan ilgilerini düşürebilir.

Araştırmadan elde edilen sekizinci bulgu, anne yaşı 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerinden dikkat ve çalışma belleği boyutlarıyla ilişkili bir değişken olduğu yönündedir. Annesi 31-37 yaş arasında olan çocukların öz-düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alan yazın incelendiğinde bu sonuca benzer ve farklı çalışmalar mevcuttur. Eke (2017) yaptığı çalışmada, annesi 31-37 yaş aralığında olan çocukların öz-düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde İlgar ve Akbaba'nın (2017) çalışmasında da anne yaşı küçük olan çocukların öz düzenleme becerilerinin de düşük olduğu tespit edilmiştir. Fındık-Tanrıbuyurdu (2012), Ertürk (2013) ve Özsoy-Yanbak (2019) yaptıkları çalışmalarda anne yaşı değişkeninin çocukların öz-düzenleme becerilerinde fark yaratmadığı yönünde sonuca ulaşmışlardır. Erken yaşta anne olanların çocuklarla ilgili deneyiminin az olması, yeterli bilince sahip olmaması ile açıklanabilir. Yaşın artması ile birlikte anne ve çocuk arasında iletişim kalitesinin artması, annenin çocuğu tanınması, bilinçlenmesi ve birlikte geçirilen sürenin artması ile birlikte çocukların da öz-düzenleme becerilerinin de arttığı düşünülebilir. Bir diğer bulgu da 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol- davranış boyutlarında baba yaşı ile arasında ilişkili bir değişken olmadığı yönündedir. Alan yazında bu bulguya paralel nitelikte çalışmalar bulunmaktadır. Fındık Tanrıbuyurdu (2012), Ertürk (2013) ve Atmaca'nın (2019) yaptıkları çalışmalarda baba yaşı ile çocukların öz-düzenleme becerileri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Alan yazın incelendiğinde, çocukların öz-düzenleme becerilerinin belirlenmesinde baba yaş değişkeninin çok fazla çalışılmamış olduğu dikkati çekmektedir. Oysa babaların da çocuklarının gelişimlerinde doğrudan ve dolaylı olarak etkileri kabul gören bir gerçektir. Bu nedenle gelecek çalışmalarda baba yaş değişkeninin öz-düzenleme becerilerindeki rolü araştırılabilir.

Araştırmadan elde edilen dokuzuncu bulgu, anne öğrenim değişkeninin 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat boyutunda farklılık olduğunu, anne öğrenim düzeyi yükseldikçe çocuklarının öz-düzenleme becerileri dikkat boyutuna ilişkin puan ortalamasının da yükseldiği belirlenmiştir. Araştırmanın bir diğer bulgusu da baba öğrenim düzeyi arttıkça çocukların öz-düzenleme becerilerinden dikkat, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış puanlarının arttığı yönündedir. Bu sonuçlar ebeveynlerin öğrenim düzeyinin, çocukların öz-düzenleme dikkat becerisinde önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Ayrıca baba eğitim düzeyini çocukların öz-düzenleme engelleyici kontrol-duygu, engelleyici kontrol-davranış boyutlarında da ilişki olduğu görülmüştür. Ertürk (2013), Şepitçi (2018), İleri (2019), Mercan (2019), Samar (2019), Ural, Gültekin-Akduman ve Şepitçi-Sarıbaşı (2020), Tekin ve Koçyiğit (2020) de yaptıkları çalışmalarda anne ve baba öğrenim düzeyi yükseldikçe çocukların öz-düzenleme becerilerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlardan farklı olarak Tutkun, Tezel-Şahin ve Işıktekiner (2016) yaptıkları çalışmada, anne-baba öğrenim durumuna göre öz-düzenleme becerilerinde farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde Aydın (2018), Atmaca (2019) ve Yılmaz'ın (2020) çalışmalarında da anne- baba öğrenim durumuna göre çocukların öz-düzenleme becerileri arasında anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Anne-babanın öğrenim seviyesinin artmasıyla çocukların öz-düzenleme becerilerinin artması araştırmanın beklenen bir sonucudur. Ertürk-Kara ve Gönen (2015) anne-baba öğrenim durumunun da çocukların dikkat/dürtü davranışlarıyla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Sektnan ve diğerleri (2010) de 54 aylık çocuklarla yaptıkları çalışmada, erken karşılaşılan risk faktörlerinden birinin anne öğrenim düzeyinin düşük olması olarak açıklamışlardır. Sosyal kültürel öğrenme kuramına göre, öz-düzenleme becerileri sosyal bağlamlar tarafından desteklenmezse, çocuklar sürekli olarak değişim gösteren çevresel uyaranlara bilinçsiz ve amaçsız şekilde yönlenebilir (Bodrova ve Leong, 1998).

Araştırmada ulaşılan onuncu ve son bulgu da anne çalışma durumu değişkeninin 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme dikkat ve engelleyici kontrol-duygu boyutunda ilişkili olduğu yönündedir. Eke (2017) ve Temiz (2019) çalışmalarında da çalışan annelerin çocuklarda öz-düzenleme engelleyici kontrol becerilerinin anneleri çalışmayan çocuklara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Şepitçi'de (2018) profesyonel meslek sahibi olan annelerin çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin annesi diğer meslek gruplarına sahip çocuklara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Soyoğlu (2019) çalışmasında, annesi ev hanımı olan çocukların öz-düzenleme becerilerinin annesi özel sektörde çalışanlara göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Benzer şekilde İleri'nin (2019) çalışmasında da çalışmayan annelerin çocuklarının

öz-düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Öztapak (2017) ve Atmaca'nın (2019) çalışmalarında ise çocukların öz-düzenleme becerileri ile annelerinin meslekleri arasında anlamlı fark bulunmadığını tespit edilmiştir. Baxter (2010) çalışmasında, ebeveynin çalışma saatinin artması ile ebeveyn-çocuk arasında geçirilen zamanın azaldığını tespit etmiştir. Çalışan annelerin aile ekonomisine katkıda bulunması ve ailenin ekonomik seviyesinin artması ile çocuklarına sağlayacakları olanakların da arttığı düşünülmektedir. Çalışan annelerin öğrenim durumlarının da yüksek olduğu düşünülür ve bununla birlikte iş dışındaki zamanlarını çocukları ile kaliteli vakit geçirerek, işte olduğu, çocuklarından ayrı kaldıkları süreyi telafi etmek için daha çok çaba sarf ettiği söylenebilir.

5.2. Öneriler

Araştırmada ortaya çıkan sonuçlar doğrultusunda okul öncesi eğitimi alanında çalışan araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda belirtilmiştir.

Bu araştırma 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerileri anne görüşlerine dayalı olarak yapılmıştır. Farklı bir araştırma da öğretmen görüşlerine dayalı olarak yapılabilir.

Araştırma bulgularına göre “-miş gibi” oyun oynama sıklığı ile çocukların öz-düzenleme becerileri arasında fark olduğu tespit edilmiştir. Öz-düzenleme becerileri ile oyun davranışları arasındaki ilişki farklı değişkenler üzerinden detaylı olarak araştırılabilir.

Aileler de çocuklarına sağlayacağı zengin uyaranlı çevre ile çocukların öz-düzenleme becerilerine katkı sağlayabilirler.

Araştırma bulgularına göre okul öncesi eğitime devam etme durumu ile çocukların öz-düzenleme becerileri arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Okul öncesi eğitime devam etme durumu boylamsal olarak araştırılabilir.

Alan yazın incelendiğinde çocukların öz-düzenleme becerileri ile babalara ait değişkenler arasındaki ilişki üzerine çok fazla çalışma yapılmadığı tespit edilmiştir. Araştırmacılar babalara ait değişkenler ile çocukların öz-düzenlemeleri arasındaki ilişki incelenebilir.

Araştırma sadece 4-6 yaş çocukların öz-düzenleme becerilerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Okul öncesine ait farklı konular ile öz-düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Adams, A. M., Bourke, L. ve Willis, C. (2010). Working memory and spoken language comprehension in young children. *International Journal of Psychology*, 34(5-6), 364-373.
- Aksoy, A. B. ve Tozduman-Yaralı, K. (2017). Çocukların öz düzenleme becerileri ile oyun becerilerinin cinsiyete göre incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 442-455.
- Ann-Bell, M. ve Deater-Deckard, K. (2007). Biological systems and the development of self-regulation: integrating behavior, genetics and psychophysiology. *J Dev Behav Pediatr*, 28(5), 409-420.
- Astarlar, F. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden 4-6 yaş çocuklarının öz-düzenleme becerilerinin izlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Aydın, B. (2014). *Eğitim psikolojisi: Gelişim-öğrenme-öğretim*. Ankara: Pegem Akademi.
- Aydın, F. (2018). *Okul öncesi çocukların öz düzenleme becerilerinin ve duygusal zekalarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, M. Ş. (2015). *Çocuklarda (3-4 yaş) zihin kuramı ve kendini düzenleme becerisinin olumlu sosyal davranış üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aylar, E. (2012). Bir örnek olay incelenmesi: sosyo-kültürel teori bağlamında geleceğe yönelik hedefler ve öz-düzenleme. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 767-782.
- Bandy, T. ve Moore, K. A. (2010). Assessing self-regulation: a guide for out-of-school time program practitioners. *Child Trends*, 23, 1-8.
- Barry, R. A., Kochanska, G. ve Philbert, R. A. (2009). Interplay of genes and early mother-child relationship in development of self-regulation from toddler to preschool age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(11), 1331-1338. doi:10.1111/j.1469-7610.2008.02050.x
- Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J. ve Vohs, K. (2007). Self-regulation and executive function: The self as controlling agent. A. W. Kruglanski ve E. T. Higgins içinde, *Social psychology: Handbook of basic principles* (Cilt 2, s. 516-539). New York: Guilford Press.
- Baumeister, R. F. ve Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 10, 1-13.
- Baxter, J. (2010). Parental time with children: do job characteristics difference? *Australian Institute of Family Studies*.

- Becker, D. R., McClelland, M. M., Loprinzi, P. ve Trost, S. G. (2014). Physical activity, self-regulation and early academic achievement in preschool children. *Early Education and Development*, 25(1), 56-70.
- Bee, H. ve Boyd, D. (2009). *Çocuk gelişim psikolojisi* (1. b.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Bembenutty, H. (2007). Self-regulation of learning and academic delay of gratification: Gender and ethnic differences among college students. *Journal of advanced academics*, 18(4), 586-616.
- Berk, L. E. ve Meyers, A. B. (2013). The role of make-believe play in the development of executive function: Status of research and future directions. *American Journal of Play*, 6(1), 98-110.
- Blair, C. ve Diamond, A. (2008). Biological processes in prevention and intervention: The promotion of self-regulation as a means of preventing school failure. *Development and psychopathology*, 20(3), 899.
- Blair, C. ve Raver, C. C. (2012). Child development in the context of adversity: experiential canalization of brain and behaviour. *American Psychologist*, 67(4), 309-318.
- Blair, C. ve Razza, R. P. (2007). Relating effortful control, executive function, and false belief understanding to emerging math and literacy ability in kindergarten. *Society for Research in Child Development*, 78(2), 647-663.
- Blair, C. ve Ursache, A. (2011). A bidirectional theory of executive functions and self-regulation. R. F. Baumeister ve K. D. Vohs içinde, *Handbook of self-regulation: research, theory and applications* (s. 300-320). New York: Guilford.
- Bodrova, E. ve Leong, D. J. (1998). Adult influences on play: The Vygotskian approach. D. P. Fromberg ve D. (. Bergen içinde, *Play from birth to twelve and beyond: Context, perspectives and meaning* (s. 277-188). New York, NY: Garland Press.
- Bodrova, E. ve Leong, D. J. (2007). *Tools of the mind the Vygotskian approach to early childhood education*. New Jersey: Pearson.
- Bodrova, E. ve Leong, D. J. (2017). *Zihin araçları: erken çocukluk eğitiminde Vygotsky yaklaşımı* (3. b.). (T. Güler Yıldız, F. Şahin, A. Yılmaz ve E. Kalkan, Çev.) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Boekaerts, M., Maes, S. ve Karoly, P. (2005). Self-regulation across domains of applied psychology: is there an emerging consensus? *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 149-154.
- Boekaerts, M., Pintrich, P. R. ve Zeidner, M. (2000). Self-regulation: An introductory overview. M. Boekaerts, P. R. Pintrich ve M. Zeidner içinde, *Handbook of self-regulation* (s. 1-9). San Diego, CA: Academic Press.
- Bondurant, L. M. (2010). *The roots of academic underachievement: prediction from early difficulties with self-regulation*. Doktora Tezi, The University of Texas at Dallas, Texas: Proquest Information and Learning Company.

- Bronson, M. B. (2000). *Self-regulation in early childhood: nature and nurture*. New York, NY: The Guilford.
- Bronson, M. B. (2019). *Erken çocuklukta öz-düzenleme: doğası ve gelişimi*. (E. Sezgin ve M. Kır Yiğit, Çev.) Ankara: Eğiten Kitap.
- Budak, A. A. ve Özdemir, K. S. (2019). Mizaç ve öz düzenlemenin çocukların oyun davranışını yordamadaki rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 78-98.
- Cadima, J., Enrico, M., Ferreira, T., Verschueren, K., Leal, T. ve Matos, P. M. (2016). Self-regulation in early childhood: The interplay between family risk, temperament and teacher-child interactions. *European Journal of Developmental Psychology*, 1-20.
- Cadima, J., Gamelas, A. M., McClelland, M. ve Peixoto, C. (2015). Associations between early family risk, children's behavioral regulation, and academic achievement in Portugal. *Early Education and Development*, 1-21.
- Calkins, S. D. ve Fox, N. A. (2002). Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology*, 14, 477-498.
- Carlson, S. M. ve Wang, T. S. (2007). Inhibitory control and emotional regulation in preschool children. *Cognitive Development*, 22, 489-510.
- Cemore, J. J. ve Herwig, J. E. (2005). Delay of gratification and make-believe play of preschoolers. *Journal of Research in Childhood Education*, 19(3), 251-266.
- Chi Huang, S. (2009). *Children's behavioral and learning self-regulation in transition period: a study of first grade students in Taiwan*. Unpublished Doctorate Thesis, The School College of Education, The Pennsylvania State University, USA.
- Chi-Huang, S. (2009). *Children's behavioral and learning self-regulation in transition period: a study of first grade students in Taiwan*. Unpublished Doctorate Thesis, The School College of Education, The Pennsylvania State University, USA.
- Dağgül, H. C. (2016). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin çocuk yetiştirme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti.
- Deniz, M. E. (2012). *Erken çocukluk döneminde gelişim* (4. b.). Ankara: Maya Akademi .
- Dennis, T. (2006). Emotional self-regulation in preschoolers: The interplay of child approach reactivity, parenting and control capacities. *Developmental Psychology*, 42(1), 84-97.
- Diamond, A. (2000). Close interrelation of motor development and cognitive development and of the cerebellum and prefrontal cortex. *Child Development*, 71, 44-56.
- Diamond, A. (2012). Activities and programs that improve children's executive functions. *Current Directions in Psychological Science*, 21(5), 335-341.

- Durksen, T. L. (2010). *Challenges to self-regulation: a multiple case study of preschool-aged girls*. Doktora Tezi, University of Victoria, Canada.
- Dursun , A. (2010). *Okul öncesi dönemdeki çocukların davranış problemleriyle anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Eisenberg, N. (2005). Temperamental effortful control (self-regulation). *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1-5.
- Eisenberg, N. ve Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334-339.
- Eisenberg, N., Gershoff, E. T., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Cumberland, A. J., Losoya, S. H. ve Murphy, B. C. (2001). Mother's emotional expressivity and children's behavior problems and social competence: Mediation through children's regulation. *Developmental psychology*, 37(4), 475-490.
- Eisenberg, N., Michalik, N., Spinrad, T. L., Hofer, C., Kupfer, A., Valiente, C., . . . Reiser, M. (2007). The relations of effortful control and impulsivity to children's sympathy: a longitudinal study. *Cognitive Development*, 22, 544-567.
- Eisenberg, N., Valiente, C. ve Eggum, N. D. (2010). Self-regulation and school readiness. *Early Education & Development*, 21, 681-689.
- Eke, K. (2017). Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 8(28), 273-287.
- Erol, A. ve İvrendi, A. (2018). 4-6 yaş çocuklarına yönelik öz düzenleme becerileri ölçeğinin geliştirilmesi (Anne Formu). *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 178-195.
- Ertürk, H. G. (2013). *Öğretmen çocuk etkileşiminin niteliği ile çocukların öz düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ertürk, H. G. (2013). *Öğretmen çocuk etkileşiminin niteliği ile çocukların öz düzenleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ertürk-Kara, H. G. ve Gönen, M. (2015). Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 11(4), 1224-1239.
- Ertürk-Kara, H., Yıldız, T. G. ve Fındık, E. (2018). *Erken çocukluk döneminde öz düzenleme: izleme, değerlendirme ve destekleme yöntemleri* (1. b.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Fındık-Tanrıbuyurdu, E. (2012). *Okul öncesi öz düzenleme ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Hofman, W., Friese, M., Schmeichel, B. J. ve Baddeley, A. D. (2011). Working memory and self-regulation. R. F. Baumeister ve K. D. Vohs içinde, *Handbook of self regulation: research, theory and applications* (s. 204-225). New York: Guilford.
- Howse, R. B., Lange, G., Farran, D. C. ve Boyles, C. D. (2003). Motivation and self-regulation as predictors of achievement in economically disadvantaged young children. *The Journal of Experimental Education*, 71(2), 151-174.
- Hoyle, R. H. (2010). Personality and self-regulation. R. H. Hoyle içinde, *Handbook of Personality and Self-Regulation* (s. 1-18). United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd.
- İleri, G. (2019). *Okul öncesi dönem çocukların öz düzenleme becerileri ile akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlgar, İ. ve Akbaba, G. (2017). Beş ve altı yaş çocuklarının duyu düzenlemelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(9), 491-520.
- İşıksolu-Aysel, Y. (2020). *60-72 aylık çocukların öz-düzenleme becerileri, sosyal yetkinlik davranışları ve prolem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- İvrendi, A. (2011). Influence of self-regulation development of children's number sense. *Early Childhood Education Journal*, 39(4), 239-247.
- Kälin, S. ve Roebbers, C. M. (2021). Self-regulation in preschool children: factor structure of different measures of effortful control and executive functions. *Journal of Cognition and Development*, 1-20.
- Karakurt, Ç. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri ile dil becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Karreman, A., Van-Tuijil, C., Van-Aken, M. A. ve 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.
- Keleş, S. (2014). *Kültürel-tarihsel kuram bağlamında hazırlanan eğitim programının 48-60 aylık çocukların öz-düzenleme gelişimi üzerine etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Keleş, S., Yurt, Ö. ve Kandır, A. (2018). Kültürel-tarihsel kuram'a göre "-miş gibi oyunlar": okul öncesi öğretmenlerinin eğilimlerinin incelenmesi. *Özgün Araştırma*, 8(4), 265-285.
- Kochanska, G., Coy, K. C. ve Murray, K. T. (2001). The development of self-regulation in first four years of life. *Child Development*, 72(4), 1091-1111.

- Kochanska, G., Murray, K. T. ve Harlan, E. T. (2000). Effortful control early childhood: continuity and change, antecedents, and implications for social development. *Developmental Psychology*, 36(2), 220-232.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199-214.
- Kopp, C. B. (2002). Commentary: the codevelopments of attention and emotion regulation. *Infancy*, 3(2), 199-228.
- Kurt, Ş. H. (2020). *Okul öncesi eğitim alan çocukların öz-düzenleme gelişiminin öğretmen ve okul öncesi eğitimle ilişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kuyumcu-Vardar, A. (2011). *Öz-düzenleme stratejileri öğretiminin, öğrencilerin İngilizce başarılarına, öz-düzenleme stratejileri kullanımına ve tutumlarına etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Ley, K. ve Young, D. B. (2001). Instructional principles for self-regulation. *Educational Technology Research and Development*, 49(2), 93-103.
- Lin, J.-W., Lai, Y.-C. ve Chang, L.-C. (2016). Fostering self-regulated learning in a blended environment using using group awareness and peer assistance as external scaffolds. *Journal of Computer Assisted Learning*, 32, 77-93.
- Matthews, J. S., Morrison, F. J. ve Ponitz, C. C. (2009). Early gender differences in self-regulation and academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 689-704.
- McClelland, M. M. ve Cameron, C. E. (2011). Self-regulation and academic achievement in elementary school children. *New directions for child and adolescent development*, 133, 29-44.
- McClelland, M. M. ve Cameron, C. E. (2011). Self-regulation in early childhood: improving conceptual clarity and developing ecologically valid measures. *Child Development Perspectives The Society for Research in Child Development*, 1-7.
- McClelland, M. M. ve Cameron, C. E. (2012). Self-regulation in early childhood: Improving conceptual clarity and developing ecologically valid measures. *Child Development Perspectives*, 6(2), 136-142.
- McClelland, M. M. ve Tominey, S. L. (2011). Introduction to the special issue on self-regulation in early childhood. *Early Education And Development*, 22(3), 355-359.
- Mercan, M. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile akademik benlik saygıları ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Mermer, H. (2017). *Okul öncesi dönem çocuklarının kişilerarası sorun çözme becerilerini geliştirmede "sorunlarımızı çözebiliriz oyun" nun ve serbest oyunun etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Üniversitesi, Ankara.
- Merz, E. C., Landry, S. H., Williams, J. M., Barnes, M. A., Eisenberg, N., Spinrad, T. L., . . . Menchetti, J.-C. (2014). Associations among parental education, home environment quality effortful control, and preacademic knowledge. *Journal of Applied Developmental Psychology, 35*, 304-315.
- Miller, P. H. (2017). *Gelişim psikolojisi kuramları* (2. b.). Ankara: İmge Kitapevi.
- Mischel, W., Shoda, Y. ve Rodriguez, M. L. (1989). Delay of gratification in children. *Science, 244*(4907), 933-938.
- Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H. ve Howerter, A. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe": A task latent variable analysis. *Cognitive Psychology, 41*, 49-100.
- Montroy, J. J., Bowles, R. P., Skibbe, L. E., McClelland, M. M. ve Morrison, F. J. (2016). The development of self-regulation across early childhood. *Developmental Psychology, 52*(11), 1744-1762.
- Murray, D. W., Rosanbalm, K., Christopolous, C. ve Hamoudi, A. (2015). *Self-regulation and toxic stress: foundations for understanding self-regulation from an applied developmental perspective*. Washington, DC: Office of Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families, U.S.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Gerçeklik ve güvenilirlik çalışması. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 123-143*.
- Önder, A. ve Arslan Çiftçi, H. (2017). *Erken çocuklukta oyun ve oyun yoluyla öğrenme* (1. b.). İstanbul: Nobel Yayınları.
- Özcan, Ö. (2020). *Erken çocukluk döneminde öz-düzenleme becerileri ve sosyo-dramatik oyun arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Özdemir, Ş., Vatandaş, C. ve Torlak, Ö. (2009). Sosyal problemleri çözmeye aile yaşam döngüsünün (AYD) önemi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 16*(16), 7-18.
- Özsoy-Yanbak, M. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz düzenleme becerileri ile baba çocuk ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öztabak, M. E. (2017). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerileri ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük.

- Perez-Edgar, K. ve Fox, N. A. (2005). Temperament and anxiety disorders. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 14, 681-706.
- Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (1998). Attention, self-regulation and consciousness. *Philosophical Transactions B: Biological Sciences*, 353, 1915-1927.
- Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (2000). Developing mechanisms of self regulation. *Development and Psychopathology*, 12(2000), 427-441.
- Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (2009). Toward a pshysical basis of attention and self-regulation. *Physics of Life Reviews*, 6, 103-120.
- Raffaelli, M., Crockett, L. J. ve Shen, Y.-L. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 166(1), 54-76.
- Raikes, H. A., Bradley, R. H., Robinson, J. L., Raikes, H. H. ve Ayoub, C. C. (2007). Developmental trends in self-regulation among low-income toddlers. *Social Development*, 16(1), 128-149. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00375.x>
- Roskam, I., Stievenart, M., Meunier, J. C. ve Noel, M. P. (2014). The development of children's inhibition: Does parenting matter? *Journal of Experimental Child Psychology*, 122(1), 166-182.
- Rueda, M. R., Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (2011). Attetional control and self-regulation. K. D. Vohs ve R. F. Baumeister içinde, *Handbook of self regulation: research, theory and applications* (s. 285-299). New York: Guilford Press.
- Sakız, G. ve Yetkin Özdemir, İ. E. (2020). Özdüzenleme ve özdüzenlemeli öğrenme: kuramsal bakış. G. Sakız içinde, *Özdüzenleme ğrenmeden öğretime özdüzenleme davranışının gelişimi, stratejiler ve öneriler* (2. b., s. 1-26). Ankara: Nobel Yayınları.
- Sakız, G. ve Yetkin-Özdemir, İ. E. (2020). Özdüzenleme ve özdüzenlemeli öğrenme: kuramsal bakış. G. Sakız içinde, *Özdüzenleme ğrenmeden öğretime özdüzenleme davranışının gelişimi, stratejiler ve öneriler* (2. b., s. 1-26). Ankara: Nobel Yayınları.
- Samar, Y. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sansone, C. ve Thoman, D. B. (2005). Interest as the missing motivator in self-regulation. *European Psychologist*, 10(3), 175-186.
- Santrock, J. W. (2014). *Yaşam boyu gelişim: gelişim psikolojisi*. (G. Yüksel, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Schonkoff, J. P. ve Phillips, D. A. (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Sektnan, M., McClelland, M. M., Acock, A. ve Morrison, F. J. (2010). Relations between early family risk, children's behavioral regulation and academic achievement. *Early Childhood Research Quarterly*, 25, 464-479.

- Senemoğlu, N. (2018). *Gelişim öğrenme ve öğretim* (26. b.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sezgin, E. (2016). *Çocukların davranışsal öz-düzenleme becerilerine oyun temelli eğitimin etkisinin incelenmesi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sezgin, E. ve Akalın, B. (2018). Çocuklarda yönetici işlevin gelişimi. *Sosyal beşeri ve idari bilimler alanında yenilikçi yaklaşımlar* (Cilt 3). içinde Ankara.
- Sezgin, E. ve Demiriz, S. (2015). Davranış düzenleme becerileri ölçme aracı Baş-Ayak Parmakları-Dizler-Omuzlar (BADO) görevlerinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*, 7, 52-71.
- Sezgin, E. ve Demiriz, S. (2016). Çocuk davranış değerlendirme ölçeğinin (ÇODDÖ) Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 702-718.
- Skibbe, L. E., Connor, C. M., Morrison, F. J. ve Jewkes, A. M. (2011). Schooling effects on preschoolers self-regulation early literacy and language growth. *Early Childhood Research Quarterly*, 26, 42-49.
- Smith-Donald, R., Raver, C. C., Hayes, T. ve Richardson, B. (2007). Preliminary construct and concurrent validity of preschool self-regulation assesment (psra) for fieldbased research. *Early Childhood Research Quarterly*, 22, 173-187.
- Soyoğlu, F. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveyn öz yeterlilik ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şamlı, H. Ö. (2019). *Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerileri ile olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şepitçi, M. (2018). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocukların öz düzenleme becerilerinin okul uyumu ile ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tagney, J. P., Boone, A. L. ve Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. R. F. Baumeister içinde, *Self-regulation and self-control* (Cilt 1, s. 173-212). London: Psychology Press.
- Tekin, H. ve Koçyiğit, S. (2020). Öz düzenleme becerilerinin ilkokula hazırbulunuşluk üzerindeki etkisi. *Kastamonu Education Journal*, 28(5), 1932-1945.
- Temiz, A. (2019). *Okul öncesi dönemde davranışsal öz-düzenleme becerilerinin çocuğa ve aileye ilişkin değişkenler ile ebeveyn tutumları açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Tezel-Şahin, F., Şepitçi-Sarıbaş, M. ve Ertör, E. (2020). Erken çocukluk dönminde çocuk-ebeveyn ilişkisi ile çocukların yalnızlık ve sosya memnuniyetsizliklerinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(3), 1873-1889.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 25-52.
- Trawick Swith, J. (2013). *Erken çocukluk döneminde gelişim: çok kültürlü bir bakış açısı* (5. b.). (B. Akman, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tutkun, C., Tezel-Şahin, F. ve Işıktekiner, S. (2016). Dört-beş yaş çocukların öz düzenleme becerilerinin incelenmesi. Ö. Demirel, S. Dinçer ve (Editör) içinde, *Eğitim bilimlerinde yenilikler ve nitelik arayışı* (s. 459-474). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Tuzcuoğlu, N., Efe-Azkeskin, K., İlçi-Küsmüş, G. ve Cengiz, Ö. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 607-623.
- Ural, G., Gültekin-Akduman, G. ve Şepitçi-Sarıbaş, M. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 24(83), 323-342.
- Ursache, A., Blair, C. ve Raver, C. C. (2012). The promotion of self-regulation as a means of enhancing school readiness and early achievement in children at risk for school failure. *Child Development Perspectives*, 6(2), 122-128.
- Uykan, E. (2019). *Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişki incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Viglas, M. ve Perlman, M. (2017). Effects of a mindfulness-based program on young children's self-regulation, prosocial behavior and hyperactivity. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 1150-1161.
- Wadsworth, B. J. (2015). *Piaget'nin duyuşsal ve bilişsel gelişim kuramları*. (ed. ve S. Ziya, Dü) Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Wanless, S. B., McClelland, M. M., Lan, X., Son, S.-H., Cameron, C. E., Morrison, F. J., . . . Sung, M. (2013). Gender differences in behavioral regulation in four societies: The U.S., Taiwan, South Korea and China. *Early Childhood Research Quarterly*, 28, 621-633.
- Wanless, S. B., McClelland, M. M., Tominey, S. L. ve Acock, A. C. (2011). The influence of demographic risk factors on children's behavioral regulation in prekindergarten and kindergarten. *Early Education & Development*, 22(3), 461-488.
- Weixler, L. H. (2012). *The contributions of preschool attendance and kindergarten experience to executive functioning in Chinese and American children*. Doctor of Philosophy, in The University of Michigan, Michigan.
https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/96108/lhbell_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y adresinden alındı

- Willoughby, M. T., Magnus, B., Vernon-Feagans, L. ve Blair, C. B. (2016). Developmental Delays in Executive Function from 3 to 5 years age predict kindergarten academic readiness. *Journal of Learning Disabilities*, 1-14.
- Yağmurlu, B., Gündüz, G. ve Harma, M. (2015). Self-regulation mediates the link between family context and socioemotional competence in Turkish preschoolers. *Early Education and Development*, 26(5-6), 729-748.
- Yaycı, L. (2007). *İlköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinde seçici ve yoğunlaştırılmış dikkat becerilerini geliştirmeye dayalı bir programın etkililiğinin sınanması*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, Y. (2020). *5-6 yaş grubu çocukların sahip oldukları öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Zhou, Q., Chen, S. H. ve Main, A. (2011). Commonalities and differences in the research on children's effortful control and executive function: a call for an integrated model of self-regulation. *Child Development Perspectives*, 1-10.
- Zimmerman, B. J. (2000). *Attaining self-regulation: A social cognitive perspective*. San Diego, CA: Academic Press.

EKLER

Ek-1 Ölçek Kullanım İzni

ASIYE İVRENDİ <aivrendi@pau.edu.tr>
Alıcı: ben

28 Eyl 2020 Pzt 09:08

Merhaba Meltem,

Evet, kullanabilirsiniz. Ekte gönderiyorum.

İyi çalışmalar

Prof. Dr. Asiye İvrendi
Pamukkale University
Education Faculty
Department of Elementary Education
Preschool Education Program
Denizli-Turkey

2020-09-27 21:00, Meltem Nur Akcan yazmış:

Sayın hocam,

Merhaba, ben Akdeniz Üniversitesinde okul öncesi eğitimi yüksek lisans programı tez aşaması öğrencisiyim. Adım Meltem Nur AKCAN. Doç Dr. Zeliha YAZICI danışmanlığında "4-6 yaş çocuklarda öz düzenleme becerileri" konulu tezimi yürütmekteyim. Tezimde kullanılmak üzere sizin tarafınızdan oluşturulmuş olan "okul öncesi dönem çocuklarının öz-düzenleme becerilerini değerlendirme ölçeği (Anne Formu)" kullanabilmem mümkün müdür? Kullanmama izin verdiğiniz takdirde ölçeklerinizi ve izin yazınızı sizden rica edebilir miyim?

Saygılar...

Ek-2 Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU	
Formun Doldurulduğu Tarih:.....	
Çocuğun Cinsiyeti: ()Kız () Erkek	
Çocuğun Doğum Tarihi (Gün/ Ay/ Yıl):.....	
Kardeş Sayısı:	
Çocuğun Doğum Sırası:	
Kursa gidiyor mu? () Evet () Hayır	
Spor kursu () Evet () Hayır	
Müzik kursu () Evet () Hayır	
Mış gibi oyunlar (Evcilik, doktorculuk, tamirci gibi) oynar () Evet () Hayır	
Cevabınız “Evet” ise ne kadar sıklıkla oynar: () Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman	
Anne Yaş:.....	
Baba Yaş:.....	
Ailenin Aylık Geliri	
Kaç yıldır okul öncesi eğitime devam ediyor.....	
Anne Eğitim Durumu:(1) 1. İlköğretim 2. Lise..... 3. Üniversite..... 4. Lisanüstü.....	Baba Eğitim Durumu:(2) 1. İlköğretim 2. Lise..... 3. Üniversite..... 4. Lisanüstü.....
Annenin Mesleği: (5) 1. Ev hanımı..... 2. Çalışan.....	Babanın Mesleği: (6) 1. Çalışmıyor..... 2. Memur..... 3. İşçi..... 4. Serbest Meslek.... 5. Emekli.....

Ek-3 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)

4-6 YAŞ ÇOCUKLARINA YÖNELİK ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ (ANNE FORMU)

		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her Zaman
1	Olayları önceliğine göre sıralar.	1	2	3	4	5
2	Hedefe ulaşmak için aşama aşama gerekli düzenlemeleri yapar.	1	2	3	4	5
3	Verilen yönergeleri takip eder.	1	2	3	4	5
4	Konsantrasyonu toplayarak bir sorunu çözer.	1	2	3	4	5
5	Bir aktiviteyi veya etkinliği sonuna kadar sürdürür.	1	2	3	4	5
6	Olaylar arasında neden sonuç ilişkisi kurar.	1	2	3	4	5
7	Yapılan planları hatırlar (“Yemekten sonra bahçeye çıkacağız” denildiğinde yemekten sonra bahçeye çıkılacağını hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
8	Eşyalarını koymasına gereken yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
9	Eşyalarını koyduğu yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
10	Öğrendiklerini hatırlar (Öğrendiği bir şarkıyı hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
11	Bir görevi ya da etkinliği yapması için verilen yönergeleri hatırlar.	1	2	3	4	5
12	Duygu ve düşüncelerini rahatça ortaya koyar.	1	2	3	4	5
13	Kalabalık karşısında kendini ifade eder.	1	2	3	4	5
14	Başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını söyler.	1	2	3	4	5
15	Kendisiyle ilgili olumlu şeyler söyler (Çok güzel bir resim çizdim gibi).	1	2	3	4	5
16	Kendini ortaya koymasına gerektiği yerde sağlıklı şekilde ortaya koyar.	1	2	3	4	5
17	Gerginlik yaratacak bir durumda kendini kontrol eder.	1	2	3	4	5
18	Kızgınlığını kontrol etmek için farklı yollar kullanır.	1	2	3	4	5
19	İstekleri ile kurallar çeliştiğinde bile kurallara uyar.	1	2	3	4	5
20	Çok sevdiği bir oyuncakçı izin almadan oynamaz.	1	2	3	4	5

Ek-4 Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 11.02.2021-27717



T.C
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
KURUL KARARI



TOPLANTI TARİHİ : 10.02.2021
TOPLANTI SAYISI : 03
KARAR SAYISI : 43

Üniversitemiz Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölümü öğretim üyesi **Doç. Dr. Zeliha YAZICI**'nin danışmanlığını, **Meltem Nur AKCAN**'ın araştırmacılığını üstlendiği, "*4-6 Yaş Çocuklarda Öz Düzenleme Becerileri*" konulu çalışmanın, fikri hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölççeğine ilişkin sorumluluğun başvuruçuya ait olmak üzere, proje süresince uygulanmasının etik olarak **uygun olduğuna** oy birliği ile karar verilmiştir. (2021G037)

Prof. Dr. Osman ERAVŞAR
Kurul Başkanı

Başkan
Prof. Dr.
Osman ERAVŞAR

Başkan Yrd.
Prof. Dr.
Bahattin ÖZDEMİR

Üye
Prof. Dr.
Hilmi DEMİRKAYA

Üye
Prof. Dr.
Mustafa ŞEKER

Üye
Prof. Dr.
Adnan DÖNMEZ

Üye
Prof. Dr.
Abdullah KARAÇAĞ

Üye
Prof. Dr.
Eyyup YARAŞ

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Meltem Nur AKCAN

Doğum Yeri ve Tarihi : Seyhan/22.08.1992

Eğitim Durumu

Lisans Eğitimi : Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Okul Öncesi Öğretmenliği
Anadolu Üniversitesi Sosyoloji Lisans Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi : Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Temel Eğitim Ana
Bilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Tezli Yüksek Lisans

Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

İş Deneyimi

Çalıştığı Kurumlar : Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı

İletişim

E-Posta Adresi :

Tarih : Haziran 2021

Ek-5 Bildirim Sayfası

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her perden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Akdeniz Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Tarih ve İmza
Öğrencinin Adı Soyadı