

**OKUL ÖNCESİ DÖNEM 4-5 YAŞ ÇOCUKLARININ BENLİK  
ALGILARI ile ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Lora Kovancı  
161104116

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Yüksek Lisans Programı

Danışman: Doç. Dr. M. Oya Ramazan

İstanbul  
T.C. Maltepe Üniversitesi  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Şubat, 2020



**OKUL ÖNCESİ DÖNEM 4-5 YAŞ ÇOCUKLARININ BENLİK  
ALGILARI ile ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Lora Kovancı

161104116

Orcid: 0000-0002-7785-099X

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Yüksek Lisans Programı

Danışman: Doç. Dr. M. Oya Ramazan

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü


Şubat, 2020



## JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI



# ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

|   |   |                  |            |
|---|---|------------------|------------|
| <br>maltepe üniversitesi | <b>LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ</b><br><b>ETİK İLKE VE KURALLARA</b><br><b>UYUM BEYANI</b> | Doküman No       | FR-178     |
|   |   | İlk Yayın Tarihi | 01.03.2018 |
|   |   | Revizyon Tarihi  | 23.01.2020 |
|   |   | Revizyon No      | 01         |
|   |   | Sayfa            | 1          |

26/02/2020

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bulguların sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; çalışmamın Maltepe Üniversitesinde kullanılan "bilimsel intihal tespit programı" ile tarandığını ve öngörülen standartları karşıladığını beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.



Lora Kovancı

Hazırlayan: Enstitü Sekreterliği

Onaylayan: Kalite Yönetim Koordinatörlüğü

## TEŞEKKÜR

Bize oldukça vakit kaybettiren ve başladığımız yere geri döndüren olumsuzluklar sonrasında araştırma konusunu yeniden belirleme hususunda bana yol gösteren, ihtiyacım olan her konuda desteğini esirgemeyen, tez süreci boyunca engin bilgilerinden ve tecrübelerinden yararlandığım çok değerli tez danışmanım Doç. Dr. Oya Ramazan'a sonsuz teőekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Veri toplama sürecinde ölçeklerimi uygulayabilmemi sağlayan okul öncesi eğitim kurumları yöneticilerine ve öğretmenlerine vermiş oldukları destek için çok teşekkür ederim.

Son olarak; başta annem olmak üzere, eğitim hayatım boyunca benden desteğini esirgemeyen ve yapabileceklerime inanan, beni motive eden aileme, eşime ve hayattaki en büyük motivasyon kaynağım olan, anne karnından itibaren akademik hayatın içerisinde olan ve tez yazım sürecinde beni hiç zorlamayan minik kızım Lavinia'ma teőekkürü bir borç bilirim.

Lora Kovancı

Şubat, 2020

## ÖZ

# OKUL ÖNCESİ DÖNEM 4-5 YAŞ ÇOCUKLARININ BENLİK ALGILARI ile ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Lora Kovancı  
Yüksek Lisans Tezi  
Psikoloji Anabilim Dalı  
Psikoloji (Opsiyon:Gelişim Psikolojisi) Yüksek Lisans Programı  
Danışman: Doç. Dr. M. Oya Ramazan  
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2020

İlişkisel tarama modelindeki bu araştırmanın temel amacı; dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Benlik algısı düzeyi ile öz düzenleme becerisinin çocukların bazı demografik özelliklerine göre anlamlı fark gösterip göstermediğinin belirlenmesi ise araştırmanın alt amaçlarıdır.

Araştırmanın çalışma grubu; İstanbul'da MEB'na bağlı üç özel okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 113 dört-beş yaş çocuğundan oluşmuştur. Veri toplamak için Kişisel Bilgi Formu, Türkçeye uyarlanmış olan Demoulin Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği ve Türkiye'de geliştirilmiş olan Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan hesaplamalar sonucunda geçerli ve güvenilir olduğu saptanmış olan her iki ölçeğin de iki alt boyutu vardır.

Araştırmanın bulgularına göre; her iki ölçek ve alt boyutları arasında .05 düzeyinde pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır. Dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı toplam ölçek puanı ve alt boyutlar (özyeterlilik ve özyeterlilik) puanları yaş, cinsiyet, kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) olup olmama ve anne-babalarının birlikte yaşaması ya da ayrılmış olması değişkenlerine göre anlamlı fark göstermemektedir.

Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve Zihinsel Düzenleme Becerileri alt boyutu puanlarının dört yaş çocukları; Kontrol Becerileri alt boyut puanlarının ise beş yaş çocukları lehine .05 düzeyinde anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve Kontrol Becerileri alt boyut puanlarının kız çocuklarının lehine .05 düzeyinde anlamlı fark gösterdiği saptanmıştır. Öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve alt boyutlar puanları kardeşi olup olmama değişkenine göre anlamlı fark göstermemiştir. Ölçeğin Zihinsel Düzenleme Becerileri alt boyutundan alınan puanlar anne-babası ayrılmış çocuklar lehine .05 düzeyinde anlamlı fark göstermiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Okul Öncesi Dönem; Dört-Beş Yaş Çocukları; Benlik Algısı; Öz Düzenleme Becerisi.

## ABSTRACT

### THE EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PRESCHOOL 4-5 YEARS OLD CHILDREN'S SELF PERCEPTIONS AND SELF-REGULATION SKILLS

Lora Kovanci  
Master Thesis

Department of Psychology  
Psychology (Option: Developmental Psychology) Programme  
Thesis Advisor: Assoc. Prof. Oya Ramazan  
Maltepe University Graduate School, 2020

In this study; the relational screening model was used and the aim of this study is to examine the relationship between the preschool 4-5 years old children's self perception levels and self-regulation skills. Determining whether self perception levels and self-regulation skills show significant difference according to some demographic characteristics of children are the sub-objectives of the research.

The research's study group is consisted of 113 children who were 4 and 5 years old and from three private preschool education institutes which are affiliated to MEB in Istanbul. In order to collect data; Informed Consent Form, Demoulin Self-Perception Scale (Turkish adaptation) and Self-Regulation Skills Scale which has been developed in Turkey were used. As a result of calculations; both scales, which were found to be valid and reliable, have two sub-dimensions.

According to the results of the researches; there are significant positive relationships at the level of .05 between both scales and their sub-dimensions. According to the findings of this study; Self-Perception Scale total score and sub-dimensions (self-esteem and self-efficacy) scores of 4 and 5 years old children do not differ significantly according to variables of age, gender, sibling (whether they have younger or older sibling), and whether their parents are together or separated.

According to findings of this study; Self-regulation Skills Scale total score and the regulation skills sub-dimension scores showed significant differences at .05 level in favor of 4 years old children, the control skills sub-dimension scores showed a significant difference at .05 level in favor of 5 years old children. It was found that; Self-regulation Skills Scale total score and the control skills sub-dimension scores showed a significant difference at the level of .05 in favor of girls. Self-regulation Skills Scale total score and sub-dimensions scores did not differ significantly according to variable of sibling. The regulation skills sub-dimensions scores showed a significant difference at the level of .05 in favor of children whose parents were separated.

**Keywords:** Preschool Term; Four-Five Years Old Children; Self Perception; Self Regulation Skills.



## İÇİNDEKİLER

|   |     |
|---|-----|
| JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI .....   | ii  |
| ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI .....  | iii |
| TEŞEKKÜR .....  | iv  |
| ÖZ .....  | v   |
| ABSTRACT .....  | vi  |
| İÇİNDEKİLER .....   | vii |
| TABLolarLİSTESİ .....   | ix  |
| ÖZGEÇMİŞ .....  | x   |
| BÖLÜM 1.GİRİŞ .....   | 1   |
| 1.1. Problem .....  | 1   |
| 1.1.1. Benlik Kavramı .....   | 2   |
| 1.1.1.1. Benlik Algısı .....  | 4   |
| 1.1.1.2. Benlik Algısının Alt Boyutları .....   | 5   |
| 1.1.1.3. Benlik Algısını Etkileyen Faktörler .....  | 7   |
| 1.1.1.4. Benlik ile İlgili Kuramlar .....   | 8   |
| <i>William James ve Benlik Kuramı</i> .....   | 8   |
| <i>Psikanalitik Kuramlar (Freud, Jung ve Adler)</i> .....                                 | 9   |
| <i>Erikson ve Psikososyal Kuram</i> .....   | 10  |
| <i>Sullivan ve Benlik Kuramı</i> .....  | 12  |
| <i>Horney ve Benlik Kuramı</i> .....  | 12  |
| <i>Rogers ve Benlik Kuramı</i> .....  | 13  |
| <i>Bandura ve Sosyal Öğrenme Kuramı</i> .....   | 13  |
| <i>Kohut ve Benlik Kuramı</i> .....   | 14  |
| 1.1.2. Öz Düzenleme Becerisi .....  | 14  |
| 1.1.2.1. Öz Düzenleme Becerisinin Alt Boyutları .....                                     | 15  |
| 1.1.2.2. Öz Düzenleme Becerisini Etkileyen Faktörler .....                                | 17  |
| 1.1.2.3. Öz Düzenleme Becerisi ve İlgili Kuramlar .....                                   | 19  |
| <i>Davranışçı Kuram</i> .....   | 19  |
| <i>Sosyal Bilişsel Kuram</i> .....  | 20  |
| <i>Sosyal Öğrenme Kuramı</i> .....  | 20  |
| <i>Psikanalitik Kuram</i> .....   | 20  |
| <i>Bilişsel Gelişim Kuramları (Piaget ve Vygotsky)</i> .....                              | 21  |
| <i>Zimmerman</i> .....  | 22  |
| 1.2.Amaç .....  | 22  |
| 1.3. Önem .....   | 23  |
| 1.4.Sınırlılıklar .....   | 24  |
| 1.5.Tanımlar .....  | 25  |
| BÖLÜM 2. YÖNTEM .....   | 26  |
| 2.1.Araştırma Modeli .....  | 26  |
| 2.2.Araştırma/Çalışma Grubu .....   | 26  |
| Tablo 1.Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı ..... | 26  |

|   |           |
|---|-----------|
| 2.3.2. Demoulin Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği (DÇBAÖ)..... | 27        |
| 2.3.3. Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (ÖDBÖ) .....              | 28        |
| 2.5. Verilerin Çözümlemesi .....                                | 30        |
| <b>BÖLÜM 3. BULGULAR ve YORUMLAR.....</b>                       | <b>31</b> |
| 3.1. Bulgular.....  | 31        |
| <b>BÖLÜM 4. SONUÇ .....</b>                                     | <b>40</b> |
| 4.1. Özet .....   | 40        |
| 4.2. Yargı.....   | 41        |
| 4.3. Öneriler .....   | 41        |
| <b>EK .....</b>   | <b>43</b> |
| Aile Bilgi Onay Formu .....                                     | 43        |
| <b>KAYNAKÇA.....</b>  | <b>44</b> |



## TABLULARLISTESİ

|                  |  |    |
|------------------|--|----|
| <b>Tablo 1.</b>  | Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı.....   | 26 |
| <b>Tablo 2.</b>  | Dört-Beş Yaş Çocuklarının (n=113) Benlik Algısı Düzeyleri ile Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları.....       | 31 |
| <b>Tablo 3.</b>  | Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....                                | 32 |
| <b>Tablo 4.</b>  | Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....                    | 33 |
| <b>Tablo 5.</b>  | Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....                           | 33 |
| <b>Tablo 6.</b>  | Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....               | 34 |
| <b>Tablo 7.</b>  | Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Kardeşi Olup Olmama Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....                | 34 |
| <b>Tablo 8.</b>  | Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Kardeşi Olup Olmama Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....    | 35 |
| <b>Tablo 9.</b>  | Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Anne-Babanın Medeni Durumu Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....         | 35 |
| <b>Tablo 10.</b> | Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Anne-Babanın Medeni Durumu Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları..... | 36 |

# ÖZGEÇMİŞ

**Lora Kovancı**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

## **Eğitim**

|                   |   |
|-------------------|---|
| <i>Derece Yıl</i> | <i>Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı</i>                                  |
| Ls.               | 2013 İstanbul Bilgi Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi<br>Psikoloji Anabilim Dalı |
| Lise              | 2007 Özel BJK Koleji  |

## **İş/İstihdam**

|            |   |
|------------|---|
| <i>Yıl</i> | <i>Görev</i>  |
| 2017 -19   | Psikolojik Danışman. Eyüboğlu Eğitim Kurumları  |
| 2016- 17   | Psikolog. Özel Dilruba Anaokulu   |
| 2016- 17   | Psikolog. Özel Dünya Anaokulu   |
| 2016- 17   | Psikolog. Özel Star Kids Anaokulu   |
| 2013- 16   | Psikolog / Eğitim Koordinatörü. Yağmur Çocuklar Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi |

## **Mesleki Birlik/Dernek Üyelikleri**

|             |                        |
|-------------|------------------------|
| <i>Yıl</i>  | <i>Kurum</i>           |
| 2012 - Üye: | Todap-Der              |
| 2010 - Üye: | Bilgi Psikoloji Kulübü |

## **Kişisel Bilgiler**

|                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| Doğum yeri ve yılı | : İstanbul, 1990       |
| Yabancı diller     | : İngilizce (çok iyi); |
| e-posta            | :lorappzyn@gmail.com   |

# BÖLÜM 1.GİRİŞ

## 1.1. Problem

Gelişim; bireyin hayatında döllenmeyle başlayan ve yaşam boyu devam eden bir süreçtir ve birçok alt alanda sürekliliğini devam ettirir. Bu alt alanlar; bedensel gelişim, psiko-motor gelişim, bilişsel gelişim, dil gelişimi, kişilik gelişimi, sosyal gelişim, duygusal gelişim, cinsel gelişim, ahlak gelişimi ve özbakım becerilerinin gelişimi olarak sıralanabilir. Çeşitli alanlarda gerçekleşen bu gelişim sürecinde bireyin hem kendisi hem de çevresindekilerle ilgili edindiği bilgiler benlik algısının ne yönde gelişeceğini de önemli ölçüde etkiler.

Yaşamın ilk yıllarında birey önce kendi bedeninin sınırlarının farkına varır, uzuvlarını keşfeder; daha sonra da kendi duyuş, istek ve düşüncelerinin çevresindeki varlıklardan farklı olduğunu anlamaya başlar (Tan, 1992). Birey kendisinin diğerlerinden ayrı bir birey olduğunu fark etmeye başladığında benlik kavramı da oluşmaya başlar. Benlik; bireyin yaşadığı tüm deneyimlerin sonucudur ve gelişimini yaşam boyu sürdürmeye devam eder (Balkış Baymur, 2015). Yaygın olarak kabul edilen görüş, benlik kavramının yaşamın ilk iki yılında oluşmaya başladığıdır (Yavuz, Güven, Bayındır, Sezer ve Yılmaz, 2016). Bu iki yılda bebek ağırlıklı olarak ailesiyle vakit geçirir, bu nedenle ailesinden aldığı geri bildirimler oldukça önemlidir.

Okul öncesi dönem olarak adlandırılan yaşamın ilk altı yılı çocuğun kişiliğinin gelişmesi, yeteneklerinin farkına varması, farklı alışkanlıklar ve beceriler kazanması açısından gelişimsel olarak oldukça önemli bir dönemdir. Diğer gelişim dönemlerinde olduğu gibi bu dönemde de çocuğun çevreye uyum sağlama, kendi istek ve ihtiyaçları ile çevresinin ondan beklentileri arasında denge kurabilme ve sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirebilmek gibigerçekleştirmesi gereken birtakım gelişim görevleri/özellikleri vardır. Çocuğun bu özellikleri zamanında ve doğru bir şekilde yaşaması, gerçekleştirilmesi için öz düzenleme becerisinin de sağlıklı bir şekilde gelişmesi gerekir (Eke, 2017).

Öz düzenleme becerisi de yaşamın ilk yıllarından itibaren hızlı bir gelişme gösterir. Bebeklik döneminin ilk aylarında temel ihtiyaçların karşılanmasına dayalı olan öz düzenleme gelişimi, çocuğun yaşı büyüdükçe artan fiziksel ve bilişsel faktörlerin etkisiyle yerini dikkat, davranış ve dürtü kontrolünü sağlayabilme becerilerine bırakır. Bu süreçte çocuğun doğuştan getirdiği genetik faktörlerle çevresel faktörler de öz düzenleme gelişimini önemli ölçüde etkiler (Fındık ve Tanrıbuyurdu, 2012). Daha açık bir şekilde ifade etmek gerekirse çocuğun öz düzenleme gelişimibenlik algısından,aile yapısından, dil gelişiminden, kişilik özelliklerinden etkilenmektedir (Williams, 2014; Acar Şengül ve Yükselen, 2015).

Bu araştırmanın problemi; insanın yaşamında çok önemli bir yere sahip olan ve doğumdan itibaren gelişmeye başlayan benlik algısıyla öz düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişki olup olmadığını ortaya koymaktır.

### **1.1.1. Benlik Kavramı**

Benlik kavramı en basit tanımıyla bireyin kendisi hakkındaki düşünceleridir. Daha ayrıntılı bir ifadeyle açıklamak gerekirse; bireyin kendisine dair sosyal, ruhsal, duygusal ve fiziksel özellikleri, başarıları ve arzuları hakkındaki inançlarının toplamıdır (Güngörmüş, 1986).Demoulin (1999), benlik algısını bireyin hayatı boyunca deneyimlediği olumlu ve olumsuz tecrübeler doğrultusunda kendisiyle ilgili edindiği yargıların tümü olarak tanımlamıştır. Huitt (2011) ise benliği, bireyin kendi varlığını bilinçli olarak diğerinden ayırabilmesi şeklinde açıklamıştır (Akşin Yavuz, Güven, Bayındır, Sezer ve Yılmaz, 2016).

Benlik kavramı, bireyin her alandaki düşünce, duygu ve davranışları üzerinde etkilidir. Benlik kavramı geliştikçe kişi, dünyayı ve kendisini nasıl algıladığını daha iyi fark eder hale gelir (Kağıtçıbaşı, 2010).

Doğumdan itibaren oluşmaya başlayan benlik kavramı okul öncesi dönem boyunca gelişimini sürdürmeye devam eder. Bu dönemde çocuk, farklı gruplar içerisine girerek akranlarıyla etkileşimde bulunur ve kendisini akranlarıyla karşılaştırır. Çevresindeki davranışları gözleyerek ve değerlendirmeden geçirerek kendi davranışlarını düzenler. Çocuğun çevresindeki yetişkinler de (ebeveyn ve öğretmenler) onu doğru bir

biçimde yönlendirerek benlik gelişimine katkıda bulunurlar (Craig ve Marguaerite, 1996; akt. Özçiçek, 2014). Bu dönemde çevresindeki yetişkinlerden olumlu geri bildirimler alan çocuğun kendine duyduğu güven ve inanç gelişir, başarılı olmak için daha fazla çaba harcar. Çoğunlukla olumsuz geri bildirimlerle karşı karşıya kalan çocuğun ise kendine duyduğu inanç sarsılır, yeteneklerini ve davranışlarını geliştirmek için gerekli olan motivasyonunu kaybeder (Humphreys, 1996; Craig, 1992; akt. Özçiçek, 2014).

Demoulin (2000), benlik kavramının alt grupları olarak ‘benlik algısı’, ‘benlik saygısı’ ve ‘benlik değeri’ kavramlarından bahsetmektedir. ‘Benlik algısı’ hem yaşanan tecrübelerin hem de çevresel faktörlerin kişiliği etkilemesi sonucu bireyin kendisine dair edindiği olumlu ve olumsuz düşüncelerdir. ‘Benlik saygısı’ bireyin kendisini iyi ve kötü tüm yönleriyle kabul edip kendine güven duymasıdır (Demoulin, 1999). ‘Benlik değeri’, bireyin kendisine dair olumlu ve/veya olumsuz yargılarına ilişkin değeri ifade eder. Bir başka deyişle, olumlu benlik yargılarına sahip bir bireyin benlik değeri yüksek, olumsuz benlik yargılarına sahip bir bireyin benlik değeri ise düşüktür (Yazgan-İnanç, Bilgin ve Kılıç-Atıcı, 2004).

Kağıtçıbaşı (2004) da benliği kültürel zeminde incelemiştir. Bireyin sahip olduğu benlik yapısının, kendisini ve çevresini algılama biçimi üzerinde etkili olduğunu dile getirmiştir. Aynı zamanda benlik yapısının, bireyin içinde bulunduğu kültürden etkilendiğini ve bu durumun kültürler arası farklılıkları ortaya çıkardığını öne sürmüştür. Benlik kavramı açısından kültürel farklılıklar olsa da iki temel unsur üzerinde durmuştur; bireyin çevresindekilerden ayrışması veya ilişki içinde olması. Bu durum bağımlı benlik yapısı ve bağımsız benlik yapısı kavramlarının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Yapılan araştırmalara göre, bireyci kültürlerde bağımsız benlik yapısı ağır basarken, toplulukçu kültürlerde bağımlı benlik yapısı ağır basmaktadır (Triandis ve Gelfand, 1998; Matsumoto, 1999; Sedikides ve ark. 2003; akt. Sarıca, 2013).

### 1.1.1.1. Benlik Algısı

Benlik algısı; bireyi diğerlerinden ayıran, kendisiyle ilgili oluşturduğu inançlar, davranışlar, tutumlar ve düşünceler topluluğudur ve gelişimsel süreç içerisinde bireyin yaşına, çevresine ve deneyimlediği yaşantılara bağlı olarak değişebilmektedir (Sarıca ve Yazıcı, 2013).

Çocuklarda benlik algısı doğumdan hemen sonra gelişmeye başlar, ancak yeni doğan bir bebeğin benlik kavramını algılamaya başlaması için doğumdan itibaren en az altı ay geçmesi gerekir (Akşin Yavuz, Güven, Bayındır, Sezer ve Yılmaz, 2016). Çocuğa kendisiyle ilgili yapılan her türlü olumlu veya olumsuz geri bildirim, onun benlik algısını etkiler. Sürekli eleştiri ile karşılaşan çocuğun kendisine ve yeteneklerine olan inancı azalmaya, zamanla özgüveni olumsuz etkilenmeye ve kendini başarısız bir birey olarak algılamaya başlar (Özçiçek, 2014). Özgüveni ve benlik algısı düşük olan bir çocuğun davranışlarında da olumsuz değişimler gözlemlenmesi tahmin edilebilir bir durumdur.

Olumsuz benlik algısına sahip çocuklar kendilerine ve çevrelerine karşı olumsuz tutum ve davranışlar benimsemekte ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kurmakta zorlanmaktadır (Gülşay, 2010). Bununla birlikte olumsuz benlik algısına sahip olan çocuğun okul başarısı düşmeye başlar, arkadaşlık ilişkilerinde uyumsuzluklar gözlemlenir ve çevreye adapte olmakta, davranışlarını düzenlemekte zorluk yaşarlar. Olumsuz benlik algısı, çocukların olumsuz sosyal ilişkilere ve kötü bir okul performansına sahip olmalarına neden olmaktadır. Bu durum, çocukların dünyaya adapte olmalarını da olumsuz yönde etkilemektedir (Lavitt, 1990, Salmilavall; ve Isaacs, 2005; akt. Geniş, 2017).

Benlik algısı olumlu olan bireylerin yüksek bir öz saygıya sahip olduğu, daha dışı dönük ve sosyal oldukları bilinmektedir (Burger, 2016; akt. Geniş, 2017). Çocuklar sosyalleşmeye başladıklarında benlik algıları da hızla gelişmeye devam eder. Bu durum çocuğun sosyal becerilerini geliştirmesi açısından da oldukça önemlidir (Atay, 2011). Olumlu benlik algısına sahip çocuklar sosyal ilişkilerinde duyarlı tutumlar ve olumlu davranışlar sergilemekte, rekabet ortamlarından uzak ve daha işbirlikçi bir yaklaşım benimsemektedirler. Öte yandan olumlu benlik algısına sahip çocuğun özgüveni gelişir, yapabileceklerine ve yeteneklerine olan inancı artar, başarmak için daha çok çabalar,



arkadaşlık ilişkilerinde uyumludur, farklı ortamlarda davranışlarını kolaylıkla kontrol edebilir. Olumlu benlik algısı, çocuğun duygusal ve davranışsal sorunları ile negatif bir korelasyon göstermektedir (Lavitt, 1990, Salmilavall ve Isaacs, 2005; akt. Geniş, 2017).

### **1.1.1.2. Benlik Algısının Alt Boyutları**

Demoulin (1998) benlik algısını; bireyin yaşamı boyunca edindiği tüm olumlu ve olumsuz deneyimlerin ve bilgilerin bireyde yarattığı duygusal bütünlük olarak tanımlamıştır ve benlik algısını iki alt boyuta ayırmıştır: 'Öz Saygı' ve 'Öz Yeterlilik'.

Demoulin'e (1999) göre 'öz saygı'; bireyin kendisi ve yaşamı boyunca değer verdiği şeylerle ilgili olumlu ve/veya olumsuz algılarıdır. Bireyin kendi ile ilgili benlik algısını olumlu veya olumsuz yönde değerlendirmesi veya bireyin kendisi hakkında oluşturduğu yargılar, o bireyin özsaygısını oluşturur (Sezer, 2001; akt. Altınova ve Adıgüzel, 2012). Coopersmith (1986) özsaygıyı bireyin benliğiyle ilgili onayladığı ve onaylamadığı özellikleri sonucunda oluşturduğu değer yargıları olarak tanımlamıştır. Craighead, McHale ve Pope'a (1988) göre özsaygı; benlik kavramı, algılanan benlik ve ideal benlik arasındaki farklardan ortaya çıkar. Bu fark ne kadar çok olursa bireyin özsaygısı o kadar düşük, fark ne kadar az olursa bireyin özsaygısı da o kadar yüksek olur (Akt. Avşaroğlu, 2007; akt. Leana-Taşçılar ve Kanlı, 2014). Düşük özsaygı düzeyine sahip olan bireyler kendilerini başarısız ve yetersiz gördükleri için bu durum onlarda stres ve kaygı yaratabilmekte, günlük sorunlarla baş edebilmeyi zorlaştırmaktadır. Bu bireyler kendilerine yapılan olumsuz eleştirilerden hoşlanmadıkları için genellikle onaylandıkları ortamları tercih ederler (Altınova ve Adıgüzel, 2012).

'Özyeterlilik' kavramına Bandura'nın 1977 yılında yayımladığı makalesinde ilk kez değinmesinden sonra birçok araştırmacı da konuyla ilgilenmiştir. Bandura'ya (1997) göre özyeterlilik; bireyin belirli bir işi gerçekleştirmek için kendisine duyduğu güven ile sahip olduğu yürütme ve düzenleme becerisidir (akt. Özerkan, 2007). Özyeterlilik kavramı, yine Bandura tarafından geliştirilen Sosyal Öğrenme Kuramı'na dayanır. Bu kurama göre bireylerin edindiği beceri ve bilgileri etkili bir biçimde kullanabilmeleri için önce kendilerine güven duymaları gerekir (Pajares, 2002). Demoulin'e (1999) göre özyeterlilik, bireyin yaşam boyu deneyimlediği durumlara karşı geliştirdiği motivasyon, kendine duyduğu güven ve durumun yarattığı stresi kontrol edebilme yetisidir.

Yapılan çalışmalara bakıldığında; bireyin özyeterlilik algısının adaptasyon, girişimcilik, kararlılık, azim, çabalama ve seçim yapma gibi birçok davranışsöz sahibi olduğu görülmektedir (Schunk, 1995; Bandura, 1997). Bandura'ya (1997) göre birey, herhangi bir işi gerçekleştirebilecek güce ve yeteneğe sahip olmasına rağmen bunu başarabileceğine dair kendine duyduğu güven az ise ya gerçekten başarısız olacak ya da denemeden vazgecektir.

Özyeterlilik belli bir iş veya alanı kapsayan bir kavramdır. Başka bir deyişle, herhangi bir alanda özyeterlilik algısı düşük olan bir bireyin başka bir alanda özyeterlilik algısı yüksek olabilir(Pajares ve Schunk, 2001).Bireyin sahip olduğu özyeterlilik algısı, bilişsel süreçler açısından önemli bir motivasyon kaynağıdır. Bandura'ya (1986) göre özyeterlilik algısı, insanlardaki davranış değişikliklerinin en önemli faktörlerinden biridir. İlerleyen süreçte Bandura (1997)özyeterlilik algısının sadece davranışları değiştirmedini, düşünce yapısını ve motivasyonu da etkilediğini savunmuştur.

Yapılan araştırmalara göre bireyler kendilerine güvendikleri alanlardaki işleri yapma, diğerlerinden ise kaçınma eğilimindedir. Kendilerini tatmin edecek bir sonuca varamayacakları işlerde eyleme geçme konusunda oldukça isteksiz oldukları görülmüştür. Bununla birlikte yüksek özyeterlilik algısına sahip bireylerin karşılaştıkları zorluklar karşısında daha dayanıklı ve ısrarcı oldukları, bu zorluklar karşısında kendilerini geliştirmeye çalıştıkları görülmüştür (Bandura, 1997; Pajares ve Schunk, 2001; Pajares, 2002; akt. Özerkan, 2007). Özyeterlilik algısı düşük olan bireylerin ise kendilerini zorlayacak işlerden kaçındıkları, zorluklar karşısında çabuk pes ettikleri ve stres düzeyleri yüksek olduğu için daha başarısız oldukları belirlenmiştir (Tschannen-Moran ve Hoy, 2001; Pajares, 2002).

Bireyin özyeterlilik algısının düşük olması, sahip olduğu yeteneğini kullanmasına engel teşkil ettiği gibi, bireyin sahip olduğu yetenekten daha üst seviyelerde bir özyeterlilik algısına sahip olması da performansını olumlu yönde etkilemektedir(Woolfolk Hoy ve Spero, 2005).Ancak araştırmalara göre; bir işi yapmak için gerekli olan bilgi ve beceriye sahip olmayan bireyler, öz yeterlilik düzeyleri ne kadar yüksek olursa olsun başarısız olmaktadır. Dolayısıyla yüksek özyeterlilik algısı başarı için gereklidir, ancak tek başına yeterli bir faktör değildir denebilir(Raudenbush, Rowen ve Cheong, 1992).

### 1.1.1.3. Benlik Algısını Etkileyen Faktörler

Benlik algısı; bireyin yaşamı boyunca deneyimlediği olaylar, çevreyle kurduğu etkileşim ve sahip olduğu kişilik özellikleri sonucunda kendine ait oluşturduğu olumlu ve olumsuz yargıların tümüdür (Demoulin, 1999). Benlik algısı dinamik bir kavramdır ve onu etkileyen bir takım etmenler vardır.

Bireyin benlik gelişimi ve benlik algısı ilk olarak ailede oluşmaya başlar, çünkü doğumdan itibaren okula başlayana kadar geçen sürede çocuk hep aile içerisinde. Henüz okula gitmeyen çocuk, benlik algısını aile içerisinde şekillendirmeye başlar. Bu süreçte çocuk kendisine örnek alacağı birini seçer-bu kişi genelde anne veya babadır- ve bu kişinin davranışlarını taklit ederek öğrenir. Eğer çocuk davranışlarını taklit ettiği kişiden olumlu geri bildirimler alır ve beğenildiğini fark ederse benlik algısı olumlu yönde; olumsuz bir tutumla karşılaşır ve davranışlarının kabul görmediğini, onaylanmadığını fark ederse benlik algısı olumsuz yönde etkilenir (Arseven, 1986).

Bunun yanı sıra ebeveynlerin benlik algılarının da çocuklarının benlik algısını olumlu veya olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Yüksek benlik algısına sahip ebeveynlerin çocuklarının, düşük benlik algısına sahip ebeveynlerin çocuklarından daha yüksek bir benlik algısına sahip oldukları saptanmıştır (Humphreys, 2001; akt. Sarıca, 2013).

James, geliştirdiği benlik teorisinde benlik algısının derecesiyle ilgili farklı bir yorumda bulunmuştur. Bireyin düşük veya yüksek benlik algısına sahip olduğunu anlayabilmek için bireyin başarılarıyla kendine koyduğu amaçların karşılaştırılması gerektiğini savunmuştur. Buna göre, bireyin başarıları amaçlarına yakınsa yüksek benlik algısı, amaçlarından uzaksa düşük benlik algısı ortaya çıkacaktır (Onur, 1981; akt. Aslan, 1992).

Coopersmith (1967) benlik kavramını açıklarken, benliğin gelişimini etkileyen dört farklı etkenden bahsetmiştir:

1. Bireyin, çevresinde değer verdiği insanlardan gördüğü takdir, ilgi, kabul ve saygı düzeyleri benliğin gelişimi üzerinde etkilidir.

2. Bireyin ne derece başarılı bir insan olduğu önemlidir, çünkü başarılı bir birey toplum içerisinde daha kolay fark edilir ve statü kazanır. Bu da benliği olumlu yönde etkiler.

3. Başkaları tarafından yapılan eleştirilere ve değerlendirmelere bireyin nasıl karşılık verdiği bir diğer önemli unsurdur.

4. Bireyin kendi isteği doğrultusunda hem kendisi hem de çevresi tarafından belirlenen amaçlara ulaşmış veya ulaşmadığı da önemli bir etkidir (Kılıçaslan, 2011).

Özetlersek; kalıtsal özellikler, anne-baba arasındaki ilişki, ailenin çocuğa karşı tutumu, sosyo-ekonomik durum, bireyin çevresindekilerle kurduğu etkileşim, çocuklukta aileden ve çevreden görülen ilgi, okul sürecinde -özellikle okul öncesi ve ilköğretim döneminde- öğretmenlerden alınan geribildirimler, bireyin kendine koyduğu hedefler ve bu hedefleri ne derece gerçekleştirebildiği, bireyin sahip olduğu yetenekler benlik algısını etkileyen faktörlerdir.

#### **1.1.1.4. Benlik ile İlgili Kuramlar**

Psikoloji alanında benlik kavramıyla ilgili çeşitli görüş, tanımlama ve kuramlar bulunmaktadır.

##### ***William James ve Benlik Kuramı***

Benlik kavramından ilk olarak James 1890 yılında kaleme aldığı "The Principles of Psychology" kitabında bahsetmiştir. 1950 yılında kitabın tekrar basılmasıyla birlikte benlik kavramı daha geniş kitlelere ulaşmıştır. James (1950) benliği, temelde 'bilen ben (I)' ve 'bilinen ben (me)' olarak iki sınıfa ayırmıştır. Bilinen benliğin görevi, bireyin kendisini etrafındaki kişi ve nesnelere ayırt etmesini sağlamak, deneyimler oluşturmak, bireye süreklilik hissi vermektir. Bilen benin görevi ise şu anki ve gelecekteki kimliğin oluşabilmesi için bireyle ilgili bilgileri dikkatli bir şekilde algılayıp akılda tutmaktır (Brown, 1998).

James (1950); bilen ben de 'sosyal', 'maddesel' ve 'ruhsal' benlik olmak üzere üç benlik türüne sınıflandırmıştır; bilinen ben de 'saf ego' ile açıklamıştır. Sosyal benlik, diğer insanlar tarafından nasıl algılandığına ilişkin bir benlik türüdür. Statü sahibi olmaya

çalışmak ve bir gruba dahil olmak bu benlik türüne girer. Her bir sosyal ortam için birbirinden farklı sosyal benliğimiz bulunmaktadır. Bu nedenle farklı ortamlarda birbirinden farklı şekilde davranırız ve sosyal benlik sayımız, etkileşimde bulunduğumuz insan sayısı kadardır.

Maddesel benlik, bireyin kendisine ait olan fiziksel ve nesnel her şeydir. Aile kurmak, ev veya araba sahibi olmak maddesel benlik türünü oluşturmaya birer örnektir. Ruhsal benlik; bireyin tutumları, kişisel özellikleri, istekleri, yetenekleri ve ilgileridir. Saf ego ise bireye devamlılık duygusunu hissettiren ve sadece kendisini düşünen bir kavramdır (James, 1950).

### ***Psikanalitik Kuramlar (Freud, Jung ve Adler)***

Psikanalitik kuramlarda benlik kavramını Freud, Adler ve Jung birbirine benzer şekilde, ancak bazı noktalarda farklılaşarak açıklamışlardır.

Freud; kişiliğin yaşamın ilk beş yılında oluşumunu tamamladığını söylemiş ve benlik kavramını ego ile açıklamıştır. Benliği oluşturan üç unsur vardır: İd, ego ve süperego (Rennison, 2001).

İd, bireyin isteklerini ve dürtülerini içeren, ihtiyaçların hemen karşılanmasını bekleyen ilkel kısımdır. Çevreyle kurduğu etkileşim sonucunda birey isteklerini ertelemeyi, id'in ihtiyaçlarını görmezden gelmeyi ve sosyalleşmeyi öğrenir, ancak id hiçbir zaman tamamen ortadan kalkmaz. Baskılandığı süreç içerisinde de birtakım dışavurumlarla (rüyalar, dil sürçmeleri, savunma mekanizmaları vs.) kendini belli eder. Ego; benliğin akılcı tarafı olan, bireyin çevreye adaptasyonunu sağlayan ve id'i dizginleyen, ancak gerektiğinde id'in ihtiyaçlarını karşılayan kısımdır. Aynı zamanda id ile süperego arasındaki dengeyi sağlar (Rennison, 2001). Süperego ise benliğin ahlaki tarafıdır. Toplumsal ve ahlaki beklentilere uyum sağlamaya yardımcı olur. Aynı zamanda ego üzerinde bir kontrol sağlar ve egoyu hem toplumsal hem de sosyal açıdan optimum düzeyde kabul edilebilir hale getirmeye çalışır. Freud'a göre; birey dünyaya geldiğinde gelişimini ilk olarak narsistik yüzeyde devam ettirir, büyümeye başladıkça ego gelişir ve birey ilkel dürtülerden sıyrılıp çevresine adapte olmaya çalışır (Aslan-Yılmaz, 2016).

Adler ve Jung her ne kadar Freud'un öğrencileri olarak psikanalize giriş yapmış olsalarda, bazı noktalarda Freud'dan farklı düşündükleri için kendi kuramlarını oluşturmuşlardır.

Jung'a göre kişilik gelişimi, bebeklikten başlayıp orta yaş dönemine kadar devam eder ve bu süreçte birey sürekli olarak kendini gerçekleştirmeye çalışır (Morris, 2002). Freud'dan farklı olarak Jung ego ile benliği birbirinden ayırmıştır. Benliğin bilinçdışından etkilendiğini, bireyin kendini fark etmesi için de egoya ihtiyaç duyduğunu savunmuştur (Brooke, 2009). Bilinçdışı kavramını 'kişisel bilinçdışı' ve 'ortak bilinçdışı' olmak üzere ikiye ayırmıştır ve bilinçdışının egoya yardımcı olduğunu dile getirmiştir. 'Kişisel bilinçdışı'; bireyin deneyimlerinden oluşan ve bireye rahatsızlık veren durumlardan dolayı bastırılmış, ancak tetikleyici bir durum yaşanması sonucunda her an ortaya çıkabilecek yaşantılar bütünüdür. 'Ortak bilinçdışı' ise ilk insandan beri nesilden nesile aktarılan davranış, deneyim ve yaşantıların bütünüdür. Jung, ortak bilinçdışına ait bu davranış ve deneyimleri de arketiplerle açıklamıştır (Morris, 2002).

Adler ise benliğin yaratıcı bir güce sahip olduğunu savunmuş ve bireyin davranışlarının yine kendisi tarafından şekillendirildiğini dile getirmiştir. Bireyin kendisiyle ilgili oluşturduğu planlar doğrultusunda bir takım davranışlar ortaya çıkar, yani kişi benliğin yaratıcı gücü sayesinde kendi kaderini kendi belirler. Bu sayede kişilik gelişimi süresince kendini gerçekleştirmeye çabalar (Gençtan, 1993).

### ***Erikson ve Psikososyal Kuram***

Psikososyal kuram açısından benlik kavramını ele alan en önemli isim Erik Erikson'dur. Erikson da pek çok kuramcı gibi insanın gelişimsel sürecini evreler halinde açıklamıştır. Gelişim kuramlarının çoğu bireyin kişilik gelişimini belli bir yaşa kadar sınırlarken, Erikson yaşam boyu devam ettiğini savunmuş ve kişilik gelişimini sekiz evreye ayırmıştır. Erikson'a göre her bir evrede aşılması gereken temel bir kriz vardır. Bir sonraki evreye sağlıklı bir şekilde geçebilmek için bireyin içinde bulunduğu evrede yaşaması gereken psikososyal krizi sağlıklı bir şekilde atlatması gerekir, aksi halde sağlıklı bir şekilde atlatılan krizin izleri gelecek evreleri de etkiler. Yine de Erikson koşullar ve çevresel şartlar uygun olduğu takdirde bireyin geçmişte olumsuz sonuçlanan krizlerine rağmen içinde bulunduğu koşulları iyileştirebileceğini savunur. Erikson insanı

çevresiyle yaşam boyu etkileşim içerisinde olan sosyal bir varlık olarak gördüğü için kişilik gelişimi kuramında benliğin çevresel faktörlerden etkilendiğini dile getirmiştir. Gelişim süreci tamamlanırken benlik, sekiz evrenin her birinde kişilikle ilgili yaşadığı krizler çözüldükçe bir sonraki evreye geçebilir (Köknel, 1989).

Psikososyal kuramın ilk evresi 'güvene karşı güvensizlik'tir. Bu evrede anne ve çocuk arasındaki güven ilişkisinin tutarlılığı, devamlılığı ve niteliği bireyin temel güven duygusunun gelişimine etki etmektedir. İkinci evre 'özerkliğe karşı kuşku ve utanç duygusu'dur. Çocuğun öz denetim sağlamaya başladığı bu dönemde özellikle anne-babanın ve daha sonra çevrenin verdiği tepkiler oldukça önemlidir. Bu dönemi benlik saygısı zedelenmeden sağlıklı bir şekilde atlatan çocuk özerklik kazanırken, benlik saygısı zedelenmiş ve öz denetimi tam olarak oluşmamış çocuk kuşku ve utanç duymaya başlar. Üçüncü evre 'girişkenliğe karşı suçluluk'tur. Çocuk bu dönemde yaptığı işlere karşı çevrenin verdiği tepkileri kontrol eder. Girişimci yaklaşımları sonucunda sıklıkla engellenen çocuk, suçluluk duygusu hissetmeye başlar. Dördüncü evre 'başarıya karşı aşağılık duygusu'dur. Bu dönem, çocuğun çalışma ve bunun sonucunda başarıya ulaşma dönemidir. Başarı duygusunu yeterince hissedemeyen ve kendini göstermekte başarısız olan çocuk, yetersizlik ve aşağılık duygularını hissetmeye başlar. Beşinci evre 'kimlik kazanımına karşı kimlik karmaşası'dır. Ergenlik dönemiyle birlikte kimlik arayışı ortaya çıkar, dolayısıyla bu dönemde kurulan özdeşimler, benlik gelişimi açısından da oldukça önemlidir. Bu evre sağlıklı bir şekilde atlatılırsa, ergen kimlik kazanımını sağlamış olur, aksi halde rol karmaşası yaşanacaktır. Altıncı evre 'yakınlığa karşı yalnızlık'tır. Bir önceki evrede kimliğini kazanmış olan birey, çevresindeki insanlarla yakın ilişkilere başlar; rol karmaşası yaşayarak bu evreye gelen birey ise giderek çevresinden uzaklaşır. Yedinci evre 'üretkenliğe karşı durgunluk'tur. Bu dönemde bireyin benliği gelişimini sürdürür ve bu gelişimin devamlılığı için birey, üretken olabileceği çeşitli aktivitelerle ilgilenir veya durgunluk dönemine girer. Sekizinci evre 'bütünlüğe karşı umutsuzluk'tur. Bu dönemde birey kendi yaşamını sorgulamaya başlar;gerçekleştirdiği veya gerçekleştirmediği işler üzerine mutlu olur veya pişmanlık duyar (Senemoğlu 2000; akt. Sarıca, 2013).

### ***Sullivan ve Benlik Kuramı***

Sullivan, benlik gelişiminin bireyin sosyal gelişimiyle etkileşim içerisinde olduğunu savunmuş ve benlik kavramını açıklarken özellikle anne-çocuk ilişkisi üzerinde durmuştur. Kişiliğin farazi bir kavram olduğunu, birey yerine ilişkilerin incelenmesi gerektiğini dile getirmiştir (Aslan, 1992). Sullivan'a göre benlik, kaygıya neden olan durumlardan kaçınmak veya kaygının sebep olduğu zararları azaltmak amacıyla ortaya çıkan yaşantılar bütünüdür. Bireyin hoşuna gitmeyen durumlardan kaçma isteği, benliğin önemli bir işlevidir (Epstein, 1973; akt. Evirgen Geniş, 2017).

Sullivan'a göre kaygı duygusu, yaşamın erken evrelerinde anneden çocuğa geçer; ilerleyen süreçte bireyin güvenliği tehlikeye girdiği anda kaygı duygusu da devreye girer. Kaygı sonucu ortaya çıkan dinamizme de 'benlik' adı verilir ve üç tür benlik vardır:

1. İyi Ben: Anne ile çocuk arasında kurulan ilişkide hoş karşılanan durumlar ortaya çıkar. Bu tür ilişkilerde bireyin kendine olan güveni artar.

2. Kötü Ben: Anne ile çocuk arasında kurulan ilişkide hoş karşılanmayan durumlar ortaya çıkar; kaygı duygusu oluşur, ancak yüksek seviyelerde değildir. İstenmeyen davranışların engellenmesi açısından bireye katkı sağlar. Kötü ben sonucunda birey kendiyile ilgili olumsuz duygular edinir.

3. Ben Değil: Anne ile çocuk arasında kurulan ilişkide annenin aşırı tepkiler vererek çocuğun yüksek düzeyde kaygı duymasına neden olan durumlar vardır. Bireyin bilinçaltında kalan benliğidir. Benzer durumlarla karşılaşınca aşırı düzeyde kaygı ortaya çıkar (Aslan, 1992).

### ***Horney ve Benlik Kuramı***

Horney'a göre birey, kendini gerçekleştirme gücüne doğuştan sahiptir ve olumsuz benlik gelişiminin sebebi çocuklukta karşılanmayan temel gereksinimlerdir. Ancak Horney psikanalitik ekolden gelmesine rağmen benlik gelişimini çocukluk çağıyla sınırlamaz, yetişkinlik döneminde de devam ettiğini savunur. Ona göre yetişkinlik döneminde bireyin sergilediği davranışları açıklamak için sadece çocukluk dönemine bakmak yeterli olmaz, çünkü çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine kadar geçen



sürede pekçok olay yaşanmıştır ve bunlar benlik gelişiminin dışında tutulamaz (Aslan, 1992).

Horney benlik gelişiminde iki temel unsurdan bahseder: 'Güven duygusu' ve 'Doyum'. Güven duygusunu çocukluk çağındaki kabul görme durumuyla açıklar. Yanlış bir davranış karşısında cezalandırılan, olumsuz duygularla karşılaşan çocuk, kabul görmediğini düşünecek ve güven duygusu zedelenecektir. Doyumu ise doyumsuzluk üzerinden örnekler. Doyumsuzluğun bireyde kaygı yarattığını, bu kaygının ilgisiz, baskın ve soğuk bir çevrede, ortamda ortaya çıktığını dile getirir. Bireyin kaygıdan kurtulabilmesi için çevresinden yeterli ilgiyi ve değeri görmesi gerektiğini söyler. Aynı zamanda bireyin kendine verdiği değerin ve benlik saygısının önemini de vurgular (Aslan, 1992).

### ***Rogers ve Benlik Kuramı***

Rogers da benlik kavramını açıklarken Horney gibi daha çok 'benlik saygısı' ve 'kabul görme' konuları üzerinde durmuştur. Rogers'a göre benlik kavramı; bireyin kişisel yaşantılarının tümünü, yani bireyin çevresindekilerle kurduğu ilişkilere dair algısını, bireyin çevresindeki nesnelere ilişkin algısını, çevresindekilerin kendisi hakkındaki görüşlerini ve bireyin bunlara verdiği değeri kapsar (Öner, 1987). Bireyin çevresindeki insanlar tarafından kabul görmesi, ilgi görmesi ve sevilmesi olumlu bir benlik saygısına sahip olmasını sağlar (Altıntaş ve Gültekin, 2005; akt. Sarıca, 2013). Tam tersi olarak; bireyin davranışlarının çevresindekiler tarafından kabul görmemesi, engellenmesi, reddedilmesi, bireyin olumsuz bir benlik saygısına sahip olmasına ve bu durumun yarattığı acıyla yüzleşmesine neden olur (Can, 1986; Yanbastı, 1990).

### ***Bandura ve Sosyal Öğrenme Kuramı***

Bandura, benlik kavramından ilk kez Sosyal Öğrenme Kuramı'nda bahsetmiştir. Benliği bir sistem olarak ele almış ve davranışı algılama, değerlendirme, düzenleme işlevlerini kapsayan bilişsel bir yapıdan bahsetmiştir. Buna göre, birey bir takım değerler ve kriterler oluşturarak kendi davranışlarını gözlemektedir. Bireyin davranışları, oluşturduğu değerler ve kriterlere uymuyorsa yeniden düzenleme yaparak davranışlarını

değerlerine uygun bir biçimde değiştirmeye çabalar. Bunu yaparken öz yeterlilik kavramından da yardım alır (Senemoğlu, 2000).

### ***Kohut ve Benlik Kuramı***

Günümüz kuramcılardan biri olan Kohut'a göre; birey tüm yaşamı boyunca farkedilmeyi, beğenilmeyi, saygı duyulmayı, güçlü gördüğü kişilerle özdeşim kurmayı, üzüldüğünde teselli edilmeyi ve çevresindekilerle duygusal paylaşımlar içerisinde olmayı ister (Kılıç Demir, 2006). Kohut, benliğin dinamik bir yapıya sahip olduğunu savunmuş ve benlik-nesne ihtiyacından bahsetmiştir. Sağlıklı bir benlik kavramının oluşabilmesi için benlik-nesne ihtiyaçlarının zarar görmeden karşılanması gerektiğini dile getirmiştir.

Görüldüğü gibi benlik kavramı ile ilgili farklı kuramlar ve görüşler vardır. Özetle kişilik gelişiminde benlik kavramı önemli bir yer tutmaktadır. Benlik gelişimi, bebeklik çağında başlamaktadır ve çevresel faktörler (aile, arkadaş, etkileşimde bulunduğumuz ortam ve kişiler, sosyo-kültürel yapı) ile bilişsel süreçler benlik gelişimini önemli ölçüde etkilemektedir. Kimi kuramcılar benlik gelişiminin yaşamın ilk beş yılında tamamlandığını savunurken bazı kuramcılar ise benlik gelişiminin yetişkinlikte de devam ettiğini ve yaşantılara göre şekillenmeyi sürdürdüğünü savunmuştur.

### **1.1.2. Öz Düzenleme Becerisi**

Öz düzenleme kavramının psikoloji alanındaki ilk tohumları Bandura tarafından atılmıştır. O'na göre öz düzenleme, kişinin davranışlarını kontrol edebilme becerisidir (Senemoğlu, 2009; akt. Eke, 2017). Bir başka tanıma göre ise öz düzenleme; bireyin ortaya çıkan isteklerini, davranışlarını, hazlarını erteleyebilme veya bastırabilme, toplumsal normlara uyabilme, duygularını düzenleyebilme ve gerektiğinde kontrol edebilme, amaca yönelik hareket edebilme, dikkatini odaklayabilme ve sürdürebilme kapasitesidir (Tanrıbuyurdu ve Yıldız, 2014). Öz düzenleme kavramı biyolojide de vardır. Vücudun bağışıklık sistemini ayakta tutabilmesi veya kendi ısısını koruyabilmesi gibi bazı homeostatik süreçlerin oluşturduğu yapıya biyoloji alanında öz düzenleme adı verilir (Ertürk, 2013). Psikolojide ise öz düzenleme kavramı daha çok benlik ve davranış üzerine kuruludur.

Öz düzenleme becerisi; bireyin çevresine ayak uydurabilme, kendi yapmak istedikleriyle toplumun beklenti ve istekleri arasında dengeyi kurabilme, sağlıklı ilişkiler kurma, başarılı olma açısından gelişimsel olarak oldukça önemli bir beceridir. Benlik kavramı gibi, öz düzenleme becerisi de doğumdan itibaren gelişmeye başlar. Bu gelişim, erken çocukluk döneminde en hızlı evresine ulaşır (Eke, 2017).

Çocukların öz düzenleme becerilerini geliştirmeleri; duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol edebilmeleriyle doğru orantılıdır. Çocukların öz düzenleme becerilerinin gelişmesi; onların sosyal ilişkileri, kişilik gelişimleri, duygusal süreçleri ve akademik başarıları açısından da oldukça önemlidir (Calkins ve Fox, 2002; Eisenberg, 2005; Hoyle, 2010; Kochanska ve Knaack, 2003; Murray ve Kochanska, 2002; Ursache, Blair ve Raver, 2012; akt. Tutkun, Şahin ve Işıktekiner, 2017).

### **1.1.2.1. Öz Düzenleme Becerisinin Alt Boyutları**

Öz düzenleme becerisi; bireyin toplum içerisinde kurduğu ilişkiler ve yaşam kalitesinin yüksek olabilmesi açısından önemli bir unsurdur. Bu becerinin gelişimi bebeklik döneminde başlar ve erken çocukluk dönemine kadar hızlı bir şekilde devam eder (Cunnington, McCabe ve Brooks-Gunn, 2004; akt. Aksoy ve Tozduman Yaralı, 2017).

Hughes'a (2011) göre öz düzenleme becerisinin üç boyutu vardır: 1-Bilişsel boyut; 2-Duygusal boyut, 3-Davranışsal boyut. Bilişsel boyut dikkati yöneltme, odaklanma, dürtüleri erteleyebilme becerilerini; duygusal boyut duyguları düzenleyebilme, oto-kontrolü sağlayabilme becerilerini içerir. Davranışsal boyut ise bu iki boyutun birleşiminden oluşur (Akt. Eke, 2017).

Whitebread ve çalışma arkadaşları oluşturdukları şemada, okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerini üç alt boyutta incelemiştir: 1-Üstbilişsel düzenleme, 2-Duygusal-motivasyonel düzenleme ve 3-Üstbilişsel bilgi. Üstbilişsel düzenleme; edinilen bilgi doğrultusunda plan yapmak, bu planı uygulamak ve süreç içerisinde kontrolü sağlayarak değerlendirme yapabilmektir. Duygusal-motivasyonel düzenleme öğrenme süreci içerisinde bireyin duygu durumunu ve motivasyonunu kontrol

altında tutup düzenleyebilmesidir. Üstbilişsel bilgi ise edinilen bilginin ne olduğunu bilmektir (akt. Aksoy ve Tozduman Yaralı, 2017).

Cole'e (1986) göre öz düzenleme becerisi; 'duygu düzenleme', 'davranış düzenleme' ve 'dikkat düzenleme' olmak üzere üç alt boyuttan oluşur. Duygu düzenleme; bireyin içinde bulunduğu duygu durumunu fark edip değerlendirmesi, olumsuz duygusal süreçlerin ortaya çıkaracağı olumsuz durumları hafifletmesi ve öfke duygusunun yaratabileceği tahribatı kontrol edebilmesidir. Duygu düzenleme becerisinin gelişimi okul öncesi dönemde başlar, üç yaşından itibaren çocuklar olumsuz duyguları dışarıya yansıtmamayı veya bu duyguları kontrol altına almayı öğrenir. Bu dönemde çocuklar birçok sosyal etkileşimde bulunur ve bu etkileşimler sonucunda bir takım duygular açığa çıkar. Bu sayede çocuk hangi duyguyla nasıl baş edebileceğini öğrenmeye başlar. Davranış düzenleme; bireyin davranışları ve motor tepkileri üzerindeki kontrolüdür. Bu bağlamda çocuğun okul öncesi eğitime başlaması davranış düzenleme, davranışsal dürtü ve motor tepkiler üzerinde kontrol sağlama açısından son derece önemlidir, çünkü çocuklar beklemeyi, sıra olmayı, parmak kaldırarak konuşmayı, vurmadan tartışabilmeyi, başkasının işini yarıda kesmemeyi büyük oranda okulda öğrenir (Akt. Ertürk, 2013).

.Dikkat düzenleme ise dikkati sürdürebilme, dikkati dağıtan uyaranları elimine edebilme, amaca yönelik hareket edebilme, yapılan iş süresince dikkati koordine edebilme gibi birtakım becerileri kapsayan bilişsel bir süreçtir (Bronson, 2000). Dikkat düzenleme becerisi okulöncesi dönemde gelişmeye başlar, ancak yapılan araştırmalar dikkat düzenleme becerisinin çocuktan çocuğa farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur (Diamond, 2006; akt. Ertürk, 2013). Ayrıca dikkat düzenleme, bireyin performansı ve başarısı üzerinde de oldukça etkilidir

Bandura (1986) öz düzenleme becerisini üç alt boyutta incelemiştir: 1-Özgözlem, 2-Yargılama süreci ve 3-İçsel tepki. 'Özgözlem', bireyin kendi davranışlarının ne derece uygun olduğunu gözlemlendiği süreçtir; bu süreç içerisinde o zamana kadar sergilediği davranışlarla kişisel değerlerini karşılaştırır. Bunun sonucunda uygun olmadığını düşündüğü davranışları sonlandırır, uygun gördüğü davranışları geliştirir. 'Yargılama süreci', bireyin çevresindeki insanların davranışlarını kapsayan bir süreçtir; birey çevresindekilerin davranışlarını gözlemledikten sonra bu davranışları kendi kriterlerine

göre değerlendirir. Bu kriterlerin oluşumunda bireyin öz saygısı, örnek aldığı kişiler, yaşamı boyunca edindiği deneyimler, kişisel değerler oldukça etkilidir. 'İçsel tepki' ise bireyin değerlendirme kriterleri ve muhakeme becerisi ile ilgilidir. Bu iki kavram bireyde öz tepkinin ortaya çıkmasına neden olur. Bunun sonucunda birey, davranışsal dürtüler ve içsel kriterlere bağlı olarak ortaya çıkan davranışı değerlendirir (Can Aran, 2015).

Sonuç olarak öz düzenleme becerisi, çok büyük oranda çevresel faktörlerden etkilenen ve sosyal etkileşimden bağımsız düşünülemez bir kavramdır. Bu bağlamda, özellikle okul öncesi dönemde çocuğun içinde bulunduğu aile ve okula başlaması, öz düzenleme becerisinin gelişimi açısından oldukça önemlidir. Çocuğun ailesinden aldığı geri bildirimler, ailesinde gözlemlendiği davranışlar, çevresiyle ne derece etkileşimde bulunduğu ve çevresini ne derece gözleme fırsatı bulduğu, akabinde okul sürecinde öğretmenlerinden aldığı geri bildirimler ve arkadaşlık ilişkileri, çocuğun kendine duyduğu saygı ve güven, öz düzenleme becerisinin hangi yönde gelişmeye devam edeceği konusunda rol oynar.

### **1.1.2.2. Öz Düzenleme Becerisini Etkileyen Faktörler**

Çocukların öz düzenleme becerisini etkileyen bazıları genetikbazıları ise çevresel olan faktörler vardır (Dağgöl, 2016).

Çocukların cinsiyeti, bazı araştırmalarda öz düzenleme becerisini etkileyen faktörlerden biri olarak karşımıza çıkarken bazı araştırmalarda ise cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Buckner ve ark., 2009; Eroğlu, 2018; Mercan, 2019).

Çocuğun içinde bulunduğu ailenin sosyoekonomik durumu, öz düzenleme becerisini etkileyen diğer bir faktördür, çünüldüşük sosyoekonomik yapıdaki ailelerin çocukları öz düzenleme becerilerini ortaya koyabilecekleri kaynaklara ve fırsatlara daha zor erişmektedir. Yapılan araştırmalara göre; şehirden uzak bölgelerde yaşayan, düşük sosyoekonomik durumdaki ailelerin çocuklarının öz düzenleme becerilerinin yüksek sosyoekonomik statüye sahip ailelerin çocuklarınınkinden daha zayıf olduğu ortaya çıkmıştır (Evans ve Rosenbaum, 2008; Piotrowski ve ark., 2013; Kiss ve ark., 2014; akt. Dağgöl, 2016).

Howse ve arkadaşlarının 2003 yılında yaptıkları bir çalışma ise çocukların öz düzenleme becerisi üzerinde sosyoekonomik durum ile beraber annenin öğrenim durumunun da etkili olduğunu ortaya koymuştur(Dağgöl, 2016). Yapılan araştırmalara göre, örgün öğretime gitmiş annelerin çocuklarının okulda ve sosyal yaşantılarında daha yüksek bir öz denetime sahip oldukları görülmüştür (Kiss ve ark., 2014). Hem annenin hem de babanın öğrenim düzeyinin yüksek olduğu ailelerde ise çocukların öz düzenleme becerilerinin yüksek olacağı öngörülmektedir (McClelland ve ark., 2007).

Çocukların öz düzenleme becerileri üzerinde doğrudan etkili olan bir diğer faktör ise ailenin sergilediği ebeveyn tutumudur. Ebeveyn tutumlarında anne ve babanın kişilik özellikleri, birbirleriyle çift olarak ne derece uyumlu oldukları, çocukla iletişim kurarken kullandıkları ses tonu ve vücut dili, çocukla ilgilenme düzeyleri, çocuğun temel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılama çabaları oldukça önemlidir. Çocuğunun ihtiyaçlarını önemseyen ve hedeflediği durumlara ulaşmasına yardımcı olan tutumlar sergileyen ailelerin çocuklarının öz düzenleme becerilerinin olumlu yönde geliştiği görülmüştür. Buna karşın cezalandırıcı ve kısıtlayıcı tutumların benimsendiği ailelerin çocuklarının öz düzenleme becerilerinin olumsuz yönde geliştiği belirlenmiştir(Colman ve ark., 2006; Eiden ve ark., 2007; Karreman ve ark., 2006; akt. Dağgöl, 2016). Sınır koyan ve aynı zamanda gerekli durumlarda çocuğa yol gösteren bir tutum sergileyen ailelerde çocukların öz düzenleme becerisinin gelişimi açısından olumlu bulgulara rastlanmıştır (Karreman ve ark., 2006; akt. Dağgöl, 2016).

Raikes ve arkadaşlarının (2007) yaptığı bir çalışmada çocuk ile anne arasındaki etkileşimin zayıf olduğu durumlarda çocukların öz düzenleme becerilerinin gelişiminin de zayıf olduğu; etkileşimin yüksek olduğu durumlarda ise çocukların daha yüksek düzeyde bir öz düzenleme kapasitesine sahip oldukları saptanmıştır.

Düşük öz düzenleme becerisinin altında kişiden kişiye farklılık gösterebilen başka nedenler de mevcuttur ve öz düzenleme becerisi zayıf olan çocukların sosyal ilişki kurma düzeyleri ile akademik başarılarının da zayıf olduğu görülmüştür(Baumeister ve Heatherton, 1996).Çocuklarda dikkat eksikliği, dürtü kontrolünde zorlanma, hedefler ve gerçekleştirilenler arasındaki uyumsuzluk, hedeflere uygun olmayan düzeyde duygu ve davranış düzenlemesi, hedeflerin yeteneklerinin çok üzerinde olması durumlarında düşük düzeyde öz düzenleme becerisine neden olduğu saptanmıştır (Carver ve Scheier,

1996; Heatherton ve Wagner, 2011; Hofmann ve ark., 2012; Karoly, 1993; akt. Tutkun ve ark., 2017).

Baumeister ve Heatherton'a (1996) göre düşük öz düzenleme becerisinin üç alt boyutu vardır: 1-Standartlar, 2-İzleme ve 3-Yönetme. 'Standartlar' bireyin hedefleriyle ilgilidir. Bireyin kendisine koyduğu hedefler net ve birbiriyle tutarlı olmalıdır. 'İzleme', bireyin düşünce ve davranışlarını izleyerek öz değerlendirme yapmasıdır. 'Yönetme' ise bireyin öncelikli hedeflerini gerçekleştirirken içsel tepkilerini de düzenlemesidir. Bu alt boyutlarda problem yaşandığında öz düzenleme becerisinde de problemler ortaya çıkmaktadır.

Tüm bu nedenlerden dolayı öz düzenleme becerilerinin gelişiminin okul öncesi dönemde takip edilmeye başlanması ve olumsuz durumlarda bu olumsuzluğa neden olan değişkenlerin saptanarak erken müdahalede bulunulması önemlidir.

### **1.1.2.3. Öz Düzenleme Becerisi ve İlgili Kuramlar**

Öz düzenleme kavramı, biyolojiden sonra psikoloji alanında da çeşitli uzmanların dikkatini çekmiş ve her biri kendi görüşü ve çalışmaları doğrultusunda öz düzenleme becerisine tanımlar getirmiştir. Bronson'ın (2000) incelemelerine göre, öz düzenleme kavramını konu alan sekiz kuramsal bakış açısı vardır:

#### ***Davranışçı Kuram***

Davranışçı kuramda bireyin kendisi değil, çevresel faktörler ön plandadır ve davranışları bireyin kendisi değil, çevresindekilerin davranışları belirler. Bu yaklaşıma göre, bir davranışın öğrenilmesi çevresel koşullara bağlıdır ve öz düzenleme becerisi de öğrenilmiş öz kontroldür (Bronson, 2000). Birey, çok küçük yaşlardan itibaren ödül ve ceza yöntemiyle davranışlarını şekillendirmeyi öğrenir (Aydın ve Ulutaş, 2017); bu süreçte pekiştirme kavramı da oldukça önemlidir. Çocuk pekiştirmenin olumlu yanlarını gördükçe ve geciktirilmiş pekiştirmeyi beklemeyi öğrendikçe, öğrenilmiş öz kontrol stratejileri geliştirmeye başlar ve öz düzenleme becerisi de buna paralel olarak gelişimini sürdürür (Ertürk, 2013).

### ***Sosyal Bilişsel Kuram***

Sosyal bilişsel kuram; analitik davranışçı kuram ile bilişsel öğrenme kuramının birleştirilmesiyle ortaya çıkan bir kuramdır. Bu kurama göre öğrenme, bireyin çevresini gözlemlemesi sonucu gerçekleşir, ancak bu süreç içerisinde uyarıcı ile tepki arasında aracılık eden başka bir mekanizma daha vardır; bilişsel süreçler. Bu nedenle Bandura'ya göre, davranış değişikliği üzerinde asıl etkili olan şey de bireyin bilişsel süreçleridir, yani davranış ve pekiştirici hakkında bireyin ne düşündüğü, nasıl yorumladığıdır (Korkmaz, 2006).

### ***Sosyal Öğrenme Kuramı***

Sosyal öğrenme kuramına göre, bireyin çevresini gözlemesi sonucunda öğrenme gerçekleşir. Davranışı gözleyen birey, davranışı taklit etme konusunda ne kadar başarılıysa öğrenme de o derece başarılı olur. Gözlemlenen davranış sonucunda ortaya çıkan ödül veya cezaya göre birey davranışı taklit eder veya etmez. Burada salt taklit etmenin dışında bilişsel süreçler de oldukça etkilidir (Dağgül, 2016). Bu durum sadece öğrenmede değil, öz düzenleme becerisinde de önemlidir. Gözleme ve model alma yoluyla edinilen bilgiler sonucunda birey, bir davranış sonucunda ne gibi durumlarla karşılaşabileceğini, hangi durumlarda ne tür davranışlar sergileyebileceğini öğrenir ve buna göre davranışlarını düzenlemeye başlar (Miller, 2008, akt. Dağgül, 2016).

### ***Psikanalitik Kuram***

Psikanalitik kurama göre öz düzenleme, ihtiyaçlar ve dürtüler sonucu ortaya çıkan bir durumdur (Bronson, 2000). Bilindiği üzere Freud kişilik kuramında benlikle ilgili üç önemli kavramdan bahseder: İd, ego ve süperegö. İd ve süperegö birbiriyle çatışma halindedir. Burada devreye ego girer ve id ile süperegö arasında adeta arabuluculuk yapar. Öz düzenleme kavramı tam da bu çatışmalar sonucunda ortaya çıkar ve bireyin davranışlarını düzenlemesine yardımcı olur. Öz düzenleme sayesinde birey bir yandan uyarılma seviyesini kontrol altında tutmaya çalışır, diğer yandan içinde bulunduğu dünyanın gerekliliklerini de yerine getirmek için çabalar (Bronson, 2000).



### ***Bilişsel Gelişim Kuramları (Piaget ve Vygotsky)***

Piaget, öz düzenleme becerisini sadece bilişsel süreçler üzerinden açıklar. O'na göre öğrenmenin iki temel unsuru 'uyum' ve 'denge'dir. Uyum kavramını da 'özümleme' ve 'düzenleme' olarak ikiye ayırmıştır. Özümleme, bireyin kendisinde var olan bilişsel şemalarla çevreye uyum sağlamasıdır. Çocuk karşılaştığı her yeni durumu kendisinde mevcut olan bilişsel şemaların içine aktarır; eğer karşılaşılan bu yeni durum, mevcut şemalardan herhangi birinin içine aktarılamazsa yeniden düzenleme gerçekleşir (Senemoğlu 2013; akt. Dağgöl, 2016). Öğrenme süreci içerisinde çocuk için yeni olan her durum dengeyi bozar. Özümleme ve düzenleme ile bu denge yeniden kurulmaya çalışılır ve uyum sağlanır. Bu sayede davranışlar tekrar organize edilmiş olur (Dağgöl, 2016).

Piaget, çocuğun özümleme ve düzenleme yoluyla elde ettiği uyum ve denge sürecine ise 'dengeleme' adını verir. Bu süreçte çocuk, bilişsel dengesini korumaya çaba gösterir (Küçükkaragöz, 2006; Senemoğlu 2013; akt. Dağgöl, 2016). Piaget'ye göre her canlı, çevresi ile bilişsel süreçleri arasında bir denge oluşturmaya çalışır. Düzenleme ve özümleme kavramları dengeli çalıştığında, yani hiçbirini diğerine baskın gelmediğinde dengeleme gerçekleşmiş olur. Canlıdaki veya çevresindeki herhangi bir değişim, bu dengeyi bozar. Öz düzenleme kavramı da burada devreye girer. Dengeleme, her bilişsel yapılanmada ve bir durumdan diğerine geçerken gözlemlenebilen bir öz düzenleme mekanizmasıdır (Fındık Tanrıbuyurdu, 2012). Çevresel değişimler sonucunda dengenin bozulması ve uyum sağlanabilmesi için yeniden düzenleme yapılması sırasında çocuğun öz düzenleme becerisi de gelişimini sürdürmüş olur (Dağgöl, 2016).

Vygotsky'ye göre öz düzenleme, bireyin ihtiyaçlarıyla sosyal-kültürel değerleri arasında dengeyi kuran bir mekanizmadır (Ertürk, 2013). Vygotsky'ye göre öğrenme, bilişsel süreçlerin yanı sıra dil ve çevreyle etkileşim sonucu oluşan bir eylemdir. Çevreyle etkileşim içerisinde olmanın öğrenme sürecinde çok önemli bir yer tuttuğunu ve topluluk içerisinde büyüyen bir çocuk için bağımsız keşfetme gibi bir kavramın mümkün olamayacağını savunmuştur. Çocuğun öğrenmesinin kültürel ortamdan ayrı tutulamayacağını ve keşfetme eyleminin bu kültürel altyapıya göre anlamlandığını dile getirmiştir (Kıldan, 2012).

Bu bağlamda Piaget'denayrılmıştır. Piaget, sadece bilişsel süreçlere vurgu yapıp çevresel faktörleri ikinci plana atarken, Vygotsky çevreyle etkileşim içerisinde olmanın ve kültürel altyapının önemini vurgulamıştır. Bunun yanı sıra iki kuramcı da dil gelişimi üzerinde durmuştur, ancak Piaget dil gelişiminin bilişsel süreç içerisinde belirleyici bir rol oynamadığını, sadece mevcut gelişim seviyesini ortaya koyabileceğini söylemiştir. Vygotsky'ye göre ise dil, bilişsel fonksiyonların kaynağını biçimlendirir(Bodrova ve Leong, 2013; akt. Dağgöl, 2016).

Vygotsky'nin görüşüne göre öz düzenleme becerisi; bellek, planlama, değerlendirme, analiz, sentez gibi birtakım zihinsel süreçlerin koordineli bir şekilde çalışmasını içerir (Shunck, 2011) ve bu zihinsel süreçler içinde buldukları kültürel yapıdan bağımsız düşünülemez.

### ***Zimmerman***

Zimmerman'a (1989) göre; çocuklar çevrelerindeki insanların yönergelerine göre hareket etmektense çevrelerinde olup biten olaylara aktif katılım sağlayarak kendilerini düzenleme yoluna giderler. Öz düzenleme becerisi; bireyin sadece çevresinde olup biten olaylar sonucunda davranışlarını düzenleme becerisi değildir, bu beceriyi uygun koşullarda kullanabilmeyi sağlayacak bilginin de edinilmesi gerekir. Zimmerman'a göre öz düzenleme; bireyin hedeflerine ulaşmak için planladığı ve yönlendirdiği duygu, düşünce ve eylemleridir (Zimmerman, 2000).

Kuramsal yaklaşımların hepsi öz düzenleme becerisini farklı bakış açılarından ele almıştır, ancak temelde hepsi içsel bir düzenleme, kontrol mekanizması veya davranış düzenleme kavramları üzerinde durmuştur. Ayrıştıkları en büyük nokta ise bazı kuramlar öz düzenlemenin çevresel faktörlere bağlı geliştiğini savunup bireyi daha pasif bir hale getirirken, bazı kuramlar öz düzenlemenin içsel bir mekanizma olduğunu vurgulayarak bireyin bu süreçte aktif bir rol oynadığını vurgulamıştır.

## **1.2.Amaç**

Bu araştırmanın temel amacı; okul öncesi eğitim kurumuna devam eden dört-beşyaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin

incelenmesidir. Benlik algısı düzeyi ile öz düzenleme becerisinin çocukların bazı demografik özelliklerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi ise araştırmanın alt amaçlarıdır.

Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

Dört-beş yaş çocuklarının

1. Benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Benlik algısı düzeyleri yaş, cinsiyet, kardeş sahibi olup olmama, anne-babanın birlikte ya da ayrı olması değişkenlerine göre anlamlı fark göstermekte midir?

3. Öz düzenleme becerileri yaş, cinsiyet, kardeş sahibi olup olmama, anne-babanın birlikte ya da ayrı olması değişkenlerine göre anlamlı fark göstermekte midir?

### 1.3. Önem

Benlik algısı ve öz düzenleme becerisi gelişimsel süreç içerisinde çok erken yaşlarda gelişmeye başlayan kavramlardır. Okul öncesi döneme denk gelen yaşlarda ise bu gelişim hızlı bir şekilde devam eder. Olumlu benlik algısına sahip çocukların duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol edebilme yetisi daha sağlıklı bir şekilde desteklenebilir. Bununla birlikte duygu, düşünce ve davranışlarını yaşıtlarına uygun bir düzeyde kontrol edebilen çocukların benlik algıları da olumlu yönde gelişmeye daha yatkındır.

Yapılan araştırmalara göre, bireyin öz düzenleme becerisinin gelişimi kalıtsal ve çevresel faktörlerden etkilenir. Buna göre; bireyin benlik algısı, mizaç özellikleri, yetiştiği çevre, dil gelişimi, belleği öz düzenleme becerilerini doğrudan etkilemektedir (Eke, 2017). Ancak; çocukların öz düzenleme becerileri üzerinde yapılan araştırmalar son yıllarda artış gösterdiği ve popüler hale geldiği için, öz düzenleme becerisi gelişiminin çeşitli değişkenlerden nasıl etkilendiği konusunda yapılan araştırmalar sayıca azdır. Hatta Türkiye'de okul öncesi döneme ilişkin öz düzenleme becerilerini inceleyen araştırmalar oldukça sınırlıdır (Karakelle ve Saraç, 2007; Fındık Tanrıbuyurdu ve Güler Yıldız, 2014; Sezgin ve Demiriz, 2016; Bayındır, 2016; akt. Aydın ve Ulutaş, 2017).

Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında genellikle çocuğun benlik algısının ve öz düzenleme becerisinin üzerinde anne-baba tutumunun, annenin psikolojik alt yapısının, anne-çocuk arasındaki bağlanma şeklinin etkili olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmaların küçük bir yüzdesi ise öz düzenleme becerilerinin yaşa göre incelenmesi veya öğretmen tutumlarının çocuğun öz düzenleme becerileri üzerindeki etkisinden oluşmaktadır. Öz düzenleme becerisiyle birlikte en çok araştırılan kavramlardan birinin öğrenme olduğu görülmektedir.Çocuğun benlik algısı ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen araştırmalar yok denecek kadar azdır.

Bu araştırmaya konu olan benlik algısı ve öz düzenleme becerisi değişkenlerinin çocuk gelişiminde önemli bir yere ve gelişimsel süreç içerisinde ortak paydalara (genetik ve çevresel faktörler, olumlu veya olumsuz geribildirimler, gözlem yoluyla öğrenilen bilgiler) sahip olduğu, birbirlerini olumlu veya olumsuz yönde etkiledikleri düşünülmekte; benlik algısı düşük olan çocukların öz düzenleme becerilerinin de düşük olması veya benlik algısı yüksek olan çocukların öz düzenleme becerilerinin de yüksek olması öngörülmektedir. Çocuk benlik algısıyla ilgili bir problem yaşandığında bu durumun öz düzenleme becerilerinin geliştirilmesiyle desteklenebileceği veya tam tersi çocuğun öz düzenleme becerileriyle ilgili bir problem yaşandığında benlik algısının olumlu yönde pekiştirilmesiyle gelişeceği düşünülmektedir. Her iki durumda da çocuğun bilişsel, duygusal, davranışsal ve sosyal gelişimi sağlıklı bir şekilde desteklenmiş olacaktır.

Bu çalışmanın, çocuğun benlik algısı ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin nasıl şekillendiğine yönelik sorulara cevap bulmada faydalı olacağı; yapılacak benzer araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

#### **1.4.Sınırlılıklar**

1. Araştırmanın çalışma grubu, İstanbul’un üç ilçesindeki (Ataşehir, Çekmeköy, Ümraniye) üç özel anaokuluna devam eden dört-beş yaş çocukları (n=113) ile sınırlıdır.
2. Araştırmanın bulguları kullanılan veri toplama araçlarından elde edilen verilerle sınırlıdır.

## 1.5.Tanımlar

Benlik algısı: Bireyin yaşam deneyimlerinden edindiği gözlemlerin ve olumlu veya olumsuz geri bildirimlerin doğrultusunda meydana gelen, kendisiyle ilgili olumlu veya olumsuz duygu ve düşünceler topluluğudur (Demoulin, 1999).

Düşük benlik algısı/değeri: Bireyin,benliği ile ilgili olumsuz yaklaşımlara sahip olmasıdır (Yazgan ve ark., 2014; akt. Sarıca, 2013).

Yüksek benlik algısı/değeri: Bireyin, benliği ile ilgili olumlu yaklaşımlara sahip olmasıdır (Yazgan ve ark., 2014; akt. Sarıca, 2013).

Öz düzenleme becerisi: Bireyin ortaya çıkan isteklerini, davranışlarını, hazlarını erteleyebilme veya bastırabilme, toplumsal normlara uyabilme, duygularını düzenleyebilme ve gerektiğinde kontrol edebilme, amaca yönelik hareket edebilme, dikkatini odaklayabilme ve sürdürebilme kapasitesidir (Tanrıbuyurdu ve Yıldız, 2014).

## BÖLÜM 2. YÖNTEM

### 2.1.Araştırma Modeli

Temel amaç olarak dört-beşyaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişki olup olmadığının incelendiği bu araştırma “ilişkisel tarama modeli”nde düzenlenmiştir. Bu model, iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlar. Neden-sonuç ilişkisi kurulamayan, doğası gereği değişimleme veya denetimleme yapılamayan veya kısmen yapılabilen araştırmalar bu kategoriye girer (Erkuş, 2013).

Tarama modeli bu araştırma kapsamında çocukların benlik algısı düzeyleri ve öz düzenleme becerilerinin çeşitli değişkenlere göre anlamlı fark gösterip göstermediği de incelenmiştir.

### 2.2.Araştırma/Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu; İstanbul’un Ataşehir, Çekmeköy ve Ümraniye ilçelerinde bulunan, Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı üç farklı özel okul öncesi eğitim kurumuna 2018-2019 eğitim-öğretim yılında devam eden 113 dört-beş yaş çocuğundan oluşmuştur. Çocukların demografik özellikleri frekans ve yüzde olarak Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı**

| Demografik Özellikler                     | f   | %    |
|---|-----|------|
| 4 yaş çocuğu                              | 59  | 52,2 |
| 5 yaş çocuğu                              | 54  | 47,8 |
| Kız çocuk                                 | 55  | 48,7 |
| Erkek çocuk                               | 58  | 51,3 |
| Anne-baba birlikte yaşıyor                | 106 | 93,8 |
| Anne-baba ayrılmış                        | 7   | 6,2  |
| Kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) var | 67  | 59,3 |
| Kardeşi yok                               | 46  | 40,7 |

Tablo 1’de görüldüğü gibi çalışma grubunu oluşturan çocukların %52,2’si dört yaş, %47,8’i beş yaş grubundadır. %48,7’si kız, %51,3’ü erkek olan çocukların %93,8’inin anne-babası birlikte yaşamaktadır, %6,2’sinin ise anne-babası ayrılmıştır. Araştırmaya katılan çocukların % 40,7’si tek çocukken % 59,3’ünün kendinden büyük ya da küçük kardeşi(ler) vardır.

Araştırma için gidilen okul öncesi eğitim kurumları “kolay ulaşılabilir örnekleme”; bu kurumlardaki çocuklar ise “tesadüfi(random) örnekleme” yöntemi ile seçilmiştir.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplamak için üç farklı araç kullanılmıştır.

#### **2.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Çalışma grubunu oluşturan çocukların yaşını, cinsiyetini, anne-babalarının birlikte mi ayrılmış mı olduğunu, kendinden büyük ya da küçük kardeşi(leri) olup olmadığını belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış dört soruluk bir formdur.

#### **2.3.2. Demoulin Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği (DÇBAÖ)**

Çocukların bireysel benlik kavramının sistematik ve karşılaştırmalı analizini sağlama ve tanı koyma amacıyla Demoulin tarafından 1995-1998 yılları arasında geliştirilmiştir. Toplam 30 maddeden oluşan ölçeğin iki alt boyutu vardır: 1- Öz Saygı (15 madde), 2-Öz Yeterlilik (15 madde) (Demirci, 2018).

Ölçeğin altı yaş çocukları için Türkçe uyarlaması Kuru Turaşlı (2006) tarafından yapılmıştır ve “Öz Saygı” alt boyutundan bir madde çıkartılmıştır (Demirci, 2018). Zembat vd. tarafından da 2015 yılında 36-72 aylık çocuklar için Türkçe uyarlaması yapılmış, “Öz Yeterlilik” alt boyutundanda bir madde çıkartılmıştır. Bu çalışmalar sonucunda ölçeğin Türkçe formu her iki alt boyutta 14 madde olmak üzere toplam 28 maddeden oluşmuştur (Demirci, 2018; Tuzcuoğlu ve ark., 2019).

Ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik çalışması kapsamında “testi yarılama/iki yarı test” yöntemiyle Pearson Korelasyon katsayısı .67 olarak bulunmuştur. “Guttman Lampda” yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısının ise .78 ile .81 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin tamamının iç tutarlılık Cronbach'a Alfa katsayısı ise .76 olarak saptanmıştır(Zembat ve ark., 2018).

Ölçek, çocuklara bireysel olarak uygulanmaktadır ve çocuk her maddeyi kendisine gösterilen “güler yüz”, “ifadesiz yüz” ve “mutsuz yüz” resimlerinden birini göstererek yanıtlamaktadır. Ölçek; gösterilen her gülen yüz için 3, her ifadesiz yüz için 2 ve her mutsuz yüz için 1 verilerek puanlanmaktadır (Zembat ve ark., 2018). Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 28, en yüksek toplam puan 84'dür. Her bir alt boyuttan alınabilecek en düşük puan 14, en yüksek puan ise 42'dir.

### **2.3.3. Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (ÖDBÖ)**

Ölçek 2016 yılında Bayındır ve Ural tarafından, 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerilerinin ölçülmesi ve değerlendirilebilmesi amacıyla geliştirilmiştir (Bayındır ve Ural, 2016).

Toplam 33 maddeden oluşan ölçeğin iki alt boyutu vardır (Bayındır ve Ural, 2016):

1-Kontrol becerileri (12 madde): Çaba gerektiren kontrol becerileri adı altında ele alınan öz kontrol ve dikkat kontrolü becerileridir.

2-Zihinsel düzenleme becerileri (21 madde): Süreci takip becerileri, eylem becerileri, planlama becerileri, değerlendirme ile duygu ve motivasyonel düzenleme becerileridir.

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması 48-72 aylık 447 çocuk üzerinde yapılmıştır. Geçerlik çalışması kapsamında kriter geçerliği için 2014'de Fındık Tanrıbuyurdu ve Güler Yıldız tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan “Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği” kullanılmıştır. İki ölçek arasındaki Pearson korelasyon katsayısı .67 olarak bulunmuştur (Bayındır ve Ural, 2016).



ÖDBÖ'nün güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach Alfa katsayısı .96 olarak saptanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .99 olarak hesaplanmıştır (Bayındır ve Ural, 2016).

Ölçek çocuklar için öğretmenleri tarafından doldurulmaktadır. Ölçek her madde için “kesinlikle doğru”, “doğru”, “kısmen doğru”, “doğru değil” ve “kesinlikle doğru değil” seçeneklerinden birinin işaretleneceği beşli likert tipindedir. “1” kesinlikle doğru değil seçeneğini, “5” ise kesinlikle doğru seçeneğini ifade etmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 33, en yüksek toplam puan 165'dir. Ölçeğin ‘Zihinsel Düzenleme Becerileri’ alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105; ‘Kontrol Becerileri’ alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 60'dır.

#### **2.4. Verilerin Toplanması**

Tez önerisi T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'na sunulup onay alındıktan sonra, araştırmanın okul öncesi eğitim kurumlarda yapılabilmesi için İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne başvurularak izin istenmiştir. Gerekli izin alındıktan sonra seçilen okul öncesi eğitim kurumları ile bağlantı kurulmuştur.

Okulların isteği üzerine ailelerden de izin almak için görevli öğretmenlerin aracılığı ile Aile Bilgilendirme ve Onay Formu (Bkz. Ek) ailelere yollanmıştır.

İzin veren ailelerin çocuklarının içinden tesadüfi yöntemle seçilen 113 çocuğa Demoulin Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Önce çocuklara hem çalışmayla ilgili bilgi verilmiş hem de çocukların araştırmacıyı tanımasını sağlanmış; sonra ölçek her bir çocuğa bireysel olarak kimsenin rahatsız etmeyeceği boş bir odada uygulanmıştır. Seçilen çocuklar uygulamanın gerçekleştirildiği odaya öğretmenleri tarafından tek tek getirilmiştir.

Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği ise her bir çocuk için öğretmenleri tarafından ayrı ayrı doldurulmuştur.

## 2.5. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada elde edilen veriler istatistik paket programına kaydedilmiştir. İlk olarak Kolmogrov-Smirnov Testi sonuçlarına ve çarpıklık-basıklık değerlerine göre DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği puanlarının normal dağılım gösterip göstermedikleri saptanmıştır. Normal dağılım göstermediği için araştırmaya katılan çocukların öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkinin test edilmesi amacıyla “Spearman Korelasyon Analizi” kullanılmıştır.

Çocukların benlik algısı düzeylerinin yaş, cinsiyet, kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) olup olmama ve anne-babanın birliktelik durumu değişkenlerine göre anlamlı fark gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla “Mann Whitney U Testi” kullanılmıştır.

Çocukların öz düzenleme becerilerinin yaş, cinsiyet ve kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) olup olmama değişkenlerine göre anlamlı fark gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla “Bağımsız Gruplar t Testi”; anne-babanın birliktelik durumu değişkeni için “Mann Whitney U Testi” kullanılmıştır.

## BÖLÜM 3. BULGULAR ve YORUMLAR

### 3.1. Bulgular

Araştırmanın temel amacı olan okul öncesi eğitim kurumuna devam eden dört-beş yaş çocuklarının (n=113) benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişki olup olmadığına dair bulgular Tablo 2’de sunulmuştur. Anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir. Tüm hesaplamalar hem ölçeklerin toplam puanları hem de alt boyut puanları ile yapılmıştır.

**Tablo 2. Dört-Beş Yaş Çocuklarının (n=113) Benlik Algısı Düzeyleri ile Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları**

| Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Alt Boyutları | DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği ve Alt Boyutları |               |               |
|---|--|---------------|---------------|
|   | Öz Saygı   | Öz Yeterlilik | Ölçek toplamı |
| Zihinsel Düzenleme Becerileri                   | ,345<br>,000*  | ,192<br>,041* | ,328<br>,000* |
| Kontrol Becerileri                              | ,315<br>,001*  | ,214<br>,023* | ,310<br>,001* |
| Ölçek Toplamı                                   | ,383<br>,000*  | ,220<br>,019* | ,362<br>,000* |

Tablo 2’ye göre dört-beş yaş çocuklarının Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği’nin “Zihinsel Düzenleme Becerileri” alt boyutundan aldıkları puanlar ile DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği’nin “Öz Saygı” alt boyutu, “Öz Yeterlilik” alt boyutu ve ölçeğin tümünden aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü .05 düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği’nin “Kontrol Becerileri” alt boyutundan alınan puanlar ile DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği’nin “Öz Saygı” alt boyutu, “Öz Yeterlilik” alt boyutu ve ölçeğin tümünden aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü .05 düzeyinde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Çocukların Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği toplam puanları ile DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği toplam puanları arasında da.05 düzeyinde pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın alt amaçları olarak dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı düzeylerinin ve öz düzenleme becerilerinin yaşa, cinsiyete, kardeşi(kendinden büyük ya da küçük) olup olmama durumuna, anne-babanın medeni durumuna göre anlamlı fark gösterip göstermediğine dair bulgular Tablo 3-4-5-6-7-8-9 ve 10'da sunulmuştur. Anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

**Tablo 3.Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Fark GösteripGöstermediğine İlişkinMann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Boyutları | Alt Yaş | n  | Sıralar Ortalaması | Sıralar Toplamı | U        | z     | p    |
|--------------------|---------|----|--------------------|-----------------|----------|-------|------|
| Özsaygı            | 4       | 59 | 55,93              | 3300,00         | 1530,000 | -,364 | ,716 |
|                    | 5       | 54 | 58,17              | 3141,00         |          |       |      |
| Özyeterlilik       | 4       | 59 | 54,31              | 3204,50         | 1434,500 | -,928 | ,354 |
|                    | 5       | 54 | 59,94              | 3236,50         |          |       |      |
| Ölçek toplamı      | 4       | 59 | 55,10              | 3251,00         | 1481,000 | -,645 | ,519 |
|                    | 5       | 54 | 59,07              | 3190,00         |          |       |      |

Tablo 3'de görüldüğü gibi; Mann Whitney U Testi sonuçlarına göreçocukların benlik algısı toplam puanları ve ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puanlar yaş değişkenine göre anlamlı fark göstermemektedir. Sıra ortalamaları incelendiğinde 5 yaş çocuklarınınölçeğin alt boyut puan ve toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir, ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

**Tablo 4. Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları        | Yaş | n  | $\bar{X}$ | Ss    | t      | Sd  | p     |
|-------------------------------|-----|----|-----------|-------|--------|-----|-------|
| Zihinsel Düzenleme Becerileri | 4   | 59 | 90,74     | 10,42 | 4,324  | 111 | ,000* |
|                               | 5   | 54 | 81,20     | 12,98 |        |     |       |
| Kontrol Becerileri            | 4   | 59 | 43,30     | 7,74  | -2,008 | 111 | ,047* |
|                               | 5   | 54 | 46,22     | 7,67  |        |     |       |
| Ölçek toplamı                 | 4   | 59 | 134,05    | 16,24 | 1,988  | 111 | ,049* |
|                               | 5   | 54 | 127,42    | 19,15 |        |     |       |

Tablo 4'e göre, çalışma grubunu oluşturan dört-beş yaş çocuklarının Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin "Zihinsel Düzenleme Becerileri" alt boyutundan aldıkları puanların dört yaş çocukları lehine; "Kontrol Becerileri" alt boyutundan aldıkları puanların ise beş yaş çocukları lehine .05 düzeyinde anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur.

Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği toplam puanlarında ise dört yaş çocukları lehine .05 düzeyinde anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 5. Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları | Cinsiyet | n  | Sıralar Ortalaması | Sıralar Toplamı | U        | z      | p    |
|------------------------|----------|----|--------------------|-----------------|----------|--------|------|
| Özsaygı                | Kız      | 55 | 62,09              | 3415,00         | 1315,000 | -1,616 | ,106 |
|                        | Erkek    | 58 | 52,17              | 3026,00         |          |        |      |
| Özyeterlilik           | Kız      | 55 | 62,42              | 3433,00         | 1297,000 | -1,743 | ,081 |
|                        | Erkek    | 58 | 51,86              | 3008,00         |          |        |      |
| Ölçek toplamı          | Kız      | 55 | 62,43              | 3433,50         | 1296,500 | -1,717 | ,086 |
|                        | Erkek    | 58 | 51,85              | 3007,50         |          |        |      |

Tablo 5'de görüldüğü gibi; Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre çocukların benlik algısı toplam puanları ve ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puanlar cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark göstermemektedir. Sıra ortalamaları incelendiğinde kız çocuklarının ölçeğin alt boyut puan ve toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir, ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

**Tablo 6. Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları        | Cinsiyet | n  | $\bar{X}$ | Ss    | t     | Sd  | p     |
|-------------------------------|----------|----|-----------|-------|-------|-----|-------|
| Zihinsel Düzenleme Becerileri | Kız      | 55 | 88,00     | 10,80 | 1,497 | 111 | ,137  |
|                               | Erkek    | 58 | 84,46     | 13,98 |       |     |       |
| Kontrol Becerileri            | Kız      | 55 | 48,14     | 5,97  | 5,035 | 111 | ,000* |
|                               | Erkek    | 58 | 41,43     | 7,99  |       |     |       |
| Ölçek toplamı                 | Kız      | 55 | 136,14    | 14,64 | 3,157 | 111 | ,002* |
|                               | Erkek    | 58 | 125,89    | 19,39 |       |     |       |

Tablo 6'ya göre, dört-beş yaş çocuklarının Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin "Zihinsel Düzenleme Becerileri" alt boyutundan aldıkları puanlar cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark göstermemektedir. "Kontrol Becerileri" alt boyutundan alınan puanlar ile ölçekten alınan toplam puanlar da ise kız çocuklarının lehine .05 düzeyinde anlamlı fark olduğu saptanmıştır.

**Tablo 7. Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Kardeşi Olup Olmama Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları | Kardeş Durumu | n  | Sıralar Ortalaması | Sıralar Toplamı | U    | z      | p    |
|------------------------|---------------|----|--------------------|-----------------|------|--------|------|
| Özsaygı                | Yok           | 46 | 55,85              | 2569            | 1488 | -.311  | .756 |
|                        | Var           | 67 | 57,79              | 3872            |      |        |      |
| Özyeterlilik           | Yok           | 46 | 53,11              | 2443            | 1362 | -1,065 | .287 |
|                        | Var           | 67 | 59,67              | 3998            |      |        |      |
| Ölçek toplamı          | Yok           | 46 | 54,26              | 2496            | 1415 | -.738  | .461 |
|                        | Var           | 67 | 58,88              | 3945            |      |        |      |

Tablo 7'ye göre; çalışmaya katılan çocukların DeMoulin Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği'nin "Öz Saygı" ve "Öz Yeterlilik" alt boyut puanları ile "ölçek toplam puan"larının kardeşi olup olmama değişkenine göre anlamlı fark göstermediği tespit edilmiştir.

**Tablo 8. Çocukların Öz Düzenleme Becerisi Düzeylerinin Kardeşi Olup Olmama Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları        | Kardeş Durumu | n  | $\bar{X}$ | Ss    | t     | Sd  | p    |
|-------------------------------|---------------|----|-----------|-------|-------|-----|------|
| Zihinsel Düzenleme Becerileri | Yok           | 46 | 86,97     | 10,46 | .552  | 111 | .582 |
|                               | Var           | 67 | 85,64     | 13,94 |       |     |      |
| Kontrol becerileri            | Yok           | 46 | 43,89     | 7,78  | -.909 | 111 | .365 |
|                               | Var           | 67 | 45,25     | 7,85  |       |     |      |
| Ölçek toplamı                 | Yok           | 46 | 130,86    | 15,17 | -,008 | 111 | ,994 |
|                               | Var           | 67 | 130,89    | 19,70 |       |     |      |

Tablo 8 incelendiğinde, çocukların Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin alt boyutlarından ve ölçeğin toplamından aldıkları puanların kardeşi olup olmama değişkenine göre anlamlı fark göstermediği anlaşılmaktadır.

**Tablo 9. Çocukların Benlik Algısı Düzeylerinin Anne-Babanın Medeni Durumu Değişkenine Göre Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları | Anne-Baba | n   | Sıralar Ortalaması | Sıralar Toplamı | U       | z     | p    |
|------------------------|-----------|-----|--------------------|-----------------|---------|-------|------|
| Özsaygı                | Birlikte  | 106 | 56,90              | 6031,50         | 360,500 | -,127 | ,899 |
|                        | Ayrı      | 7   | 58,50              | 409,50          |         |       |      |
| Özyeterlilik           | Birlikte  | 106 | 56,50              | 5988,50         | 317,500 | -,638 | ,523 |
|                        | Ayrı      | 7   | 64,64              | 452,50          |         |       |      |
| Ölçek toplamı          | Birlikte  | 106 | 56,40              | 5978,50         | 307,500 | -,760 | ,447 |
|                        | Ayrı      | 7   | 66,07              | 462,50          |         |       |      |

Tablo 9 incelendiğinde Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre çocukların benlik algısı toplam puanları ve ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puanlarla anne-babalarının birlikte yaşaması ya da ayrılmış olması değişkenine göre anlamlı fark olmadığı görülmektedir. Sıra ortalamaları incelendiğinde anne-babası ayrılmış olan çocukların ölçeğin alt boyut puan ve toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir, ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

**Tablo 10. Çocukların Öz Düzenleme BecerisiDüzeylerininAnne-BabanınMedeni Durumu Değişkenine Göre Fark GösteripGöstermediğine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçek ve Alt Boyutları       | Anne-Baba | n   | Sıralar Ortalaması | Sıralar Toplamı | U       | z      | p     |
|------------------------------|-----------|-----|--------------------|-----------------|---------|--------|-------|
| ZihinselDüzenleme Becerileri | Birlikte  | 106 | 55,26              | 5858,00         | 187,000 | -2,193 | ,028* |
|                              | Ayrılmış  | 7   | 83,29              | 583,00          |         |        |       |
| Kontrol Becerileri           | Birlikte  | 106 | 56,47              | 5986,00         | 315,000 | -,668  | ,504  |
|                              | Ayrılmış  | 7   | 65,00              | 455,00          |         |        |       |
| Ölçek Toplamı                | Birlikte  | 106 |                    |                 |         |        |       |
|                              | Ayrılmış  | 7   |                    |                 |         |        |       |

Tablo 10'agöre,çalışma grubunu oluşturan dört-beş yaş çocuklarının Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin “Zihinsel Düzenleme Becerileri” alt boyutundan aldıkları puanlar anne-babası ayrılmış çocuklar lehine .05 düzeyinde anlamlı fark göstermiştir. “Kontrol Becerileri”alt boyutundan alınan puanlarda ise anne-babanın ayrı ya da birlikte olmasına göre anlamlı fark saptanamamıştır.

### 3.2. Yorumlar

Yapılan araştırmanın temel amacına yönelik elde edilen sonuca göre;okul öncesi eğitim kurumuna devam eden dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı, alt boyutları olan özsaygı ve özyeterlik düzeyleri ile öz düzenleme becerileri, alt boyutları olan zihinsel düzenleme ve kontrol becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur,yani kendisiyle ilgili olumlu duygu ve düşüncelere sahip bir çocuğun öz düzenleme becerilerinde de olumlu yönde gelişim gözlenecektir. Aynı şekilde özellikle okul öncesi eğitim sürecinde gelişimine hızlı bir şekilde devam eden öz düzenleme becerileri desteklendiğinde de, çocuğun kendisiyle ilgili duygu ve düşünceleri olumlu yönde geliştirecektir.

Bu çalışmanın alt amaçlarına yönelik olarak dört ve beş yaş çocuklarının benlik algısı düzeyleriarasında anlamlı fark olup olmadığına bakılmış ve fark bulunamamıştır. Tuzcuoğlu, Efe Azkeskin, İlçi Küsmüş ve Cengiz'in (2019) yapmış olduğu çalışmada da 48-72 aylık çocukların benlik algı düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir



farkbelirlenememiştir. Farklı sonuç elde edilen çalışmalar da vardır. Karaca ve Aral (2017), 60-72 aylık çocukların benlik algı düzeylerinin 48-60 aylık çocuklarınkine göre daha düşük olduğunu saptamışlardır.

Bu çalışmaya katılan dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile yaş değişkeni arasında fark olup olmadığı incelenmiştir. Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin toplam puanlarında ve "Zihinsel Düzenleme Becerileri" alt boyut puanlarında dört yaş çocuklarının lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ölçeğin "Kontrol Becerileri" alt boyutunda ise 5 yaş çocuklarının lehine anlamlı fark belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre; dört yaş çocukları düzenleme becerilerinde, beş yaş çocukları ise kontrol becerilerinde daha iyidir. Tuzcuoğlu, Efe Azkeskin, İlçi Küsmüş ve Cengiz'in (2019) araştırmasında çocukların yaşı arttıkça öz düzenleme becerilerinin de arttığı bulunmuştur. Fındık-Tarıbuyurdu (2012) ile Tutkun, Işıktekiner ve Tezel-Şahin'in (2016) yaptıkları araştırmalarda beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin dört yaş çocuklarından daha yüksek olduğu saptanmıştır. Skibbe ve ark. (2011) ile Klenberg (2015) de öz düzenleme becerilerinin yaşa bağlı olarak değiştiğini, yaş ilerledikçe öz düzenleme becerisinin de olumlu yönde geliştiğini ileri sürmüşlerdir.

Dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Karaca ve Aral (2017), Demirci (2018), Türkmen ve Özbey (2018), Tuzcuoğlu, Efe Azkeskin, İlçi Küsmüş ve Cengiz'in (2019) araştırma sonuçları da aynı yöndedir. Dündar (2010) ve Yakupoğlu (2011) da yapmış oldukları araştırmalarda okul öncesi dönem çocuklarının benlik algı düzeylerinde cinsiyete bağlı anlamlı bir fark saptamamışlardır. Daha büyük yaşlardaki çocuklarla araştırmalar yapan Harter (1982), Chapman & Mulis de (2002) benzer sonuçlar elde etmişlerdir.

Cinsiyet değişkeninin benlik algısı düzeyi üzerinde anlamlı bir fark yarattığını ortaya koyan araştırmalar da mevcuttur. Akşin-Yavuz, Güven, Bayındır, Sezer ve Yılmaz'ın (2016) araştırması, erkek çocuklarının benlik algı düzeylerinin kız çocuklarından daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Zembat, Koçyiğit, Akşin-Yavuz ve Tunçeli (2018) ile Sarıca'nın (2010) yapmış oldukları çalışmalarda ise kız çocuklarının benlik algı düzeylerinin erkek çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çeşitli araştırma sonuçlarının böyle farklılık göstermesinin çalışma gruplarının demografik özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu çalışmaya katılan dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile cinsiyet değişkeni arasındafark olup olmadığına bakıldığında Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin toplam puanlarında ve "Kontrol Becerileri" alt boyutunda kız çocuklarının lehine anlamlı fark olduğu saptanmıştır. Matthews ve ark. (2009);Buckner ve ark. (2009);Eroğlu (2018); Tuzcuoğlu, Efe Azkeskin, İlçi Küsmüş ve Cengiz (2019); Karakurt'un (2019) yapmış oldukları araştırmaların sonuçlarına göre de kız çocuklarının öz düzenleme becerileri erkek çocuklardan daha iyidir.Bazı araştırmalar kız çocuklarının öz düzenleme becerilerinin daha yüksek düzeyde olmasını kültürel faktörlerle ve ebeveyn tutumlarıyla açıklamaktadır (Tutkun, Işıktekiner ve Tezel-Şahin, 2016; Eroğlu, 2018). Kağıtçıbaşı da (2000) bu durumu, erkek çocuklarının daha serbest yetiştirilmesiyle açıklamıştır. Bunun yanı sıra öz düzenleme becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı farksaptanamayan araştırmalar da mevcuttur (Jahromi ve Stifter, 2008; Ertürk-Kara ve Gönen, 2015; Mercan, 2019).

Bu çalışmanın araştırma grubunu oluşturan dört-beşyaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile kardeşi(kendinden büyük ya da küçük) olup olmaması değişkeni arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Literatürde de benzer sonuçlar elde edilmiş çalışmalar mevcuttur; bu çalışmalarda çocukların benlik algı düzeyleri ile doğum sıraları veya sahip oldukları kardeş sayısı arasındada anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı saptanmıştır (Fındık-Tanrıbuyurdu, 2012; Tuzcuoğlu, Efe-Azkeskin, İlçi-Küsmüş ve Cengiz, 2019). Bu sonuçlardan farklı olarak İkiz (2009) yapmış olduğu araştırmada, iki çocuklu ailelerdeki çocukların benlik algısı düzeylerinin üç çocuklu ailelerdeki çocuklardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirlemiştir. Adler de (2000) benzer bir sonuca ulaşmış, çocukların doğum sırasının benlik algıları üzerinde etkili olduğunu belirtmiştir (Akt. İkiz, 2009).

Dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) olup olmama değişkeni arasında anlamlı bir fark saptanamamıştır, yani kardeşi olan çocuklarlaolmayan çocukların öz düzenleme becerileri aynı düzeydedir. Mercan da (2019) yaptığı araştırmadabenzer sonuç bulmuştur. Farklı bulgulara ulaşılmış araştırmalar da mevcuttur. Dağgül (2016) yaptığı çalışmada tek çocuk olanların daha yüksek düzeyde öz düzenleme becerisine sahip olduğunu saptamıştır. Pitkeathley ve Emerson (1997) bu durumu, tek çocukların aile içerisinde daha fazla ilgi görmeleri, daha iyi olanaklara sahip olmaları ve kardeşler arası çatışmaları yaşamamalarıyla

açıklamışlardır. Sawyer ve ark. ise (2002) kardeş sahibi olmanın öz düzenleme becerisini etkilediğini belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılan dört-beşyaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile anne-babasının birlikte ya da ayrı yaşaması değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yılmaz'ın (2011) yaptığı araştırmada ise 'boşanmış' anne-babaya sahip çocukların benlik algısı düzeylerinin 'evli ve çatışma halinde' olan çiftlerin çocuklarının benlik algısı düzeylerine göre daha yüksek olduğu; 'evli ve uyumlu' çiftlerin çocuklarının benlik algılarından daha düşük olduğu görülmüştür.

Dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile anne-babasının birlikte ya da ayrı yaşaması değişkeni arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur. 'Zihinsel Düzenleme Becerileri' alt boyutunda bu fark anne-babası ayrı olan çocukların lehinedir. Yani anne-babası boşanmış olan çocukların zihinsel düzenleme, duygu düzenleme, planlama, değerlendirme ve süreci takip etme becerileri anne-babası birlikte olan çocuklarıkinden daha yüksektir. Bu durumun boşanmanın etkilerinden kaynaklandığı ve boşanmış ailelerin çocuklarının zihinsel düzenleme becerileri açısından yaşlarına göre daha erken olgunlaşma sürecine girdikleri düşünülmektedir. Ölçek toplam puanı ve 'Kontrol Becerileri' alt boyut puanlarında ise anne-baba birliktelik durumu açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.

## BÖLÜM 4. SONUÇ

Bu bölümde, araştırmanın ana hatlarının, sürecinin ve elde edilen bulguların yer aldığı “özet”,bulgular sonucunda araştırmanın vardığı noktayı içeren“yargı”,ileride yapılacak benzer çalışmaların hangi noktalara dikkat etmesi veya ne tür çalışmaların yapılması gerektiğini içeren “öneriler” alt başlıklarına yer verilmiştir.

### 4.1. Özet

Benlik algısı ve öz düzenleme becerisi, gelişimsel süreç içerisinde çok erken yaşlarda gelişmeye başlarveokul öncesi dönemboyunca hızlı bir şekilde gelişmeye devam eder. Olumlu benlik algısına sahip çocukların duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol edebilme becerisi daha sağlıklı bir şekilde gerçekleşir. Bununla birlikte duygu, düşünce ve davranışlarını yaşlarına uygun bir düzeyde kontrol edebilen çocukların benlik algıları da olumlu yönde gelişmeye daha yatkındır. Bu nedenle;ilişkisel tarama modelindeki bu araştırmanın temel amacıokul öncesi eğitim kurumuna devam eden dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı düzeyleri ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Benlik algısı düzeyi ile öz düzenleme becerisinin çocukların bazı demografik özelliklerine göre anlamlı fark gösterip göstermediğinin belirlenmesi ise araştırmanın alt amaçlarıdır.

Araştırmanın bulgularına göre; her iki ölçek (benlik algısı ve öz düzenleme) ve alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır. Dört-beş yaş çocuklarının benlik algısı toplam ölçek puanı ve alt boyutlar (özsaygı ve özyeterlilik) puanları yaş, cinsiyet, kardeşi (kendinden büyük ya da küçük) olup olmamave anne-babalarının birlikte yaşaması ya da ayrılmış olması değişkenlerine göre anlamlı fark göstermemektedir.

Çocukların öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve Zihinsel Düzenleme Becerileri alt boyutu puanlarının dört yaş çocukları; Kontrol Becerileri alt boyut puanlarının ise beş yaş çocukları lehine anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir.Öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve Kontrol Becerileri alt boyut puanlarınınkız çocuklarının lehine anlamlı fark gösterdiği saptanmıştır. Öz düzenleme becerileri toplam ölçek puanı ve alt boyutlar puanlarıkardeşi olup olmamadeğişkenine göre anlamlı fark

göstermemiştir. Ölçeğin Zihinsel Düzenleme Becerileri alt boyutundan alınan puanlar ise anne-babası ayrılmış çocuklar lehine anlamlı fark göstermiştir.

## 4.2. Yargı

Yapılan araştırmada okul öncesi eğitim kurumuna devam eden dört-beş yaş çocuklarının benlik algıları ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmış; buna göre çocukların benlik algıları arttıkça, öz düzenleme becerilerinin de arttığı yargısına varılmıştır.

## 4.3. Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmacılara ve uygulamaya yönelik öneriler aşağıda belirtilmiştir.

Araştırmacılara yönelik öneriler:

1. Benzer çalışmalar farklı yaş gruplarından, farklı sosyoekonomik ve sosyokültürel yapıdan çocuklarla yapılabilir.

2. Yapılan araştırmada anne-babası boşanmış olan çocukların sayısı az olduğu için bu değişkene sahip daha çok çocukla araştırmanın genişletilmesi faydalı olacaktır.

3. Küçük yaştaki çocukların öz düzenleme becerilerini araştıran az sayıda çalışma olduğu için öz düzenleme becerilerinin farklı değişkenlerle ilişkisini inceleyen daha çok sayıda çalışmanın yapılması literatüre katkı sağlayacaktır.

4. Çocuk sayısının daha fazla, yaş gruplarının daha geniş olması daha kesin sonuçlara ulaşılabilmesi açısından faydalı olabilir.

Uygulamaya yönelik öneriler:

1. Okul öncesi eğitim kurumlarında çocukların kendilerini ve duygularını daha iyi ifade edebilecekleri etkinliklerin çoğaltılması sağlanabilir.

2. Rehberlik servisleri duyguları tanıma ve ifade etme konusunda çocuklara daha ayrıntılı destek sağlayabilir.

3. Veri toplama sürecinde, aynı yaş grubundan olan ancak farklı okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların öz düzenleme becerilerinin belirgin bir biçimde farklılaşabildiği gözlemlenmiştir ve bu durum öğretmenler tarafından da ifade edilmiştir. Mevcut durumun ortalama bir seviyeye getirilebilmesi için okul öncesi eğitim kurumlarında öz düzenleme becerilerine yönelik aktivitelere daha sık yer verilmesi sağlanabilir.



## EK'LER

### Aile Bilgi Onay Formu

Sayın Veliler; Sevgili Anne-Babalar,

T.C. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans öğrencisi olarak, Doç. Dr. Oya Ramazan'ın danışmanlığında bitirme tezi kapsamında "Okul Öncesi Dönem Dört-Beş Yaş Çocuklarının Benlik Algıları ile Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırma projesini yürütmekteyim. Araştırmamın amacı; çocukların benlik algıları ile öz düzenleme becerilerinin birbirlerine ne derece etki ettiği'dir.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde; çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır. Çocuğunuzun cevaplayacağı soruların onun psikolojik gelişimine olumsuz etkisi olmayacağından emin olabilirsiniz. Sizin dolduracağınız bu form ve çocuğunuzun dolduracağı ölçeklerdeki cevaplar kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu formu imzaladıktan sonra hem siz hem de çocuğunuz katılımcılıktan ayrılma hakkına sahipsiniz. Araştırma sonuçlarının özeti tarafımdan okula ulaştırılacaktır.

Anketleri doldurarak bize sağlayacağınız bilgiler, çocukların benlik algıları ile öz düzenleme becerilerinin karşılıklı olarak birbirlerini nasıl etkilediğinin saptanmasına önemli bir katkıda bulunacaktır. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresini kullanarak yöneltebilirsiniz.

Saygılarımla  
Psikolog ve Aile Danışmanı  
Lora Kovancı

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelen seçeneğin altına imzanızı atarak belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

A) Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve çocuğumun katılımcı olmasına izin veriyorum / izin vermiyorum

B) Çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı olarak kullanılmasını kabul ediyorum / Kabul etmiyorum

Anne Adı-Soyadı..... Baba Adı-Soyadı.....

İmza ..... İmza.....

## KAYNAKÇA

- Acar Şengül, E. ve Yükselen, A. İ. (2015). Bebeklikte sosyal ve duygusal gelişim. *Çocuk Gelişimi 1 Bebeklik Döneminde Gelişim* içinde 90-112. Ankara: Hedef Basın Yayın.
- Adagideli, F. H. (2018). *Okul öncesi çocuklarının ilkokula hazır bulunuşluklarının yordayıcısı olarak öz-düzenleme becerilerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Adagideli, F. H. ve Ader, E. (2014). Okul öncesi dönemde üstbiliş, öz düzenleme ve değerlendirme. *Özdüzenleme-Öğrenmeden Öğretime Özdüzenleme Davranışlarının Gelişimi, Stratejiler ve Öneriler* içinde 129-153, Ankara: Nobel Yayıncılık.
- 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.
- Akşin Yavuz, E., Güven, G., Bayındır, D., Sezer, T. ve Yılmaz, E. (2016). Annelerin çocuğunu kabul düzeyi ile çocukların benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(3), 1065-1081.
- Altınova, H. ve Adıgüzel, Ö. (2012). Yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyine etkililiği. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 145-164.
- Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2005). *Psikolojik danışma kuramları*. İstanbul: Aktüel Yayınevi.
- Aras, S. (2017). *Pedagogical documentation practices and young children's self regulation & metacognition*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Arseven, A. (1986). *Çocukta benlik gelişimine ailenin etkisi ve çocuğun okul başarısı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Arseven, A. (2016). Öz yeterlilik: Bir kavram analizi. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(19), 63-80.
- Aslan, E. (1992). *Benlik kavramı ve bireyin yaşamındaki etkileri*. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 4, 7-14.
- Aslan Yılmaz, H. (2016). Bir derleme: Benlik kavramına ilişkin bazı yaklaşımlar ve tanımlamalar. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 48, 79-89.
- Atay, M. (2011). *Erken çocukluk döneminde gelişim 2*. Ankara: Kök Yayıncılık.



- Aydın, F. ve Ulutaş, İ. (2017). Okul öncesi çocuklarda öz düzenleme becerisinin gelişimi. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 36-45.
- Balkış Baymur, F. (2015). *Genel psikoloji*(24. baskı),İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change.*Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freemanand Company.
- Baumeister, R. F. & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1-15
- Bayındır D. ve Ural O. (2016). Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği'nin geliştirilmesi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8(4), 119-132.
- Bodrova, E. & Leong, D. J. (2013). *Zihnin araçları: Erken çocukluk eğitiminde Vygotsky yaklaşımı* (Çev.T. Güler, F. Şahin, A. Yılmaz ve E. Kalkan),Ankara: Anı Yayınevi.
- Bronson, M. B. (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture*. New York: The Guildford Press.
- Brown, J. D. (1998). *The self*.New York: Psychology Press.
- Can, G. (1986). *Lise öğrencilerinin benlik tasarım düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayımlanmamış doktora tzi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Can Aran, Ö. (2015). Öz düzenleme ve çalışma becerileri arasındaki ilişki.*Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 5(2), 207-220.
- Carver, C. S. ve Scheier, M. F. (1996). Self-regulation and its failures.*Psychological Inquiry*, 7(1), 32-40.
- Cole, P. M. (1986). Children's spontaneous control of facial expression.*Child Development*, 57, 1309-1321.
- Colman, R. A., Hardy, S. A., Albert. M., Raffaelli, M. & Crockett, L. (2006). Early predictors of self-regulation in middle childhood. *Infant and Child Development*. 15(4), 421-437.
- Coopersmith, S. (1986). *Self-esteem inventories*. California:Palo Alto.
- Craighead, W. E., McHale, S. M. & Pope, A.W. (1988). *Self-esteem psychology*. Canada: Pergoman Press.
- Cunnington, M., McCabe, L. A.& Brooks-Gunn, J. (2004). *The development of self-regulation in youngchildren*.Newyork: The Guilford Press.

- Çelik Ercoşkun N. ve Gündoğdu, K. (2017). Öz Düzenleyici Öğrenmeyi Teşvik Ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması.*Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Çalışmaları Dergisi*, 7(13), 131-146.
- Çiltaş, A. (2011). Eğitimde öz düzenleme öğretiminin önemi üzerine bir çalışma.*Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(5), 1- 11.
- Dağgöl, H.C. (2016). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin çocuk yetiştirme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi, Kuzey Kıbrıs.
- Demoulin, D. F. (2000). I like me: Enhancing self concept in kindergarten-age children through active school/business partnerships,*NAPS Communique*, 27(8),20-35.
- Demoulin, D.F. (1999). A personalized development of self-concept for beginning readers, *Education*,120(1).
- Diamond, A. (2006). Developmental time course in human infants and infant monkeys, and the neural bases of, inhibitory control in reaching.*Annals of the New York Academy of Sciences*, 608, 637-676.
- Durksen, T. L. (2010). *Challenges to self-regulation: A multiple case study of preschool-aged girls*.Yayımlanmamış doktora tezi, University of Victoria, Canada.
- Eiden, R. D., Edwards, E. P. & Leonard, K. E. (2007). A conceptual model for the development of externalizing behavior problems among kindergarten children of alcoholic families: Role of parenting and children's selfregulation. *Developmental Psychology*, 43(5). 1187-1201.
- 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.
- Epstein, S. (1973). The self concept revisited or a theory of a theory.*American Psychologist*, 28, 404-414.
- Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci (4. baskı)*.Ankara: SeçkinYayınevi.
- Eroğlu, E. (2018). *Çocukların öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin olumsuz disiplin uygulamaları arasındaki ilişki*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi,Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- 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*.Yayımlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, 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.
- Evans, G., W. & Rosenbaum J. (2008). Self-regulation and the income-achievement gap. *Early Childhood Research Quarterly*, 23(4), 504-514.
- Evirgen Geniş, N. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarında bağlanma ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük.
- Fındık Tanrıbuyurdu, E. (2012). *Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Fındık Tanrıbuyurdu, E. ve Yıldız, T. (2014). Okul Öncesi Öz Düzenleme Ölçeği (OÖDÖ): Türkiye uyarlama çalışması.*Eğitim ve Bilim*, 39(176), 317-328.
- Gençtan, E. (1993). *Psikanaliz ve sonrası*.İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gülay, H. (2010). *Okul öncesi dönemde akran ilişkileri(1. baskı)*, Ankara: Pegem Akademi.
- Gündüz, G. (2015). *Self-regulation in Turkish preschoolers: relations with family context and socio-emotional competence*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Koç Üniversitesi, İstanbul.
- Güngörmüş, O. (1986). *Baba yoksunluğunun benlik kavramına etkisi ve babasızöğrencilerin problemlerinin hangi alanlarda yoğunlaştığının saptanması*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Çocuk SağlığıEnstitüsü, İstanbul.
- Heatherton, T. F. & Wagner, D. D. (2011). Cognitive neuroscience of self-regulation failure. *Trends in Cognitive Sciences*, 15(3), 132-139.
- Henry, B., Caspi, A., Moffitt, T. E., Harrington, H. L. & Silva, P. A. (1999). Staying in school protects boys with poor self-regulation in childhood from later crime: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development*, 23(4), 1049-1073.
- Hofmann, W., Schmeichel, B. J. & Baddeley, A. D. (2012). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(3), 174-180.

- Howse, R. B., Lange, G., Farran, D. C. & Boyles, C. D. (2003). Motivation and selfregulation as predictors of achievement in economically disadvantaged young children. *The Journal of Experimental Education*, 71(2), 151-174.
- Humphrey, T. (1998). *Çocuk eğitiminin anahtarı* (Çev. Özgüven), İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- İsrael, E. (2007). *Özdüzenleme eğitimi, fen başarısı ve özyeterlilik*. Yayımlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- James, W. (1950). *The principles of psychology* Vol. 1. (Reprint Edition), Dover Publications.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2004). *Yeni insan ve insanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karaca, N.H. ve Aral, N. (2017). Investigation of the effect of various demographical characteristics on pre-schoolers' self concept. *Eurasian Journal of Educational Research*, 71, 97-118.
- 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 Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of self-regulation: A systems view. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 23-52.
- Karreman, A., Van Tuijl, C., Van Aken. M. A. & Dekovic, M. (2006). Parenting and self-regulation in preschoolers: A meta-analysis. *Infant and Child Development*, 15(6), 561-579.
- Kıldan, O. (2012). *Yapılandırmacı yaklaşım*. erken çocukluk eğitiminde yaklaşımlar ve kuramlar, Ankara: Vize Yayıncılık.
- Kiss, M., Fehete, G., Pop, M. & Susa, G. (2014). Early childhood self regulation in context: Parental and familial environmental influences. *Cognition, Brain, Behaviour*, 18(1), 55-85.
- Korkmaz, İ. (2006). Sosyal öğrenme kuramı. *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi içinde*, Ankara: Pegem Akademi.
- Köknel, Ö. (1989). *Genel ve klinik psikiyatri*. İstanbul: Nobel Tıp Yayınevi.
- Kuru Turaşlı, N. ve Zembat, R. (2013). 6 yaş grubu çocuklarda "benlik algısını desteklemeye yönelik sosyal-duygusal hazırlık programı"nın etkililiğinin incelenmesi. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 2(2).

- Küçükkaragöz, H. (2006). Bilişsel gelişim ve dil gelişimi. *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi içinde*. Ankara: Pegem Akademi.
- Leana Taşçılar, M. Z. ve Kanlı, E. (2014). Üstün zekalı ve normal gelişim gösteren çocukların mükemmeliyetçilik ve öz-saygı düzeylerinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 47(2), 1-20.
- Matsumoto, D. (1999). Culture and self: An empirical assessment of Markus and Kitayama's Theory of independent and interdependent self-construals. *Asian Journal of Psychology*, 2, 289-310.
- McClelland, M. M., Cameron, C. E., Connor, C. M., Farris, C. L., Jewkes, A. M. & Morrison, F. J. (2007). Links between behavioral regulation and preschoolers' literacy, vocabulary and math skills. *Developmental Psychology*, 43(4), 947-959.
- 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.
- Miller, P.H. (2008). *Gelişim psikolojisi kuramları* (Çev. Z. Gültekin), Ankara: İmge Yayınevi.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak (psikolojiye giriş)*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Onur, E. (1981). *Self esteem in children and it's antecedents*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Öner, U. (1987). Benlik gelişimine ilişkin kuramlar. *Ergenlik Psikolojisi içinde*, Ankara: Hacettepe-Taş Kitapçılık.
- Özbey, S. (2018). Okul öncesi dönem çocuklarında motivasyon ve öz düzenleme becerileri üzerine bir inceleme. *The Journal of Academic Social Sciences*, 6(65), 26-47.
- Özçiçek, G. (2014). *Çocuğun benlik kavramının olumluluğu, annenin mükemmeliyetçiliği ve anne kabul red algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özen, Y. ve Gülaçtı, F. (2010). Benlik-kavramı ve benliğin gelişimi bilen benliğe gerek var mı? *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 21-37.
- Özer, D. S. ve Özer, M. K. (2012). *Çocuklarda motor gelişim*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Özerkan, E. (2007). *Öğretmenlerin öz-yeterlik algıları ile öğrencilerin sosyal bilgiler benlik kavramları arasındaki ilişki*.Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Pajares, F. (2002). *Overview of social cognitive theory and of self-efficacy*. Erişim Tarihi: 21.09.2019 <http://www.des.emory.edu/mfp/eff.html>
- Pajares, F. & Schunk, D. H. (2001). *Self-beliefs and school success: Self-efficacy, self-concept, and school achievement*. In R. Riding ve S. Rayner (Eds.), *Selfperception*, 239-266, London: Ablex Publishing.
- Pajares, F. & Schunk, D. H. (2002). Self and self-belief in psychology and education:A historical perspective. In J. Aronson (Ed.), *Improving academic achievement: Impact of psychological factors on education*, 5-25, New York: Academic Press.
- Raikes, H. A., Robinson, J. L., Bradley, R. H., Raikes, H. H. & Ayoub, C. C. (2007). Developmental trends in selfregulation among lowincome toddlers.*Social Development*, 16(1), 128-149.
- Raudenbush, S., Rowen, B., & Cheong, Y. (1992). Contextual effects on the selfperceived efficacy of high school teachers.*Sociology of Education*, 65, 150-167.
- Rennison, N. (2001). *The pocket essential Freud & Psychoanalysis*. Great Britain: Pocket Essentials.
- Sarı, E. (2016). *Özgüven duygusu*. Antalya: Net Medya Yayıncılık.
- Sarıca, E. ve Yazıcı, Z. (2013). Ebeveynlerin sosyal sorun çözme becerileriyle çocukların benlik algısı arasındaki ilişki.*Uluslararası Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*, 1(1), 91-103.
- Schunk, D.H. (2011). *Öğrenme teorileri: Eğitimsel bir bakışla*. (Çev. M. Y. Demir, K. Celasun, Z. Hayak Kaçkar, E. Üzümcü ve B. E. Şahin), Ankara: Nobel Akademik.
- Sedikides, C., Gaertner, L. & Toguchi, Y. (2003). Interpersonal relations and group processes: pancultural self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 60-79.
- Sektnan, M., McClelland, M.M., Acock, A. & Morrison, F.I. (2010). Relations between early family risk, children's behavioral regulation and academic achievement.*Earlychildhood Research Quarterly*, 25(2010), 464-479.
- Senemoğlu, N. (2000). *Gelişim öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*.Ankara: Gazi Kitabevi.

- Söylemez, D. (2017). *Yeterli anne-baba*.(E-kitap), Erişim Tarihi: 01.10.2018  
[https://books.google.com.tr/booksid=WCRIDwAAQBAJ&pg=PA14&lpg=PA1dq=%C3%A7ocu%C4%9Fun+benlik+alg%C4%B1s%C4%B1&source=bl&ots=WP CIFO066&sig=29igt\\_KeFng2vUTsnn2gRWq7Ms&hl=tr&sa=X&ved=2ahUKEwjfwdnTlc3dAhUwxIsKHRQJABQ4RhDoATAAegQIAxAB#v=onepage&q=%C3%A7ocu%C4%9Fun%20benlik%20alg%C4%B1s%C4%B1&f=false](https://books.google.com.tr/booksid=WCRIDwAAQBAJ&pg=PA14&lpg=PA1dq=%C3%A7ocu%C4%9Fun+benlik+alg%C4%B1s%C4%B1&source=bl&ots=WP CIFO066&sig=29igt_KeFng2vUTsnn2gRWq7Ms&hl=tr&sa=X&ved=2ahUKEwjfwdnTlc3dAhUwxIsKHRQJABQ4RhDoATAAegQIAxAB#v=onepage&q=%C3%A7ocu%C4%9Fun%20benlik%20alg%C4%B1s%C4%B1&f=false)
- Şahin, G. ve Arı, R. (2015). Okul öncesi çocukların duygu düzenleme becerilerinin bağlanma örüntüleri açısından incelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(5), 1-12.
- Şekercioğlu, G. (2009). *Çocuklar için benlik algısı profilinin uyarlanması ve faktör yapısının farklı değişkenlere göre eşitliğinin test edilmesi*.Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tan, H. (1992). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. İstanbul: M.E.B. Yayınları Öğretmen Kitapları Dizisi.
- Tozduman Yaralı, K., Güngör Aytar, A. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının davranışlarının öz düzenleme becerileri yönünden incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(3), 856-870.
- Triandis, H. & Gelfand M., J. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 118-128.
- Tschannen-Moran, M. & Woolfolk Hoy, A. (2001).Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17, 783-805.
- Tutkun, C., Tezel Şahin, F. ve Işıktekiner S. (2017). Dört-beş yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin incelenmesi, Eğitim Bilimlerinde Yenilik ve Nitelik Arayışı içinde, Ankara: Pegem Akademi.
- 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, Özel Sayı*, 607-623.
- Whitebread, D., Anderson, H., Coltman, P., Page, C., Pino Pasternak, D. & Metha, S. (2004). Metacognition in 3-5 year olds: Evidence form a naturalistic study in British early years educational settings. *Paper Presented at First Meeting of The Early Metacognition Special Interst Group*, Amsterdam.

- Williams, K.E. (2014). *Self-regulation from birth to age seven: Associations with maternal mental health, parenting, and social, emotional and behavioural outcomes for children*. Unpublished doctoral dissertation, Queensland University of Technology Department of Early Childhood, Australia.
- Woolfolk Hoy, A. & Spero R.B. (2005). Changes in teacher efficacy during the early years of teaching: A comparison of four measures. *Teaching and Teacher Education, 21*, 343-356.
- Yanbastı, G. (1990). *Kişilik kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yazgan İnanç, B., Bilgin, M. ve Kılıç Atıcı, M. (2004). *Gelişim psikolojisi, çocuk ve ergen gelişimi*. Ankara: Nobel Kitabevi.
- Zembat, R., Kuru Turaşlı, N., Güven, G., Sezer, T., Akşin, E., Yılmaz, E. ve Bayındır, D. (2016). Validity and reliability of the Demoulin Self Concept Developmental Scale for the 36-72 month old children. *Journal of Education and Training Studies, 4*, 143-158.
- Zembat, R., Koçyiğit, S., Yavuz, E. ve Tunçeli, H. (2018). Çocukların benlik algısı, mizaç ve sosyal becerileri arasındaki ilişkiler. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 7(1)*, 548-567.
- Zimmerman. B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology, 81(3)*, 329-339.
- Zimmerman. B. J. (2000). *Attaining self-regulation: A social cognitive perspective*. Monique Boekaerts. California: Handbook of Self- Regulation Academic.



